

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE

Fakulta tělesné výchovy a sportu

**Postoj žáků benešovských základních škol k tělesné výchově a
sportovní činnosti**

Diplomová práce

Vedoucí diplomové práce:

PhDr. Vladimír Janák, CSc.

Zpracovala:

Bc. Hana Navrátilová

Praha, červen, 2015

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem tuto diplomovou práci vypracovala samostatně a uvedla veškeré literární prameny, které byly během této práce použity. Zároveň souhlasím se zveřejněním této práce jak v tištěné, tak v elektronické podobě.

V Praze, dne

.....

Bc. Hana Navrátilová

Evidenční list

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

Jméno a příjmení:

Fakulta / katedra:

Datum vypůjčení:

Podpis:

Poděkování: Na tomto místě bych ráda poděkovala panu PhDr. Vladimíru Janákovi, CSc. za odborné vedení a pomoc při psaní diplomové práce. Dále bych chtěla poděkovat vedení a zaměstnancům benešovských základních škol za umožnění provedení výzkumu a za jejich pomoc při sběru dat.

ABSTRAKT

Název:

Postoj žáků benešovských základních škol k tělesné výchově a sportovní činnosti

Cíl práce:

Hlavním cílem této diplomové práce je pomocí dotazníku zjistit postoje žáků základních škol v Benešově k tělesné výchově a sportovní činnosti a poté na základě získaných výsledků školy porovnat a navrhnout určité změny, které by u žáků vedly ke zvýšení zájmu o sport.

Metodika:

Všechny údaje byly získány pomocí nestandardizovaného dotazníku, který byl vytvořen za tímto účelem. Obsahuje převážně uzavřené a polouzavřené otázky. Pouze jedna otázka je otevřená. Dotazník byl určen pro žáky druhého stupně základní školy. Také byly provedeny ústní rozhovory – doplnění písemného dotazníku. Získaná data byla vyhodnocena graficky a písemně.

Výsledky:

Výsledky jednotlivých škol byly vzájemně srovnány a vyplývá z nich, že postoje k tělesné výchově a sportovní činnosti jsou u žáků všech třech škol víceméně podobné. Výsledky z výzkumu byly také porovnány s formulovanými předpoklady, pomocí kterých se potvrdil důležitý vliv rodičů na sportování potomků a nevědomost dětí o důležitosti pohybu pro zdraví člověka.

Klíčová slova:

Postoje, tělesná výchova, střední školní věk, motivace, sport

ABSTRACT

Title:

The attitude of the elementary school pupils in Benešov to PE and sport activities

Aim of the thesis:

The main aim of this Bachelor's thesis is, firstly, to determine through a questionnaire the attitudes of pupils from primary schools in Benešov to physical education and sporting activity and later, based on the results obtained, make comparisons and propose certain changes with the intention of increasing the pupils' interest in sport.

Methodology:

All the data was obtained through a non-standard questionnaire, which was prepared for the purpose of this thesis. It predominantly contained closed and semi-closed questions. Only one question was open. The questionnaire was intended for pupils in the second grade of primary school. In addition, an oral interview, supplementing the written questionnaire, was undertaken. The data obtained were represented graphically and evaluated in writing.

Results:

The results from individual schools were mutually compared. From them it was determined that the attitudes to physical education and sporting activity are more or less the same for pupils from all three schools. The results from the research were additionally compared to formulated prerequisites, through which the important influence of parents on the participation in sport of their offspring and the lack of awareness of children about the importance of movement for a healthy person were confirmed.

Keywords:

attitudes, physical education, middle school age, motivation, sport

OBSAH

1	ÚVOD	8
2	TEORETICKÁ VÝCHODISKA	10
2.1	Ontogenetický vývoj člověka v období dospívání	10
2.1.1	Období 6 - 11 let (mladší školní věk).....	11
2.1.2	Období 11 - 15 let (pubescence)	14
2.1.3	Období 15 - 18 let (adolescence).....	17
2.2	Pohyb a pohybová aktivita	18
2.3	Sport	20
2.3.1	Definice sportu	22
2.3.2	Socializace sportem.....	24
2.4	Školní tělesná výchova.....	28
2.5	Osobnost učitele	29
2.6	Volný čas.....	30
2.6.1	Volný čas dětí a mládeže.....	32
2.7	Postoje	33
2.7.1	Utváření postojů	35
2.7.2	Vlastnosti postojů.....	35
2.7.3	Vnitřní skladba postoje.....	35
2.7.4	Změny postojů.....	36
2.8	Motivování mládeže ke sportu	37
3	CÍLE, HYPOTÉZY A ÚKOLY PRÁCE	39
3.1	Cíle práce.....	39
3.2	Hypotézy práce.....	39
3.3	Úkoly práce	40
4	METODOLOGIE	41
4.1	Dotazník	41
4.2	Plán výzkumného projektu.....	41
4.2.1	Určení problému.....	41
4.2.2	Cíle výzkumu	42
4.2.3	Volba zdrojů dat	42
4.2.4	Určení způsobu dotazování	43

4.2.5.	Výběr respondentů	43
4.2.6.	Sběr dat.....	43
4.3	Analýza dat.....	44
5	ANALYTICKÁ VÝCHODISKA	45
5.1	Město Benešov	45
5.1.2	Sportoviště v Benešově	46
5.2	Základní škola Dukelská	47
5.3	Základní škola Jiráskova	49
5.4	Základní škola Karlov	51
5.5	Zpracování dat získaných z dotazníku	52
5.5.1	Výsledky jednotlivých otázek	54
5.6	Zhodnocení výzkumu	73
5.7	Doporučení	77
6	ZÁVĚR.....	80
	SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	82
	SEZNAM TABULEK, GRAFŮ A OBRÁZKŮ	87
	SEZNAM PŘÍLOH	89

1 ÚVOD

Kvalita života, zdravý životní styl, ale i zdravý pohyb a sport jsou v současné společnosti stále více diskutovaná témata. Postupně roste zájem o kondiční, ale i sportovní trénování a lidé se tak snaží vymanit z každodenního stereotypu. Důvodem růstu zájmu o sportování není pouze sportovní výkonnost, ale i kompenzace nedostatku pohybového zatížení a snaha najít jiné způsoby, jak se odreagovat, obnovit psychické i fyzické síly. Pozitivní účinky sportu na člověka jsou zcela jistě neoddiskutovatelné. Jelikož je dnešní doba velmi hektická a pracovní tempo se stále zrychluje, dostává se aktivní odpočinek do oblíbenosti lidí stále více.

Sport i aktivní odpočinek mohou člověku poskytnout skutečné hodnoty, které lze významně rozvíjet a utvářet tak jeho sociální, psychický a fyzický stav. Na druhé straně lze tyto hodnoty považovat za příčinu selhávání společenské a biologické podstaty člověka. Odlišné způsoby vnímání těchto pojmů a neustále rostoucí společenská hypokineze, jak mezi dospělými, tak mezi dětmi, mě motivovaly se tímto aktuálním a zajímavým tématem podrobněji zabývat.

Lidé byli ještě v polovině minulého století zvyklí na běžnou a těžkou tělesnou práci. Pohybové aktivity pro ně byly naprosto přirozenou součástí jejich života. Dlouhé hodiny v řemeslných dílnách, na polích, cestování na kole či pěšky, to vše považovaly minulé generace za zcela normální věc. Rodiče, většinou poměrně mladí, v té době mívali velký počet dětí, o které se museli starat a zabezpečit je. Na druhé straně právě jejich potomci bývali zapojováni do práce už od raného věku a čelili námaze, kterou si mládež v současné době nedokáže ani představit.

Potřeba pohybu s rostoucím vývojem moderních technologií postupně klesala. V dnešní době si již málo kdo dokáže představit život bez různých vymožeností jako je počítač, televize, mobilní telefon či automobil. Rozvoj těchto vynálezů ale s sebou nese i určitá rizika, která jsou spojena s malým množstvím pohybu neboli hypokinezí. Již u dětí lze pozorovat nechuť k pohybovým aktivitám. Rodiče často nemají na své ratolesti kvůli práci čas, a tak je pro ně nejjednodušší posadit je k počítači nebo před televizi, kde ale dítě návyk k pohybovým aktivitám rozhodně nezískává. Výsledkem pak je již od mládí se neustále zhoršující fyzická kondice jedince.

Rodiče by navzdory tomu, že sami mají sedavé zaměstnání, nepravidelnou stravu, málo spánku a spoustu stresu, měli jít příkladem. Jinak budou děti považovat sport spíše za aktivitu, kterou mají jako povinnost nebo dokonce za trest. Děti svoje rodiče napodobují, a tak pokud vidí, že chodí pravidelně běhat nebo cvičit, stává se pro ně sport přirozenou součástí života.

Sport je pro děti, ale i pro dospělé všestranně prospěšnou aktivitou. Pohyb zlepšuje náladu a v mozku se díky němu vyplavují endorfiny, tzv. hormony štěstí. Dítě se také naučí ovládat své tělo, koordinovat pohyby, upevní si správné držení těla. To je spojeno i se zvýšením sebedůvěry v sebe sama a ve své schopnosti.

Dítě se při sportu naučí hospodařit se svými silami, překonávat samo sebe, vyhrávat i prohrávat, spolupracovat s druhými. Pravidelný pohyb dokonce podporuje mozkovou aktivitu, schopnost přemýšlet a učit se, pomáhá zvyšovat koncentraci pozornosti a také zlepšuje schopnost se soustředit.

Předmětem této práce je zjistit postoj žáků benešovských základních škol k tělesné výchově a sportovní činnosti. Konkrétně se jedná o základní školu Dukelská, Jiráskova a Karlov. V jednotlivých školách bude provedena analýza zájmu žáků o sport a ze získaných výsledků doporučím konkrétní změny, které by vedly ke zvýšení motivace dětí ke sportování.

2 TEORETICKÁ VÝCHODISKA

2.1 *Ontogenetický vývoj člověka v období dospívání*

Změny psychického, fyziologického i morfologického charakteru, k nimž v průběhu vývoje dochází, souvisí vzájemně velice úzce, avšak neprobíhají stejnoměrně, jsou celoživotním děním a nedají se vrátit. Všichni trenéři, učitelé a cvičitelé proto musí při jejich práci v pedagogice vycházet hlavně ze specifických věkových charakteristik. Předpokládá se, že vývoj věkového stupně určité populace je na podobné úrovni. Poměrně často však existují i individuální odlišnosti.

Lidský věk se podle Příhody (1971) rozděluje na tři hlavní období:

1. Integrační (období mládeži)

- prenatální
- dětství 0 - 11 let
 - mladší školní věk 6 - 11 let
- dorost 11 - 20 let
 - starší školní věk (pubescence) 11 - 15 let
 - adolescence 15 - 18/19 let

2. Kulminační (dospělost)

- 20 - 30 let - preakmé
- 30 - 45 let - akmé
- 45 - 60 let - postakmé

3. Involuční (stáří - 60 let a více)

S ohledem na téma diplomové práce se orientujeme hlavně na starší školní věk. Toto období charakterizují různé změny, které se jsou zřetelné především ve školním prostředí a trvá do skončení základní školy. Přibližně tedy do 15 let. Tato doba bývá označována jako pubescence. (Vágnerová, 2007, Matějček, 2007)

Právě období mládí je nejbohatší na kvalitativní i kvantitativní změny. Jedná se tedy o nejdůležitější etapu formování osobnosti. V tomto věku jsou typickými rysy populace hravost, vnímavost, aktivita a životní optimismus.

2.1.1 Období 6 - 11 let (mladší školní věk)

Tato vývojová etapa zahrnuje období přibližně mezi šestým a jedenáctým rokem života. Důležitou chvílí je zahájení povinné školní docházky, kdy se malým dětem změnil způsob života.

Psychická stránka bývá v tomto období oproti předškolnímu věku, který je hodně ovlivněn velkou fantazií a okamžitými přáními dítěte, často nazývána jako „období střízlivého realizmu“. Psychické procesy jako vnímání, představy, pozornost, paměť, fantazie a myšlení vystihují kognitivní vývoj.

Vnímání, pozornost a paměť spolu velmi souvisí. Při nástupu dítěte do školy je nejprve velmi obtížné si něco zapamatovat. Vlivem nového prostředí není pozornost dobrá a pro dítě není jednoduché přijmout a zachovat informace. Postupně se ale pozornost zlepšuje a dítě je schopno se záměrně soustředit. Vnímání se stává základem pro školní vyučování. Škola má na pozornost vyšší požadavky, žák se zde musí úmyslně soustředit na plnění úkolů. Doba takové pozornosti je zatím krátká, zhruba 5-10 minut, a množství pozorovaných prvků nemůže být příliš velké.

Fantazie a představivost mají velký význam pro žáky mladšího věku, kteří je využívají velmi intenzivně. Představy vyplývají z bezprostředních prožitků a jejich bohatost je závislá na tom, jaká je úroveň myšlení. Fantazie pak tyto představy přetváří a kombinuje. Někdy může dítě zavádět od skutečnosti, proto je potřeba ji usměrňovat. Potlačovat se ale nesmí, protože rozvoj fantazie přispívá i k rozvoji tvořivosti. Zvyšuje se také oblíbenost některých médií (televize aj.), které bohužel snižují zájem dětí o knihy jako prostředky pro rozvoj tvořivosti a fantazie. (Vágnerová, 2007)

Děti na počátku školního věku začínají pomalu chápat některé logické operace a jsou schopné správných úsudků. Myšlení vyplývá z vjemů, pojmů a představ. Na konci tohoto důležitého období převažuje hlavně myšlení logické. (Čačka, 2008)

Socializace a emoční vývoj nástupem do školy pouze začíná. Pro dítě znamená velkou změnu v jeho sociálních vztazích a způsobu života. Děti se nacházejí v nové sociální roli a přijímají nový sociální status – školáka či žáka. Školní docházka představuje pro dítě nové vztahy, a to ke spolužákům a k učiteli. Pro dítě mají v tomto období značný význam jeho vrstevníci. Tvoří své první kamarádství, ale také vztahy soupeření. Seznamuje se s různými formami komunikace s lidmi – členy rodiny, spolužáky, učiteli. Dítě začíná během tohoto období své jednání dokonaleji samostatně kontrolovat.

V celém tomto období je velice důležité sžití dítěte s jeho pohlavní rolí společně s komunikací s kolektivem dětí téhož pohlaví. Do této oblasti patří i projevy složek osobnosti. Například emoce a city, zájmy, postoje, volní procesy a hodnotová orientace.

U dětí emoční procesy lehce vznikají a poměrně snadno odeznívají. Postupně se přestávají obávat předmětů a pohádkových bytostí. Pocity strachu se objevují spíše v reálných situacích (strach z rodinných vztahů, strach z trestu, apod.). Děti občas reagují rozhněváním na zbytečné tělesné tresty, na posměšky, urážky, přehlédnutí své osoby ve hře, atd.

Schopnosti potlačit afekt v průběhu školní docházky rychle narůstají. Znamená to, že dítě je již schopno rozlišit vnější a vnitřní projevy. Dovednost vnímat svou i cizí emocionální stránku ovlivňuje úspěšnost dítěte v sociální interakci. (Langmeier, Krejčová, 2006)

Stanovení cílů ve většině činnostech a jejich realizace vyžaduje překonávání různých překážek – od častého potlačování nechuti přes vlastní úsilí, až po snahu nevnímat lákadla např. jít si hrát ven s kamarády. Dítě často přijímá úkoly od dospělých, které by mělo splnit i přes vlastní sebezapření. K regulaci rozvoje procesů lze pomáhat už od útlého věku dítěte, například dodržování pravidel při hrách nebo respektování pravidelného denního režimu. (Trpišovská, 1998)

Postoje, hodnotové orientace dítěte a názory se formují během celého socializačního procesu. V základech byl tento vývoj zahájen už v předškolním období, takže při nástupu do školy si dítě s sebou přináší základní normy sociálního chování (ví, co je „zakázáno“ a co „povoleno“) a také základní hodnoty (ví, co je „špatné“ a co „dobré“). Hodnotové orientace i sociální normy jsou však v mladším školním věku velmi labilní a závislé na okamžitých potřebách dítěte. Až po nějakém čase se začínají sociální normy stabilizovat. (Langmeier, Krejčová, 2006)

Se vstupem na základní školu vznikají velké změny v sociálních vztazích. Na počátku se dítě učí navázat vztah s učitelem, snaží se být oblíbeným a obdivuje ho. Autorita učitele s rozvojem kritického myšlení klesá a dítě se zaměřuje hlavně na své spolužáky. Pro dítě mají v tomto období vrstevníci již velký význam. Vznikají kamarádské vztahy, ale i agresivita nebo jiné nepřiměřené způsoby chování, které mohou vznikat i tehdy, když se dítě ve skupině dostane mimo sociální vztahy. Vrstevníci jsou velmi důležití pro vývoj chování a sociálního cítění dítěte.

Dítě se postupně naučí nejrůznější formy komunikace a sociální interakce. Z různých rolí dítě si dítě osvojuje i základy sebehodnocení a sebezpetí. Vlastní hodnocení se rozvíjí intenzivně hlavně v období dospívání. Dítě začíná vnímat stabilitu své osobnosti v období okolo sedmi let věku, zejména některé rysy a vlastnosti tvořící jeho psychologickou charakteristiku.

Může se srovnávat s druhými a tvořit si tak silnější základnu sebehodnocení. Pro jedince je velmi důležité kladné hodnocení. Člověk, který se přeceňuje nebo naopak podceňuje, má často problémy ve styku s ostatními lidmi. Hlavně rodiče mají vliv na sebehodnocení svého dítěte. Takzvanou zrcadlovou teorií mu odhalují jeho vlastní hodnotu tím, jak mu dávají najevo, že si ho váží nebo někdy naopak jak moc ho podceňují. Z druhé strany jsou rodiče také vzorem pro chování. Dítě podle nich modeluje samo sebe a jeho „zrcadlení“ v posuzování rodičů je pro něj velmi důležité. (Svoboda, 2007)

Vývoj sebehodnocení také významně ovlivňuje skupina dětí. Vedle dětské skupiny a rodičů má na sebehodnocení vliv i učitel, který může žákovu sebevědomí hodně pozvednout, ale také v něm probudit pocit méněcennosti.

Všechny tyto popsané složky (citové, poznávací, volní) se následně projevují ve vytváření zájmů. Je možné říct, že na počátku se zájmy spojují spíše s jednotlivými rysy osobnosti, než se schopnostmi jedince. Rozdílnost zájmů během tohoto období je velice zajímavá. Vše nové je pro dítě důležité, převážně věci vysvětlující skutečnost. Z nejrůznějších drobných činností a jejich zvládnutí mají děti radost, např.: vyšívaní a háčkování u děvčat, u chlapců plavání, šplh, stoj na rukou. Tyto zájmy ještě nemají u dětí moc hlubokou intenzitu, ale děti díky nim mají snadnější vstup do období pubescence, hlavně k počátkům sportovní aktivity.

Pro tělesný vývoj je typický intenzivní výškový růst (6-8 cm ročně). Souvisí s tím i rychlost látkové výměny a jiné vegetativní funkce jako je tepová frekvence, dýchání, střevní motilita a jiné. Tyto funkce pracují rychleji v dětském věku než v dospělosti.

Vidět je i zmožutnění na kostře a také svaly se stávají výkonnějšími. Je ale třeba brát ohled na nezralost dítěte. Nemělo by se přetěžovat a zatěžovat pouze jednostranně, hlavně dlouhotrvajícím silovým cvičením.

Jemná i hrubá motorika se během tohoto období zlepšuje. Zdokonaluje se koordinace pohybů ruky a svalů na prstech. To je důležité pro nácvik psaní. Svalová síla je větší, pohyby jsou rychlejší a nejvíce výrazné je zlepšení koordinace pohybů celého těla. To je spojeno s rostoucím zájmem o sportovní výkony a pohybové hry, které jsou náročnější na vytrvalost, sílu a obratnost. (Langmeier, Krejčová, 2006)

Pohyby těla se stávají rychlejší a přesnější. Výkony nejsou dány pouze věkem dítěte, ale záleží i na vnějších podmínkách. Pokud jsou děti podporovány, lze u nich zaznamenat rychlejší vzestup. Výkonnost dětí je v pohybových dovednostech rozdílná a může být podmíněná i tím, jestli je rodiče v těchto aktivitách povzbuzují či nikoliv. Pokud výkony závisí na vnitřní i vnější motivaci, pak také ovlivňují motivaci a emoční stabilitu dětí. Je proto hodně důležité, aby se v tomto období rozvíjel zájem dětí o pohybové aktivity, stále je povzbuzovat, a zároveň je tím motivovat.

Mladší školní věk je období hlavně logického myšlení, zařazování pojmů, přizpůsobení se změnám, zvládnutí školních povinností a osvojení nového životního režimu. V tomto období se také velmi rychle rozvíjí duševní disciplinovanost a emoční inteligence, která se projevuje ve zlepšení paměti a pozornosti. Děti si v této době vytváří pevnější sociální vztahy s okolím, hlavně s vrstevníky. Vznikají tak správné zájmy a návyky, které mohou dítě provázet celý jeho život.

2.1.2 Období 11 - 15 let (pubescence)

Doba pubescence je věkové období od 11 do 15 let života. Pubescence se projevuje přibližně jeden až dva roky od začátku činnosti pohlavních žláz. Období je doprovázeno velkými fyzickými i psychickým změnami. Časté jsou pocity nejistoty vůči svojí osobnosti.

Od začátku pubescence je u dětí možné vnímat vyšší stupeň logického myšlení, kterému je dán větší prostor. Dospívající dítě ovládá i velký počet myšlenkových kombinací. Tyto dovednosti umožňují nový způsob hodnocení morálky.

Rozvíjí se vnímání a jeho úroveň se přibližuje k vnímání dospělého jedince. Postupně se vyhraňuje i umělecké cítění. Psychologové v tomto období věnují mimořádnou pozornost fantazii. Promítají se v ní totiž představy o budoucnosti. Typické pro toto období je denní snění, kdy dospívající neví, co se děje kolem něj. Hůře se zapojuje do reálného života. Pubescenti disponují kromě tohoto negativního stavu i fantazií tvůrčí a rekonstrukční. Začínají se uplatňovat dovednosti, schopnosti a vědomosti, jak v zájmových aktivitách, (sportovních, uměleckých, technických, apod.), tak ve škole. S obtížemi je ale spojen přechod k používání myšlenkových operací a k abstraktnějšímu myšlení. Logické myšlení převažuje v myšlenkových procesech. Abstraktní myšlení však v tomto období může být důvodem pro zvýšený egocentrismus.

Problémy mohou nastat hlavně v převádění pojmů vzniklých v konkrétní situaci v abstrakci. Pubescent je svými schopnostmi zaujat natolik, že mu připadají všemocné. Tento způsob uvažování mají tendenci přeceňovat hlavně ve druhé části tohoto období .

V pubescenci se velmi mění i charakter dlouhodobé i krátkodobé paměti. Postupně je stále kvalitnější v obou směrech a navyšuje se objem zapamatovaných informací. Objektivní materiál si mladý člověk dokáže snadněji rozdělit, vybrat z něho důležité části a vybrat vhodnou metodu, aby celek zvládl. Při klasickém průběhu tohoto období schopnost paměti a pozornosti v pubescenci i adolescenci narůstá, přesto může dojít v raném období puberty k malému zhoršení, a to převážně pozornosti (Trpišovská, 1998).

Pubescentům jde hlavně o originalitu, uplatňují k tomu i prvky tvořivosti. Tuto originalitu můžeme sledovat v mluvené řeči, kde si děti vymýšlejí nejrůznější přezdívky, novotvary a slovní obraty.

V tomto období jedinci projevují velké emoční rozpětí. U některých se projevuje formou přecitlivělosti, u jiných se naopak objevuje hrubost a necitlivost. Emoční nestálost může být projevem hormonálních změn. Také k ní mohou přispět změny v mezilidských vztazích a v oblasti psychiky.

Reakce dospívajících jsou nápadnější oproti dřívějšímu období. Ke změnám dochází také v oblasti sebehodnocení, pubescenti bývají v tomto období vztahovační a zranitelní. Je to projev osobní nejistoty. I kritika může být důvodem k negativnímu sebehodnocení. Má ale i pozitivní význam. V některých situacích působí korektivně. Osobní nejistota probouzí u jedinců obranné reakce.

Průběh pubescence nevypadá vždy takto. U některých jedinců není průběh tak bouřlivý. Jde hlavně o ty, kteří již v mladším věku vykazovali vyšší vyrovnanost. Naopak emoční nestálost jedinců, u kterých se již projevila, pokračuje v dalších fázích jejich života.

V pubertě získávají zvláštní význam city a emoce související s erotickou oblastí života, mravní cítění a estetické city. Freud proto pojmenoval tuto dobu genitálním stadiem s živením sexuálního pudu. (Macek, 1999)

Několik autorů označuje dobu dospívání jako fázi vytváření a hledání vlastní identity. Pubescent se snaží najít nový smysl jeho kontinuity a vlastního sebepojetí, usiluje o sebeurčení a překračuje hranici reality. V této fázi bývá běžná nespokojenost se svojí identifikací a nejistota, což v jedinci nevyvolává dobré pocity. (Vágnerová, 2007)

Jeho novými kompetencemi je ovlivněn i socializační rozvoj jedince, který se projevuje například ve způsobu přijímání nejrůznějších sociálních vlivů. Sociální role pubescenta také prochází významnou proměnou. Je ovlivněna tendencemi odstranit závislost na rodině a jeho měnícím se zevněškem. Dochází ke změně povahy vztahů k rodičům. Jedinec odmítá nadřazenost běžných autorit, jako jsou učitelé a rodiče.

U dětí v této době převažuje tendence tvořit skupiny složené z pubescentů téhož pohlaví. V předcházejícím období tyto skupiny také vznikaly, ale teď jsou výrazněji organizované a stabilnější. Možnost napodobovat, vzájemný obdiv a stejné zájmy jedince vzájemně ve skupině slučují. Skupina může ale působit i poměrně negativně a dovést pubescenta až k sociálně patologickému jednání a chování.

Toto období je důležitý mezník v biologickém vývoji. V předchozích deseti letech se o tomto období hovořilo jako o tzv. sekundární akceleraci, což má za následek zrychlení biologického dospívání.

Přestože je vývoj centrální nervové soustavy téměř dokončen, mohou nastat problémy v koordinaci pohybů. Důvodem je rychlý růst tělesné výšky, kterému se nestačí přizpůsobovat svalstvo. Jedinci proto bývají často utahaní. V pubertě se harmonizují a dokončují tělesné proporce. Také funkce většiny vnitřních orgánů se ustalují. Tělesná výkonnost se výrazně zvyšuje a to se projevuje i ve větším zálibení ve sportovních činnostech. Pohyby u děvčat a chlapců se stávají více rozdílnými. Dívky usilují o zdokonalení pohybů tak, aby vypadaly elegantněji a ladněji. To se projevuje i při výběru sportovních aktivit. Dívky dávají přednost činnostem jako je moderní gymnastika, tanec nebo aerobik. Chlapcům se značně zvyšuje množství svalové hmoty, kterou chtějí využít v typicky mužských sportovních činnostech jako je kopaná, posilování, hokej, basketbal. Chlapci v tomto období poměrně často přeceňují své vlastní schopnosti. V tomto věku je možné v některých sportech zaznamenat i vrchol ve sportovní kariéře, např. gymnastika žen, plavání, aj. Tato vysoká sportovní výkonnost podporuje jedince v pokračování v jeho sportovní aktivitě. Tělesný vzhled a vývoj mají v životě pubescenta nyní velký význam. Důležité je, aby psychický a fyzický vývoj probíhal

stejně rychle. Jestliže je tělesný vývoj rychlejší než psychický, není jedinec vždy schopen vhodným způsobem situaci zvládnout. (Vágnerová, 2007)

Některé dívky nereagují na dospívání dobrým způsobem. Mohou u nich vznikat různé poruchy. Například poruchy příjmu potravy, jako je mentální anorexie či bulimie. Podle Daškové (2003) s přibývajícím věkem zájem o pravidelné sportovní aktivity narůstá jen u chlapců, u dívek je skoro totožný ve všech věkových skupinách.

2.1.3 Období 15 - 18 let (adolescence)

Toto období trvá přibližně od 15 do 18 let, s ohledem na určitou individuálnost v oblasti sociální a psychické, někdy i somatické. Adolescence je období psychosociální proměny, proměňuje se osobnost jedince a jeho sociální pozice. Odpoutání od závislosti na rodině je většinou dokončeno, uklidňují se vztahy s rodiči a stabilizují se. Značně důležití jsou vrstevníci a přátelé.

Proces osamostatňování i rozvoj identity v adolescenci pokračuje. Ustálení identity je závislé na způsobu přemýšlení a prožívání. Poznání sama sebe je pro jedince velmi důležité. Adolescent dokáže přemýšlet správně a logicky i o sobě, ale občas dělá chyby, které jsou způsobené jeho zbrklostí. Někdy vytváří závěry podle aktuálního impulsu, který není vždy stoprocentně správný. Celkový názor na různé události a vztahy ovlivňují citové prožitky. Přispívají i k poznání toho, čím se adolescent odlišuje od ostatních lidí. I přes to, že od dětství má každý schopnost prožívat, není jedinec schopen zážitky správně interpretovat. V předchozím období se dítě ve svých pocitech dobře nevyznalo. V tomto období je kladen důraz na citové hodnocení. Představuje vývojovou dobu mezi dospělostí a dětstvím. Dosavadní nesrovnalosti ve vývoji se postupně srovnávají. V této době fyziologického i anatomického dozrávání dochází k úplnému zvládnutí různých dovedností ve sportu. (Vágnerová, 2007, Svoboda, 2007)

Z hlediska emocionálního a sociálního se tu objevují nějaké problémy - dospělost biologická není vyrovnaná se sociální vyzrálostí. Pokusy o sociální a ekonomickou nezávislost mohou vést až k delikvenci. Mohou s tím být spojené i některé záporné postoje k dospělým autoritám v určitých situacích. Mladí lidé hodně výrazně obhajují spravedlnost a pravdu i přes to, že jejich posuzování je kvůli malým zkušenostem někdy zjednodušené. Důležitý je také vztah jedince k osobám opačného pohlaví. Problematické je občas i posuzování zásad správné životosprávy.

Uvažování jedince je téměř na úrovni dospělých lidí. Adolescent projevuje spoustu vyhraněných zájmů, které mají trvalejší charakter. Rozhodující vliv na tvorbu osobnostního profilu má společenské prostředí, ve kterém se jedinec nachází. Adolescenci je možné z hlediska sportovní výkonnosti označit za dobu vrcholných výkonů, zvláště v některých sportech.

Toto období je z výchovného hlediska značně náročné. Zásahy v místě výchovného působení jsou jedinci radikálně odmítány. Stejně jako se jedinec v předcházejícím období postupně odděloval od rodiny, se v tomto vývojovém období odděluje od skupiny. Sžití se skupinou obvykle představuje jen přechodnou fázi, díky které je možné překonat nejistotu hledání individuální identity a osamostatňování. Vývoj osobnosti jedince by se zastavil, pokud by i nadále zůstal důraz na skupinovou identitu.

Motorický a tělesný vývoj se v této době již dokončuje. Výška adolescenta je skoro stejná s výškou dospělého člověka. Výška přináší jedinci uspokojení, protože představuje vyrovnávání pozic a také zesiluje jejich sebevědomí. Fyzická síla je významnější a výraznější u chlapců, hlavně v případech, když se jedinec nedokáže jinak prosadit. Autorita je ve vztahu k vrstevníkům získávána ve velké míře právě silou fyzickou. Obratnost a síla je základem sportovního výkonu, ale také určité identity ve vybraném sportu. Adolescenti v této oblasti často předčí dospělé a mohou dosáhnout nemalé prestiže. Role sportovce je hlavně ve skupinách mladých lidí hodnocena pozitivně. Nepochybnost a zřejmost výkonu je důležitá v aktivitách, které se mohou změřit. V ostatních sportech není úspěch tak jednoznačný. Může přinášet více nejistoty, protože má subjektivnější hodnocení (např. skoky do vody, krasobruslení, gymnastika apod.). Osobní identitu určuje sportovní úspěch natolik, že někdy může silně působit na adolescenta i v dalším období života. Že kariéra sportovce jednou skončí si jedinec racionálně uvědomuje, ale subjektivně reálný význam toto vědomí zatím nemá. (Vágnerová, 2007)

2.2 Pohyb a pohybová aktivita

Základním projevem života člověka je pohyb. Do schopnosti vnímat, užívat a hodnotit prostorové vztahy se promítá hlavně motorika. Pro sebepochopení, sebevnímání a interakci s okolím je důležitým prostředkem tělo. Změny vnímání jsou možné také pomocí pohybu těla.

Naše prožívání a chování zásadním způsobem ovlivňuje to, jak se hodnotíme a vnímáme. (Slepička, 2006)

Pohyb měl ve fylogenezi velký vliv na vývoj všech živočichů. Díky pohybu se zdokonalovala jak pohybová soustava, tak ostatní soustavy. Hlavně ale soustavy regulační (humorální, nervová) a smyslové schopnosti. Během vývoje člověka se také změnil význam funkce pohybu. A to od samotného zajištění nejzákladnějších životních potřeb až k činnosti umělecké či sportovní. Jako tělo ostatních živočichů, je i lidské tělo vyvinuté k aktivitě a pohybu. Provádí dechové pohyby, i když je zdánlivě v klidovém stavu. Dochází k pohybům střev a jiných orgánů či buněk, jako jsou spermie či krvinky. Také k srdečním stahům a cirkulaci krve.

Slepička (2006) uvádí, že pohybový systém funguje jako celek. Vliv psychiky na motoriku, stejně jako vliv centrální nervové soustavy (CNS), je zásadní. Pohyb se řídí podle sensorických podnětů. Pohyb řídí centrální nervová soustava na základě zpracování aferentní signalizace jak z vnitřního, tak i z vnějšího prostředí.

Během evoluce, která probíhala milióny let se u člověka vyvíjely pohybové schopnosti a jsou zakódovány v lidských genech. Pohybovou aktivitu rozlišujeme školní, pracovní, rekreační, sportovní, habituální (oblékání, hygiena, vaření, úklid atd.) aj. Civilizace s sebou přinesla způsob života (hypoaktivita, nedostatek pohybu), který přivádí každého člověka k významnému konfliktu mezi jeho skutečným pohybovým režimem a vrozenou dispozicí k pohybu. Pro pohyb se narodil každý jedinec. My se ale vozíme v nejrůznějších dopravních prostředcích, většinu pracovní a školní doby trávíme v sedě. Aktivní svalovou práci a činnost dalších orgánů máme výrazně omezenou, přitom bez nich by pohyb nebyl možný. Tvoří totiž pohybový systém v širším slova smyslu (neuromuskulární řídicí systém, muskuloskeletální aparát, energetický metabolismus, neuroendokrinní systém, transportní systém - dýchací a oběhový systém, metabolismus minerálů a vody aj.)

Podle Měkoty a Cuberka (2007) pohybová aktivita v širším významu znamená totéž, jako pohybová činnost. V základním smyslu je činnost chápána jako aktivní chování určitého systému. Vědomá pohybová činnost jedince nás zajímá hlavně v antropomotorice. Přívlástek pohybová vyjadřuje hybný (motorický) charakter činnosti a pohybová stránka je tak v dané činnosti nejdůležitější. Sumou činností, které jsou realizovány kosterním svalovým systémem, může být vymezena pohybová aktivita. Tyto činnosti jsou podmíněny součinností veškerých fyziologických funkcí a energetickým výdejem.

Druh pohybové sportovní aktivity je dán souborem prvků obratnosti, vytrvalosti, svalové síly, koordinace a pohyblivosti. Maximální objem spotřebovaného kyslíku nebo

úroveň tepové frekvence pak představuje intenzitu pohybové nebo sportovní aktivity. Počet cvičebních lekcí za týden je dán frekvencí pohybové aktivity, která závisí na intenzitě, objemu a struktuře cvičení.

Lokomoční aparát ovlivňuje intenzivní pohybová aktivita (hra, práce, sportovní trénink, regulovaná cvičení) působením mechanických tlakových a tahových sil. Vyvolává i měřitelné metabolické, cirkulační, teplotní, respirační a chemické změny. Z toho je tedy zřejmé, že na tělesný rozvoj mohou mít vliv i adaptační odpovědi na význačnou pohybovou aktivitu, a to hlavně v období aktivního vývoje a růstu. (Riegerová, Přidalová a Ulbrichová, 2006)

Podle úrovně výkonnosti v pohybových sportovních aktivitách můžeme zohlednit rozdělení do kategorií. Rozlišujeme tedy vrcholové, výkonnostní a rekreační sportovní aktivity:

- vrcholové pohybové sportovní aktivity - v současné společnosti tvoří specifické prostředí, při kterém se na pohybu zdůrazňuje především rychlost, síla, posouvání hranic možností, poražení soupeře. Cílem je titul a vítězství. Výsledky jsou dané tvrdou systematickou sportovní přípravou často za hranicí duševní pohody a zdraví.
- výkonnostní pohybové sportovní aktivity - tyto činnosti jsou zaměřené na sportovní výkon, základem je vyšší výkonnostní standard než u rekreačních pohybových sportovních aktivit. Jedinci jsou tak ochotni a schopni se zapojit do soutěží a standardů důležitých pro dosažení výkonnosti, která je měřitelná.
- rekreační pohybové sportovní aktivity - mají povahu především zájmovou, jsou cíleně voleny podle zdravotního stavu sportujícího, jeho věku, podle potřeby regenerace a odpovídající kondice. Jedinci sportují ve svém volném čase po dokončení pracovních povinností, kdy si mohou svobodně vybírat činnosti a po tom, co zajistili všechny své biologické nezbytnosti.

2.3 Sport

Ve světě popularita sportu stále narůstá a poslední trendy jeho rozvoje ukazují, že člověk sport potřebuje, a že v něm často nachází uspokojování svých zájmů a potřeb. I sport prošel výraznou obměnou, podobně jako se postupně vyvíjela společnost. V současné době dokonce ovlivňuje i další společenské sféry, např. kulturu, ekonomiku, právo, politiku a různé

komunikační prostředky. Lze říci, že téměř každý člověk se v určitém časovém období se sportem setkává. Možná i z tohoto důvodu vznikla vědní disciplína, která se nazývá sociologie sportu. (B. Svoboda, 1971)

„Sport je v současném světě výrazným společenským fenoménem, který svou podstatou, postavením a vlivem působí na stále širší vrstvy obyvatel.“ (Choutka, 1998, s. 5)

Pohyb byl vždy nedílnou součástí života člověka a má v něm své pevné místo. I odborná literatura podává důkazy o jeho důležitosti. Zabývá se i oblastí historického vývoje sportu. Vždy se zdůrazňovala prospěšnost všestranného pohybu prováděného na čerstvém vzduchu a slunci. Významná je také harmonie duše a těla (tzv. kalokagathie). Význam pohybu zdůrazňovali i někteří myslitelé dané doby. (Kössl, Štumbauer, Waic, 2006)

O pohybu se velmi zajímavě vyjadřoval například Aristoteles. Tvrdil, že cvičení by mělo odpovídat fyzickým možnostem člověka a mělo by být rozumné. Aristoteles byl hlavně odpůrcem fyzické jednostrannosti a velkého přetěžování mladého organismu. Výchova by neměla být zaměřena živelnost, ale na krásu. (Douillard, 1994)

Xenofon, významný historik, pronesl: *„Žádný občan nemá právo být amatérem v oblasti tělesného cvičení, být v dobré fyzické kondici je součástí jeho povolání jako občana. Pro člověka je ostuda zestárnout a nepoznat přitom, jaké krásy a síly je jeho tělo schopno dosáhnout.“* (Douillard, 1994, s. 246)

Ještě zde uvedu jeden výrok, který jistě bude většině velmi povědomý. Jedním z nejznámějších výroků je totiž Juvenalův citát: *„mens sana in corpore sano“*. V českém jazyce tento citát říká: *„ve zdravém těle, zdravý duch“*. (Kössl, Štumbauer, Waic, 2006)

Bohužel se v dnešní době čím dál více objevují názory a studie, které ukazují, že lidská společnost se pohybuje méně než dříve. Touto problematikou se zabývají např. Rychtecký (1998) nebo Teplý (1990). Zdravotní stav obyvatel se samozřejmě mění se snižující pohybovou aktivitou a přibývá počet občanů, kteří trpí některou z civilizačních chorob. Mnoho lidí dnes zastává názor, že sport mají provozovat pouze mladí jedinci. Opak je ale pravdou, jelikož v současné době najdou svůj užitek ve sportu i handicapovaní nebo starší lidé. Sport nepředstavuje pouze nutnost dosáhnout vítězství, ale přináší také zábavu a radost.

Jak již bylo uvedeno, lze tvrdit, že i sport se spolu se společenským vývojem vyvíjel a během několika let měnil svůj význam i rozsah. V současnosti je sport společenským fenoménem. K tomuto postavení ale nevedla příliš jednoduchá cesta.

2.3.1 Definice sportu

Definice sportu je hodně, stejně jako jejich kritik. Také samozřejmě existují i názory, které definování pojmu sport a tvorbu jeho teorie považují za téměř nemožné. Nicméně je sport v každém případě něco víc, než představuje pouhé cvičení nebo pohyb. Jde v něm i o úsilí a dobrý výkon, ochotu spolupracovat, překonávat vlastní slabost a snahu zvítězit. (Svoboda, 1971)

Už řadu let vyvolává otázka „*Co je vlastně sport?*“ diskuse, jak tento pojem definovat. V průběhu let vplynuly z této názorové nejednoty dva základní směry problematiky sportu:

- 1) Sport je jen organizovaná pohybová závodní činnost, zaměřená na dosažení vítězství a maximálního výkonu.
- 2) Sport jsou všechny pohybové aktivity, na které je nutné vynaložit určité fyzické úsilí.

Podle první kategorie sport vychází z postupně rostoucí sportovní komercializace a profesionalizace. Ustupuje prožitek a spontánní zábava a v popředí je tréninkový dril, který je zaměřený na maximální výkon sportovce. V tomto směru dochází tedy k oddalování se od původního významu pojmu sport. Sport je označován jako závodní činnost se snahou dosáhnout maximálního výkonu. (Sekot, 2006)

Uvedeme zde některé definice autorů prvního směru pro lepší pochopení jejich pohledu na sport:

Podle Hodaně (2000) je sport přísně organizovaná, specifická činnost tělocvičného i jiného intelektuálního, pohybového, či technického charakteru, kde dominuje výkonová motivace a z ní vyplývající prožitkovost, která se realizuje v dosahování relativně či absolutně maximálního výkonu, a to v přesně kontrolovaných a vymezených podmínkách soutěže.

Svatoň (2001) uvádí, že sport je pohybová aktivita, která je převážně závodního typu a charakterizuje jí výkonová motivace.

Dále je sport podle Hodaně (1997) činnost založená na soutěžení, organizovaném závodění, snaze dosáhnout vysokého výkonu, jenž nemá charakter nevýrobního nebo pracovního procesu.

Sport také představuje organizovanou cílevědomou pohybovou aktivitou, která je zaměřená individuálně k dosažení absolutně (vrcholový sport) či relativně (výkonnostní,

nevrcholový sport) nejvyšších výkonů ve sportu, a to v regulérně realizovaných soutěžích. Sport je hra, podívaná pro diváky a ekvivalentem boje mezi aktivními účastníky.

Jirásek (2005) definuje nejvyšší hodnotu pohybu ve sportu jako vítězství a maximální výkon v soutěži.

Sport a jeho okolí je chápáno jako jednostranná aktivita, která směřuje lidi k produkování rekordů a úspěchů ve výrazech sekund, gramů a centimetrů.

Podle Francouze G. Magnane (1964) představuje definice sportu činnost ve volném čase, ve které dominuje tělesné úsilí, s charakterem pracovním nebo herním, uskutečňována ve formě soutěže a proto přinášející specifické instituce a pravidla, s předpokladem postupné přeměny v činnost profesionální.

Sport ve druhém pojetí připomíná jeho původní poslání a myšlenku. Představuje nejhlavnější podstatu sportu, kterou je především pohybová aktivita přinášející prožitek, rozptýlení, radost a všestranný rozvoj osobnosti jedince. V současné době je však tento pohled na sport poněkud v ústraní.

Podobně jako v prvním případě dále uvádíme příklady vnímání definic sportu:

Podle Sekota (2003) je sport pohybová institucionalizovaná aktivita, která vyžaduje fyzické systematické úsilí účastníků, motivované osobním prožitkem, zvýšením celkové fyzické kondice či cíleným výkonem nebo výsledkem.

Kolektiv autorů (1998) uvádí, že sport je fyzická rekreační aktivita, která tvoří složku životního stylu a volného času. Tato aktivita je prováděna ve vrcholové podobě i jako profese. Má funkci relaxační i zdravotní, zahrnuje momenty výkonu, soutěživosti, příslušnosti ke skupině, regulované ventilace agrese. Fenomén diváctví také souvisí se sportem ve formě masové zábavy.

Aitken (2000) definuje sport výrazem imperativu rytířskosti, estetickou normou a etickým kódem, přitahující zástupce všech společenských tříd a vůbec všechny jedince.

Eger (1998) tvrdí, že sport poskytuje prostředek pro sdružování jednotlivců a komunit a vzájemně je sblíží. Hlavně mladým lidem může pomoci najít pocit, že také někam směřují a eliminovat tak sociální odcizení.

Hobza a Rektořík (2006) uvádějí, že sport slouží k rozvoji osobnosti člověka a k jeho všestrannému zdokonalování. Vrcholový sport a výkon není vždy ve sportu jako takovém hlavním cílem. Může se ale jednat o aktivity, které slouží k udržení tělesné kondice a k utužení zdraví.

Podle Dovalila (2002) je dnešní sport označován jako pohybová aktivita provozovaná podle určitých zvyklostí a pravidel. Výsledky jsou pak porovnatelné nebo měřitelné s jinými provozovateli jednoho sportovního odvětví. Obecně má však tato definice sportu tři zásadní omezení:

1. jde o pohybovou aktivitu, což eliminuje činnosti, kde se soutěží pouze pomocí štěstí nebo duševních schopností (např. hazardní, počítačové, nebo deskové hry),
2. pohybová aktivita má jasně daná pravidla, která znemožňují usilovat o soupeřův život (např. válka) a podle kterých se také soutěží,
3. pohybové aktivity mají soutěžní charakter, poměřují se totiž jejich výsledky. To vyřazuje např. bojová umění, která jsou provozovaná filozoficky zaměřeným a nesoutěžním způsobem, jógu atd.

2.3.2 Socializace sportem

Nejdříve je důležité definovat přesně to, co vyjadřuje pojem socializace. Opět jde o velmi široký pojem a je možné se setkat s nejrůznějšími výklady tohoto pojmu. Tématu se věnuje celá řada sociologů a autorů. Pro snazší pochopení tohoto poměrně složitého pojmu uvádíme některé definice.

J. Janoušek (1988) definuje socializaci souhrnem procesů vzájemné interakce mezi jedincem a společností, ve kterých společnost působí na člověka tak, aby sám v sobě učením vytvářel vnitřní psychologické předpoklady, které jsou nezbytné k participaci ve společnosti zároveň jako relativně samostatná osoba, která řídí své jednání a odpovídá za něj, i jako člen společnosti.

Podle M. Nakonečného (2009) je socializace proces přeměny biologického jedince na kulturní bytost.

Jandourek (2003) tvrdí, že socializace je proces, kterým se člověk začleňuje do sociální skupiny a osvojuje si hodnoty, pravidla a sociální role ve skupině, které jsou spojené s danými pozicemi a zároveň se učí dalším dovednostem a schopnostem. Jestliže člověk pociťuje představy, postoje a osvobozené způsoby chování jako samozřejmé a svoje vlastní, jsou tzv. internalizovány. Základ procesu socializace je v mládí a dětství a jeho výsledkem je tvorba socio-kulturní osobnosti, sociální identity. Mezi nejdůležitější fáze socializace patří

proces socializace v povolání, který však probíhá až na konci mládí. Pojem socializace označuje i každé začlenění do nové skupiny. Trvá tedy vlastně celý náš život.

Dále je podle Jandourka (2003) možné na socializaci nahlížet, jako na učení se rolím a symbolům. Socializaci rozděluje na primární, která se uskutečňuje prostřednictvím nejbližších, jako jsou přátelé nebo členové rodiny, a na sekundární, která nastává pomocí institucí, jako je podnik, kde pracujeme, škola nebo prostředky různé masové komunikace.

Z názorů autorů ze zahraničí uvedu definice B. Emökeho, R. I. Watsona, B. Geista a H. P. Freye.

Podle B. Emökeho je socializace je proces participace ve společnosti, během které se člověk naučí poznávat sám sebe a své prostředí, naučí se pravidla soužití a očekávání i možné způsoby chování. (Slepička, 1973)

R. I. Watson tvrdí, že socializace je proces, který umožňuje dětem, aby se mohly stát dospělými funkčně zdatnými členy ve společnosti tím, že se naučí normy své společnosti, obecné formy chování, které se u každého člena očekávají. (Slepička, 1973)

B. Geist definuje socializaci jako sociální interakční proces, pomocí kterého si jedinec celý život osvojuje sociální normy, hodnoty a vůbec všechny faktory sociálních (pod)celků, ke kterým v rámci sociálního celku (např. národa) patří podle základního referenčního systému daného sociálního celku (ideového, hodnotového atp.). Je typem sociálního učení (hlavně učení se sociálním rolím), díky kterému člověk získává základní orientaci ve svém chování v daných sociálních celcích, které mu umožňuje soužití s jinými jedinci těchto celků; představuje proces formování osobnosti člověka jako sociálně - kulturní bytosti, proces sociální ontogeneze člověka, druhé narození člověka jako sociálního jedince a řetězec sociálně adaptačních procesů, jejichž souhrn tvoří obsah socializace. (Slepička, 1973)

H. P. Frey definuje socializaci jako přípravu jedince na výkon jeho sociální role. Začlenění jedince do úloh a aktivit, které musí vykonávat jedinci v zájmu uchování existence society. (Slepička, 1973)

Na základě zde uvedených vysvětlení pojmu socializace, je možné tento termín shrnout. Jde tedy o proces, který obsahuje všechny složky psychiky – konativní (volní), emotivní (citovou) i kognitivní (rozumovou). Představuje děj, který probíhá po celý náš život. Jedinec se během svého života stává osobností, osvojuje si a poznává kulturu společnosti, které je členem. Dále socializace představuje proces stadiální, jinými slovy lze proces socializace rozčlenit do určitých fází nebo etap.

V předním zájmu jednotlivců i společnosti je již spousta desetiletí i sport. Stal se postupně běžnou součástí společenského dění a života. Sport zasahuje do života snad každého člověka a je významným trendem současné doby. Začlenit do společnosti se člověk může i prostřednictvím sportu a stát se tak členem nějaké společenské skupiny, v tomto případě tedy určité sportovní skupiny. Mluvíme zde o socializaci sportem.

Sport, jak je uvedeno výše, má důležitou roli při začleňování jedince do společnosti. Má vliv i na formování osobnosti člověka. U mužů je sport brán jako součást vývoje dozrávání v dospělou bytost. U dívek nehraje sport tak důležitou roli v oblasti osobnostního zrání jako u chlapců a s nějakou výraznější úlohou sportu se při dozrávání osobnosti počítat nedá. Tento proces se projevuje hlavně v období adolescence.

Ke spoustě výzkumných tvrzení z oblasti socializace sportem došla i americká sociologie, která potvrzuje, že životně stimulující význam hraje obdiv a uznání okolí ke sportovním výkonům adolescentů a nezbytnost udržování výkonnostního standartu sportovce pro pozitivní odezvy okolí a posílení jeho vlastní sebedůvěry. Další tvrzení z této oblasti pocházejí z britské sociologie, podle které je orientace na sportovní činnost u dětí a mládeže podporována pocitem jejího individuálního významu v soutěživém prostředí moderní společnosti výrazněji u chlapců, než u dívek. Také se mění v čase, a to podle míry příležitostí a druhu kontaktů s okolím. (Coakley, 2001)

Obecně ale platí, že úspěch v oblasti sportu ještě není zárukou úspěchu i v jiných oblastech osobního života. Většinou je sport sice zdrojem obdivu a uznání, ale může také komplikovat utváření čistě osobních či harmonizujících vztahů. Při sportování jedinec musí projevovat poměrně velkou fyzickou zdatnost, která však může zároveň přinášet chronické zdravotní problémy a komplikace. Sportovní kariéra se čím dál více přibližuje spíše prostředku ekonomické prosperity. Nedokáže ale přispět k přirozenému tvoření sociální pozice a od ní vzniklých sociálních rolí. (Burstyn, 1999)

Dopad sportu na socializaci člověka je neoddiskutovatelný. Je ale značně obtížné takové působení přesně popsat. Každý jedinec je na různé úrovni sociálního vývoje, je povahově odlišný a i socializační faktory dopadají na každého člověka jinak. Velkou mírou ovlivňuje socializaci člověka prostředí, ve kterém žije. Ve sportu se jedinec pohybuje v prostředí rekreačního sportu (svoboda volby, komunikativnost, navazování kontaktů, důraz na prožitek atd.) nebo v prostředí výkonnostního sportu (nepřátelství k soupeři, podřízení se, obětování svého soukromí, směřování osobnosti na výkon atd.). Tyto rozdíly však nejsou v určité sportovní úrovni pevně dány, mohou se prolínat. Rekreační tendence se ve

výkonnostním sportu objevují méně často, i přesto jsou ale ve výkonnostním sportu prvky, které jsou typické spíše pro rekreační prostředí.

Sociální dovednosti, které by měly sport nejvíce rozvíjet se pokusil charakterizovat sociolog Shapiro (1998). Jedná se o:

1) Navozování přátelství

Tato jedna z nejdůležitějších dovedností by měla být podporována už od raného dětství. Při provozování určité sportovní aktivity a při sportu vznikají nová přátelství. Tuto dovednost je velmi důležité dále rozvíjet již u dětí a mládeže. O tom, jak si jedinec dokáže najít své přátele, vypovídá úroveň jeho smyslu pro humor a komunikace, či jeho nadhled v dané situaci.

2) Nadhled a humor

K dobré atmosféře, kladnému socializačnímu působení na člověka a k zesílení prožitku z pohybové aktivity přispívají, kromě dalších, i tyto dovednosti. Proto jsou humor a nadhled ceněným a vítaným prostředkem ve sportu.

3) Komunikativnost jedince

Jde hlavně o zdokonalení verbální i neverbální komunikace, a to jak se sportovním soupeřem, tak i v rámci spoluhráčů. Kvalita tohoto vztahu se rozvíjí pomocí proměnlivých podmínek, které sportovní prostředí poskytuje, a zasahuje i mimo sportovní soupeření.

Je vidět, že v procesu socializace zaujímá i sport důležitou roli. Socializace sportem se objevuje zejména v období adolescence, při dospívání. Týká se tedy hlavně mládeže a dětí. U těchto věkových skupin přispívá ve velké míře k začlenění do společnosti prostřednictvím sportu a k formování osobnosti. U hochů je úloha sportu důležitější než u dívek.

Sport je v současné době velmi úzce propojený s volným časem. Různé sportovní činnosti se totiž pro velkou část svých účastníků odehrávají v jejich volném čase, hlavně pokud mluvíme o rekreačním sportu. Projevy pozitivních účinků sportu můžeme pozorovat

jak na fyzickém stavu, tak i na psychickém stavu. Podle Slepíckové (2005) je možné přínos sportu v oblasti duševní a tělesné a shrnout do následujících bodů:

- způsobuje přirozené uklidnění a únavu,
- oddaluje se stárnutí,
- dochází ke snižování se působení stresu,
- vylepšují se psychické funkce,
- napomáhá k udržování vhodné tělesné hmotnosti,
- vylepšuje se vzhled,
- snižují se komplikace se zády,
- zvyšuje se svalová vytrvalost a síla,
- snižuje se riziko cévních onemocnění srdce,
- zvyšuje se činnost plic a srdce.

2.4 Školní tělesná výchova

Výchova ke zdraví spolu s tělesnou výchovou patří do oblasti základního vzdělávání „Člověk a zdraví“. Tato oblast vzdělávání „Člověk a zdraví“ v RVP (Rámcovém vzdělávacím programu) pro základní vzdělávání je cílena k prohloubení vztahu ke zdraví, rozvíjení dovedností, které vedou k co nejlepší kvalitě života dospělých a ke zdravému životnímu stylu. Tělesná výchova je zacílena na trvalý vztah k pohybovým činnostem, na optimální rozvoj duševní, tělesné a sociální zdatnosti. (Fialová, 2010)

Tělesnou výchovu ve školách je možné považovat za nejmasovější a nejrozšířenější organizovanou formu pohybové činnosti mladé populace. Jde o výchovně vzdělávací předmět, který je zaměřený na stimulaci rozvoje žáka a specifické pedagogické působení prostřednictvím velkého spektra ověřených pohybových činností, působením společenských podmínek, školy a učitele. (Fialová, 2010)

Tělesná výchova by měla svým specifickým přínosem napomáhat k všestranné výchově. V tělesné výchově je nejběžnější tělesný pohyb, který má nemalé pozitivní vlivy na tělesné zdraví jedince, na jeho odolnost, zdatnost a vývoj. Pohyb má také velmi dobrý vliv na psychiku jedince. Tělesná výchova představuje všestranné zdokonalování jedince pomocí

tělesných cvičení. Současný sport není jen zájmovou záležitostí, ale i sociální institucí. Promítá se do spousty životních oblastí a přesahuje tak oblast tělesné výchovy. (Svoboda, Uher a kol., 1972)

Jeden z úkolů školní tělesné výchovy je působení na postoje žáků a jejich zájem o neustálé tělesné vylepšování jako celoživotní snahy člověka. Mezi ostatní úkoly patří osvojení dovedností a vědomostí, regulace interpersonálních vztahů, utváření návyků, rozvoj pohybových schopností a tělesné zdatnosti. (Svoboda, Uher a kol., 1972)

Podle Kudláčka a Ješiny (2011) je tělesná výchova předmětem vyučování, který slouží hlavně ke zvyšování motorické výkonnosti.

2.5 Osobnost učitele

Osobnost učitele je možné chápat jako model osobnosti člověka, který se vyznačuje hlavně psychickou determinací. Jde o systém regulační, spojený s autoregulací. Je otevřený, determinovaný vnitřními předpoklady a jejich dynamickými vztahy, vnějšími podmínkami a utvářením projevů osobnosti jako svérázného individua, jakým osobnost učitele samozřejmě je. (Dytrtová, Krhutová, 2009)

Věda, která se zabývá osobností učitele, se nazývá pedeutologie. Rozebírá osobnost učitele dvěma odlišnými přístupy. První z nich je přístup normativní. Jeho cílem je stanovit, jaký má učitel být, aby byl ve své profesi úspěšný. Druhý přístup je spíše analytický. Jeho hlavním cílem je zjistit povahu konkrétních učitelů a jejich reálné vlastnosti. Nejjednodušší způsob poznání osobnosti je pozorování osobnosti v určitém akčním prostředí, kde se vlastnosti osobnosti nejlépe projevují. (Dytrtová, Krhutová, 2009)

Pro učitele je důležité, aby se stal součástí skupiny (třídy) a současně měl svoji hru pokaždé pečlivě připravenou. Toto skloubit není jednoduché, a proto je důležité hlavně odhodlání a dobrá vůle. Učitel se dostává do spousty rolí. Je pedagogem, organizátorem, hercem, rozhodčím a někdy i účastníkem. Velmi důležité je, aby měl základní organizační a pedagogické dovednosti, schopnost vystupovat před kolektivem a jednat s lidmi. (Pelánek, 2008)

Na osobnost učitele se kladou požadavky, které jsou spojené s dosahováním vyšší úrovně morálních vlastností. Ty jsou úzce propojeny s výkonem profesním. Žádný učitel se

neobejde bez vřelého a hlubokého vztahu k dětem a komunikativních dovedností. Nepostradatelná je také psychická vyrovnanost. (Nelešovská, 2005)

Žáka by měl učitel vnímat jako člověka, který má své právo na jiné názory než má učitel, jako živou bytost procházející neustálou proměnou, vnímat ho jako osobnost, které pomáhá hledat cestu, dát žákům možnost spolupodílet se na vytváření a řízení hodiny (bez potlačení role učitele), měl by neustále tvořit šance pro žáky na jejich úspěch v učení. (Vališová, Kasíková, 2011)

2.6 Volný čas

Pojem volný podle čas Pávkové, Hájka, Hofbauera, Hrdličkové a Pavlíkové (2008) zahrnuje odpočinek, zábavu, rekreaci, zájmové vzdělávání, zájmové činnosti, dobrovolnou společensky prospěšnou činnost i časovou ztrátu spojené s těmito činnostmi. Průcha (2013) tvrdí, že volný čas je možné zkráceně definovat jako opak času nutného k práci a povinnostem a času nutné k obnově sil.

Volný čas jako úsek v časovém prostoru je možné podle Jansy (2012) využít pro hodnocení obsahu, který je i velmi rozmanitý. Lze ho naplnit řadou činností od nečinnosti, nicnedělání a prázdného povídání k činnostem jako např. kutilství, zahrádkaření apod., až po rozmezí volného času a práce (aktivitám kulturním, sportovním, aj.). Kromě obsahu lze sledovat i množství volného času v denním režimu jedince. Aktivitu lze uspořádat podle jistých shodných znaků do skupin, kdy je možné uvést časoprostorové členění, které platí v rozsahu jednoho dne.

U dětí a mládeže nepatří do volného času vyučování a aktivity s ním související, základní péče o vzhled a osobní věci, sebeobsluha, povinnosti spojené s chodem domácnosti, rodiny, výchovného zařízení, další uložené vzdělávání a jiné časové ztráty. Do volného času nepatří ani činnosti zajišťující biologickou existenci člověka (spánek, jídlo, zdravotní péče, hygiena). Někdy si i z těchto aktivit lidé udělají svého koníčka, což je patrné např. ve vztahu k přípravě i konzumaci jídla. (Pávková, 2008)

Podle Sekota (2003) je pojem volný čas v současnosti ozvláštňován zejména ze dvou důvodů. Prvně v souvislosti s dynamikou produktivity práce všeobecně narůstá kapacita volného času. Dále se jako důsledek tohoto faktu promýšlí meze a možnosti forem jeho trávení. Na volnočasové aktivity je možné z hlediska sportu nahlížet jako na prostor, kde

existuje široká realizace pohybové rekreace. Převážně v situaci, kdy se s rozvojem průmyslu volného času neustále rozšiřuje nabídka relaxačních zařízení (sauny apod.), sportovních klubů, fitness center či sportovních pobytových zájezdů.

Hofbauer (2004) také považuje předpoklady rozvoje volného času a nárůst jeho rozsahu jako výsledek zkracování pracovní doby u dospělých (také její eliminaci u dětí a mladistvých), zvětšování celého objemu volného času veškeré populace (i zde zvláště mladé generace) i nárůst volného času ve městech, jejichž počet obyvatel rychle roste v procesu urbanizace i vzhledem k ostatní populaci.

Je možné pozorovat, že prožívání volného času přináší spoustu problémů, ale i řadu šancí. Bauman, Kaplánek, Čech, Svobodová (2012) tvrdí, že volnočasové priority odpovídají životnímu směřování a hodnotové orientaci jedince často více než jeho navenek projevované názory. Priority v každodenním životě člověka jsou totiž obrazem jeho základních potřeb: potřeba svobody (autonomie), ale také zároveň potřeba sounáležitosti, bezpečí a jistoty. Volný čas je dobou, ve které se jedinec může rozvíjet. Je tedy logické, že je zároveň polem pro etickou výchovu. V případě, že volný čas je právě ten čas, se kterým je možné nakládat podle svého, pak je základem volného času svoboda. Nejdůležitější je tedy, jak jedinec svou svobodou využije - a tomu je potřeba se neustále učit.

Podle Pávkové (2008) je možné se na problematiku volného času dívat z různých pohledů:

- Z hlediska sociologického a sociálněpsychologického je nutné sledovat, jak aktivity ve volném čase přispívají k vytváření mezilidských vztahů, jestli pomáhají tento typ vztahů kultivovat. Z tohoto důvodu byl volný čas dětí a mládeže mnohokrát předmětem úvah psychologů, pedagogů, kriminalistů a rodičů a v neposlední řadě filozofů a sociologů.
- Z ekonomického hlediska je nejdůležitější, kolik prostředků investuje společnost do vybavení pro volný čas, jestli se nějaká část nákladů vrátí a jakým způsobem. Z volného času je v dnešní době odvětví, které společnost využívá jak pro vzdělávací činnost a výchovnou, tak komerčně.

Hodaň (1987) považuje za nejdůležitější rysy volného času nezainteresovanost na kterémkoliv ekonomickém efektu, relativní svobodu volby činností, možnost relativního a libovolného přerušování činnosti.

- Nezainteresovanost na kterémkoliv ekonomickém efektu - základním rysem volného času není ekonomický zájem člověka.

- Relativní svoboda volby činností - jedná se o zájem, potřeby, cíle a vůli jedince. Ty jsou ovlivňovány jeho vlastnostmi, zdravotním stavem, rodinnými podmínkami, mentalitou apod.
- Možnost relativního a libovolného přerušování činnosti - jelikož aktivity vykonávané ve volném čase jsou vysloveně individuálního charakteru, můžeme je libovolně přerušovat v souladu s aktuálními potřebami, zájmy apod.

Jak tvrdí Spousta (2007), volnost a svoboda na jedné straně a vědomí odpovědnosti a povinnosti na straně druhé, se pro spoustu lidí (nejen dospělé jedince) staly neúnosnou zátěží, neřešitelným rozporem, s nímž si ne pokaždé vědí rady. Volný čas je nejlépe prožitá svoboda, má její prostor k rozletu a omamnou vůni, ale také nutnost volby a z ní vyplývající odpovědnost.

2.6.1 Volný čas dětí a mládeže

Jak říká Sekot (2003), stejně jako mnoho jiných definic, je volný čas vlastně časový prostor mimo vyučovací hodiny. Tedy čas, který nabízí dětem většinou širokou paletu možností, činností a aktivit, které po vyučování mohou, ale nemusejí dělat.

Děti a mládež nemohou být z hlediska volnočasových činností homogenní. Frekvence činností a objem času, který jim mohou věnovat, je ve věkových a sociálních skupinách diferencován. V životě mládeže i dětí už mají pevné a významné místo činnosti, které jsou propojené s informačními technologiemi. Aktivity spojené s počítačovou technikou, co do objemu času, převyšují klasické činnosti jako je četba knih, deníků a časopisů.

Jansa (2012) říká, že volnočasové činnosti mají významný neformální edukační vliv. Předpokladem je ale splnění dvou důležitých podmínek: pravidelné provádění a zájem. Tyto náležitosti ale podle Jansy (2012) spousta účastníků při tzv. "neorganizovaných aktivitách mládeže" nemá. Roste však význam tzv. informální edukace, probíhající mimo organizované instituce, do velké míry spontánně, jen tak mimochodem. Existuje velké množství činností, kterými je možné volný čas dětí a mládeže zaplnit. Lze je rozdělit na organizované (s přítomností pedagoga), neorganizované a spontánní.

Pávková (2008) považuje pedagogické ovlivňování z výchovných důvodů za žádoucí. Mládež ještě nemá dost zkušeností, nedokáže se orientovat v každé z oblastí zájmových

aktivit, a proto potřebují citlivé vedení. Základem pro účinnost je, aby pedagogické vedení nebylo násilné, nabízené činnosti přitažlivé a pestré a účast na nich pouze dobrovolná.

V současné době se stále více skloňuje pojem asociální formy využívání volného času. Spousta (2007) označuje jako jejich prapříčinu především fenomén, který je typický pro životní styl některých mladých lidí, kteří se neumí zabavit - nuda. Ta představuje volný čas hlavně pubertální a postpubertální mládeže. Opakem k nudě a neumění smysluplně využívat volný čas je situace, kdy člověk nemá žádný volný čas. Netvoří si tak potřebný prostor pro odpočinek a regeneraci, a to se může negativně odrazit v jeho pracovním výkonu. Více závažnější je tento problém u dětí, pro které je volný čas důležitý k jejich zdravému osobnímu rozvoji. Tato situace často nastává kvůli nadměrným nárokům rodičů a domácím povinnostem, takže doba mimo školní vyučování neplní svou funkci, což může výrazně narušovat úspěšnost socializace dospívajícího dítěte.

2.7 Postoje

Podle Čápa a Mareše (2001) je postoj získaný motiv, který vyjadřuje vztah člověka k určitému objektu, k věci, skupině, činnosti, události, ideji, lidem apod.

Postoj je tendence stálým způsobem reagovat na osoby, předměty, situace a na sebe sama. Postoje souvisí se zájmy a sklony osobnosti, jsou součástí osobnosti, předurčují cítění, myšlení, chápání a poznání. Získávají se během života, především učním a širšími sociálními vlivy (např. sociálními kontakty, veřejným míněním aj.). Jsou všechny poměrně trvalé. (Hartl, Hartlová, 2004)

Postoj je také trvalý vzor hodnotících odpovědí oproti objektu nebo osobě. (Colman, 2006)

Dále představuje vztah k určité hodnotě, způsob hodnocení. Pokud vyjadřujeme určitý postoj k nějakému objektu, kterým může být cokoli, potom daný objekt hodnotíme. Zaujmout proti určitému objektu (bytost, událost, věc apod.) hodnotící stanovisko, znamená mít vůči někomu či něčemu postoj. Objektům určujeme nějakou hodnotu, zdá se nám v určité míře žádoucí či nežádoucí, dobré či špatné, užitečné nebo neužitečné, morální či nemorální, důležité či zbytečné, krásné nebo ošklivé atd. (Nakonečný, 2009)

Postoje také mohou být značně elementární, mohou se týkat určitých objektů, které samy o sobě mají nějaký význam (např. názory mého kolegy, spolužáka). Někdy mohou být

obsahově rozvětvenější, obecnější, jako například vztah k pracovnímu kolektivu nebo rodině. (Říčan, 2010)

Čáp a Mareš (2001) tvrdí, že se lidé odlišují v postojích např. k životnímu prostředí a přírodě, nějaké menšině v dané zemi, ale také k určitému způsobu zábavy, hudby, sportu apod. Postoj obsahuje tři složky: první složka představuje poznání objektu a názory na něj; druhá složka vyjadřuje citové hodnocení, lhostejnost, antipatie či sympatie; třetí složkou je pobídka k chování či jednání v souladu s emočním hodnocením a názorem, popřípadě navyklý způsob takového jednání či chování.

Také hodnocení je důležitým aspektem vztahu jedince ke světu. Lze ho vyjadřovat slovy, ale může mít i podobu neverbalizovaných vztahů. Představuje subjektivní prožívání významu objektů, tj. osob, věcí, idejí, jevů a vztahů mezi nimi. (Nakonečný, 1993)

Jsou různé kategorie hodnot jako kulturní (estetické zážitky, zábava, práce), biologické (život, pohodlí, zdraví, požitky), duchovní (morálka, poznání náboženství aj.) a sociální (manželství, přátelství). Vztah k hodnotám představuje obsah postojů, a díky tomu lze pojem postoj vymezit jako hodnotící vztah - postoj k něčemu. Předmět postoje může být téměř cokoli, představuje hodnocení daného objektu subjektem. (Nakonečný, 1993)

S pojmem postoj se často pracuje v průzkumech veřejného mínění a v oblasti sociologie. Určité postoje se vztahují k hodnotám ve společnosti, k tomu, co daná společnost hodnotí jako cenné, významné, co je třeba chránit, o co je potřeba usilovat atd. Tyto hodnoty jsou například svoboda, mír, demokracie, zájmová činnost, zdraví, práce a volný čas, životní prostředí, materiální zabezpečení aj. (Čáp, Mareš, 2001)

Dotazník, ve kterém má vyšetřovaný například seřadit určité hodnoty podle toho, jak jsou pro něho významné, se používá k důležitým diagnostickým účelům. Pracnější, ale spolehlivější je zjišťování hodnotových orientací zkoumáním chování, jednání a činností, případně výpovědí na více konkrétní a méně průhledné otázky, které zkoumají využívání času a životní styl apod. (Čáp, Mareš, 2001)

Nakonečný (1993) popisuje interaktivní význam postojů, který utvrzuje člověka ve vztazích a je pro něho psychologicky důležitý. Například komfortní postoje napomáhají eliminovat úzkost z ohrožení existence, některé postoje odstraňují nevědomé komplexy a jiné se mění z negativního na pozitivní aj. Postojem lze upevňovat sebevědomí, může přispívat k sebeospravedlňování, sebevyjádření a může překonávat úzkost a nejistotu. Takovéto postoje, které mají jistý osobní význam, jsou odolnější vůči změnám.

2.7.1 Utváření postojů

Už u dítěte raného věku se během jeho primární socializace vytváří hodnotová orientace. Jedná se o období, kdy se jedinec postupně oddaluje od světa vrozených smyslových hodnot a pomalu se začíná seznamovat s hodnotami jeho sociálního prostředí. Časem se člověk naučí oceňovat, co je dobré nebo naopak špatné, to všechno ve dvou rovinách. V rámci subjektivní roviny rozlišuje, co je dobré a špatné z hlediska subjektivní zkušenosti. V rovině společensko – normativní jde o to, co pokládá jeho sociální a kulturní prostředí za dobré nebo naopak za špatné. (Nakonečný, 2009)

Subjekt si vytváří jistý osobní systém averzí a apetencí, je určitými objekty odpuzován a jinými přitahován. Vše je zároveň spojeno s konativními a citovými složkami postojů, a tak lze hovořit o systému averzí a apetencí. (Nakonečný, 2009)

2.7.2 Vlastnosti postojů

1. Komplexnost – postoje mají snahové, kognitivní a emotivní komponenty,
2. Konzistence – dané komponenty se vyznačují menší nebo větší soudržností, vzájemně se podporují,
3. Intenzita postoje – každý postoj lze chápat jako pozici v určitém kontinuu od extrémně záporného přes neutrální až k extrémně pozitivnímu hodnocení (Nakonečný, 1993).
4. Konsonance trsu postojů – postoje utvářejí jisté kategorie, které se někdy vyznačují určitou mírou konsonance postojů, tvořící takový trs (např. postoje vůči náboženství nebo vůči vládě apod.) – např. jedinec s pozitivním postojem k náboženství nemá vždy nutně pozitivní postoj k církvi,
5. Rezistence postoje vůči změně (extrémní nebo centrální postoje jsou proti vlivům, které působí na jejich změnu, nejvíce odolné).

2.7.3 Vnitřní skladba postoje

Všechny postoje mají tři komponenty. Konativní (snahovou), kognitivní a emotivní. Jedna z těchto komponent může být dominantní, ale většinou jsou vyvážené. Jestliže

dominuje kognitivní komponenta, lze mluvit o smýšlení, dominuje-li stránka emotivní, pak se označuje slovem sentiment. (Nakonečný, 2009)

Konativní komponenty (behaviorální predispozice) představují pohotovost nebo snahu chovat se proti objektu postoje určitým způsobem. Kognitivní komponenty (smýšlení) vyjadřují to, co ví subjekt o objektu svého postoje, jeho poznání o objektu postoje. Afektivní neboli emotivní komponenty představují emoce, jaké objekt postoje v subjektu vyvolává. Např. hněv, sympatie, antipatie apod. (Nakonečný, 2009)

Emocionální komponenta stanovuje sílu postoje, jelikož mu propůjčuje subjektivní význam. Nejsilnější jsou extrémně negativní či pozitivní postoje a ty souvisí s osobností člověka tak, že plní hlavně funkci integrační. (Nakonečný, 2009)

Především předsudky, emočně silně akcentované postoje, se mohou stát zcela iracionálními a mohou je provázet falešné informace. S neutrálními postoji se setkáváme u nevýznamných objektů, případně objektů, o kterých daný subjekt neví nic. (Nakonečný, 2009)

Jen malá část lidí zaujímá extrémní postoje. Z pohledu subjektivní významnosti lze rozdělit postoje na okrajové a centrální. Centrální jsou takové, které se týkají převážně významných objektů (rodiče, zaměstnání, politika státu) a okrajové jsou ostatní, méně významné. Vysoká intenzita se objevuje u extrémních postojů, které jsou verbálně vyjadřované například jako "rozhodně ano", „naprosto souhlasím“ apod. (Nakonečný, 1993)

2.7.4 Změny postojů

Postoje se mohou jako produkty učení za jistých podmínek měnit, jelikož všechno naučené je podmíněné, a zároveň relativně trvalé i přes to, že určité zkušenosti mohou způsobit negativní důsledky. (Nakonečný, 2009)

Důležité postoje jsou stabilní a v normálním životě se obvykle nemění, a jestliže se mění, tak z důvodu výrazné korektivní zkušenosti. Více pravděpodobná je změna intenzity postoje, zesílení či zeslabení, a to buď ve směru negativním nebo pozitivním. (Nakonečný, 2009)

Krech, Crutchfeld a Ballachey (1968) stanovují druhy změn postojů:

1. Sourodé změny – představují zesilování negativního či pozitivního postoje
2. Nesourodé změny – jistá míra pozitivního postoje se částečně promění v negativní postoj nebo naopak.

2.8 Motivování mládeže ke sportu

Neustále se zrychluje nárůst počtu lidí, i dětí, u kterých se setkáváme s nedostatečnou pohybovou aktivitou. Následkem toho se jim zhoršuje celkové sociální, fyzické, a psychické zdraví. Jeden z faktorů, kvůli kterému k tomuto jevu dochází, je motivace mládeže i dospělých lidí k pohybovým činnostem a aktivitám. Proto je důležité hledat řešení, jak zapůsobit na celkovou populaci a především na děti, aby pohybové aktivity považovaly za zcela přirozenou část jejich života, jak během školní docházky, tak i v ostatních etapách jejich života.

Slovo motivace je odvozeno z latinského slova *movere*, které v překladu znamená hýbat se. Je to proces činnosti jedince, který je vyvolaný motivem a končí realizací neboli následným uspokojením motivu. Motivace je jeden z faktorů, který má vliv na to, zda člověk má zájem o pohybovou aktivitu, a zda se tyto činnosti stanou nedílnou součástí jeho života. Motivy vyjadřují obsah toho, k čemu směřuje motivace. (Slepičková, 2005)

Motivy představují vnitřní hybné síly jednání a chování člověka. Za motiv lze považovat bezprostřední příčinu daného chování nebo činnosti. Motivem je vše, co jedince podněcuje k psychické nebo tělesné aktivitě, udržuje ho v činnosti a udává jí směr, který je dán cílem činnosti. Motiv je energickým a dynamickým činitelem, který směřuje k nějakému cíli. (Štefanovič, 1987)

Dále motivy dělíme na vnější a vnitřní. U dětí řadíme mezi vnější motivy hlavně a prvotně zájem obou rodičů a jejich starost o pohybové činnosti. S dalším vnějším motivem se pak děti setkávají ve školním prostředí. Motivem jsou ve škole právě vrstevníci a učitel. Jeden z prostředků učitele, který se využívá k motivaci žáků v tělesné výchově, je zajímavost a pestrost a hodin, a také klasifikace.

Vnitřní motivy jsou typické u dětí v mladším školním věku. Motivem k pohybu u dětí a mládeže je nezbytnost sociálního kontaktu. U dospělého člověka je potřeba ke sportu motivována převážně výkonem.

U starších žáků je dostatečným motivem například i sledování sdělovacích prostředků, kde může dojít pomocí prezentace slavné osobnosti k motivaci k pohybové činnosti.

Motivy, které vedou ženy a muže k pohybovým aktivitám, jsou většinou rozdílné. Dívky a ženy preferují estetické, kosmetické a zdravotní motivy, chlapci a muži naopak dávají přednost motivům jako je kolektiv, dobrodružství a vzrušení. Tyto motivy jsou odlišné především ve vztahu k věku. (Slepičková, 2005)

Vztah dítěte k pohybu neovlivní pouze tělesná výchova ve škole, která je čtyřicet pět minut dvakrát týdně. Z nejbližšího okolí, hlavně ze své rodiny si děti přinášejí návyky. Rodina je nejdůležitější primární skupinou, která působí na děti a utváří hodnoty, které potom ovlivňují osobnost, celý životní styl i pohled na sport. Rodina netvoří jen motivační klima, ale zprostředkovává i důležité materiální podmínky, které jsou nutným prostředkem k vykonávání pohybových činností dětí a mládeže. (Sekot, 2006)

Vaněk (1988) tvrdí, že duševní rovnováha je příčinou i důsledkem tělesného zdraví. Dobře fungující rodina je obrazem duševní rovnováhy hlavně rodičů. Vztah rodičů ke sportování a k tělesnému pohybu vnímají i děti, které si pak důsledkem toho vytvářejí prostředí motivující k pohybovým aktivitám. Navíc společné pohybové činnosti rodičů s dětmi pomáhají k vzájemnému zesílení vztahu v rodině. Je důležité, aby potřeba pohybu byla u dětí pěstována již od nízkého věku. Z pohledu významného vlivu obou rodičů na pohybové aktivity u dětí chlapce ovlivňují více otcové a dívky více matky. (Sekot, 2006)

Děti se společně se svými rodiči věnují sportovním činnostem hlavně v době letních prázdnin, o víkendech a o zimních prázdninách. Ti rodiče, kteří se více zapojují do sportovní motivace svých dětí, se v minulosti nebo v současnosti věnovali sportům aktivně. Prožitek z pohybu, který je důležitý pro kladný postoj k pohybovým činnostem, je silnější v rodinách, ve kterých se sportovní okamžiky tráví především radostně a společně. (Sekot, 2006)

3 CÍLE, HYPOTÉZY A ÚKOLY PRÁCE

3.1 Cíle práce

Primárním cílem práce je zjištění postojů žáků benešovských základních škol k tělesné výchově a obecně ke sportovní činnosti s využitím dotazníkového šetření. Dále porovnat, jak se liší postoje chlapců a dívek na jednotlivých školách. Výzkum se zaměřuje také na motivaci žáků provozovat pohybové aktivity, a to jak rekreačně, tak v organizovaných sportovních oddílech a kroužcích. Dále zkoumá faktory, které mají vliv na oblíbenost školní tělesné výchovy. Nakonec bylo třeba vyhodnotit výsledky a vypracovat doporučení, které vedly ke zlepšení vztahů žáků ke sportu a k navýšení jejich sportovních aktivit.

3.2 Hypotézy práce

H1: Nejvíce žáků dává ve volném čase přednost sportování.

H2: Více než 50 % žáků přivedli ke sportovní činnosti rodiče.

H3: Žáky na základní škole Karlov by ve větší tělocvičně tělesná výchova více bavila.

H4: Chlapci by chtěli navýšit počet hodin tělesné výchovy více než dívky.

H5: Více než 90 % žáků si myslí, že je pohyb důležitý pro zdraví člověka.

H6: Pro žáky je důležité, jaký učitel hodiny tělesné výchovy vede.

H7: Chlapci i dívky dávají při tělesné výchově přednost míčovým hrám.

3.3 Úkoly práce

Z cílů práce vyplynuly následující úkoly:

- Nastudování odborné literatury
- Objasnění základních pojmů a teoretických východisek
- Sestavení dotazníku a určení počtu dotazovaných žáků
- Rozdání dotazníků do příslušných škol
- Doplnění písemného dotazníku ústním rozhovorem
- Vyhodnocení odpovědí a zpracování výsledků
- Porovnání výsledků jednotlivých základních škol
- Na základě zjištěných informací ověřit správnost hypotéz
- Zhodnotit výzkum a vyvodit závěry

4 METODOLOGIE

Tato studie se zabývá postoji žáků k tělesné výchově na základních školách v Benešově, a také jejich zapojení do sportovních činností ve volném čase.

4.1 Dotazník

Při sběru potřebných dat použijeme metodu dotazníku. Ten je časově nenáročný, přinese písemné odpovědi a dáváme ho skupině jedinců současně (Čáp, 1993). Jednou z hlavních výhod dotazníku je, že se obecně poměrně pohodlně a rychle shromažďuje velké množství potřebných dat. Mezi nevýhody je možné zařadit to, že dotazníky nejsou pružné, mohou být zkresleny motivací člověka, protože jsou založeny na vlastní výpovědi. (Hill, 2004)

V dotazníku tohoto výzkumu využíváme otázky jak uzavřené, tak otevřené i polouzavřené. Otázky uzavřené nabízí již hotové alternativní odpovědi. Respondent pouze vyznačuje (podtrhuje, zakroužkuje) pro něj vhodnou odpověď. Otevřené otázky představují pro respondenta dostatečně velkou volnost u odpovědi. Nevýhodou otevřených otázek je jejich vyhodnocování, které je obtížnější. Polouzavřené otázky nabízejí respondentovi alternativní odpověď a zároveň ještě žádají objasnění, vysvětlení v období otevřené otázky (Gavora, 2000). Otázky v dotazníku této práce se vztahují převážně k jevům vnitřním, za které považujeme např. citové stavy, postoje, motivy apod. (Chráška, 2007). Návratnost dotazníků je odlišná. Jestliže dotazníky zadá výzkumník sám osobně a počká si na jejich vyplnění, tak se mu vrátí všechny (Gavora, 2000). V mém výzkumu jsem dotazníky dávala přímo respondentům, kteří ihned odpověděli a dotazník odevzdali zpět.

4.2 Plán výzkumného projektu

4.2.1 Určení problému

V současné době mají děti mnohem méně pohybu než dříve, prosedí spoustu hodin ve škole a ve svém volném čase tráví nejvíce času u televize, počítače, či mobilu. Přitom pohyb

potřebují k životu už od nejtělejšího dětství. Ve starověkém Řecku se zvláště při výchově chlapců dbalo na komplexní výchovu, protože tehdejším ideálem bylo spojení tělesné krásy a duchovní dokonalosti. Harmonie těla i duše však zůstává žádoucím ideálem i dnes. Tím, že si dítě zvykne na pravidelný pohyb, tvoří si do budoucna základy správného životního stylu. Jak vyplývá se zprávy Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy ČR o životním stylu, tři čtvrtiny dětí nemají ani hodinu pohybových aktivit denně. Přitom tu doporučuje i Světová zdravotnická organizace.

Odborníci upozorňují, že děti jsou pasivní, hodně sedí, mají příjem živin větší než výdej energie, jedí nezdravě a tloustnou. Důležité je, aby si děti již v mládí vybudovaly kladný vztah ke sportu. Nezastupitelnou roli zde hraje také podpora a motivace ke každodenním pohybových aktivitám, které by se měli ujmout rodiče.

Pro děti školního věku je neméně důležitá tělesná výchova ve školách, která jim také přináší pravidelný pohyb. Hodiny by je měli především bavit, učitelé motivovat a žáci by se na ně měli těšit a vytvářet si tím co nejlepší postoj ke sportu.

4.2.2 Cíle výzkumu

Prvotním cílem výzkumu je zjistit postoje žáků benešovských základních škol k tělesné výchově a sportovní činnosti. Najít u dětí jejich motivaci k pohybových aktivitám i zjistit důvody, proč se některé děti sportu vůbec nevěnují. Následně výsledky jednotlivých škol porovnat a vypracovat doporučení, která by mohla vést ke zvýšení zájmu žáků o tělesnou výchovu.

4.2.3 Volba zdrojů dat

Při výzkumu byla použita hlavně primární data z písemného, případně ústního dotazování. Ze zdrojů sekundárních byly využity jen obecné informace o školách a počtu žáků.

4.2.4 Určení způsobu dotazování

V našem průzkumu bylo uplatněno písemné dotazování, následně doplněné dotazováním ústním. Sběr dat z písemného dotazníku probíhalo za pomoci učitelů základních škol, kteří pomohli při rozdávání dotazníků ve třídách. Nevýhodou následného ústního dotazování byla větší časová náročnost. Naopak přínosem je osobní kontakt se žáky, vysvětlení důvodu sběru dat a jejich otázek týkajících se dotazníku.

4.2.5. Výběr respondentů

Výběrová jednotka

Hlavní výběrovou jednotku jsou žáci základní školy Dukelská, Jiráskova a Karlov v Benešově. Ze všech škol bude vybráno podobné množství vyplněných dotazníků.

Určení velikosti vzorku

Celkový počet respondentů bude přibližně 420. Z každého základní školy tedy asi 140 respondentů, což odpovídá přibližně šesti vyučovacím třídám.

Zařazení respondenta do vzorku

Při výzkumu budou použité pouze úplně vyplněné dotazníky. Rozdávání dotazníků probíhalo za účasti a pomoci učitelů a ke konci vyučovací hodiny jsem využila osobnější ústní dotazování. Většina respondentů neměla s vyplněním dotazníků problém. Konečný počet respondentů bude uveden v další kapitole.

4.2.6. Sběr dat

Pro tento výzkum byl vytvořen nový dotazník, z toho důvodu byla nejprve provedena jeho pilotáž u pěti dětí požadovaného věku. Sběr dat se konal během téměř celého měsíce června. Z počátku dotazník žáci vyplňovali pouze sami v písemné podobě. Později byl výzkum pro upřesnění doplněn dotazováním ústním. Žáci dotazník většinou ochotně vyplnili

a odevzdali. Z celkového počtu 418 rozdaných dotazníků do všech škol bylo do výzkumu nakonec zařazeno jen 414, což odpovídá přibližně 99 %.



4.3 Analýza dat

Důležitou částí práce je analýza získaných dat. Nejdůležitějším krokem bylo vyhodnocení získaných údajů z dotazníků. U jednotlivých druhů otázek se vyhodnotila relativní četnost odpovědí. Následně byly údaje porovnávány, tříděny a srovnány podle různých vzájemných vztahů. Výsledné hodnoty byly převedeny do grafického záznamu a slovně charakterizovány.

5 ANALYTICKÁ VÝCHODISKA

5.1 Město Benešov

Obrázek č. 1: Základní údaje obce Benešov

	
znak	vlajka
status:	město
obec:	CZ0201 529303
Kraj:	Středočeský (CZ020)
Okres:	Benešov (CZ0201)
obec s rozšířenou působností:	Benešov
pověřená obec:	
historická země:	Čechy
katastrální výměra:	46,87 km ²
počet obyvatel:	16 573 (1.1.2015)
zeměpisná šířka:	49° 46' 58"
zeměpisná délka:	14° 41' 19"
nadmořská výška:	360 m
PSČ:	256 01
zákl. sídelní jednotky:	24
části obce:	15
katastrální území:	2

Zdroj: Wikipedia

Město Benešov leží přibližně čtyřicet kilometrů jihovýchodně od hlavního města Prahy v kraji mezi bájnou horou Blaník a řekou Sázavou. Jeho dobrá poloha a atraktivní

kulturní i přírodní prostředí mu napomohlo stát se vyhledávaným střediskem turistického ruchu. Benešov má cca 16 000 obyvatel a leží přibližně 360 metrů n. m.

Mezi nejvýznamnější průmyslové podniky dnes patří firma Baest (ocelové výrobky, kovové konstrukce), Benešovský pivovar (pivo Ferdinand), reklamní společnost Quo a mlékárna Danone. Kulturní život ve městě zajišťuje hlavně Městské kulturní středisko, místní knihovna a na Malém náměstí v secesním domě Muzeum umění a designu. V Benešově je také Gymnázium a řada odborných středních škol. V budově Gymnázia se nachází secesní aula - Sukova síň, která slouží spolu s Městským divadlem ke kulturním účelům. Ve městě funguje řada pěveckých sborů, hudebních skupin, amatérských divadelních spolků, taneční školy atd. Z oblasti sportu je v Benešově fotbalový stadion, fitcentra, otevřený i krytý plavecký bazén, bowling, minigolf, kuželkářské dráhy, několik tenisových areálů, písčité hřiště na beach volejbal apod. Blízko Benešova je i menší letiště (Nesvačily u Bystřice).

5.1.2 Sportoviště v Benešově

Hlavní městská sportoviště jsou na jihovýchodě a jihozápadě a města. Tenisové kurty, fotbalový stadion a Amber hotel Konopiště s velkou nabídkou sportovního vyžití se nacházejí na jihozápadě města. Krytý plavecký bazén, zimní stadion, další tenisové kurty a sportovně-relaxační centrum S-Centrum lze navštívit na jihovýchodě města. V Benešově je možné si zahrát squash, badminton nebo si zasportovat v několika fitnesscentrech. Blízko centra města je také menší venkovní bazén. Na sídlištích a v obytné zástavbě jsou pro obyvatele k dispozici lokální sportoviště a hřiště.

V září roku 2011 město začalo i s výstavbou tzv. Fit parků. Jde o venkovní posilovací stroje, které jsou určené pro téměř všechny věkové kategorie. Například jeden z prvních Fit parků je možné navštívit v blízkosti zimního stadionu. V blízkém okolí města lze nalézt i několik chovatelů koní. Na jižním okraji města je dokonce dostihové závodiště a areál jezdeckého klubu. Benešov se však také může pyšnit jedním z nejznámějších golfových areálů v naší republice. Golf Resort Konopiště leží u Tvoršovic, přibližně 6 kilometrů jihozápadně za Benešovem. Ve městě je v provozu i několik sportovních organizací a klubů se zaměřením na judo, aikido, floorball, basketbal, futsal, fotbal, volejbal, nohejbal, horolezectví, lední hokej a šachy.

Některá sportoviště jsou samozřejmě majetkem města a o jejich údržbu pečují Městská sportovní zařízení Benešov. K nemovitostem, které město vlastní, patří např. venkovní bazén

Dukelská, krytý plavecký bazén, zimní stadion, fotbalový stadion a některé tenisové kurty. Jednotlivá sportoviště se nabízejí k využití sportovním oddílům, individuálním sportovcům, mládeži a školám pro výuku tělesné výchovy.

Město Benešov finančně podporovalo některé sportovní kluby, které zde působily. Bohužel 1. 9. 2011 došlo ke změně finanční podpory benešovských sportovních klubů, kterým bylo do té doby umožněno využívat zdarma prostory městských sportovních zařízení. Od tohoto data bylo však pro všechny externí uživatele využívání sportovních zařízení zpoplatněno. Z Grantového fondu města Benešov je ale možné získat finanční prostředky na zaplacení nájemného, popřípadě i na jiné činnosti. To však nic nemění na situaci, že některé kluby se již dostaly do finančních problémů. V současné době se sport bohužel na kvalitní úrovni nedá bez podpory města provozovat a téměř žádný ze sportovních klubů se bez ní nedokáže obejít.

5.2 Základní škola Dukelská

Škola v Dukelské ulici je nejmladším zařízením mezi základními školami v Benešově. Jedná se o budovu pavilónového typu, která byla poprvé slavnostně otevřena v roce 1982. Mezi hosty byl například známý český malíř Miloš Nesvadba, který napsal do školní kroniky: „Byl jsem, viděl jsem užasl jsem!“

Ve školním roce 1987/1988 byla v 5., 6. a 7. ročníku otevřena pokaždé jedna třída se zaměřením na lední hokej. Ve školním roce 1991/1992 byla ve 3. ročníku otevřena také třída s rozšířenou výukou jazyků (Nj nebo Aj).

Základní škola Dukelská Benešov je úplná škola s devíti postupnými ročníky. Zpravidla jsou na prvním stupni vždy tři paralelní třídy, na druhém stupni někdy i čtyři. Kapacita školy je celých 900 žáků.

Materiální vybavení školy

Škola má 34 učeben včetně 15 učeben odborných (např. počítačové učebny, učebna přírodopisu, učebna fyziky a chemie, videokonferenční systém s multimediálním počítačem, sympodiem a bezdrátovým mikrofonem, interaktivní tabule).

Výuka tělesné výchovy probíhá na venkovním hřišti, v nové přístavbě tělocvičny, plaveckém bazénu a na zimním stadionu. Přístavbou tělocvičny se zlepšily podmínky pro výuku tělesné výchovy, volnočasových aktivit žáků, ale také pro jiné sporty – volejbal, florbal, házené, basketbal, malá kopaná, apod. Tělocvična školy je denně podle smluvních podmínek od 16,00 do 22,00 hodin pronajímána oddílu Aikida, Juda a Basketclubu Benešov.

Pracovní činnosti se uskutečňují v samostatné pracovně pěstitelských prací, školní dílně, a cvičné kuchyni s menší jídelnou. Pěstitelské práce se vyučují na plochách v areálu školy. Keramická dílna je využívána i dětmi ze školní družiny a konají se v ní zájmové kroužky.

Ve školní budově se nachází také školní kuchyně a jídelna. Škola provozuje i odpolední volnočasové aktivity a školní družinu. Počítačová síť obsahující 70 počítačů umožňuje dětem přístup na internet každý den. Rodiče mohou komunikovat se školou prostřednictvím webových stránek, kde jsou zveřejňovány i týdenní plány akcí.

Zapojení školy do projektů

TVOŘIVÁ ŠKOLA

S tímto projektem jde ve škole podle T.G. Masaryka nejen o to, aby poskytovala co největší množství vědomostí, ale hlavně o to, aby naučila žáka metodičnosti, pozornosti přesnosti. Učme žáky tak, aby mohli dobře pozorovat život, přírodu a dovedli tvořivě a především správně řešit úkoly a úkolky, kdekoliv a kdykoliv se k nim dostanou.

- CZECHKID – učit multikulturně aneb multikulturní výchova
- M.R.K.E.V - environmentální vzdělávání

V následující tabulce jsou uvedeny počty žáků a tříd jak na prvním, tak na druhém stupni pro školní rok 2013/2014 uvedené ve výroční zprávě školy.

Tabulka č. 1: Počty žáků - Základní škola Dukelská

ZŠ Dukelská	1. stupeň	2. stupeň	celkem
počet tříd	15	12	27
počet žáků	357	279	636
počet žáků na třídu	23	24	24

Zdroj: ZS Dukelská

5.3 Základní škola Jiráskova

Škola v Jiráskově ulici je druhým nejstarším zařízením mezi základními školami v Benešově. Její stavbu doprovázelo několik problémů. Na podzim 1926 bylo vybráno místo stavby. Původní oblast, navrhovaná roku 1907, tj. přímo proti Gymnáziu, byla v této době již obsazená, zbývalo tedy jiné, nedaleko odtud, vlevo od projektované ulice z Husovy do Tábořské ulice. Byl tu poměrně velký prostor, jižně od kolejní zahrady, téměř v příštím centru města. Pozemek číslo kat. 416 patřil již obci, číslo kat. 17 Janu Škvorovi, číslo kat. 4 (zahrada) koleji. Menší nevýhodou bylo, že velká část uvažované plochy ležela v místech někdejšího rybníka a mokřin zavlažovaných potůčkem, který sem přitékal z luk nad nádražím. Z tohoto důvodu byl původní projekt k umístění stavby školy při komisionálním šetření 25. října 1926 částečně pozměněn: v hlavní části se měla škola zkrátit, aby stála na nejsušší části pozemku a nezasahovala na pozemky kolejní zahrady. Podél hlavního průčelí se měl zachovat zelený pás alespoň 15 m, cvičiště nemělo být za školou na sever, ale vedle ní na východ.

Už při komisi byl zveřejněn první z projektů od architekta Plíhala. Z přítomných nesouhlasili s výběrem místa stavby jen zástupci obcí Dlouhé pole a Myslič, kteří navrhli získat jiný, lepší pozemek za téměř stejnou cenu. Zřejmě šlo v jejich případě o odkládací taktiku, protože následně obě obce přímo protestovaly proti stavbě školy vůbec a odmítly povinný příspěvek. To už se přípravné fáze novostavby blížily k úspěšnému konci, i když to opět nebylo bez potíží.

Další neshody nastaly kvůli rovné střeše. Rozhodnutí tak bylo zatím odloženo. Stavební práce se spustily 27. dubna 1932 pod firmou ing. Františka Maříka, stavitele v Benešově. Dále Václava Fulína, benešovského zednického mistra, a také architekta Antonína Plíhala, stavitele v Praze 2. Celková částka byla 2 012 039 Kč. Zároveň byly zadány i práce tesařské (34 090 Kč). Mezi ostatní zadané práce byly: kanalizace (Fr. Moser, Praha aj. Moric, Benešov - 137 725 Kč), ústřední topení (J. Štětka, Praha - 314 204 Kč), elektroinstalace (R. Hora, Benešov - 62 123 Kč), vodovod. Technickým poradcem se stal ing. R. Dušek z Prahy.

Stavba nové budovy školy probíhala v letech těžké hospodářské krize, kdy městská obec mírně zápasila s financemi. Z toho důvodu se už po zahájení prací musel změnit projekt, aby se snížily a omezily stavební náklady jen na nejnútnější míru. Původně schválený projekt byl přepracován a tím se snížil rozpočet téměř na 3 800 000 Kč. Kvůli omezení finančních prostředků byl i tento projekt zredukován. Na východním konci se budova zkrátila o jednu

učebnu v přízemí. O stejnou délku také v suterénu a v prvním patře. Učitelé a žáci se otevření dočkali v únoru 1934, kdy byla škola dostavěna. Ředitelem měšťanky byl Karel D. Balek.

V současné době školu navštěvuje téměř 1500 žáků a má 58 tříd. Školní družina zahrnuje 8 oddělení a je zhruba pro 200 dětí. Žákovský parlament je složený ze zástupců tříd z 5. – 9. ročníku, kteří se scházejí na pravidelných setkáních s vedením školy, a to dle měsíčních plánů školy, zpravidla však jednou za měsíc. Žáci nižších ročníků mohou obdobnou komunikaci realizovat se svými třídními učiteli.

V těsné blízkosti školy se nachází budova školní jídelny s právní subjektivitou. Stravují se zde jak žáci, tak i dospělí. Mezi nejoblíbenější jídla patří například buchtičky se šodó, svíčková nebo bramborové knedlíky se zelím.

Součástí areálu základní školy je pouze několik let stará sportovní hala s oficiálním rozměrem 40 x 20 m. Probíhá zde hlavně školní výuka TV, ranní sportovní kroužky florbalu, softbalu, házené, vybíjené a volejbalu. Odpolední hodiny patří tréninkovému procesu kolektivních sportů benešovských oddílů florbalu a volejbalu. O víkendu zde mužstva z celé České republiky absolvují turnaje a zápasy. Základní škola také využívá tuto halu kromě výuky ke sportovním turnajům okresního a regionálního charakteru, ale i k ukázkovým besídkám a akcím. Kromě této haly bylo před základní školou vybudováno menší venkovní hřiště s atletickou běžeckou dráhou (60 m), umělou trávou druhé generace (40 x 20 m) a sektorem pro skok daleký.

V následující tabulce jsou opět uvedeny počty žáků a tříd jak na prvním, tak na druhém stupni pro školní rok 2013/2014 uvedené ve výroční zprávě školy.

Tabulka č. 2: Počty žáků - Základní škola Jiráskova

ZŠ Jiráskova	1. stupeň	2. stupeň	celkem
počet tříd	17	12	29
počet žáků	456	303	759
počet žáků na třídu	27	25	26

Zdroj: ZS Jiráskova

5.4 Základní škola Karlov

Základní škola a mateřská škola Benešov, Na Karlově 372 je škola plně organizovaná s I. i 2. stupněm, od 1. 1. 2003 s právní subjektivitou a od 1. 9. 2005 se změněným názvem. Objekt školy je středně velký, s pracovišti jak základní a mateřské školy, tak i školní družiny.

Škola byla založená roku 1888 a je tak nejstarší základní školou ve městě. Poprvé byla otevřena v roce 1888 jako jednopatrová budova a po deseti letech rozšířena o druhé patro. V roce 1992 byla zprovozněna také přístavba školní jídelny a tělocvičny s veškerým hygienickým zázemím a novou plynovou kotelnou. Budova se nachází v klidné městské části, v historicky nejstarší lokalitě a jde školu spíše rodinného typu. Ve školním roce 2013/2014 školu navštěvovalo 418 žáků, má celkem 18 tříd v 9 ročnících, 10 tříd na prvním stupni, 8 tříd na druhém stupni.

K základní škole patří také školní družina a mateřská škola, které obě sídlí v areálu bývalé mateřské školy Na Karlově. Žáci navštěvující školní družinu jsou zařazeni do pěti oddělení. V mateřské škole jsou děti zařazené do třech tříd. Jednou týdně v odpoledních hodinách se zde v místním Baby klubu scházejí také maminky, které jsou na mateřské dovolené. Nejmenší děti tak mohou nenásilnou formou poznávat budoucí prostředí. Mezi všemi třemi typy školského zařízení funguje úzká spolupráce s velmi dobrými výsledky. Od školního roku 2009/2010 se ve škole postupně zavádí vlastní školní vzdělávací plán, který má název Harmonická a barevná cesta. Toto označení odráží zaměření školy na výtvarnou a hudební výchovu.

Ve škole je otevřena jedna počítačová učebna, která se téměř každou hodinu využívá nejen k výuce informatiky, ale i ostatních vyučovacích předmětů s pestrými výukovými programy. Škola také disponuje několika učebnami vybavenými moderními interaktivními tabulemi. Dále je zde nově vybudována třída specializovaná na výuku fyziky a chemie.. V minulých letech byla otevřena i jedna třída pro výuku cizích jazyků, ke které hned v roce 2010 přibyla další podobná učebna. Škola patří do Asociace cambridgeských škol pro výuku anglického jazyka.

V následující tabulce jsou opět uvedeny počty žáků a tříd jak na prvním, tak na druhém stupni pro školní rok 2013/2014 uvedené ve výroční zprávě školy.

Tabulka č. 3: Počty žáků - Základní škola Karlov

ZŠ Karlov	1. stupeň	2. stupeň	celkem
počet tříd	10	8	18
počet žáků	240	178	418
počet žáků na třídu	24	22	23

Zdroj: ZS Karlov

5.5 Zpracování dat získaných z dotazníku

Nyní se budeme zabývat vyhodnocením a rozbořením výsledků všech získaných informací z dotazníků, které žáci z vybraných škol vyplňovali. Budou zde uvedeny rozdíly mezi benešovskými základními školami Dukelská, Jiráskova a Karlov. Také se budeme zabývat vzájemnými vztahy mezi chlapci a dívkami. Rozdáno bylo celkem 418 dotazníků. Správně vyplněných a do výzkumu zařazených bylo však jen 414 dotazníků.

Nejprve žáci odpovídali na otázku zjišťující jejich pohlaví. Tato otázka je důležitá pro porovnávání výsledků mezi chlapci a dívkami. Dále je potřeba pro ověření některých uvedených hypotéz.

Tabulka č. 4: Počet dotazovaných z jednotlivých škol

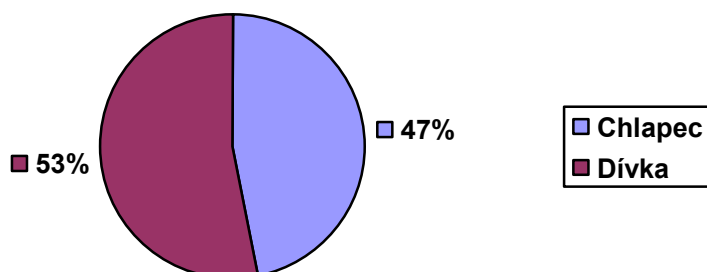
škola	počty žáků		
	chlapci	dívky	celkem žáků
Dukelská	63	75	138
Jiráskova	69	78	147
Karlov	62	67	129
četnost	194	220	414

Zdroj: Vlastní tvorba

Z tabulky č. 4 je vidět, že výzkumu se zúčastnilo chlapců 194 a 220 dívek. Celkem tedy 414 respondentů. Poměr pohlaví je poměrně vyrovnaný. Rozdíl je pouze 7 %. Nejvíce

děti odevzdalo dotazník na základní škole Jiráskova (147 žáků). Dále na škole Dukelská (138 žáků) a nejméně dotazníků bylo vybráno na Karlově (129 žáků).

Graf č. 1: Procentuální podíl chlapců a dívek



Zdroj: Vlastní tvorba

V další otázce žáci uváděli třídu, do které chodí. Tato otázka umožňuje porovnávat výsledky ve vztahu k věku respondentů.

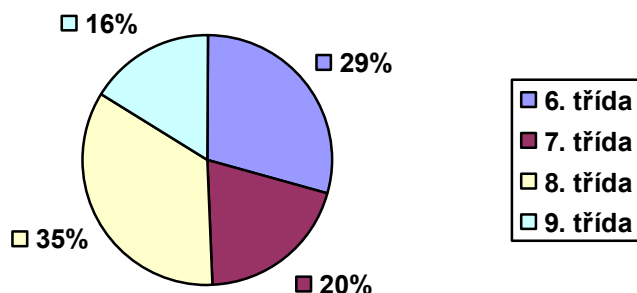
Tabulka č. 5: Počet žáků ve třídách

	Dukelská	Jiráskova	Karlov	četnost	relat. četnost
6. třída	46	53	22	121	29 %
7. třída	21	21	42	84	20 %
8. třída	49	49	44	142	35 %
9. třída	22	24	21	67	16 %

Zdroj: Vlastní tvorba

V tabulce č. 5 je možné pozorovat, že nejvíce dotazovaných žáků navštěvuje osmou třídu (35 % respondentů). Dále nejvíce dotazovaných chodí do šesté třídy (29 % respondentů). 20 % respondentů navštěvuje sedmou třídu. Nejméně dotazovaných chodí do deváté třídy (16 %), což je důsledkem toho, že na každé škole na dotazník odpovídala pouze jedna třída tohoto ročníku. Dále to může být také způsobeno malou účastí dětí na hodinách tělesné výchovy v tomto věku. Převážně dívky se z toho předmětu často omlouvají. Procentuální poměr respondentů v jednotlivých třídách je znázorněn v následujícím grafu.

Graf č. 2: Podíl respondentů v jednotlivých třídách



Zdroj: Vlastní tvorba

5.5.1 Výsledky jednotlivých otázek

Nyní se budeme zabývat konkrétními otázkami zjišťujícími postoje žáků k tělesné výchově a sportovní činnosti. Žáci celkem odpovídali na 18 různých otázek. Objevily se zde jak uzavřené a polouzavřené otázky, tak jedna otázka otevřená.

Otázka č. 1: Které aktivitě dáváš ve svém volném čase přednost?

Tato otázka zjišťovala u žáků jejich oblíbené aktivity ve volné době. Můžeme si tak udělat obrázek, čemu se děti nejraději věnují. Otázka je polouzavřená s položkou jiné, kde respondenti mohli vyplnit libovolnou aktivitu.

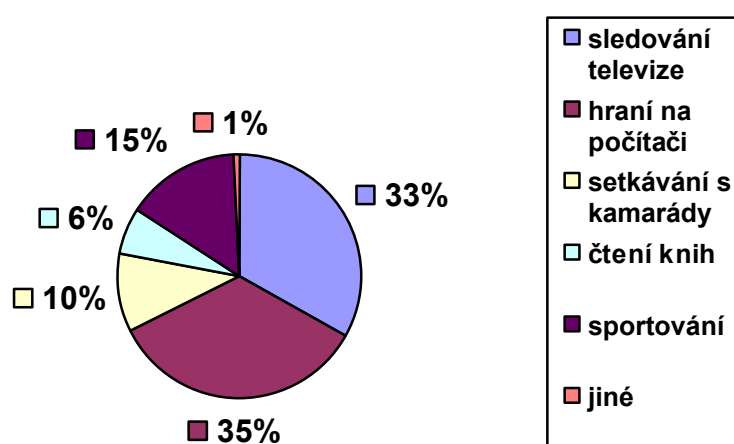
Tabulka č. 6: Aktivity ve volném čase

	Dukelská		Jiráskova		Karlov		celkem	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	četnost	relat. četnost
sledování televize	14	28	17	29	21	28	137	33 %
hraní na počítači	27	21	31	23	25	17	144	35 %
setkávání s kamarády	8	6	8	8	6	6	42	10 %
čtení knih	1	6	2	8	1	7	25	6 %
sportování	13	12	11	9	9	8	62	15 %
jiné	0	2	0	1	0	1	4	1 %

Zdroj: Vlastní tvorba

Z tabulky č. 6 je zřejmé, že nejvíce času žáci věnují hraní na počítači (35 % respondentů). Velmi častá odpověď bylo také sledování televize (33 % respondentů). Zajímavý je rozdíl mezi preferovanou činností u chlapců a dívek. Zatímco dívky dávají přednost televizi, chlapci raději hrají počítačové hry. Dívky se také ve volném čase méně věnují sportování. Bohužel setkávání s kamarády není příliš oblíbenou aktivitou ani u jednoho pohlaví (pouze 10 %). Čtení knih žáci také příliš nepreferují. V položce jiné byly uvedeny aktivity jako například malování, modelářství, hraní na hudební nástroj a playstation.

Graf č. 3: Aktivity ve volném čase



Zdroj: Vlastní tvorba

Otázka č. 2: Sportem se zabýváš:

Tato otázka se zabývá úrovní, na které se žáci sportu věnují. Mohli vybírat ze tří uzavřených odpovědí. Procentuální podíl odpovědí je znázorněn v grafu č. 4.

Tabulka č. 7: Úroveň provozování sportu

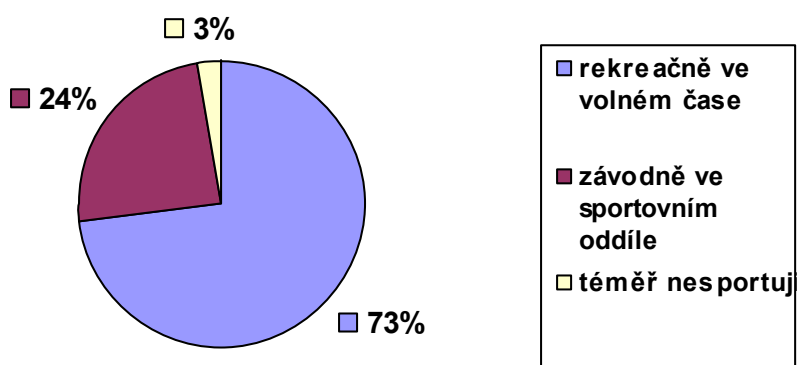
	Dukelská		Jiráskova		Karlovo		celkem	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	četnost	relat.četnost
rekreačně ve volném čase	38	58	45	64	46	51	302	73 %
závodně ve sportovním oddíle	24	14	22	12	16	13	101	24 %
téměř nesportují	1	3	2	2	0	3	11	3 %

Zdroj: Vlastní tvorba

Z tabulky je zřejmé, že nejvíce žáků se sportu věnuje pouze rekreačně (73% respondentů). Druhou nejčastější odpovědí bylo provozování sportu závodně v nějakém sportovním oddíle (24 %). Bohužel žáci 11 krát označili odpověď, že téměř nesportují (3% respondentů), což je často ovlivněno přístupem rodičů ke sportovním aktivitám. Děti v takovýchto rodinách nemají ke sportování správné vzory a dostatečnou motivaci.

V porovnání obou pohlaví se chlapci zabývají závodním sportováním více než dívky. Konkrétně nejvíce chlapců označilo tuto odpověď na základní škole Dukelská. Tato skutečnost může být ovlivněna tím, že škola má ke sportování nejlepší podmínky a mnoho kroužků se odehrává přímo v její nové a moderní tělocvičně. I u dívek byla tato odpověď označena nejčastěji na škole Dukelská. Nejvíce nesportujících se objevilo na základní škole Karlov, která má naopak podmínky pro sportování a tělesnou výchovu nejhorší.

Graf č. 4: Úroveň provozování sportu

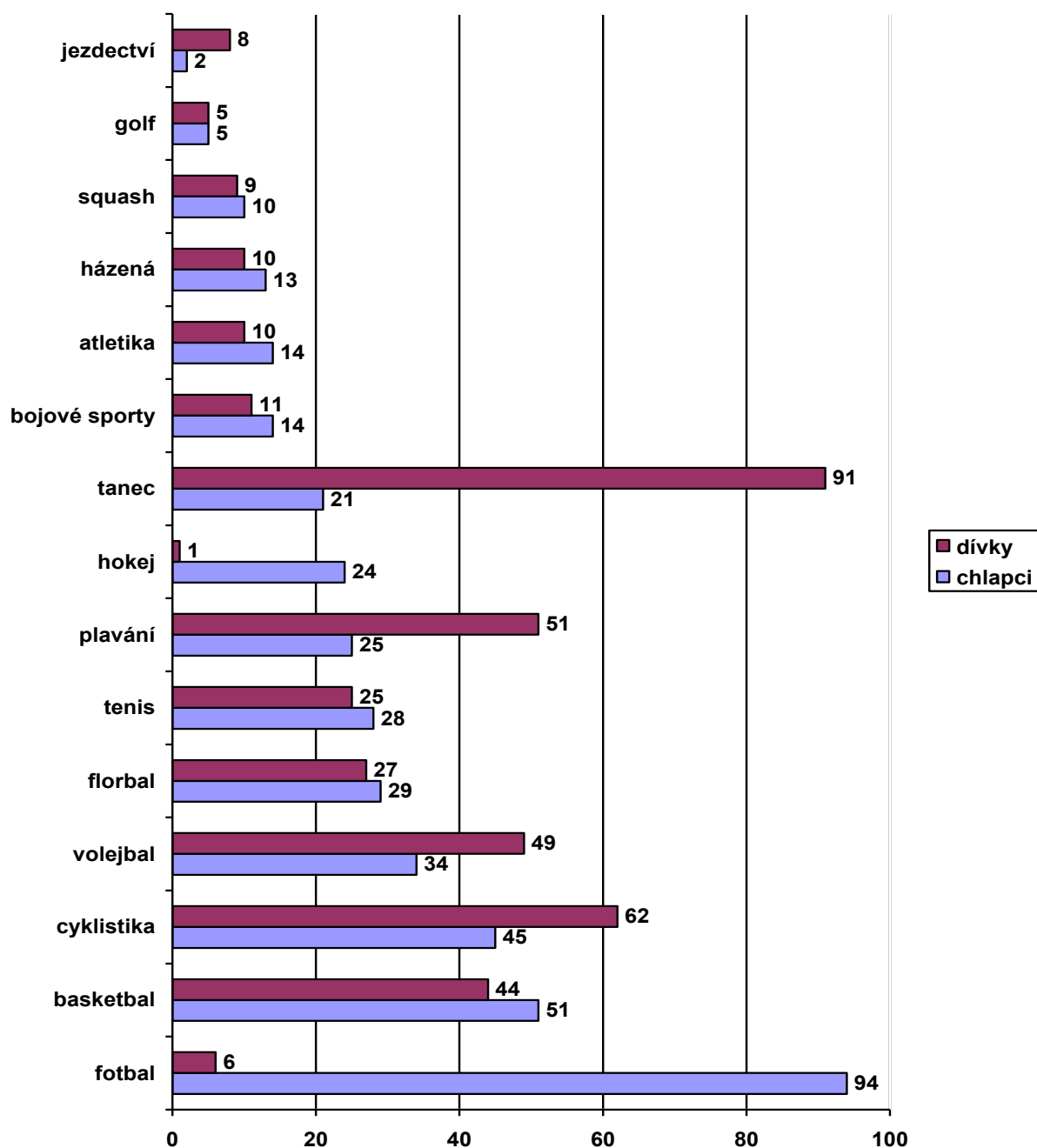


Zdroj: Vlastní tvorba

Otázka č. 3: Jakému sportu se nejčastěji věnuješ?

Pomocí této otázky se u žáků zjišťoval nejoblíbenější sport v jejich volném čase. Otázka je otevřená, a tak žáci mohli vyplnit jakoukoliv odpověď. V následujícím grafu jsou uvedeny sporty, které uvedlo alespoň 10 žáků.

Graf č. 5: Nejčastěji provozované sporty



Zdroj: Vlastní tvorba

Z grafu č. 5 vyplývá, že nejvíce chlapců se věnuje tradičně fotbalu (94 respondentů). Oproti tomu dívky preferují jednoznačně tanec a jemu podobné aktivity jako je aerobic, zumba apod. (91 respondentů). Poměrně hodně odpovědí se u obou pohlaví objevilo u cyklistiky. Tu uvedlo celých 107 respondentů. Dále je hodně preferovaným sportem basketbal, a to jak u dívek, tak u chlapců. Ten provozuje celkem 95 respondentů. Plavání a volejbal jsou u žáků také oblíbené. Z méně obvyklých sportů žáci uvedli squash, golf,

jezdectví nebo různé bojové sporty jako je box, judo apod. Mezi v grafu již neuvedenými sporty je například horolezectví, softbal, in - line brusle, horolezectví, ale i obyčejný běh.

Otázka č. 4: Kolikrát týdně sportuješ?

Cílem této otázky je zjistit, jak často žáci sportují. Na výběr měli čtyři odpovědi s různým časovým rozpětím od sportování 5 krát týdně po téměř žádné sportování. Opět se porovnávaly výsledky jak jednotlivých škol tak rozdíly mezi chlapci a dívkami

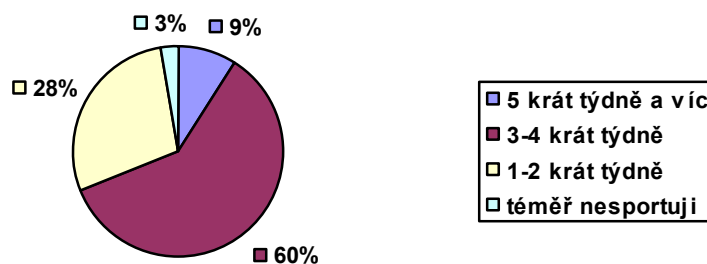
Tabulka č. 8: Frekvence sportování

	Dukelská		Jiráskova		Karlova		Celkem	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	četnost	relat. četnost
5 krát týdně a více	8	4	10	5	8	2	37	9 %
3-4 krát týdně	40	46	38	46	37	42	249	60 %
1-2 krát týdně	14	22	19	25	17	20	117	28 %
téměř nesportuji	1	3	2	2	0	3	11	3 %

Zdroj: Vlastní tvorba

V předchozí tabulce lze pozorovat, že nejvíce žáci sportují 3 - 4 krát týdně (60 % respondentů), což není vůbec špatný výsledek. Dokonce 9 žáků sportuje 5 krát týdně a více (9 % respondentů). Pokud žáci doopravdy odpovídali podle skutečnosti, jsou výsledky velmi příznivé. Dokonce i u dívek se objevilo poměrně hodně pozitivních odpovědí. Například na základních školách Dukelská i Jiráskova sportuje 3 - 4 krát týdně 46 dívek, což je více než polovina všech dotazovaných dívek na této škole. Méně než dvakrát týdně sportuje celkem 117 respondentů (28 %). Stejně jako u jedné z předchozích otázek se i zde objevilo několik odpovědí, že žáci téměř nesportují (3 % respondentů).

Graf č. 6: Frekvence sportování



Zdroj: Vlastní tvorba

Otázka č. 5: Máš nějaký sportovní vzor?

U této otázky se zjišťovalo, zda mají žáci nějaký sportovní vzor či nikoliv. Na výběr měli pouze dvě jasné odpovědi. Žáci, kteří mají svůj sportovní vzor mívají ke sportu velkou motivaci, jelikož mohou sledovat úspěchy svého oblíbence a často se ho snaží napodobovat a jít jeho cestou. Sportovní vzory jsou pro děti tady velmi důležité a mají na pohybové aktivity dětí pozitivní vliv.

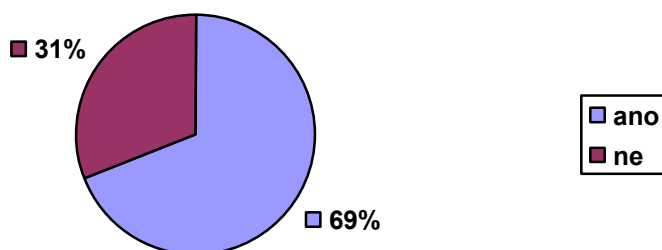
Tabulka č. 9: Sportovní vzor

	Dukelská		Jiráskova		Karlov		celkem	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	četnost	relat. četnost
ano	46	48	49	58	40	45	286	69 %
ne	17	27	20	20	22	22	128	31 %

Zdroj: Vlastní tvorba

Z výsledků v tabulce je zřejmé, že celkem 286 dotazovaných žáků má nějaký sportovní vzor (69 % respondentů). Zbytek žáků uvedl, že žádný vzor nemá (31 % respondentů). Poměrně zajímavé je, že pouze na základní škole Dukelské se objevilo více negativních odpovědí u dívek než u chlapců (27 respondentů). Jinak jsou výsledky hodně vyrovnané. Nejvíce pozitivních odpovědí se objevilo u dívek na Jiráskově škole (58 respondentů). Jak je uvedeno výše, sportovní vzor má zpravidla dobrý vliv na sportování mládeže, a tak jsou pozitivní odpovědi velmi žádoucí.

Graf č. 7: Sportovní vzor



Zdroj: Vlastní tvorba

Otázka č. 6: Kdo Tě přivedl ke sportovní činnosti?

Pomocí této otázky jsme zjišťovali, kdo žáky motivoval k tomu, aby sportovali. Žádoucí výsledek by zdůrazňoval převážně vliv rodiny, která je pro motivaci dětí velice důležitá.

Tabulka č.10: Kdo přivedl žáky ke sportovní činnosti

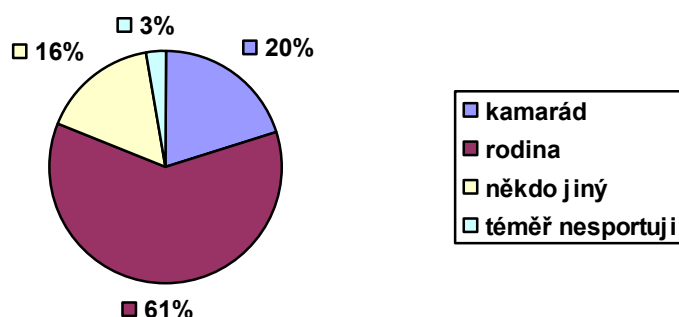
	Dukelská		Jiráskova		Karlovo		Celkem	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	četnost	relat. četnost
kamarád	14	9	12	18	12	18	83	20 %
rodina	42	44	45	39	41	42	253	61 %
někdo jiný	6	19	10	19	9	4	67	16 %
téměř nesportuji	1	3	2	2	0	3	11	3 %

Zdroj: Vlastní tvorba

Tabulka č. 10 přináší pozitivní výsledky. Z odpovědí žáků je zřejmé, že největší vliv na začátek jejich sportování měla rodina (61 % respondentů). Druhou nejčastější odpovědí byli kamarádi (20 % respondentů) a třetí někdo jiný (16 % respondentů). Opět 3 % žáků uvedlo, že nesportují vůbec.

Pro sportování dětí je klíčové, aby se aktivně hýbala celá rodina společně. Rodiče by měli s dětmi od malička rozvíjet základní pohybové návyky jako je běhání, skákání, házení nebo chytání. Důležité je organizovat vše hravou formou, být kreativní při vymýšlení her a dát dítěti pocit vítězství. Postupně je dobré přidávat tzv. rodinné sporty, které může provozovat celá rodina.

Graf č. 8: Kdo přivedl žáky ke sportovní činnosti



Zdroj: Vlastní tvorba

Otázka č. 7: Patří tělesná výchova mezi tvé oblíbené předměty?

Pomocí této otázky se dovídáme, zda je tělesná výchova mezi žáky oblíbená. Děti by se při tomto předmětu měly především bavit, a tak jsou očekávané spíše pozitivní odpovědi. Žáci sice musí vyvíjet fyzickou aktivitu, ale po psychické stránce je tento předmět ve škole spíše odpočinkem od neustálého soustředění.

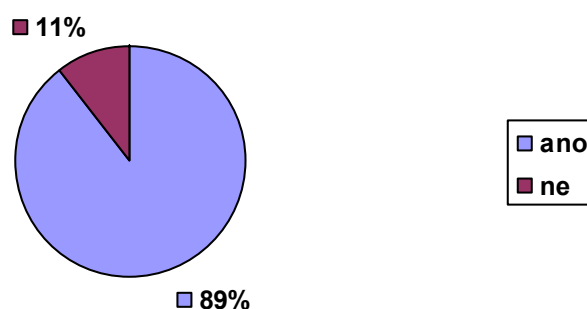
Tabulka č. 11: Oblíbenost tělesné výchovy

	Dukelská		Jiráskova		Karlovo		celkem	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	četnost	relat. četnost
ano	58	68	62	67	57	58	370	89 %
ne	5	7	7	11	5	9	44	11 %

Zdroj: Vlastní tvorba

Z výsledků vyplývá, že tělesná výchova je u dětí opravdu převážně oblíbeným předmětem. Celých 89 % žáků odpovědělo na otázku kladně. Zajímavé je, že nejméně negativních odpovědí se objevilo u školy Dukelská. Tento fakt je zřejmě způsobený tím, že tato škola má největší a nejlépe vybavenou jak tělocvičnu, tak venkovní hřiště, což je pro žáky jistě přitažlivým faktorem.

Graf č. 9: Oblíbenost tělesné výchovy



Zdroj: Vlastní tvorba

Otázka č. 8: Jsou pro Tebe hodiny tělesné výchovy zajímavé?

Tato otázka zjišťuje u žáků zajímavost tělesné výchovy. Tento předmět by měl u dětí převážně zábavným, přirozeným a nenásilným způsobem rozvíjet jejich přirozeně pozitivní

vztah ke sportovním aktivitám. Pokud hodiny nebudou pro žáky svým obsahem přitažlivé, přestanou žáky bavit a začnou se jim snažit úmyslně vyhýbat.

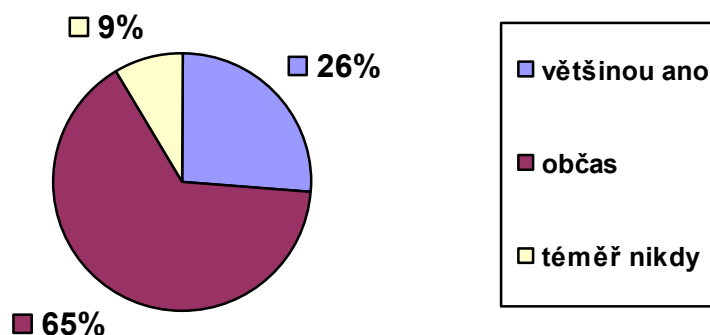
Tabulka č. 12: Zajímavost hodin tělesné výchovy

	Dukelská		Jiráskova		Karlovy		celkem	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	četnost	relat. četnost
většinou ano	22	15	23	19	16	13	108	26 %
občas	36	54	42	51	40	47	270	65 %
téměř nikdy	5	6	4	8	6	7	36	9 %

Zdroj: Vlastní tvorba

Z tabulky je zřejmé, že je tělesná výchova pro žáky zajímavá pouze občas (65 % respondentů), což nejsou zrovna příznivé výsledky. Pouze 26 % respondentů na otázku odpovědělo, že jsou pro ně hodiny většinou zajímavé. U této odpovědi by bylo určitě příznivější větší procento žáků. Opět nejméně negativních odpovědí lze vidět u základní školy Dukelská, kde pouze 11 respondentů uvedlo, že pro ně hodiny nejsou zajímavé téměř nikdy. Naopak nejvíce negativních odpovědí se objevilo u školy Karlov, kde jsou podmínky pro tělesnou výchovu nejhorší.

Graf č. 10: Zajímavost hodin tělesné výchovy



Zdroj: Vlastní tvorba

Otázka č. 9: Chtěl/a bys mít za týden více hodin tělesné výchovy?

Díky této otázce se lze dozvědět, zda mají žáci zájem, aby se zvýšil počet hodin tělesné výchovy. Jelikož je to pro většinu dětí nenáročný předmět, dá se očekávat, že odpovědi budou převážně kladné.

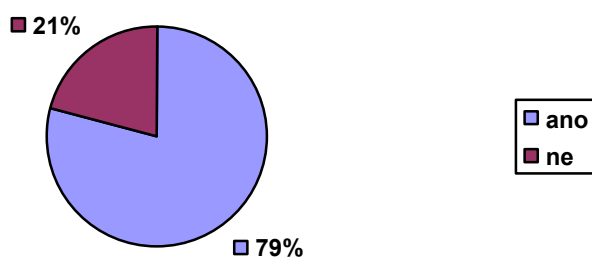
Tabulka č. 13: Zájem o více hodin tělesné výchovy

	Dukelská		Jiráskova		Karlov		celkem	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	četnost	relat. četnost
ano	54	46	58	66	56	48	328	79 %
ne	9	29	11	12	6	19	86	21 %

Zdroj: Vlastní tvorba

Z tabulky je zřejmé, že žáci by si doopravdy převážně přáli více hodin tělesné výchovy (79 % respondentů). Překvapivě a nečekaně nejvíce negativních odpovědí se objevilo u dívek na základní škole Dukelská, která má pro tento předmět výborné podmínky. Naopak dívky na Jiráskově škole zaškrtnly nejvíce kladných odpovědí. Nejméně negativních odpovědí označili chlapci na základní škole Karlov. Celkově si 29 % respondentů za všech škol nepřeje více hodin tělesné výchovy. Toto číslo by bylo určitě žádoucí ještě snížit.

Graf č. 11: Zájem o více hodin tělesné výchovy



Zdroj: Vlastní tvorba

Otázka č. 10: Těšíš se na hodiny tělesné výchovy?

Tato otázka se zaměřuje na oblíbenost tělesné výchovy a zjišťuje, zda se žáci vybraných škol na tyto hodiny těší. Tento předmět by měl žáky, jak už je uvedeno výše, především bavit a očekáváme pozitivní odpovědi.

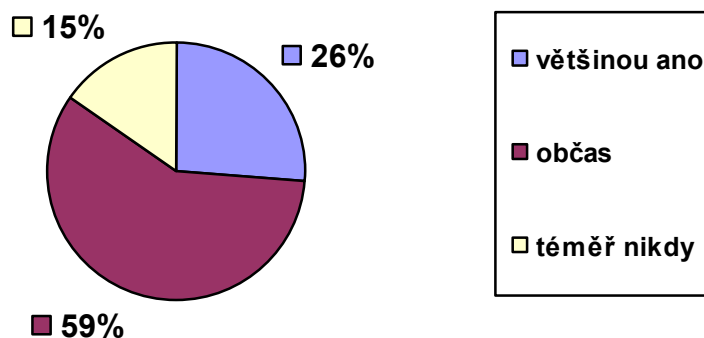
Tabulka č. 14: Zábavnost hodin tělesné výchovy

	Dukelská		Jiráskova		Karlovy Vary		celkem	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	četnost	relat. četnost
většinou ano	19	19	20	19	17	14	108	26 %
občas	39	42	42	46	38	36	243	59 %
téměř nikdy	5	14	7	13	7	17	63	15 %

Zdroj: Vlastní tvorba

Z tabulky je patrné, že největší část žáků se na hodiny tělesné výchovy těší pouze občas (59 % respondentů). Jejich postoj k tělesné výchově je tak spíše neutrální. Většinou se na hodiny těší 26 % žáků a téměř nikdy 15 % žáků. Nejméně negativních odpovědí označili podle očekávání žáci základní školy Dukelská. Naopak nejvíce žáků, kteří se na tento předmět netěší téměř nikdy je na škole Karlovy Vary. Také se zde objevilo více neutrálních odpovědí (občas) u chlapců než u dívek, jako u jediné z vybraných škol. Celkově se však ve všech školách na tyto hodiny většinou těší převážně chlapci.

Graf č. 12: Zábavnost hodin tělesné výchovy



Zdroj: Vlastní tvorba

Otázka č. 11: Je pro Tebe důležité, jaký učitel vede hodiny tělesné výchovy?

Tato otázka nás vede ke zjištění, jaký postoj mají žáci k učiteli tělesné výchovy. Objasní, zda je pro žáky učitel důležitý či nikoliv. Zpravidla je role učitele pro dítě v jeho

zájmu o předmět velice významná. Pokud učitel žáky nezaujme svým přístupem a obsahem vyučovacích hodin, pak je o předmět zpravidla ztratí zájem.

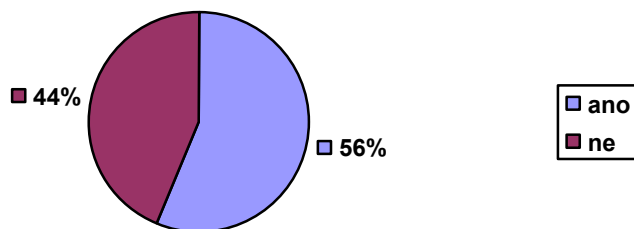
Tabulka č. 15: Důležitost učitele

	Dukelská		Jiráskova		Karlova		celkem	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	četnost	relat. četnost
ano	34	39	42	45	36	37	233	56 %
ne	29	36	27	33	26	30	181	44 %

Zdroj: Vlastní tvorba

Tabulka č. 15 ukazuje, že pouze 56 % žáků uvedlo, že je pro ně učitel v hodinách tělesné výchovy důležitý, což je nečekaný výsledek. Učitel by měl být významný pro většinu žáků. Výsledek je zřejmě ovlivněn tím, že pubescenti celkově více ztrácejí zájem o pohybové aktivity. Hlavně u dívek ze všech vybraných škol je nezájem o učitele výraznější. Pedagog by měl žáky umět zaujmout a dostatečně je motivovat ke sportovním výkonům. Zároveň si však zachovat autoritu a výkony spravedlivě hodnotit. V této otázce by určitě bylo žádoucí podstatně více pozitivních odpovědí jak u dívek, tak u chlapců.

Graf č. 13: Důležitost učitele



Zdroj: Vlastní tvorba

Otázka č. 12: Kde máš hodiny tělesné výchovy nejraději?

V této otázce jsme zkoumali nejoblíbenější místo žáků pro tělesnou výchovu. Otázka je polotevřená, takže žáci mohli napsat i libovolnou odpověď. Pro děti je určitě nejlepší pohyb na čerstvém vzduchu, a proto jsou nejvíce žádoucí odpovědi, že žáci upřednostňují hodiny na venkovním hřišti.

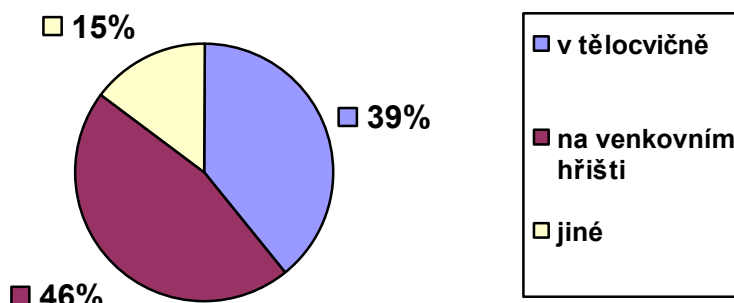
Tabulka č. 16: Oblíbené místo pro tělesnou výchovu

	Dukelská		Jiráskova		Karlovo		celkem	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	četnost	relat. četnost
v tělocvičně	30	31	29	26	22	24	162	26 %
na venkovním hřišti	25	29	33	39	34	31	191	59 %
jiné	8	15	7	13	6	12	61	15 %

Zdroj: Vlastní tvorba

Z tabulky je zřejmé, že nejvíce žáků má opravdu zájem o tělesnou výchovu na venkovním hřišti (59 % respondentů). Výsledek je tedy velice uspokojivý. Pouze na základní škole Dukelská dávají jak chlapci, tak dívky přednost hodinám v tělocvičně, což se ale vzhledem k její velikosti a modernímu vybavení dalo předpokládat. Mezi odpověďmi jiné se objevil například nedaleký konopištský park, fitness centrum, plavecký bazén, zimní stadion, fotbalové hřiště nebo squash.

Graf č. 14: Oblíbené místo pro tělesnou výchovu



Zdroj: Vlastní tvorba

Otázka č. 13: Jaká pohybová aktivita Tě v hodinách tělesné výchovy nejvíce baví?

Odpovědi na tuto otázku ukazují, jaké pohybové aktivity mají žáci během hodin tělesné výchovy nejraději. Otázka je opět polouzavřená, a tak žáci mohli vyplnit jakoukoliv oblíbenou činnost. Předpokládá se, že děti nejvíce baví aktivity soutěžního charakteru, kde spolu mohou soupeřit o vítězství.

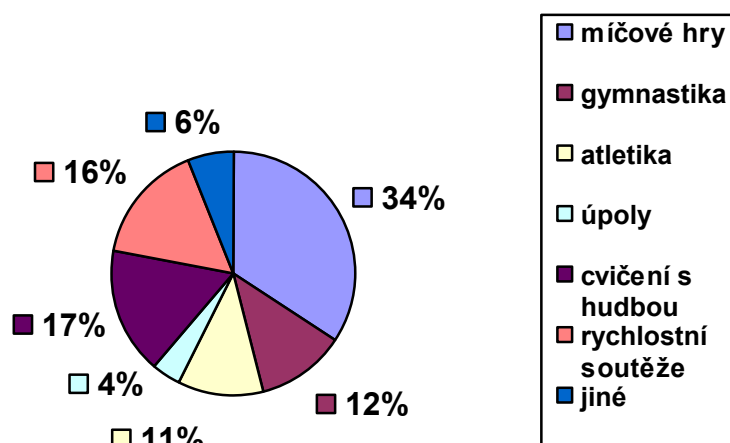
Tabulka č. 17: Oblíbená pohybová aktivita v hodinách tělesné výchovy

	Dukelská		Jiráskova		Karlovo		celkem	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	četnost	relat. četnost
míčové hry	27	22	31	22	20	19	141	34 %
gymnastika	5	12	9	13	4	7	50	12 %
atletika	8	6	5	6	10	12	47	11 %
úpoly	5	0	2	2	6	1	16	4 %
cvičení s hudbou	0	19	2	25	1	22	69	17 %
rychlostní soutěže	14	10	17	6	18	1	66	16 %
jiné	4	6	3	4	3	5	25	6 %

Zdroj: Vlastní tvorba

Tabulka ukazuje, že největší oblíbenost u žáků mají míčové hry (34 % respondentů). Děti mají zájem hlavně o hry, kde jde v první řadě o porážku soupeře a vítězství. Tyto aktivity vedou v našem výzkumu jak u chlapců, tak i u dívek. Na druhém místě je u žáků cvičení s hudbou (17 % respondentů) a na třetím rychlostní soutěže (16 % respondentů). Na oblíbenost některých činností má pohlaví velký vliv. Například o cvičení s hudbou, které je u dívek velmi populární, nemají chlapci téměř zájem. Podobné výsledky jsou i u gymnastiky. Naopak hodně oblíbenou pohybovou aktivitou u chlapců jsou rychlostní soutěže a úpoly. Z volných odpovědí žáci například uvedli plavání, bruslení, posilovnu, ale i obyčejný běh či procházky.

Graf č. 15: Oblíbená pohybová aktivita v hodinách tělesné výchovy



Zdroj: Vlastní tvorba

Otázka č. 14: Jsou podle Tebe žáci, kteří sportují, ve třídě více oblíbení?

Pomocí této otázky jsme zjišťovali, zda žáci považují sportující vrstevníky za více oblíbené. Očekáváme více odpovědí, že ano. Chlapci jsou velmi soutěživí, snaží se být nejlepší, vyhrávat a vyčnívat tak z kolektivu. Dívkám naopak tito chlapci, kteří jsou v dobré fyzické kondici, mohou imponovat.

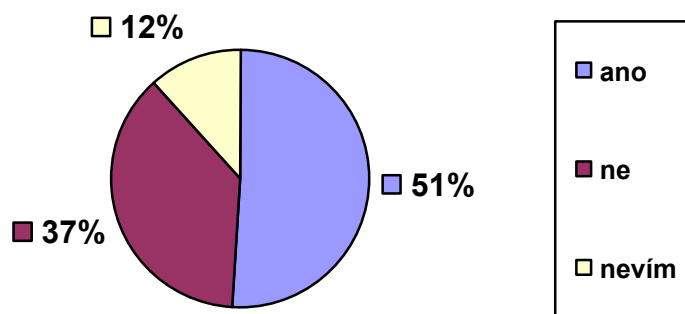
Tabulka č. 18: Oblíbenost sportujících žáků ve třídě

	Dukelská		Jiráskova		Karlovo		celkem	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	četnost	relat. četnost
ano	31	39	35	40	33	34	212	51 %
ne	23	28	27	27	24	25	154	37 %
nevím	9	8	7	11	5	8	48	12 %

Zdroj: Vlastní tvorba

Tabulka poukazuje na fakt, že žákům sportující vrstevníci připadají skutečně více oblíbení. Tuto odpověď označilo celých 51 % respondentů. Převážně dívky odpovídaly na tuto otázku kladně. Žáci měli na výběr i odpověď nevím, kterou označilo 12 % respondentů. Jak je uvedeno výše, pro dívky bývají fyzicky aktivní chlapci přitažliví více než ostatní nespportující jedinci. Tato skutečnost plyne z přirozených vlastností člověka. Pro chlapce jsou dívky v dobré kondici také více v oblíbenosti. V tomto věku je pro pubescenty již celkově velmi důležitý vzhled. Pro chlapce hlavně fyzická síla, pro dívky spíše celková postava.

Graf č. 16: Oblíbenost sportujících žáků ve třídě



Zdroj: Vlastní tvorba

Otázka č. 15: Myslíš, že ve větší a modernější tělocvičně by Tě tělesná výchova více bavila?

Tato otázka nám přinesla informace o vlivu velikosti a vybavení tělocvičny na oblíbenost tělesné výchovy. Pro pubescenty je prostředí důležité, a tak se dá očekávat, že je skutečně tento předmět bude bavit v co nejlepší tělocvičně.

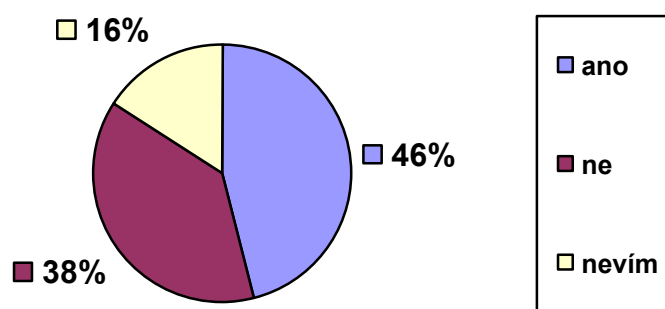
Tabulka č. 19: Vliv vzhledu tělocvičny

	Dukelská		Jiráskova		Karlovy		celkem	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	četnost	relat. četnost
ano	23	28	30	35	43	32	191	46 %
ne	25	33	28	32	14	25	157	38 %
nevím	15	14	11	11	5	10	66	16 %

Zdroj: Vlastní tvorba

Z výsledků v tabulce je zřejmé, že pro 46 % žáků má velikost a moderní vzhled tělocvičny význam. Myslí si, že v takové tělocvičně by je tělesná výchova více bavila. Nejvíce pozitivních odpovědí označili žáci na základní škole Karlovy, kde je tělocvična ze všech nejmenší. Naopak nejméně takových odpovědí uvedli žáci na škole Dukelská, kde již je velká a velice moderní tělocvična i venkovní hřiště. Dále výsledky ukazují, že celkově pro dívky ze všech škol má tělocvična menší význam než pro chlapce. Celkem 16 % respondentů označilo odpověď nevím.

Graf č. 17: Vliv vzhledu tělocvičny



Zdroj: Vlastní tvorba

Otázka č. 16: Navštěvuješ nějaký sportovní kroužek nebo oddíl?

Tato otázka zjišťuje, kolik žáků na vybraných školách navštěvuje nějaký kroužek či sportovní oddíl. Pro pubescenty je velice důležité, aby trávili čas smysluplně a zároveň něčím, co je baví a přináší jim něco pozitivního. Disciplína a nutnost vyjít z kolektivem vrstevníků je pro žáky tohoto věku velice přínosná. Tito jedinci pak lépe komunikují s okolím a snadněji se integrují do společnosti.

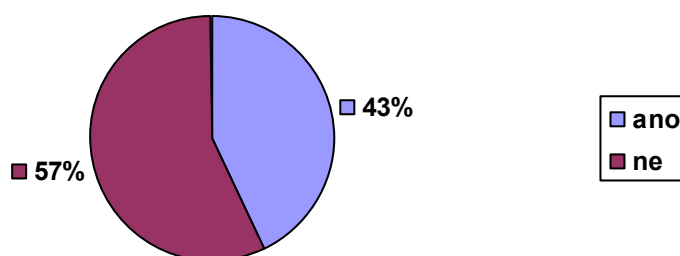
Tabulka č. 20: Účast ve sportovních oddílech

	Dukelská		Jiráskova		Karlova		celkem	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	četnost	relat. četnost
ano	32	29	35	27	33	22	178	43 %
ne	31	46	34	51	29	45	236	57 %

Zdroj: Vlastní tvorba

Výsledky této otázky jsou poměrně vyrovnané. Celkem 43 % žáků je členem nějakého sportovního oddílu či kroužku. Na všech vybraných školách je těchto žáků více mezi chlapci než mezi dívkami. Problémem někdy může být naopak fyzické přetěžování dětí, kdy je rodiče nutí do příliš velkého množství koníčků. Ideální jsou kroužky přímo ve škole nebo v blízkém okolí. Pravidelné dojíždění je únavné jak pro dítě, tak pro jejich rodiče. Ti by při výběru kroužku měli především dětem naslouchat a vnímat jeho přání. Opačným problémem jsou nesportující pubescenti, u kterých se často začíná objevovat nebezpečí obezity. Ve výzkumu celkem 57 % respondentů odpovědělo, že žádný kroužek nenavštěvuje.

Graf č. 18: Účast ve sportovních oddílech



Zdroj: Vlastní tvorba

Otázka č. 17: Myslíš si, že je pohyb důležitý pro zdraví člověka?

Tato otázka zjišťuje postoj žáků k pohybu a zdravému životnímu stylu, který je v poslední době často diskutovaným tématem. Pohybová aktivita je vedle stravy samozřejmě velice důležitá pro zdraví člověka, proto by žáci měli odpovídat hlavně kladně.

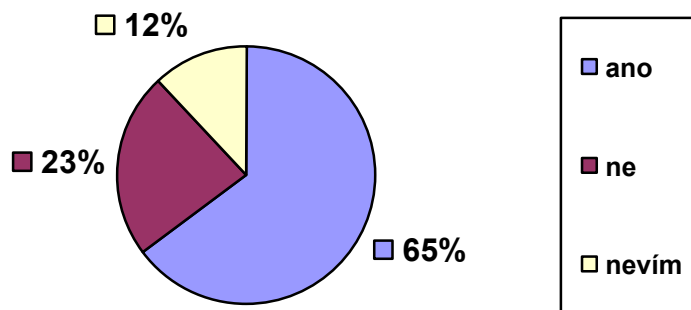
Tabulka č. 21: Důležitost pohybu pro zdraví člověka

	Dukelská		Jiráskova		Karlovo		celkem	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	četnost	relat. četnost
ano	36	53	44	50	42	44	269	65 %
ne	12	13	14	22	15	19	95	23 %
nevím	15	9	11	6	5	4	50	12 %

Zdroj: Vlastní tvorba

Z tabulky je zřejmé, že pouze 65 % žáků si správně uvědomuje důležitost pohybu pro jejich zdraví. Tyto výsledky nejsou zrovna příznivé. Pohyb je pro tělo důležitý, udržuje ho v dobré kondici a pomáhá redukovat váhu, protože při něm dochází ke spotřebování energie. Dnešní mládež se čím dál častěji potkává s problémem obezity. Všechny drobné pohybové činnosti v každodenním životě, jako jsou například schody místo výtahu, jsou pro zdraví přínosné. Každý člověk by měl denně pohybu věnovat minimálně 30 minut. Pubescenti samozřejmě ideálně více. Přesto se 23 % respondentů domnívá, že pohyb není pro zdraví člověka důležitý.

Graf č. 19: Důležitost pohybu pro zdraví člověka



Zdroj: Vlastní tvorba

Otázka č. 18: Věnují se Tvoji rodiče nějaké sportovní aktivitě?

Tato otázka přináší informace o tom, zda se rodiče žáků věnují nějaké sportovní aktivitě či nikoliv. Rodiče jsou pro děti velkou motivací a vzorem. Většina sportujících dětí má i sportovně založené rodiče. Jejich vliv na potomky je tak poměrně velký a rozhodně by se neměl podceňovat.

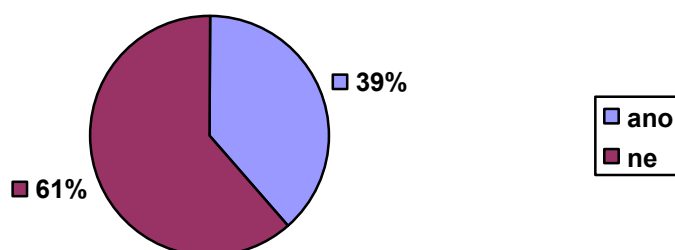
Tabulka č. 22: Sportovní aktivity rodičů

	Dukelská		Jiráskova		Karlova		celkem	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky	četnost	relat. četnost
ano	22	31	26	29	23	29	160	39 %
ne	41	44	43	49	39	38	254	61 %

Zdroj: Vlastní tvorba

Výsledky tabulky ukazují na skutečnost, že celých 61 % rodičů žáků se žádné sportovní aktivitě nevěnuje. Rodiče tedy bohužel většinou svým dětem příkladem nejdou. Není nutné dělat nějaké vrcholové aktivity, stačí pouze dobře dostupné činnosti jako je například kolo, in - line brusle nebo alespoň delší procházky. Pro dítě je důležité vyzkoušet s rodiči různé aktivity, aby zjistilo, co ho bude doopravdy bavit. Děti jsou vnímavé a pokud je vystavujeme sportovnímu prostředí, nastavuje to jejich celoživotní vztah ke sportu. Pouze 39 % žáků uvedlo, že jejich rodiče se nějaké sportovní aktivitě věnují.

Graf č. 20: Sportovní aktivity rodičů



Zdroj: Vlastní tvorba

5.6 Zhodnocení výzkumu

Před začátkem výzkumu bylo stanoveno celkem sedm hypotéz. Nyní si je rozebereme a pokusíme se je potvrdit nebo vyvrátit.

H1: Nejvíce žáků dává ve volném čase přednost sportování.

U většiny žáků jsme očekávali, že ve volném čase upřednostňují sportování. Jak se ale ukázalo, mládež má v období pubescence více jiných zájmů než je sport a je tak zajímavé zjistit, jakým činnostem nakonec dávají přednost. Dnešní mládež je hodně ovlivněná moderními technologiemi a spontánní pohybové aktivitě věnují čím dál méně času.

Náš předpoklad, že sport je u mládeže upřednostňován před ostatními volnočasovými činnostmi, byl příliš optimistický. I přes poměrně nemalé procento odpovědí (15 %) je u žáků sport až na třetím místě za hraním na počítači a sledováním televize. Výsledky jsou uvedené v grafu č. 3. Hlavně chlapci věnují počítači nejvíce času. Tuto hypotézu určitě není možné považovat za potvrzenou.

H2: Více než 50 % žáků přivedli ke sportovní činnosti rodiče.

Tuto hypotézu jsme vytvořili hlavně proto, že rodiče mají nezastupitelnou roli pro motivování dětí ke sportovním aktivitám. Předpokládali jsme jasnou nadpoloviční převahu těchto odpovědí. Graf č. 8 ukazuje na fakt, že nakonec doopravdy 61 % žáků uvedlo, že ke sportování je přivedli rodiče. Dokonce i výsledky u chlapců a dívek na všech vybraných školách jsou velmi vyrovnané. Lze se tedy domnívat, že druhá hypotéza by mohla být potvrzena.

H3: Žáky na základní škole Karlov by ve větší tělocvičně tělesná výchova více bavila.

Jelikož jsme očekávali, že děti sportují raději v moderní větší tělocvičně, vytvořili jsme také tuto hypotézu. Každý žák může mít určitě více důvodů, proč ho tělesná výchova baví, kromě pouhého prostředí.

Celkově se nakonec mezi školami Karlov i Jiráskova ukázalo prostředí tělocvičny jako důležitý motiv pro oblíbenost tělesné výchovy. Převážně pak u chlapců. Na jediné škole

Dukelská, kde již žáci velkou a moderní tělocvičnu využívají, by nebylo zlepšení prostředí motivem pro oblíbenost tohoto předmětu.

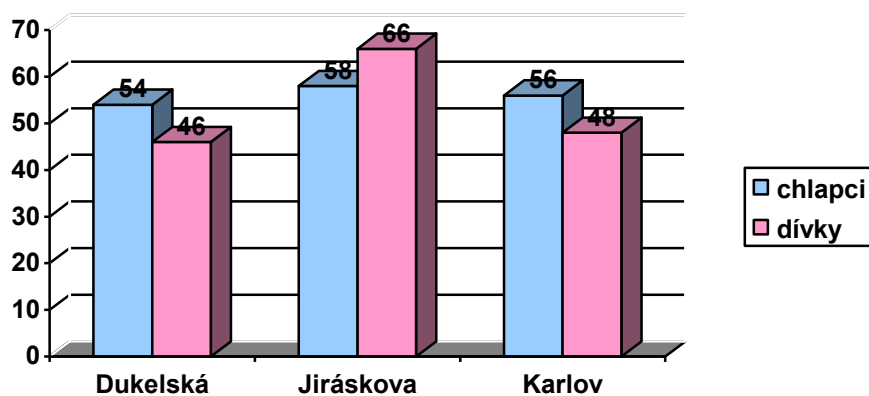
Na základní škole Karlov označilo kladnou odpověď 75 žáků ze 129. Můžeme tedy předpokládat, že by se třetí hypotéza potvrdila.

H4: Chlapci by chtěli navýšit počet hodin tělesné výchovy více než dívky.

Jelikož od chlapců očekáváme vyšší zájem o tělesnou výchovu než u dívek, bylo zapotřebí vytvořit i tuto hypotézu. I přes stále větší oblíbenost moderních technologií a nárůstu neochoty pubescentů věnovat se sportovním aktivitám, zůstává tělesná výchova (jak znázorňuje graf č. 9) velmi oblíbeným vyučovacím předmětem.

Jak ukazuje výzkum v tabulce č. 13, celkem 79 % žáků ze všech škol by uvítalo více hodin tělesné výchovy. Menší rozdíly mezi pohlavími jsou však skutečně patrné. Zatímco 168 chlapců má zájem o více hodin, pouze 160 dívek je stejného názoru. V následujícím grafu je znázorněno, že pouze na škole Jiráskova je zájem dívek o více hodin tělesné výchovy větší než u chlapců. Tuto hypotézu by tedy zřejmě bylo možné potvrdit.

Graf č. 21: Zájem dívek o více hodin tělesné výchovy



Zdroj: Vlastní tvorba

H5: Více než 90 % žáků si myslí, že je pohyb důležitý pro zdraví člověka.

Tato hypotéza vznikla za účelem, abychom mohli potvrdit či vyvrátit domněnku, že si převážná většina žáků uvědomuje důležitost pohybu pro zdraví člověka, tedy i pro ně.

Dodržování zdravého stylu, ke kterému pohyb neodmyslitelně patří, může výrazně snížit riziko civilizačních chorob a celkově pomoci k udržení optimálního zdraví člověka.

Bohužel, výsledky v grafu č. 19 ukazují, že tuto skutečnost si uvědomuje pouze 65 % dotazovaných žáků. Pátou hypotézu tedy nelze považovat za správnou.

H6: Pro žáky je důležité, jaký učitel hodiny tělesné výchovy vede.

Tato hypotéza byla vytvořena za účelem, abychom ověřili, zda je role učitele v hodinách tělesné výchovy opravdu tak důležitá. Pedagog by měl být určitě pro žáky motivací a hlavně je umět zaujmout. Výuka tělesné výchovy na základních školách představuje specifickou edukační oblast, která klade na učitele toho předmětu zvláštní a mimořádné nároky. Mezi hlavní funkce učitele patří i celková snaha o pozitivní ovlivňování zdraví a životního stylu žáků dané školy.

Z grafu č. 13 je zřejmé, že pro větší část dotazovaných (56 %) je učitel skutečně důležitý, a to bez větších rozdílů u chlapců i dívek. U této hypotézy by se tedy dalo očekávat, že může být potvrzena.

H7: Chlapci i dívky dávají při tělesné výchově přednost míčovým hrám.

Tato hypotéza byla vytvořena na základě přesvědčení, že míčové hry jsou u žáků při tělesné výchově nejvíce oblíbené a to z důvodu, že pro pubescenty je důležité soupeření, dosažení vítězství a zároveň zábava při těchto aktivitách. Převážně chlapci si při těchto sportech rozvíjejí pohybové dovednosti, ale i komunikační schopnosti, smysl pro týmovou spolupráci a taktickou vyspělost.

V dnešní době je však čím dál větší rozmach různých druhů sportovních aktivit s doprovodem hudby. Nakonec také výzkum ukazuje, že míčové hry jsou celkově sice nejoblíbenější aktivitou (34 %), ale to neplatí u obou pohlaví. Zatímco míčové hry preferuje celkem 63 žákyň, tak cvičení s hudbou dává přednost 66 dívek.

Naše úvahy jsou tak správné pouze z poloviny. Chlapci totiž doopravdy v převážné většině (78 odpovědí) označili možnost, že je v hodinách tělesné výchovy nejvíce baví míčové hry. Zatímco však pro dívky jsou nejoblíbenější cvičení s hudbou. Vzhledem k těmto skutečnostem určitě nelze sedmou hypotézu považovat za správnou.

Z prováděného výzkumu, který byl realizován na třech základních školách v Benešově, vyplývá, že nejvíce žáků se věnuje sportu rekreačně ve volném čase. Výsledky se shodují s výzkumem Charváta a Došly (2008). Pokud si však žáci mohou vybrat, nejvíce volného času věnují hraní na počítači. Aktivně žáci sportují převážně 3 - 4 krát týdně. Vícekrát v týdnu sportují spíše chlapci než dívky.

Nejčastější aktivitou je u chlapců fotbal a u dívek různé formy tance. V porovnání s výsledky výzkumu Frömela, Novosada a Svozila (1999), jsou odpovědi odlišné. Dříve byl mezi žáky největší zájem o plavání. V současnosti spíše o různé míčové hry, především o fotbal.

Dále nás zajímalo, zda mají žáci nějaký svůj sportovní vzor. Odpovědi byly vyrovnané, ale větší část žáků odpovědělo kladně. Více záporných odpovědí se objevilo spíše u dívek. Na otázku, kdo respondenty přivedl ke sportu, se na všech školách nejvíce objevovala odpověď rodina. Tento výzkum se tedy neshoduje s výsledky výzkumu Peráčkové (2008), ve kterém žáky nejvíce ovlivnili kamarádi, učitel tělesné výchovy nebo pouze otec.

Pro převážnou většinu je tělesná výchova oblíbeným předmětem, a to u chlapců i dívek, ale obsah vyučovacích hodin je pro ně zajímavý jen občas. Na otázku, zda by žáci ve škole uvítali více hodin tělesné výchovy, odpověděli na všech vybraných školách převážně kladně. Větší zájem o tyto hodiny ale mají spíše chlapci. Tuto skutečnost potvrdil i výzkum Přibislavské a Ondráčkové (1995). Zjistili jsme také, že více než tři čtvrtiny dotazovaných žáků se na hodiny tělesné výchovy těší.

Dále jsme se zajímali, zda je učitel tělesné výchovy pro žáky důležitý. Výsledky byly velice vyrovnané, ale nakonec větší část žáků opět odpověděla kladně. Další otázka zjišťovala nejoblíbenější místo žáků pro vyučovací hodiny. Nejvíce žáků uvedlo odpověď, že nejraději mají tělesnou výchovu na venkovním hřišti. Dále jsme se zajímali o oblíbenou pohybovou aktivitu v tomto předmětu. U největší části respondentů vedou míčové hry.

Zjišťovali jsme také, zda se dotazovaní žáci domnívají, že sportující žáci jsou oblíbenější než ti nespportující. Nejčastěji respondenti odpovídali kladně. Nemalá část žáků však na otázku odpovědělo, že neví.

Na otázku, zda by žáky tělesná výchova více bavila ve větší a modernější tělocvičně, odpověděli žáci na dvou školách převážně kladně. Nejvíce takových odpovědí se objevilo na základní škole Karlov. Naopak na škole Dukelské, kde je tělocvična nejlepší, odpovídali žáci více záporně. Dále nás zajímalo, jestli žáci navštěvují nějaký sportovní oddíl nebo kroužek. Větší část dotazovaných žáků uvedlo, že žádný takový oddíl nenavštěvuje.

Jednou z otázek také bylo, zda se respondenti domnívají, že je pohyb důležitý pro zdraví člověka. Žáci odpovídali spíše kladně, ale očekávali jsme větší procento takových odpovědí, než se skutečně objevilo. Téměř čtvrtina dotazovaných odpovědělo na tuto otázku překvapivě záporně.

Poslední otázka zjišťovala, jestli se rodiče dotazovaných žáků věnují nějaké sportovní aktivitě. Více než polovina respondentů uvedla, že ano.

Na počátku výzkumu jsme stanovili sedm hypotéz, u kterých jsme zjišťovali, zda by mohly být potvrzeny. Naše předpoklady se ukázaly příliš optimistické. Ze sedmi hypotéz, které jsme si vytvořili, bychom nejspíše mohli potvrdit čtyři. U třech hypotéz se domníváme, že potvrzeny být nemohou.

5.7 Doporučení

Nyní se budeme věnovat doporučením, jakým způsobem děti nejlépe motivovat, aby se více věnovaly sportovním aktivitám, setrvaly u nich co nejdéle a hlavně si upevnily pozitivní vztah k pohybu.

Vliv rodičů na sportování dětí je zcela neoddiskutovatelný. Pokud chce rodič zjistit, pro který sport má jeho potomek nejlepší předpoklady, musí dítě nejprve pozorovat a zkusit ho přiřadit k jednomu ze čtyř základních pohybových typů.

Rychlostní typ je obvykle velmi živý, neposedný jedinec, při pohybových aktivitách výbušný a dynamický. Vhodným sportem je atletika (sprinty, skokanské disciplíny), skoky na lyžích, cyklistika.

Koordinační typ je veselé, obratné dítě, které se umí orientovat v prostoru a je šikovné v míčových týmových sportech. Doporučuje se pro něj sportovní a moderní gymnastika, sportovní aerobik.

Vytrvalostní typ je obvykle klidný, vyrovnaný člověk, spíše rozvázný, se silnou vůlí. Charakteristická je pro něj šlachovitá postava. Vhodnými sporty jsou triatlon, běh na lyžích, plavání, horské kolo, veslování a kanoistika.

Konečně svalový typ je méně koordinačně zdatný a má mohutnější kostru (široké zápěstí, kotníky). Nejvhodnějším sportem je atletika (vrhačské disciplíny), plavání, kanoistika, ragby a úpolové sporty (zápas, judo, box).

S výběrem toho "pravého" sportu může dnes pomoci také speciální program SportAnalytik. Doporučení vhodných sportů se sestavuje na základě zábavného testování

fyzických předpokladů dítěte jako jsou rychlost, ohebnost nebo vytrvalost. Rodiče získají doporučení na pět běžných a pět alternativních sportů spolu s tipy na konkrétní oddíly v místě jejich bydliště. Dozvědí se rovněž, jak jsou na tom jejich potomci ve srovnání se svými vrstevníky a jaké jsou jejich silné stránky.

Ve výběru sportovních kroužků je také důležité brát ohled na zájmy a nadání dítěte a hlavně ho do ničeho nenutit. Vyzkoušet různé aktivity, které by ho mohly bavit. Dát si pozor na přetěžování, jednostranné zatížení některých svalových skupin a na snahu o předčasnou výchovu vrcholových sportovců. Sport u dětí by měl být pro radost, ne čtyřikrát týdně trénink a ještě každý víkend zápas. To lze pouze v případě, pokud není dítě vyloženě talent a samo by se chtělo sportu s takovým nasazením věnovat.

Jak už bylo uvedeno, rodiče mají ohromný vliv na to, jaký bude mít jejich potomek vztah ke sportu, ať už se mu věnuje rekreačně nebo startuje slibnou dráhu vrcholového sportovce.

Děti vřelých, angažovaných a podporujících rodičů mají lepší sportovní výsledky, vyšší sebejistotu a sport jim přináší radost, je pro ně zábavou. Právě radost z toho, co potomeci dělají, je rozhodujícím faktorem, jestli se budou danému sportu věnovat i o pár měsíců později. Je možná překvapivé, že na velikosti sebevědomí ani na sportovních úspěších tolik nezáleží. Zvyšující se tlak od rodičů s jistotou radost a spokojenost dětí z činností, kterým se věnují, snižuje. I proto většina dětí s organizovaným sportem skončí ještě před hranicí třinácti let.

Děti mají především potřebu slyšet od rodičů podporující komentáře na jejich sportovní chování a snahu. Naopak vůbec netouží po taktických či technických radách. Potomka je přínosnější chválit za vynaloženou snahu spíše než za výsledky či schopnosti. Strach ze selhání může vést k nespornému chování nebo se změnit až v nepříjemné úzkostné stavy. Nikdo nemůže cítit uspokojení z aktivity, když jeho sebehodnota se odvíjí od toho, jestli zrovna vyhrává, či nikoliv. Na druhé straně děti, u kterých je zdůrazňována hlavně snaha a vynaložené úsilí bez ohledu na výsledky, na sobě zpravidla pracují mnohem tvrději. Prohru berou jako dočasnou situaci, kterou je možné překonat dalším úsilím. Mají vyšší sebevědomí a jsou motivovány na sobě stále pracovat. Jsou si jisté, že jsou dobré v tom, co dělají, jsou pak samozřejmě i šťastnější.

Okolnosti vnějšího prostředí rozhodují o tom, jestli bude sportující dítě posuzovat své úspěchy a neúspěchy na základě vynaloženého úsilí, nebo bude věřit pouze svému talentu. To ovlivní myšlení a způsob zvládnání situací nejen ve sportu, ale i ve vztazích, ve škole, v práci.

Zlom nastává v období kolem 12 až 15 let, kdy se začne snižovat význam zábavy, mladý sportovec se začíná orientovat na mistrné zvládnutí sportu, v němž se cítí být nejsilnější, začíná si uvědomovat důležitost úporných a zdlouhavých tréninků. Významnější se místo zábavy stávají sportovní úspěchy a sebedůvěra. Bez upevněné radosti z pohybu a zábavy spojené s daným sportem by se ale k tomuto stylu uvažování nejspíše nedostal. Další práce už je na vrstevnících a trenérovi.

Děti se mohou díky sportu naučit spoustě cenných dovedností, jako je spolupráce, zodpovědnost, soustředění, houževnatost, vytrvalost nebo pozitivní přístup. K jejich získání však nestačí jen sport jako takový, nejprve je třeba mít pozitivní zkušenosti a vzpomínky se sportem spojené. Rodiče mají ohromný vliv na to, jaké vzpomínky to budou.

6 ZÁVĚR

Diplomová práce se zabývala postoji žáků k tělesné výchově a sportovní činnosti na třech základních školách v Benešově. Město Benešov je vzdálené přibližně 40 - 45 kilometrů od Prahy a nabízí pro své obyvatele široké možnosti ke sportovním činnostem. Ve městě je možné navštívit celou řadu sportovišť. Nachází se zde fotbalový stadion, zimní stadion, krytý plavec bazén, sportovní haly, fitness centra, dostihové závodiště a jiné. Většina těchto městských sportovních zařízení je využívána školami pro výuku tělesné výchovy. V blízkosti města Benešova se nachází i golfový areál Golf Resort Konopiště, který nabízí dvě soutěžní hřiště. Díky přírodě a nedalekému zámeckému parku Konopiště je Benešovsko vhodné i pro turistiku a cykloturistiku.. Pro pěší turisty je nejvyhledávanějším místem právě zámecký park Konopiště. Pro cyklisty vedou zajímavé stezky například na hrad Český Šternberk, zámek Jemniště nebo CHKO Blaník.

Ve městě působí i několik sportovních klubů, které se věnují různým sportovním odvětvím, jako je například hokej, fotbal, basketbal, florbal, volejbal, nohejbal a z méně běžných například futsal, judo, aikido, horolezectví nebo kuželky.

Z našeho dotazníkového šetření, z následného zpracování, posouzení a rozboru získaných dat můžeme usuzovat, že postoje žáků k tělesné výchově a sportovní činnosti se liší jak z hlediska věku, tak i pohlaví.

Jedním z nejdůležitějších zjištění je, že žáci na druhém stupni základních škol si příliš neuvědomují význam pohybových aktivit a sportu v jejich životě. Pouze něco málo přes polovinu žáků jsou informovaní a vědí, že sport a pohyb výrazně ovlivňují kvalitu jejich života.

Více jak 20 % žáků ze všech třech zkoumaných škol v Benešově nepovažuje pohyb jako důležitou součást zdravého životního stylu a celé 3 % respondentů uvedlo, že nesportuje téměř vůbec. Toto procento představuje 11 žáků z 414 dotazovaných. Naopak velmi pozitivní je skutečnost, že celkem 69 % všech dotázaných sportuje častěji než třikrát týdně.

Rodina je u dospívajících dívek a chlapců nejbližším sociálním prostředím a vzorem pro budoucí chování v dospělosti. Také mladou generaci přivádí k pohybovým aktivitám a sportování. Ve výzkumu více jak polovina dotazovaných žáků tuto skutečnost potvrdila.

Dále je z výsledků patrný výrazný rozdíl u nejčastěji provozovaných sportů. Zatímco chlapci se volném čase nejvíce věnují fotbalu, dívky dávají přednost tanečním aktivitám.

Situace je podobná v hodinách tělesné výchovy, kde opět chlapci upřednostňují míčové hry a dívky cvičení s hudbou.

Jedním z nejčastěji uváděných sportů je cyklistika, a to bez ohledu na pohlaví. Tento výsledek s největší pravděpodobností odráží skutečnost, že na Benešovsku jsou podmínky pro tento sport příznivé. V okolí se nachází spousta cyklostezek a další se postupně budují.

Za povšimnutí stojí také fakt, že žáci se na hodiny tělesné výchovy většinou těší a patří mezi jejich oblíbené předměty. Také osobnost učitele je pro ně významná a je důležité, kdo vyučovací hodiny vede. Dokonce převážná většina žáků, hlavně chlapců, by uvítala navýšení hodin tělesné výchovy.

Další zjištěnou skutečností je, že současný velký vliv moderních technologií je zcela neoddiskutovatelný. V období pubescence je množství volnočasových aktivit současné mládeže opravdu velké. Žáci ve volném čase nejvíce preferují právě počítač a televizi. Sportování je pro ně až na třetím místě. Cílem tak musí být snaha odpoutat žáky od pasivního sezení u moderních zařízení a dostat je zpět do přírody a na hřiště, kde by mohli opět prožívat radost z pohybu.

Doporučením pro praxi by mohlo být rozšíření nabídky různých sportovních kroužků a oddílů, kde bude hlavním motivem zábava, a tím tak posílit jejich zájem o pohybové činnosti. Do výuky tělesné výchovy by bylo vhodné zařadit i netradiční hry, které jsou pro pubescenty nové a neobvyklé, s kterými ve svém běžném volném čase nesetkají.

Zvláště pro dívky by bylo vhodné zvolit hlavně pohybové aktivity s hudbou, jako je například aerobik nebo velmi oblíbená zumba. Pro chlapce by naopak byly nejvhodnější pohybové aktivity se soutěžním charakterem, sebeobrana a úpolové sporty, při kterých se rozvíjí jejich smysl pro fair play a sebedůvěra.

Školy by měly pořádat nějaké sportovní dny pro rodiče s dětmi. Tím by se v rodinách mohl zvýšit zájem o společné sportování.

Protože je výzkum zaměřený pouze na město Benešov, určitě by bylo zajímavé také srovnání s jinými většími či naopak menšími městy. Dále by se také daly zkoumat změny postojů žáků v průběhu jejich dalšího dospívání nebo srovnání se staršími generacemi.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

Bibliografické zdroje:

1. AITKEN, B. W. *Sport, Religion and Human Well-Being*. Sport and Religion (S. J. Hoffman, ed.). Champaign: Human Kinetics Books, 2000, 241 s.
2. BAUMAN, P.; ČECH, T.; KAPLÁNEK, M. & SVOBODOVÁ, Z. *Volný čas a jeho různá pojetí v minulosti a současnosti*. Praha: Portál, s.r.o., 2012.
3. BURSTYN, V. *The Rites of Men: Manhood, Politics and the Culture of Sport*. Toronto: University of Toronto Press, 1999, 55 s.
4. COAKLEY, J. *Sport in Society*. New York: Mc´Graw-Hill, 2001, 90 – 93 s.
5. COLMAN, A., M., *A Dictionary of Psychology*. New York: Oxford University press, 2006, ISBN 978-0-19-280632-1.
6. ČAČKA, O. *Psychologie duševního vývoje dětí a dospívajících s faktory optimalizace*. Brno: Kosmas, 2008, 387 s.
7. ČÁP, J., MAREŠ, J., *Psychologie pro učitele*. Praha: Portál, 2001, ISBN 80-7178-463-X.
8. DAŠKOVÁ, B. *Názory (postoje) a zájmy k pohybovým aktivitám u populace 7 – 15letých dětí*. Diplomová práce. Ústí n. L.: UJEP PF, 2003, 84 s.
9. DYTRTOVÁ, R., KRHUTOVÁ, M., *Učitel: příprava na profesi*. Praha: Grada, 2009, ISBN 978-80-247-2863-6.
10. DOUILLARD, J. *Tělo, mysl a sport*. Praha: Pragma, 1994, 246 s. ISBN 80-7205-069-9.
11. DOVALIL, J. a kol. *Výkon a trénink ve sportu*. Praha: Olympia, 2002, 331 s. ISBN 80-7033-760-5.
12. EGER, L. *Komunální tělovýchova a sport*. 1. vyd., Plzeň: Vydavatelství Západočeské univerzity Plzeň, 1998, 74 s. ISBN 80-7082-477-8.
13. FIALOVÁ, L. *Aktuální témata didaktiky: Školní tělesná výchova*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2010, 152 s. ISBN 978-80-246-1854-8.
14. FRÖMEL, K., NOVOSAD, J., SVOZIL, Z. *Pohybová aktivita a sportovní zájmy mládeže*. 1. vyd., Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 1999, 173 s.

15. HARTL, P., HARTLOVÁ, H., *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2004, ISBN 80-7178-303-X .
16. HOBZA, V., REKTOŘÍK, J. a kol. *Základy ekonomie sportu*. Praha: Ekopress, s.r.o., 2006, ISBN 80-86929-04-3.
17. HODAŇ, B. *Tělesná kultura – sociokulturní fenomén: východiska a vztahy*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2000, 149 s. ISBN 80-244-0201-7.
18. HODAŇ, B. *Teorie tělesné kultury III*. 1st ed., Olomouc: rektorát Univerzity Palackého, 1987.
19. HOFBAUER, B. *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál, 2004, 176 s. ISBN 80-7178-927-5.
20. CHARVÁT, M., & DOŠLA, J. *Sledování postojů a motivů mládeže ke sportovním pohybovým aktivitám*. In: *Studia sportiva*. (č. 2), 2008, 83-90 s. ISSN 1802-7679.
21. CHOUTKA, M. *Teorie a didaktika sportu*. Praha: Státní Pedagogické Nakladatelství, 1983.
22. JANDOUREK, J. *Úvod do sociologie*. Praha: Portál, 2003, ISBN 80-7178-749.
23. JANOUŠEK, J. a kol. *Sociální psychologie*. Praha: Státní Pedagogické Nakladatelství, 1988.
24. JANSÁ, P. et al. *Pedagogika sportu*. Praha: Karolinum, 2012, 226 s.
25. JEŠINA, O., KUDLÁČEK, M. a kol., *Aplikovaná tělesná výchova*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2011, ISBN 978-80-244-2738-6.
26. JIRÁSEK, I. *Filosofická kinantropologie: setkání filosofie, těla a pohybu*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2005, 140 s. ISBN 80-244-1176-5.
27. KOLEKTIV AUTORŮ. *Všeobecná encyklopedie*. 4. svazek. Praha: Nakladatelský dům OP, 1998, 204 s.
28. KÖSSL, J., ŠTUMBAUER, J., WAIC, M. *Vybrané kapitoly z dějin tělesné kultury*. Praha: Univerzita Karlova v Praze – Nakladatelství Karolinum, 2006, 68 – 71 s. ISBN 80-246-0802-2.
29. KRECH, D., CRUTCHFIELD, R. S., BALLACHEY, E. L. *Člověk v společnosti*. 1. vyd., Bratislava: SPN, 1968, 790 s.
30. LANGMAEIER, J., KREJČOVÁ, D. *Vývojová psychologie*. Praha: Grada, 2006, 368 s.
31. MACEK, P. *Adolescence. Psychologické a sociální charakteristiky dospívajících*. Praha: Portál, 1999. 207 s.
32. MAGNANE, G. *Sociologie du sport*. Gallimard, 1964.

33. MATĚJÍČEK, Z. *Co, kdy a jak ve výchově dětí*. 4. vyd., Praha: Portál, 2007, 143 s.
34. MĚKOTA, K.; & CUBEREK, R. (2007). *Pohybové dovednosti - činnosti - výkony*. 1st ed., Olomouc: Univerzita Palackého.
35. NAKONEČNÝ, M. *Sociální psychologie*. 2. vyd., Praha: Academia, 2009, ISBN 978-80-200-1679-9.
36. NELEŠOVSKÁ, A., *Pedagogická komunikace v teorii a praxi*. Praha: Grada, 2005, ISBN 80-247-0738-1.
37. PÁVKOVÁ, J. a kol. *Pedagogika volného času*. Praha: Portál, 2008, 224 s. ISBN 978-80-7367-423-6.
38. PÁVKOVÁ, J.; HÁJEK, B.; HOFBAUER, B.; HRDLIČKOVÁ, V. & PAVLÍKOVÁ, A. *Pedagogika volného času*. 4th ed., Praha: Portál, s.r.o., 2008.
39. PELÁNEK, R. *Příručka instruktora zážitkových akcí*. Praha: Portál, 2008, ISBN 978-80-7367-353-6.
40. PERÁČKOVÁ, J. *Telovýchovné a športové záujmy v rámci volnočasových aktivit žiakov*. 1. vyd., Bratislava: Univerzita Komenského, 2008, 160 s. ISBN 9788081130014.
41. PŘIBISLAVSKÁ, P., & ONDRÁČKOVÁ, K. *Názory rodičů a dětí na „zdravou školu“*. Praha: UK, 121-125 s. ISSN 0862-5956.
42. PŘÍHODA, V. *Ontogeneze lidské psychiky I.*, Praha: SPN, 1971, 258 s.
43. RIEGEROVÁ, J.; PŘIDALOVÁ M. & ULBRICHOVÁ, M. *Aplikace fyzické antropologie v tělesné výchově a sportu*. 1st ed., Olomouc: Hanex, 2006.
44. RYCHTECKÝ, A. a kol. *Didaktika školní tělesné výchovy*. 2. vyd., Praha: Karolinum, 1998. 171 s. ISBN 80-7184-659-7.
45. ŘÍČAN, P., *Psychologie osobnosti. Obor v pohybu*. 6. revidované a doplněné vydání, Praha: Grada, ISBN 978-80-247-3133-9.
46. SEKOT, A. *Sociologie sportu*. 1st ed., Brno: Paido, 2006.
47. SEKOT, A. *Sport a společnost*. Brno: Paido, 2003, 186 s. ISBN 80-7315-047-6.
48. SHAPIRO, L. E. *Emoční inteligence dítěte a její rozvoj*. Praha: Portál, 1998, 267 s. ISBN 80-7178-238-6.
49. SLEPIČKA, P. *Úvod do sociální psychologie sportu*. 1. vyd., Praha: Univerzita Karlova, 1973.
50. SLEPIČKA, P.; HOŠEK, V. & HÁTLOVÁ, B. *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum, 2006.

51. SLEPIČKOVÁ, I. *Sport a volný čas*. 2. vyd., Praha: UK v Praze, 2005, 14 -21 s. ISBN 80-246-1039-6.
52. SPOUSTA, V. *Proměny funkcí volného času v závislosti na věku*. Brno: Kabinet multikulturní výchovy Pedagogické fakulty MU, 2007.
53. SVATOŇ, V. *Tradiční a nové sporty a pohybové aktivity mládeže a dospělých*. 1. vyd., Česká kinantropologie, 2001, 55 s.
54. SVOBODA, B. *Pedagogika sportu*. Praha: Karolinum, 2007. 250 s.
55. SVOBODA, B. *Sport a výchova*, 1. vyd., Praha: Olympia, 1971, 9 s.
56. ŠTEFANOVIČ, J. a kol. *Psychologie*. 3. vyd., Praha: Avicenum, 1987, 251 s. ISBN 725108-069-87.
57. TEPLÝ, Z. *Zdraví, zdatnost, pohybový režim*. Praha: Sport pro všechny, 1995, 40 s.
58. TRPIŠOVSKÁ, D. *Vývojová psychologie pro studenty učitelství*. Ústí n. L.: UJEP PF, 1998, 104 s.
59. VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie. Dětství a dospívání*. Praha: Karolinum, 2012, 538 s.
60. VALIŠOVÁ, A., KASÍKOVÁ, H., *Pedagogika pro učitele*. Praha: Grada, 2011, ISBN 978-80-247-3357-9 .
61. VANĚK, M. a kol. *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum, 1988, 16 – 19 s.

Internetové zdroje:

62. *Benešovsko.info* [online]. 2015 [cit. 2015-09-04]. Oblast Benešovsko. Dostupné z WWW: <<http://www.benesovsko.info/oblast>>.
63. iDNES [online]. 2015 [cit. 2015-14-05]. Dostupné z WWW: <www.idnes.cz>.
64. *Město Benešov* [online]. 2015 [cit. 2015-10-05]. Dostupné z WWW: <<http://www.benesov-city.cz/>>.
65. *Městská sportovní zařízení* [online]. 2015 [cit. 2015-05-05]. Dostupné z WWW: <<http://www.mszbenesov.cz/>>.
66. *Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy* [online]. 2015 [cit. 2015-11-05]. Dostupné z WWW: <<http://www.msmt.cz/>>.
67. *SportAnalytik* [online]. 2015 [cit. 2015-05-05]. Dostupné z WWW: <<http://www.sportanalytik.cz/>>.

68. *Sportovní kluby a organizace. Národní institut dětí a mládeže* [online]. 2015 [cit. 2015-21-05]. Dostupné z WWW: <<http://www.nidm.cz/>>.
69. *Středočeský kraj* [online]. 2015 [cit. 2015-03-05]. Středočeský kraj. Dostupné z WWW: <<http://www.kr-stredocesky.cz/portal/>>.
70. *Wikipedia* [online]. 2015 [cit. 2015-20-04]. Wikipedia sport. Dostupné z WWW: <<http://cs.wikipedia.org/wiki/Sport>>.
71. *Základní škola Dukelská* [online]. 2015 [cit. 2015-20-04]. Dostupné z WWW: <<http://www.zsben.cz/>>.
72. *Základní škola Jiráskova* [online]. 2015 [cit. 2015-25-04]. Dostupné z WWW: <<http://www.zsjiraskova.cz/>>.
73. *Základní škola Karlov* [online]. 2015 [cit. 2015-27-04]. Dostupné z WWW: <<http://www.zsbnkarlov.cz/>>.
74. *WWW.BENESOV.CZ* [online]. 2015 [cit. 2015-20-04]. Dostupné z WWW: <<http://www.benesov.cz/>>.

SEZNAM TABULEK, GRAFŮ A OBRÁZKŮ

Seznam tabulek

- Tabulka č.1: Počty žáků - Základní škola Dukelská
- Tabulka č.2: Počty žáků - Základní škola Jiráskova
- Tabulka č.3: Počty žáků - Základní škola Karlov
- Tabulka č.4: Počet dotazovaných z jednotlivých škol
- Tabulka č.5: Počet žáků ve třídách
- Tabulka č.6: Aktivity ve volném čase
- Tabulka č.7: Úroveň provozování sportu
- Tabulka č.8: Frekvence sportování
- Tabulka č.9: Sportovní vzor
- Tabulka č.10: Kdo přivedl žáky ke sportovní činnosti
- Tabulka č.11: Oblíbenost tělesné výchovy
- Tabulka č.12: Zajímavost hodin tělesné výchovy
- Tabulka č.13: Zájem o více hodin tělesné výchovy
- Tabulka č.14: Zábavnost hodin tělesné výchovy
- Tabulka č.15: Důležitost učitele
- Tabulka č.16: Oblíbené místo pro tělesnou výchovu
- Tabulka č.17: Oblíbená pohybová aktivita v hodinách tělesné výchovy
- Tabulka č.18: Oblíbenost sportujících žáků ve třídě
- Tabulka č.19: Vliv vzhledu tělocvičny
- Tabulka č.20: Účast ve sportovních oddílech
- Tabulka č.21: Důležitost pohybu pro zdraví člověka
- Tabulka č.22: Sportovní aktivity rodičů

Seznam grafů

- Graf č.1: Procentuální podíl chlapců a dívek
- Graf č.2: Podíl respondentů v jednotlivých třídách
- Graf č.3: Aktivity ve volném čase

- Graf č.4: Úroveň provozování sportu
- Graf č.5: Nejčastěji provozované sporty
- Graf č.6: Frekvence sportování
- Graf č.7: Sportovní vzor
- Graf č.8: Kdo přivedl žáky ke sportovní činnosti
- Graf č.9: Oblíbenost tělesné výchovy
- Graf č.10: Zajímavost hodin tělesné výchovy
- Graf č.11: Zájem o více hodin tělesné výchovy
- Graf č.12: Zábavnost hodin tělesné výchovy
- Graf č.13: Důležitost učitele
- Graf č.14: Oblíbené místo pro tělesnou výchovu
- Graf č.15: Oblíbená pohybová aktivita v hodinách tělesné výchovy
- Graf č.16: Oblíbenost sportujících žáků ve třídě
- Graf č.17: Vliv vzhledu tělocvičny
- Graf č.18: Účast ve sportovních oddílech
- Graf č.19: Důležitost pohybu pro zdraví člověka
- Graf č.20: Sportovní aktivity rodičů
- Graf č.21: Zájem dívek o více hodin tělesné výchovy

Seznam obrázků

Obrázek č. 1: Základní údaje obce Benešov

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha č. 1: Dotazník

Milí žáci,
právě se Vám dostal do rukou dotazník, který zjišťuje Váš postoj ke sportu. Prosím, pečlivě si přečtete jednotlivé otázky a u každé z nich zakroužkujte nebo doplňte Vámi vybranou odpověď. U každé otázky vždy právě jednu.
Děkuji za spolupráci

Jsi:

- a) dívka
- b) chlapec

Do které třídy chodíš?

.....

1. Které aktivitě dáváš ve svém volném čase přednost?

- a) sledování televize
- b) hraní na počítači
- c) setkávání s kamarády
- d) čtení knih
- e) sportování
- f) jiné.....

2. Sportem se zabýváš:

- a) rekreačně ve volném čase
- b) závodně ve sportovním oddíle
- c) téměř nesportuji

3. Jakému sportu se nejčastěji věnuješ?

.....

4. Kolikrát týdně sportuješ?

- a) 5 krát týdně a více
- b) 3-4 krát týdně
- c) 1-2 krát týdně
- d) téměř nesportuji

5. Máš nějaký sportovní vzor?

- a) ano
- b) ne

6. Kdo Tě přivedl ke sportovní činnosti?
- a) kamarád
 - b) rodina
 - c) někdo jiný
 - d) téměř nesportuji
7. Patří tělesná výchova mezi Tvé oblíbené předměty?
- a) ano
 - b) ne
8. Jsou pro Tebe hodiny tělesné výchovy zajímavé?
- a) většinou ano
 - b) občas
 - c) téměř nikdy
9. Chtěl/a bys mít za týden více hodin tělesné výchovy?
- a) ano
 - b) ne
10. Těšíš se na hodiny tělesné výchovy?
- a) většinou ano
 - b) občas
 - c) téměř nikdy
11. Je pro Tebe důležité, jaký učitel vede hodiny tělesné výchovy?
- a) ano
 - b) ne
12. Kde máš hodiny tělesné výchovy nejraději?
- a) v tělocvičně
 - b) na venkovním hřišti
 - c) jiné.....
13. Jaká pohybová aktivita Tě v hodinách tělesné výchovy nejvíce baví?
- a) míčové hry
 - b) gymnastika
 - c) atletika
 - d) úpoly
 - e) cvičení s hudbou
 - f) rychlostní soutěže v družstvech
 - g) jiné.....
14. Jsou podle Tebe žáci, kteří sportují, ve třídě více oblíbení?
- a) ano
 - b) ne
 - c) nevím

15. Myslíš, že ve větší a modernější tělocvičně by Tě tělesná výchova více bavila?

- a) ano
- b) ne
- c) nevím

16. Navštěvuješ nějaký sportovní kroužek nebo oddíl?

- a) ano
- b) ne

17. Myslíš si, že je pohyb důležitý pro zdraví člověka?

- a) ano
- b) ne
- c) nevím

18. Věnují se Tvoji rodiče nějaké sportovní aktivitě?

- a) ano
- b) ne