

## **Dodatek k bakalářské práci**

Autor: Jakub Henzl

1. Komparace dat
2. Doporučení, které vyplynulo z dotazníkového šetření
3. Návrh řešení pro zlepšení motivace žáků k pohybovým aktivitám v rámci své učitelské praxe

1) A) Předpoklad, že žáci, kteří se aktivně pohybují, se potvrdil jen z části. Vliv na zdraví, hezká postava či dobrá fyzická kondice nebylo dostačující motivací. 69 respondentů preferuje pohybové činnosti. Z 33 dotázaných, kteří si vybrali aktivity venku a pohybové kroužky, jsou motivováni hezkou postavou, dobrou fyzickou kondicí či vlivem na zdraví.

B) V porovnání respondentů, kteří zvolili jako důležitou činnost aktivní pohyb a aktivity které preferují, jsou v nečekané nerovnosti. 89 žáků si uvědomuje důležitost aktivního pohybu, avšak 41 z nich preferuje aktivity nepohybového charakteru. Jako jsou aktivity na PC, poslech hudby, studium a sledování TV. Kombinace důležitost pohybu a poslech hudby se vyskytla 11 krát, důležitost pohybu a sledování TV také 11 krát, důležitost pohybu a studium 4 krát a nejpočetnější kombinace byla důležitost pohybu a aktivity na PC, vyhodnocena 15 krát.

C) 116 ze 169 respondentů žije v úplném rodinném soužití s oběma rodiči. V porovnání s jejich odpověďmi na otázku, kdo z rodiny se aktivně pohybuje, vyšel zajímavý výsledek. Jen 74 dotázaných vybralo tuto možnost. 25 odpovědělo, že se aktivně pohybuje jen část rodiny. Z toho 19 dotázaných odpovědělo, že je pro ně motivací rodina.

D) Srovnání výsledků preferovaných aktivit s daty přehledů motivujících úkolů, k tomu aby začali či pokračovali v aktivním pohybu je následující. Předpoklad, že respondenti, jejichž preferované pohybové aktivity jsou aktivity nepohybového charakteru. Jako jsou aktivity na PC, poslech hudby a sledování TV, budou volit motivující úkoly zábavu a přátelství se potvrdil.

- 2) Z dotazníkového šetření vyplývá doporučení pro rodiče dotazovaných žáků, aby se dětem více věnovali a motivovali je k aktivnímu životnímu stylu. Mluvili s nimi o problémech, které vyplývají z nedostatku pohybu a také, co pozitivního jim pravidelný pohyb přináší. Rodiče by měli být příkladem svým dětem a sami se zapojit do aktivního životního stylu.

Dalším doporučením, které vzešlo z dotazníkového šetření, je celkem průměrná informovanost o možnostech pohybových aktivit v místě bydliště. Doporučoval bych sportovním spolkům, DDM, sportovním jednotkám a školám větší propagaci své činnosti. Organizovat programy pro žáky základních škol a tím poukázat na danou aktivitu.

- 3) Můj návrh na zlepšení motivace žáků k pohybovým aktivitám v rámci mé učitelské praxe je takový, že bych do školního vzdělávacího plánu zapracoval každý měsíc jednu velkou pohybovou akci. V teplejším období venkovní. Pohybové akce bych určitě prostrídal, aby si mohl každý žák vybrat činnost, která ho zaujme. Aktivně se zapojil či pasivně sdílel. A tím podpořil vytváření kladné vazby k pohybu.