

Univerzita Karlova v Praze
Pedagogická fakulta

DIPLOMOVÁ PRÁCE

2017

Zdeňka Grižáková

Univerzita Karlova
Pedagogická fakulta
Katedra tělesné výchovy

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Motivace dětí mladšího školního věku ke sportovním aktivitám
Motivation of primary school children to sports activities

Zdeňka Grižáková

Vedoucí práce: PaedDr. Jana Hájková
Studijní program: Učitelství pro základní školy
Studijní obor: Učitelství pro 1. stupeň základní školy

2017

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci na téma Motivace dětí mladšího školního věku ke sportovním aktivitám vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále prohlašuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze 17. listopadu 2017

.....

podpis

Poděkování

Ráda bych poděkovala PaedDr. Janě Hájkové za odborné vedení v průběhu této práce, užitečné rady a především psychickou podporu. Dále chci poděkovat vedení základních škol, ve kterých mi bylo umožněno provádět dotazníková šetření. Děkuji také celé své rodině za veškerou podporu poskytovanou po celou dobu studia.

ABSTRAKT

Diplomová práce se věnuje tématu motivace žáků 1. stupně základní školy k pohybu a sportovním aktivitám. Práce je rozdělena na část teoretickou a na část výzkumnou. Teoretická část objasňuje pojmy, které se vztahují k tématu práce, a to především pojmy pohybová aktivita a pojmem sport. Dále je teoretická část zaměřená na vývojová stadia osobnosti, pojmy motivace, incentivy, potřeby, odměny, tresty a motivační struktury sportovců. Cílem výzkumné části diplomové práce je zjistit aktuální stav motivace ke sportovním aktivitám u žáků 1. stupně základní školy za pomoci dotazníkového šetření. Výzkumná část se dále zabývá vztahy mezi sledovanými proměnnými v dotazníkovém šetření. Výsledky práce přinášejí nové poznatky o motivaci dětí ke sportovním aktivitám.

KLÍČOVÁ SLOVA

Sportovní aktivity, vnitřní a vnější motivace, mladší školní věk, motivace, osobnost učitele, rodina, vesnice, město

ABSTRACT

This thesis focuses on the motivation of pupils attending primary school towards the sports activities. The work is divided into theoretical and research section. The theoretical part explains the concepts related to the thesis itself, especially the concepts of leisure activities, physical activities and the concept of sport. Furthermore, the theoretical part is focused on the developmental stages of personalities, the concepts of motivations, incentives, needs, rewards and motivational structure of sportsmen. The aim of the research part of this thesis was to determine the current state of motivation of the pupils attending primary school towards the sports activities. To accomplish this aim, a method of questionnaire survey was used. The research section also deals with the relationships among the monitored variables in the survey. The results of this work provide new information about motivation of children towards sports activities.

KEYWORDS

Sports activities, internal and external motivation, primary school age children, motivation, teacher's personality, family, village, city

OBSAH

1 ÚVOD	8
2 CÍLE A POSTUPY PRÁCE	10
3 TEORETICKÁ ČÁST	11
3.1 Mladší školní věk	11
3.1.1 Charakteristika dítěte mladšího školního věku	11
3.1.2 Rodina	12
3.1.3 Škola	13
3.1.4 Vrstevnická skupina	14
3.2 Pohybová aktivita	14
3.2.1 Pohyb.....	15
3.3 Vymezení pojmu sport	16
3.3.1 Sport a jeho pozitiva	19
3.3.2 Děti a tělesná výchova	20
3. 4 Motivace.....	21
3.4.1 Vymezení pojmu motivace.....	24
3.4.2 Motivace žáků k učení.....	25
3.5 Autorita učitele	34
4 HYPOTÉZY	37
5 METODY A POSTUP PRÁCE	38
6 VÝZKUMNÁ ČÁST	39
6.1 Cíl výzkumu, výzkumné otázky a úkoly	39
6.2 Výzkumné otázky a úkoly	39
6.3 Metodika výzkumu.....	41
6.3.1 Metoda dotazníku	41
6.4 Interpretace zjištěných výsledků výzkumu	44
6.4.1 Obecná charakteristika respondentů.....	44
6.4.2 Vnější motivace žáků ke sportu.....	52
6.4.3 Vnitřní motivace žáků ke sportu	66
7 DISKUZE.....	73

8 ZÁVĚRY	77
9 POUŽITÁ LITERATURA	79
10 PŘÍLOHY	81

1 ÚVOD

Pravidelná pohybová aktivita je nezbytnou součástí zdravého životního stylu a působí na správný vývoj jedince. Proto je toto téma neustále diskutováno a je především v této uspěchané době velmi aktuální.

Vzhledem k tomu, že mám velmi blízký vztah ke skupině dětí mladšího školního věku i jejich pohybové aktivitě, rozhodla jsem se blíže prozkoumat a pochopit důvody jejich pasivity či nechuti k pohybu a naopak zjistit, proč rády sportují a pohyb je pro ně nezbytný. Vzhledem k tomu, že během mé pedagogické praxe se stále častěji setkávám s tím, že děti upřednostňují trávit volný čas pasivně než aktivně, rozhodla jsem se touto problematikou blíže zabývat. Začala jsem shromažďovat informace z odborné literatury, novin a časopisů, přidala životní zkušenosti moje i mých blízkých, známých i úplně cizích lidí i dětí.

Pohyb je jeden z nejpřirozenějších projevů života, provází každého z nás již od narození a postupem času se někam vytrácí. Je to lenost? Špatný příklad ve svém okolí? Málo příležitostí? Konzumní způsob života či dokonce strach z úrazů a nemocí? Vždyť i my jsme byli malí, naše postýlky byly malované barvou, která obsahovala olovo. Hráli jsme si s hračkami a neřešili, zda obsahují nebezpečné ftaláty. Neexistovaly žádné pojistky na dveře a okna, a když jsme jeli na kole či koloběžce, neměli jsme helmy. Pili jsme obyčejnou vodu z hadice a ne z lahví. Jedli jsme chleba se sádlem, pili limonády s cukrem a z jedné lahve nás obvykle pilo několik, ale všichni jsme to ve zdraví přežili. Nebyli jsme obézní, protože jsme pořád běhali někde venku. Hodiny a hodiny jsme se mořili a vyráběli vozítka ze starých nepotřebných věcí či stavěli bunkry všude, kde se dalo. Ráno jsme si šli ven hrát a přišli domů teprve, až se venku rozsvítily lampy – a to za každého počasí. Rodiče si užili pěkné nervy, ale mobily neexistovaly, takže nebylo kam volat. Neměli jsme žádné Playstation, televizní hry ani 99 televizních kanálů. Počítač či internet byly pro nás cizí pojmy. Měli jsme kamarády, byli jsme venku a vyhledali jsme si je. Spadli jsme ze stromu, řízli se, zlomili si ruku či nohu, vyrazili si zuby, ale nikdo kvůli tomu nebyl žalován. Byly to naše úrazy, za které jsme si nesli vinu sami. Prali jsme se, měli jsme modřiny, ale neřešili jsme to. Našli jsme si hry s míčem i klacky a nikdy jsme si nevypíchlí oko. Měli jsme volnost a odpovědnost, naučili jsme se chovat, poradit si v každé situaci, pohyb byl pro nás něco úplně přirozeného.

Proč tedy pohyb a aktivity s ním spojené není pro současné děti tak přirozený a radostný jako pro nás? Kdo nebo co má na tom největší podíl viny? Škola, učitel, rodina nebo

prostředí, ve kterém žijeme a pohybujeme se? Na to všechno bych chtěla nalézt odpověď a to bude i mým cílem v této práci.

Na základě dotazníkového šetření na školách velkoměsta, menšího města a vesnice chci zjistit, proč mají či nemají děti pohyb rády, zda v tom hraje důležitou roli učitel, kamarád či rodina.

2 CÍLE A POSTUPY PRÁCE

Cílem mojí práce je zjistit, jaká je motivace dětí mladšího věku ke sportovním aktivitám, dále chci zjistit, co je motivací (vnitřní nebo vnější), porovnat sportovní aktivitu dětí v různých lokalitách (ve městě a na vesnici).

Problémové otázky

1. Umí si žáci mladšího školního věku představit svůj volný čas bez pohybu?
2. Může osobnost učitele ovlivnit vztah žáků ke sportovním aktivitám?
3. Mají děti z velkých měst více možností ke sportovním aktivitám?
4. Co je největší motivací k pohybovým aktivitám u dětí mladšího školního věku?
5. Věnují se děti pohybovým aktivitám více o víkendu než ve všední den?
6. Je při sportovních aktivitách důležitá podpora a účast rodičů?
7. Věnují se děti v dnešní době statickým činnostem více než sportovní aktivitě?
8. Je při sportovních aktivitách dětí mladšího školního věku důležitá vnější motivace?

Postupy práce

1. Shromáždit a prostudovat dostupnou a vhodnou literaturu, která se zabývá danou problematikou
2. Seznámit se s teorií pohybových a sportovních aktivit, motivace, osobnosti učitele a problematikou dětí mladšího školního věku
3. Provést dotazníkové šetření u vzorku dětí na 1. stupni ZŠ a to v různých lokalitách dle počtu obyvatel
4. Porovnat motivaci a možnosti pohybových aktivit dle výsledků dotazníkového šetření
5. Porovnat poznatky získané studiem i praxí
6. Vyhodnotit získané výsledky

3 TEORETICKÁ ČÁST

V této části diplomové práce se budu zabývat objasněním pojmů, které souvisí s pohybovou aktivitou, motivací, osobností učitele a především s charakteristikou cílené skupiny mojí diplomové práce.

3.1 Mladší školní věk

3.1.1 Charakteristika dítěte mladšího školního věku

Za období mladšího školního věku je označována doba od 6–7 let do 11–12 let. Jedná se o období začínající vstupem dítěte do školy a končící prvními známkami pohlavního dospívání doprovázené psychickými projevy. Setkáváme se také s prvními příznaky puberty (Langmeier, Krejčířová, 1998).

Čačka (2000) ve své knize uvádí zahraniční autory, kteří toto období nazývají jako období dětství (6–12 let), období dětství a prepuberty (7–12 let) nebo jako období prepubescence (6–12 let).

Zdeněk Matějček (1986) definuje období mladšího školního věku jako „*typické přechodné období mezi hravým předškolním věkem a vyspělejším chováním školáka.*“ (Langmeier, Krejčířová, 2006, s. 119).

(Vágnerová, 2005, s. 36) charakterizuje školní věk jako „*období oficiálního vstupu do společnosti, kterou představuje obecně ceněná instituce školy.*“ Zde musí dítě potvrdit své kompetence, pilně pracovat a plnit povinnosti, tak jak od něho společnost očekává. Toto období bývá označováno jako fáze píce a snaživosti, jejímž hlavním cílem je uspět, prosadit se svým výkonem (Erikson, 1963). Z širšího hlediska jde o obecnější tvrzení vlastních kvalit v různých sociálních skupinách, nejenom ve vztahu k požadavkům dospělých, ale i vrstevníků. Tomu odpovídá a s tím souvisí rozvoj mnoha kompetencí i celé osobnosti dítěte. Školní věk lze posuzovat i jako fázi vytvoření horizontálního společenství, tj. vrstevnické skupiny, která má svou vlastní hierarchii a řídí se vlastními pravidly. Dítě potřebuje uspět v obou oblastech, být za své výkony pozitivně hodnoceno a ostatními akceptováno.

V období mladšího školního věku dochází k tělesnému růstu, na kterém je závislý vývoj pohybových i ostatních schopností. Tělesný růst je v tomto období většinou plynulý. V období mladšího školního věku také značně narůstá délka rukou, nohou a délka trupu.

Dochází k trvalému zakřivení páteře a právě v tomto období je důležité děti kontrolovat, aby nedošlo k vadnému držení těla (Kuric, Vašina, 1987).

V průběhu celého období se také značně vylepšuje jemná a hrubá motorika, dochází ke zlepšení koordinace pohybů, které jsou rychlejší, zvětšuje se i svalová síla. Tím je způsoben i větší zájem o vytrvalostní, silové a obratnostní pohybové aktivity. Výrazně se rozvíjí zrakové a sluchové vnímání, děti se více soustředí, jsou zkoumavější, svědomitější. V tomto období se výrazně rozšiřuje slovní zásoba i celkový rozvoj komunikačních schopností. Ty jsou základní podmínkou úspěšného učení, podporují paměť, prodlužují pochopení. S vývojem řeči dochází také k rozvoji paměti, krátkodobá a dlouhodobá paměť je ustálenější (Langmeier, Krejčířová, 2006).

Dítě nástupem do školy získává novou roli, stává se školákem. Tento krok ovlivní další rozvoj dětské osobnosti. Škola je důležitým místem socializace, dítě získává nové zkušenosti, rozvíjí se jeho schopnosti a dovednosti. Škola významným způsobem předurčuje budoucí sociální pozici každého dítěte, jelikož míra úspěšnosti ve škole představuje základ budoucí profesní volby (Vágnerová, 2000).

Období mladšího školního věku bychom mohli označit jako věk střízlivého realismu. Školák je plně zaměřen na to, co je a jak to je. Chce pochopit okolní svět a věci v něm. Tento rys můžeme pozorovat mimo jiné i ve hře. Zprvu je realismus školáka závislý na tom, co mu autority (učitelé, rodiče) povědí – mluvíme o realismu naivním. Teprve později se dítě stává kritičtější, a tedy i jeho přístup k okolí je kriticky realistický, čímž se ohlašuje blízkost dospívání (Langmeier, Krejčířová, 2006).

V rámci různých sociálních skupin se postupně rozlišuje role dítěte a jeho postavení. V tomto období jsou pro rozvoj dětské osobnosti důležité tři oblasti – rodina, škola a vrstevnická skupina (Vágnerová, 2005).

3.1.2 Rodina

Příslušnost k rodině je součástí identity dítěte mladšího školního věku. Rodina je pro dítě důležitá, jelikož prozatím uspokojuje většinu jeho potřeb, je jeho vzorem a zázemím. Vztahy školáka k rodičům jsou stále velmi silné a postupně se stávají diferencovanějšími. Dítě dokáže brát v úvahu mnohé zkušenosti, které s rodiči má a velmi často je jak v kladném, tak v záporném slova smyslu kopíruje. Pro rodinné soužití je dobré, že dítě již umí ovládat svoje chování lépe než dříve. Právě proto se stává přijatelnějším partnerem, se kterým se dá snadněji domluvit a jenž snese větší zátěž (Vágnerová, 2000).

Rodiče uspokojují celou řadu potřeb dítěte:

- Specifickým způsobem přispívají k naplnění potřeby smysluplného učení, protože slouží jako vzor způsobu chování, mohou být reálným modelem pro učení nápodobou, ale i ideálem, kterému by se chtělo dítě přiblížit. Jsou jednoznačnou autoritou.
- Jsou samozřejmým zdrojem emoční opory. Dítě si představuje, že takto to bude navždy. V tom je jeho jistota, kterou mu soužití s rodiči přináší.
- Ovlivňují uspokojování potřeby seberealizace a to prostřednictvím svých požadavků na dítě, výběrem aktivit, ale hlavně svým hodnocením. Posiluje se identifikace s rodičem stejného pohlaví, s tou symbolicky přejímá i část rodičovy prestiže. Tímto zprostředkováním uspokojují svou vlastní potřebu seberealizace.
- Představují určitý model budoucnosti, vzor dospělého chování. Mladší školák se ale o dalekou budoucnost nezajímá, pro něj je důležitá současnost (Vágnerová, 2005).

Rodinná atmosféra přináší dítěti pocit pohody, štěstí, bezpečí a pomoci, usnadňuje výchovné ovlivňování a podněcuje bezděčnou i vědomou snahu dítěte o nápodobu rodičů (Čačka, 2000).

V rodinném prostředí vystupuje kromě rodičů jako závažný faktor vztah mezi sourozenci. Pevnější a trvalejší vztahy jsou mezi sourozenci, kde je malý věkový rozdíl a téže pohlaví. Zde se daleko více podporují, chrání a většinou starší ze sourozenců dokáže přirozeným způsobem kladně motivovat a je mladšímu sourozenci vzorem (Kuric, 1986).

3.1.3 Škola

Škola je institucí, ve které dítě získává nové role. Roli školáka, kdy dítě již chodí do školy a vzhledem k tomu dostává určité sociální postavení, jedná se o obecnější roli. Role žáka určité třídy, školy. Role spolužáka, která vymezuje vztahy k dětem, se kterými chodí do stejné třídy (Vágnerová, 2005).

Škola ve značné míře ovlivňuje rozvoj identity školáka, zvláště jeho sebehodnocení a sebeúctu, ale i další jeho očekávání. V průběhu školní docházky se postoj dítěte může pod vlivem zkušeností měnit (Vágnerová, 2005).

Vztah dítěte k učiteli a učitele k němu tvoří zvláštní kapitolu sociálního chování žáka. Po vstupu do školy většina žáků bojuje o učitelovu přízeň. V prvních třech letech mají žáci

téměř bez výjimky k učiteli kladný vztah. Později se výhrady projevují především nekázní a vyrušováním apod. (Kuric, 1986).

3.1.4 Vrstevnická skupina

Vrstevnická skupina se obvykle vytváří na základě snadnosti vzájemného kontaktu. Vzniká tedy v rámci třídy nebo okruhu bydliště či jiná varianta těchto dvou alternativ. Dítě ve skupině kamarádů získává jiné zkušenosti než od sourozenců. Kamarádi a sourozenci se liší – kamarádi jsou obvykle stejného věku a pohlaví, můžeme si je vybrat, lze s nimi sdílet jiné zážitky a zkušenosti (Vágnerová, 2005).

Ve vrstevnické skupině postupně dochází k diferenciaci a specifikaci sociálních rolí. Dítě získává nějaké postavení, které odpovídá určité roli a má určitý status, např. baviče, hvězdy apod. V dětské skupině se rozvíjí schopnost soupeřit i spolupracovat. Role soupeře je snazší a atraktivnější, zejména pro dominantní a dobře vybavené děti. Role spolupracovníka je obtížnější, protože vyžaduje účast zralejších mechanismů, jako je sebeovládání, potlačení potřeb apod. To znamená i přijetí určité frustrace (Vágnerová, 2000).

Světové zdravotnické shromáždění v roce 2004 na základě dokumentu WHO/World Health Organization – Světová zdravotnická organizace/, které poukazuje na výrazné změny ve stravovacích a pohybových návycích vedoucích k většině chorob světa, vyhlásilo výživu a pohybovou aktivitu za prioritu veřejného zdraví (Dobry, 2008).

3.2 Pohybová aktivita

Pohybová aktivita je nedílnou součástí našeho zdraví. Existuje celá řada studií, které dokládají, že pohybová aktivita přináší lidem všech věkových skupin širokou škálu fyzického, sociálního a mentálního užitku (Kalman, Hamřík, Pavelka, 2009).

Při vysvětlování významu „pohybová aktivita“ autoři Kalman, Hamřík a Pavelka (2009, s. 21) vycházeli z pojetí pohybové aktivity dle WHO (2003), která ji definuje jako *„jakoukoliv aktivitu produkovanou kosterním svalstvem způsobující zvýšení tepové a dechové frekvence.“*

Dobry (2009, s. 10–11) uvádí, že *„pohybová aktivita je druh tělesného pohybu člověka, charakteristický svébytnými vnitřními determinanty (fyziologickými, psychickými, nervosvalovou koordinací, požadavky na svalovou zdatnost, intenzitou apod.) i vnější podobou a formou, vykonávaného hybnou soustavou při vyšší kalorické spotřebě, tj. při energickém výdeji vyšším než při stavu člověka v klidovém metabolismu.“*

Marcusová a Forsythová (2010, s. 22) se při definování pojmu pohybová aktivita inspirovaly Caspersenem (1989), který uvádí že: „*termín pohybová aktivita se vztahuje k jakémukoliv tělesnému pohybu vyžadujícímu vyšší kalorickou spotřebu.*“

Pohybovou aktivitu bychom měli chápat jako celou škálu činností v oblasti lidského konání ať už se jedná o cestu ze školy, dětskou hru, školní aktivity nebo sport.

Pohybová aktivita

- Aktivní transport
- Sport
- Pohybová rekreace
- Aktivní domácí práce
- Aktivní hra
- Tělesná výchova
- Tanec

3.2.1 Pohyb

Hošek (1998, s. 137) popisuje pohyb jako „*základní atribut a způsob existence, tím i prvek možnosti změny polohy v prostoru a čase, má svoji pasivní složku – kostru, aktivní složku tvoří potom kosterní svalstvo.*“ Pohybová činnost je určitým projevem pohybových schopností a dovedností zaměřených na splnění konkrétního pohybového cíle. Tento cíl vychází z potřeb organismu a dá se charakterizovat jako aktivní účelový proces řízený vnitřními potřebami. Význam pohybové výchovy vzrůstá se zvyšujícím se vlivem negativního vlivu prostředí a způsobu života. Pohyb musí plnit funkci prevence a kompenzace.

„Pohyb je jednou ze základních interakcí mezi organizmem a vnějším prostředím. Ve vývoji člověka hraje motorika velmi důležitou roli a to zejména v prvních stádiích vývoje lidského jedince. Pohyb v dětském věku propojuje celou osobnost dítěte a je projevem psychické aktivity. Oblast tělesná a duševní se ovlivňují, pohybové projevy jsou tak prostředkem rané diagnostiky mentálního vývoje. Pohybová deprivace v dětství vede ke škodám nejenom v tělesném růstu, ale i v mentálním vývoji.“ (Řepka, 2005, s. 46)

Většina dětí si vytváří svůj vztah k pohybu již od nejtělejšího dětství, kdy jsou hlavními a nejdůležitějšími vzory rodiče a poté zkušenosti získané ze školní tělesné výchovy. Je proto

důležité vést svoje děti a učitelé žáky k pravidelnému pohybu už od jejich nejtělejšího věku. K tomu, aby si děti vytvořily kladný vztah k pohybu, aby pohyb vnímaly jako zálibu, je nezbytné využívat zejména ve školním prostředí všech možných didaktických prostředků a postupů. Ať jde o používání různých výukových metod, forem výuky nebo rozmanitých výukových materiálů, žádný výukový proces (zejména na prvním stupni základní školy) se neobejde bez dostatečné míry motivace a aktivizace

3.3 Vymezení pojmu sport

Z pohledu laika (neodborníka) se může vymezení pojmu sport jevit velice jednoduše. Sport je činnost, při které jedinec či celý tým dosahuje určitých výkonů. Čím lepších výkonů dosahují, tím lepší se jedinec či celý tým v daném sportu stává. Opak je však pravdou a v odborné literatuře se můžeme setkat hned s několika definicemi pojmu sport a s nejednotností v základních pojmech, které se dané problematiky týkají.

S pojmem sport je možné se také setkat v právní terminologii, jelikož tento pojem je předmětem úpravy zákona 115/2001 Sb. ze dne 28. února 2001 o podpoře sportu, ve znění novel č.219/2005 Sb., 186/2006 Sb., 274 / 2008 Sb., který vymezuje postavení sportu ve společnosti a stanovuje úkoly ministerstev, jiných správních úřadů a působnost územních samosprávních celků při podpoře sportu (MŠMT, 2001).

V § 2 tohoto zákona pod názvem Základní pojmy je uvedena definice pojmu sport, která zní takto: *"Pro účely tohoto zákona pojem sport představuje všechny formy tělesné činnosti, které prostřednictvím organizované i neorganizované účasti si kladou za cíl harmonický rozvoj tělesné i psychické kondice, upevňování zdraví a dosahování sportovních výkonů v soutěžích všech úrovní."*

Vlček ve svém příspěvku uvádí připomínky, které souvisí právě s výše uvedenou definicí pojmu sport v Zákoně o podpoře sportu. Autor kritizuje nevhodný výběr a formulaci pojmu sport a uvádí několik kritických připomínek k definici pojmu sport. Dále uvádím čtyři z šesti kritických připomínek autora:

- „z definice vyplývá, že sportem jsou označovány tělesné činnosti, které si kladou za cíl *harmonický rozvoj, upevňování zdraví a dosahování sportovních výkonů*. Tyto tři podmínky se v podstatě vzájemně vylučují. Je známo, že zejména v oblasti soutěžního sportu nejde o harmonický rozvoj a upevňování zdraví, ale právě o výkon, o to být lepší než ten druhý a zdraví je často zanedbáváno;

- v definici sportu, která si klade za cíl definovat právě pojem sport, je operováno s pojmem, který je předmětem samotné definice „...dosahování sportovních výkonů...“ Co to tedy je sportovní výkon?
- v zákoně jsou sportem označovány všechny formy tělesné činnosti, které si prostřednictvím organizované i neorganizované účasti kladou za cíl dosahování sportovních výkonů v soutěžích všech úrovní. Zde se do rozporu dostává fakt, že na základě uvedené definice mají sportem být označovány také tělesné činnosti, které si prostřednictvím neorganizované účasti kladou výše zmíněné cíle v soutěžích všech úrovní. Zde se autor ptá, existuje nějaká neorganizovaná soutěž?
- uvedený zákon definuje sport jako „všechny formy tělesné činnosti“. Zde je však nutné upozornit na fakt, že sport také částečně překračuje prostor pohybové kultury (automobilismus, letectví, šachy, kulečnick), (Hodaň, 2006, 11).“ (Vlček 2011, s. 6)

Autor příspěvku výše uvedenou definici kritizuje především z důvodu širokého vymezení pojmu sport a navrhuje užší pojetí daného pojmu.

V příspěvku je možné dále nalézt, dle autora užší definici pojmu sport a to dle Hodaně. Pojem sport definuje Hodaň (1997) následovně. „Sport je složkou tělesné kultury, jejíž obsah tvoří pravidly přesně vymezené činnosti osvojené v tréninkovém procesu a předváděné v soutěžích.“ Autor k tomu dodává, že výrazným znakem sportu je organizované soutěžení, vyznačující se snahou po nejvyšším výkonu (Hodaň, 2007). Jako významný společenský jev je sport charakteristický:

- **specifickými projevy** (sportovní výkon, trénink, soutěže, diváctví aj.);
- **postavením a funkcemi v ostatních oblastech společenského života** (politika, výchova, vzdělání, umění aj.).

Sport se podle Hodaně (1997) dělí :

- **rekreační;**
- **výkonnostní;**
- **vrcholový.**

Každá z těchto oblastí má specifické společenské funkce. Jeho bohatý potenciál je v široké míře využíván v obsahové i procesuální stránce školní tělesné výchovy, kde jsou také uplatňovány myšlenky jeho filosoficko-etického jádra, tj. výchova k „fair play“.

Sekot (2006) ve své publikaci uvádí základní rozdíl mezi vrcholovým a rekreačním sportem:

- **vrcholový sport** – sportovec je podřízen svému trenérovi, trenér je dále podřízen vlastníkům a správcům sportovních klubů. Vrcholový sportovec touží po vítězství a mistrovském titulu, klade důraz na překonávání rekordních výkonů;
- **rekreační sport** – sportovec není podřízen trenérům, nebo sportovnímu klubu. V rekreačním sportu je na rozdíl od vrcholového sportu kladen důraz na osobní prožitek a dobrý zdravotní stav.

Právě výše zmiňovanou definici pojmu sport od autora Hodaně shledávám jako velice zdařilou a použitelnou v oblasti vědeckých oborů.

Jelikož jsem při studování literatury nenašla žádnou konkrétní definici sportovní aktivity,

Považuji za nejvhodnější a nejužitečnější výše uvedenou definici pohybové aktivity (Dobry 2009).

Děti a pohyb

Nemusíme studovat výzkumy pediatri, aby nám bylo jasné, že děti postihuje jedna z nejvážnějších nemocí civilizovaného světa – lenost. Děti se stále více zakulacují, jsou nemotorné, vyhýbají se jakékoliv tělesné námaze, volný čas tráví u televize a počítače.

U předškolních dětí to není tak hrozné, jako u těch starších. Pohyb je totiž jejich biologickou potřebou, kterou musí uspokojit. Pokud s přibývajícím věkem upadá, je to většinou důsledek špatného vzoru rodiče. Děti se totiž učí tak, že napodobují dospělé, především rodiče. Naučí se tak všemu, co potřebují pro život. Jednou z těchto oblastí je zdravý životní styl, stravování i fyzická aktivita. Pokud se rodiče nevěnují žádnému sportu, ani nejsou zvyklí trávit volný čas aktivně, dítě to od nich „odkouká“ a s tímto vzorcem chování se ztotožní.

Dítě by mělo trávit minimálně 7 hodin týdně aktivním pohybem. Pohybová aktivita klesá s obdobím vstupu do školy. Děti tráví více času ve školních lavicích, doma píšou domácí úkoly.

Pokud rodič včas nezasáhne a nevyplní volný čas svého dítěte vhodnou pohybovou aktivitou /školní kroužky, sportovní kluby/, tak se jim mění životní styl a jejich volný čas vyplňují statické aktivity.

Dejme na dítě

Stává se, že s postupem věku mění dítě své preference, jaké pohybové aktivitě se chce věnovat. Je vhodné, aby si dítě vyzkoušelo individuální i kolektivní sporty, aby se takzvaně našlo.

Při výběru sportu pro dítě by měli rodiče brát zřetel na sportovní historii rodiny, kdy dítě většinou od raného dětství je přirozeně vtaženo do jejich aktivit. Měli bychom také vědět, zda dítě upřednostňuje přítomnost v kolektivu nebo preferuje individuální sporty. To také často napodobuje, co vidí v televizi, má své sportovní idoly, často se chce ztotožnit s oblíbeným sportovcem – to je důležité právě z hlediska vnitřní motivace. Důležitým faktorem při motivování ke sportu je respektování zájmů dítěte o sportovní disciplínu. Podpora svobodné volby dítěte je pro dosažení sportovního úspěchu velmi podstatná. Někdy tomu však nebývá. Přehnané ambice rodičů, ale i touha po bezstarostném životě dítěte vedou k upřednostňování sportů, které jsou in nebo se u nich předpokládají slušné výdělky. V tomto případě jsou děti buď systematicky přetěžované, což vede k únavě nebo se nedostavuje kýžený úspěch a dítě to vzdává.

Přestože rodinu tvoří většinou oba rodiče, matka u sportujících dětí hraje často mnohem důležitější roli. Předností matek je trpělivost, skromnost a empatie. Díky těmto vlastnostem většinou stojí v pozadí svých dětí, aniž by potřebovaly získávat obdiv a uznání. Naopak vždy zajišťovaly a zajišťují svým dětem maximální servis, který vede k utváření pozitivního sociálního zázemí.

Rodiče by měli s dětmi chodit na procházky, výlety, kola, hřiště, lyžování, plavání apod. I když se nejedná o sportovní výkon, výsledek je podobný. V zimě chodte na běžky, lyže, stavějte sněhuláky a iglú, koulujte se.

3.3.1 Sport a jeho pozitiva

- Sport snižuje nemocnost
- Pozitivní dopad na psychiku dítěte
- Udržuje tělesnou hmotnost
- Zvyšuje kapacitu plic
- Pomáhá k navozování nových přátelství
- Pomáhá od psychického napětí, únavy a stresu
- Zlepšuje srdeční a cévní činnost, snižuje tlak

- Kolektivní sporty naučí disciplíně a vyrovnávat se s výhrou i prohrou

Pro zdraví dítěte je velmi důležitá rovnováha mezi energetickým příjmem, tedy výživou a energetickým výdejem, tedy pohybovou aktivitou. Právě pohybová aktivita se u dnešních školáků výrazně snižuje. Téměř 25 % dětí necvičí, a to dokonce s vědomím rodičů. Rodiče dětí mladšího školního věku by měli pohybu svých ratolestí věnovat zvýšenou pozornost, protože v tomto období se u nich začíná projevovat sklon k sedavé činnosti – sledování televize, hraní počítačových her, či hry na mobilním telefonu. Rodiče by měli dohlédnout na to, aby měly děti dostatek pohybové a sportovní aktivity, která kompenzuje pasivní činnost. Vhodným sportem je plavání, florbal, tanec, bruslení, jízda na kole atd.

Pohybová aktivita klesá u dětí s přibývajícím věkem a je tak jednou z příčin narůstající obezity u dětí. Nezapomenutelnou roli mají v podpoře pohybu zejména rodiče. Pokud budou sami rodiče aktivní, budou aktivní i jejich děti. Stačí alespoň o víkendu vyrazit na kolo, brusle, vycházku či si jít zaplavat. Pohybovou aktivitu by měly podporovat také školy, které by měly děti naučit, že sportování a pohyb jsou důležité.

3.3.2 Děti a tělesná výchova

Školní tělesná výchova je mnohdy jediná forma pohybu pro dítě. V mateřské škole je většina činností zaměřena na pohybovou výchovu, děti chodí ven za každého počasí. S nástupem do školy se předpokládá, že se v tomto duchu bude pokračovat. Pro děti je pohyb naprosto přirozená věc. Opak, je bohužel v mnoha případech pravdou. Dětičky jsou „zalezlé“ ve třídách, Převládá sedavá činnost i o přestávkách a dosud se bohužel setkáváme i s nahrazováním tělesné výchovy jinými předměty nebo činnostmi, například vycházkou- to lze ještě tolerovat, čtením pohádky, promítáním filmů. Někdy nejdou děti do tělocvičny, protože zlobily. Současná fakta jsou nemilosrdná vůči dětem i celé populaci. Podle studie Světové zdravotnické organizace se snížil denní přísun pohybu (nikoli sportu, ale pohybu obecně, počítá se i cesta do školy) u českých dětí ze tří hodin v roce 1995 na pouhých 45 minut v roce 2012. Doporučené minimum je hodina. Jinak dětem podle zdravotníků hrozí deformace při tělesném vývoji.

Co s tím? Nabízí se více možností. Tou základní jsou hodiny tělesné výchovy. Tento předmět je na mnohých školách víceméně trpěn. Často stojí až na posledním místě v myslí paní učitelky (povoláním kantora na prvním stupni ZŠ se věnují z 92 % právě ženy). O tom, zda dítě zažije pestré hodiny tělesné výchovy tak rozhoduje osobnost konkrétní učitelky. Někde je tělocvik skvělý, jinde průměrný a někde nestojí za nic.

Právě důležitosti osobnosti učitele a jeho přístupu k procesu vyučování tělesné výchovy se budu také věnovat ve svém výzkumu.

Tělocvik berou jako neméně důležitý často i rodiče. A také obecně celá společnost. Od vyučujícího prvního stupně se očekává, že naučí děti číst, psát a počítat. Jestli je naučí milovat pohyb, základní pohybové dovednosti, naučí je správně chytat a házet míč či běhat a skákat, je jaksi navíc. Většina rodičů to od ní neočekává. Snad proto, že rodiče dnešních dětí na tom nebyli s pohybem o moc lépe.

Mnozí místo tělesné výchovy za minulého režimu pochodovali po chodbách s pytlíky na ruku a nohou a s plynovými maskami v rámci branného cvičení. Jiní nacvičovali sestavy na spartakiádu – což podle mého mínění nebylo zase až tak špatné.

Otázkou je, zda je vyučovací předmět tělesná výchova dostatečně oceňován a zda je odpovídající pohybový režim dětí vnímán jako jedna ze základních potřeb dítěte.

Jako jeden z hlavních viníků jsou rodiče, kteří hrají primární roli, ať se to týká podpory k pohybu svého potomka nebo úlev pro své dítě, jelikož své děti z hodin TV často úplně bezdůvodně omlouvají.

Je proto důležité přesvědčit je o důležitosti pohybu a sportování nejenom pro správný tělesný rozvoj, ale i pro správný vývoj intelektových a sociálních schopností.

K čemu by vlastně měly hodiny tělesné výchovy sloužit? Zcela určitě existují metodiky, plány, návody. U dětí by se neměla hodnotit absolutní výkonnost, ale spíš snaha o zlepšení. Hodinu je třeba dělat tak, aby to bavilo všechny. Hlavním cílem tělesné výchovy je dostatečná pohybová aktivita dětí.

Období mezi šestým a jedenáctým rokem, tedy dítě na prvním stupni, je z pohybového hlediska zásadní. Co se děti v tomto věku nenaučí, většinou už nedoženou.

Ale abychom veškerou odpovědnost za pohybovou aktivitu neházeli pouze na učitele, musím zdůraznit, že velmi důležitou roli hrají rodiče.

3.4 Motivace

Moderní psychologie je přesvědčena, že motivace je hlavním prostředkem, který je schopen vytvářet trvalejší hodnoty v chování jedince, ať chápeme motivaci v kladném či záporném slova smyslu.

Co je to motivace?

V pedagogickém slovníku je motivace chápána jako „*souhrn vnitřních i vnějších faktorů, které:*

1. *Vzbuzují, aktivizují, dodávají energii lidskému chování a prožívání*
2. *Zaměřují toto prožívání a jednání určitým směrem*
3. *Řídí jeho průběh, způsob dosahování výsledků*
4. *Ovlivňují též způsob reagování jedince na jeho prožívání, jeho vztahy k ostatním lidem a ke světu“ (Průcha, Walterová, Mareš, 2003)*

Pro školní praxi Lokšová a Lokša(1999) uvádějí dělení, které vychází ze soudobé psychologie, a to na tři základní teorie:

1. Behaviorální teorie, která „*vidí zdroj motivace úsilí dosáhnout příjemných důsledků určitého chování nebo snahu vyhnout se důsledkům nepříjemným. Hlavním motivačním činitelem je zpevnění vnější odměnou.*“ (Lokšová, Lokša, 1999, s. 10)
2. Humanistická teorie, která zdůrazňuje, že „*pro správný rozvoj motivační struktury žáka musí učitel vytvořit prostředí charakteristické vřelým osobním vztahem, bezpečím a přijetím každého jednotlivce k postupnému růstu autonomie žáka.*“ (Lokšová, Lokša, 1999, s. 11)
3. Kognitivní přístup je v pedagogické literatuře 90. let nejvíce zastoupený. „*Klade důraz na význam poznávacích (kognitivních) procesů v chování člověka. Vychází z předpokladu, že člověk je především zpracovatelem informací – což je logickým výsledkem nashromáždění nutných poznatků a výsledného rozhodnutí člověka.*“ (Lokšová, Lokša, 1999, s. 11)

Homola (1972) motivaci připisuje především úlohu energizátoru a aktivátoru. Motivace je podle něj nutným předpokladem pro aktivaci organismu, která umožňuje učení. Důležitá je ale míra motivace, jelikož příliš nízká nebo naopak vysoká motivace výkon snižuje. Na motivaci přitom působí mnoho faktorů, které mnohdy nelze ovlivnit (rodina, dřívější učitelé, vztah k pohybu).

Má motivace vliv na sebevědomí dětí?

Sitná (2009) při motivování dětí poukazuje na velký význam posilování sebevědomí. Hodně žáků nemá zájem o probírané učivo, ale zažití úspěchu v nich zvyšuje jejich sebevědomí.

Školní i mimoškolní úspěchy jsou velkým přínosem pro dítě, jsou viditelné a velmi příjemné. V pedagogice se hovoří o tzv. kruhu úspěchu a neúspěchu.

Tabulka 1: Úspěch a neúspěch

úspěch	zvýšení zájmu	zvýšení sebevědomí	další motivace
neúspěch	snížení zájmu	snížení sebevědomí	nezájem

Zdroj: vlastní

Úspěch: (žák přeskočí kozu, hodnocení učitelem) – zvýšení zájmu (opakování správného přeskočení) – zvýšení sebevědomí (umím to udělat) – motivace (chuť dělat to znovu a lépe)

Pokud dítě úkol nezvládá, napoprvé se mu nedaří, a proto jej nechce opakovat, vyhýbá se mu, nebaví ho, nezajímá se o něj (má špatné hodnocení). (Sitná, 2009)

Neúspěch: (žák nepřeskočí kozu, hodnocení učitelem) – nezájem (kritika, vyhýbání se opakování přeskočení) – snížení sebevědomí (nedokážu to, snížení sebehodnocení) – menší motivace (nechuť k opakování a k dalšímu zlepšení).

„Učitel má posilovat sebevědomí žáků při každé vyučovací hodině. Důležitým faktorem tohoto druhu motivace je stálý pozitivní kontakt s žáky, orientace na dobré výsledky, na úspěch, neustálá podpora žáků.“ (Sitná, 2009, s. 22)

Posilování sebevědomí probíhá především formou pochvaly a podpory. Učitel by měl průběžně žákovi poskytnout zpětnou vazbu a tím zvýšit jeho zájem o lepší výkon. Zažije – li žák neúspěch, nabízí učitel svoji pomoc a navrhuje vhodné kroky k zlepšení daného výkonu – zabraňuje tak případnému nezájmu a demotivaci. (Sitná, 2009)

Zažívání úspěchu ve vzdělávacím procesu i v běžných denních pohybových aktivitách je tedy pro děti velice důležité. Jak toho ovšem dosáhnout u slabších žáků, kteří jsou neustále vystavováni pocitu neúspěchu, strachu z výsměchu a selhání. Jde hlavně o ty žáky, kteří dostávají úkoly, které jsou na hranici jejich možností a schopností. Zatímco jejich schopnější vrstevníci zvládají úkoly bez jakýchkoli problémů. Touto otázkou se částečně zabývají vztahové normy.

„Učitelé, kteří používají převážně sociální vztahovou normu, posuzují žáky ve třídě v časovém průřezu, dávají všem žákům ve třídě ve stejnou dobu přibližně stejně obtížné úkoly, snaží se o rovnost nabídky, což poskytuje možnost vzájemného srovnávání a posouzení žáků. Učitelé využívající individuální vztahové normy posuzují výkony jednotlivých dětí ve srovnání s jejich výkonovou historií, tj. v časovém průřezu intraindividuálního vývoje.“ (Hrabal, Man, Pavelková, 1989, s. 142–143)

Na základě dřívějších studií se ukazuje, že individuální vztahová norma má příznivý dopad na dítě, zmenšuje jeho strach z případného neúspěchu, posiluje jeho sebevědomí. (Hrabal, Man, Pavelková, 1989)

Individuální vztahová norma nejspíše nebude mít tak zásadní význam v ovlivňování motivace žáků, jak ukazují výsledky výzkumu Řepky (2005). Ten zjistil, že *„velikost efektu využívání vztahových norem ve výuce jako prostředku učitele, který mění žákovu motivaci ke zkoumaným činnostem (školní a sportovní), se pohybuje od 4 do 7 %.* Motivaci žáků ovlivňuje tedy celá řada dalších aspektů, které na ně působí v jejich prostředí. *Ve škole to může být individualizace úkolů v jednotlivých předmětech, nejenom v tělesné výchově, vybavenost školy, zaměření učitele, feminizace školství, postavení školských institucí ve společnosti.“* Celou studii vlivu vztahových norem doplňuje Řepka (2005, s. 133–161) závěry použitelnými v praxi.

3.4.1 Vymezení pojmu motivace

Z pohledu laika (neodborníka) se vysvětlení pojmu motivace jeví velice jednoduše. Motivace je prostě faktor, který vede k dosažení určitého cíle. Existuje množství definic pojmu motivace dle různých autorů.

Hrabal, Man a Pavelková (1989) motivaci popisují jako souhrn činitelů, které podněcují, směřují a udržují chování člověka.

Další autor Madsen (1972) vysvětluje motivaci jako soubor proměnných, které aktivují a usměrňují chování.

Vágnerová (2002) popisuje motivaci jako psychický stav, který stimuluje aktivitu, která je zaměřená na dosažení dobrého výkonu a udržuje ji po určitou dobu.

V pedagogickém slovníku je motivace chápána jako souhrn vnitřních i vnějších faktorů, které:

1. vzbuzují, aktivizují, dodávají energii lidskému chování a prožívání;

2. zaměřují toto prožívání a jednání určitým směrem;
3. řídí jeho průběh, způsob dosahování výsledků;
4. ovlivňují způsob reagování jedince na jeho jednání, prožívání, jeho vztahy k ostatním lidem a ke světu. (Průcha, Walterová, Mareš, 2008)

3.4.2 Motivace žáků k učení

I když by se mohlo zdát, že motivace žáků k učení zdaleka nesouvisí s motivací žáků ke sportu, právě tyto dva procesy motivací jsou si velice blízké hned z několika důvodů. Pokud se žák některému sportu věnuje aktivně, navštěvuje tréninky a naslouchá pokynům svého trenéra, který se ho v dané sportovní činnosti hodlá něčemu naučit, poopravit špatně naučené návyky, pak je velice důležité jaké pokyny trenér na tréninku podává a jaká je jejich forma, právě tohle všechno žák vnímá a vede ho to k motivaci či demotivaci k danému sportu. Kalhous a Obst (2003) ve své publikaci uvádějí, že právě motivace patří k nejdůležitějším činitelům v procesu učení. Autoři uvádějí, že v motivaci k učení se někdy rozlišuje vnější a vnitřní motivace. Vnitřní motivaci autoři rozumějí dílčí motivy spjaté s příslušným předmětem – zvědavost, radost z vykonávání příslušné činnosti. Vnější motivaci autoři rozumějí dílčí motivy, které jsou spjaty s předmětem a s příslušnou učební činností zprostředkovaně – např. odměna, pochvala, trest, donucení.

Ovšem předpokladem toho, aby se vnější motivace stala energickým činitelem, je nutnost přijetí vnějšího popudu, ztotožnění se s ním. Ta závisí na celé řadě vnitřních předpokladů jedince. Autoři dále uvádějí, že rozdíl mezi vnitřní a vnější motivací chápeme jako relativní, v praxi používáme obojí.

3.4.2.1 Incentivy ovlivňující motivaci žáků k učení

Jak už jsme se v předešlé kapitole zmínili, proces učení ovlivňuje jak vnější, tak vnitřní motivace žáka. Motivace k učení je komplexním procesem. Této komplexnosti také odpovídá větší množství vnějších pobídek (incentivů), které mohou motivaci ovlivňovat. Kalhous a Obst (2003) je ve své publikaci třídí do těchto skupin:

- Novost situace, předmětu nebo činnosti. Upoutání novou situací, novou informací je projevem zvědavosti, poznávací potřeby, popřípadě orientačního reflexu.
- Úspěch v činnosti. Dobrý výsledek, úspěch v činnosti je pro žáka odměnou. Úspěch zvyšuje sebehodnocení, žákovu jistotu, zdokonaluje jeho obraz sebe samého.

- Žákova činnost a uspokojení z ní. Přirozenou lidskou potřebou je činnost, aktivita. Působí zde radost z činnosti. Může jít o aktivity psychomotorické stejně jako o aktivity intelektuální.
- Sociální momenty. Silně působí zejména pozitivní sociální hodnocení předmětů a činnosti, pozitivní sociální hodnocení žákova úspěchu v učebních činnostech, společná činnost, soutěžení.
- Souvislost nového předmětu (nové činnosti) s předchozími žákovými činnostmi, zkušenostmi a zájmy. Jde o časté příklady vedoucí např. od různých zájmových činností až k hlubokému zájmu o předměty.
- Souvislost předmětu (činnosti) s životními perspektivami. Působivá je taková zkušenost, zážitek s emočním zabarvením.

Kalhous a Obst (2003) uvádějí, že právě soutěžení má v motivaci k učení zvláštní místo. Má svoje pozitivní i negativní účinky. Ať skupinové nebo individuální nesporně vede k mobilizaci sil, k upevnění soudržnosti skupiny, k posilování vůle. Velké riziko však nese, když vítězství v soutěži stane cílem samo o sobě, cílem jehož je potřeba dosáhnout za každou cenu. Stejně tak je důležité, aby soutěžení nepřinášelo některým žákům úspěch a jiným stále neúspěch a ztrátu jistoty. Autoři dále uvádějí negativní vlivy na motivaci k učení:

- rušivé vlivy prostředí,
- „nasyčení“ - nadměrné zabývání se jedním předmětem (činností) bez střídání s jinými předměty (činnostmi),
- opakované žákovy neúspěchy,
- nedostatky v osobních vztazích a v emoční sféře,
- nedostatky v metodě výuky a výchovném působení.

3.4.2.2 Odměny a tresty

Jedním z hlavních incentivů, se kterým se žáci prvního stupně základní školy mohou při motivování k některé sportovní činnosti setkat, je právě odměna popř. trest. Odměňován popř. trestán může být přímo trenérem nebo rodičem. Ve školním prostředí pedagogem, na letním táboře vedoucím oddílu atd. Žák se s odměny a tresty setkává při motivování k sportovní aktivitě dnes a denně, z tohoto důvodu se danou problematikou budeme nyní

zabývat trochu více do hloubky. Psychologové se shodují, že odměny jsou při motivačním působení na žáka mnohem efektivnější než tresty.

V odborné literatuře se můžeme setkat hned s několika definicemi pojmu odměna. Průcha a kol. (2003) definuje odměnu takto: odměna je jedna z forem pozitivního motivačního působení na žáka ve škole i doma. Záměrně navozený nedostatek toho, že žák dobře splnil uložené požadavky nebo něco dobře vykonal z vlastní iniciativy.

Autoři dále uvádějí tři základní funkce odměn:

- funkce informační (žák má přehled, zda danou činnost vykonal správně či špatně);
- funkce motivační (navozuje u žáka prožitek úspěchu, radosti, chutě do další činnosti);
- funkce vyjádření vztahu (tuto funkci vidí v odměně pouze žák a jedná se o funkci, která vyjadřuje pozitivní osobní vztah trenéra, učitele či rodiče k sobě samému).

S pojmem odměna se každý z nás již setkal v mnoha životních etapách, toto slovo v každém z nás evokuje něco jiného, někdo si vzpomene, jak byl pochválen maminkou, že v neděli po obědě umyl nádobí, jiný si vzpomene, jak byl finančně odměněn za sběr ovoce v sadu. Někdo z nás může mít v hlavně pojem odměna spojen s nespravedlností, když nebyl po zásluze odměněn, jako jeho vrstevník.

Čáp a Mareš (2001) ve své publikace dělí odměny na tři hlavní skupiny:

- pochvala, úsměv, pohlazení, projev sympatie, kladného hodnocení, kladného emočního vztahu;
- předání daru či peněžní částky, písemné ocenění;
- umožnění zážitku nebo činnosti, po kterém dítě silně touží.

Langmeier a Krejčířová (1998) uvádějí, že nejčastější odměny jsou sociální, tj. pochvala a uznání, pohlazení, popř. umožnění zájmové činnosti.

V další části této kapitoly se budeme zabývat pojmem trest. Zajisté i s tímto termínem každý z nás již setkal, ve většině z nás tento pojem evokuje negativní vzpomínky, kdy jsme museli být z jakéhokoliv důvodu potrestáni. Průcha a kol. (2003) definuje trest následujícím způsobem: trest je jedna z forem negativního motivačního působení na žáka ve škole i doma. Jde o záměrný následek toho, že žák špatně splnil nebo nesplnil uložené požadavky.

Autoři dále uvádějí, že trest má přinejmenším tři funkce, podobně jako odměna:

- funkce informační (konstatování nesprávnosti chování, postupu, výsledku);

- funkce motivační (navozuje u žáka motivační konflikt, prožitek neúspěchu, frustrace);
- funkce vyjádření vztahu (tuto funkci vidí jen sám žák a jedná se o vyjádření negativního osobního vztahu učitele či rodiče k sobě samému).

Existuje velké množství způsobů, jak žáka potrestat. Homola (1972) ve své publikaci uvádí, že neúčinnějším a nejoprávněnějším trestem je neposílení (odepření odměny), naproti tomu nejméně hodnotné je trestání fyzickou agresí. V další publikaci je možno se dočíst, kde Matějček (2007) uvádí, že právě používání fyzických trestů, jako je facka, pohlavek, výprask rukou aj., patří mezi ty hodně často používané i přesto, že jejich výchovný význam není tak velký.

Autor se dále zabývá problematikou doprovodných jevů při udělování trestů. Každý jedinec, který se zabývá výchovou žáku, by měl domýšlet reakce žáka na potrestání, pokud je žák ostře potrestán, může si zafixovat nesprávnou odpověď či činnost nebo se také může stát, že potrestání žáka lze mít mnohem hlubší dopad na osobnost žáka.

Langmeier a Krejčířová (1998) rozdělují tresty na tyto:

- tresty tělesné;
- okřiknutí a pokárání;
- pohrůžky;
- zákaz nějaké zájmové činnosti;
- nezájem nebo chvíle ignorování.

Jiní dva autoři Čáp a Mareš rozdělují tresty na tyto:

- fyzické tresty;
- psychické tresty;
- potrestání zákazem oblíbené činnosti;
- donucení k neoblíbené činnosti.

Každý člověk, ať už se jedná o učitele, trenéra či rodiče, by si měl před udělením tresty dobře rozmyslet jeho následky, které mohou být v některých případech fatální následky. Průcha a kol. (2003) uvádí, jaké kritéria by měl trest splňovat, aby byl účinný:

- měl by být adekvátní nevhodnosti chování,
- měl by mít přesně stanovená kritéria, za co bude uložen,

- měl by mít adekvátní formu (trest fyzický, psychický, trest prací, zákaz).

3.4.2.3 Potřeby žáků

Jak už jsme se v předešlé kapitole zmínili, základním zdrojem lidské motivace jsou vnější pobídky (incentivy) a vnitřní potřeby. Právě vnitřní potřeba, a to potřeba pohybu, bývá často zdrojem motivace žáka ke sportu.

Hartl a Hartlová (2004) popisují potřebu jako nutnost organismu něco získat, nebo se něčeho zbavit. Jde o stav organismu, který znamená porušení vnitřní rovnováhy.

Nejznámější hierarchický systém potřeb vytvořil Abraham Harold Maslow. Dle Šimčíkové – Čítkové (2003) A.H. Maslow dělí potřeby do třech skupin:

1. Základní potřeby

- fyziologické potřeby – potřeba kyslíku, vody, vyměšování aj.
- potřeby bezpečí – vystupují v situacích vyvolávajících ztrátu pocitu jistoty, v situacích nebezpečí, ekonomického selhání.

2. Psychologické potřeby- potřeba příslušnosti a lásky – být milován druhými, patřit někomu aj.

- potřeby uznání – potřeba výkonu, respektu, důvěry aj.

3. Potřeby sebeaktualizace

- potřeby realizovat své schopnosti,
- potřeba osobního růstu, zahrnují kognitivní a estetické potřeby – potřeba objevovat, tvořit aj.

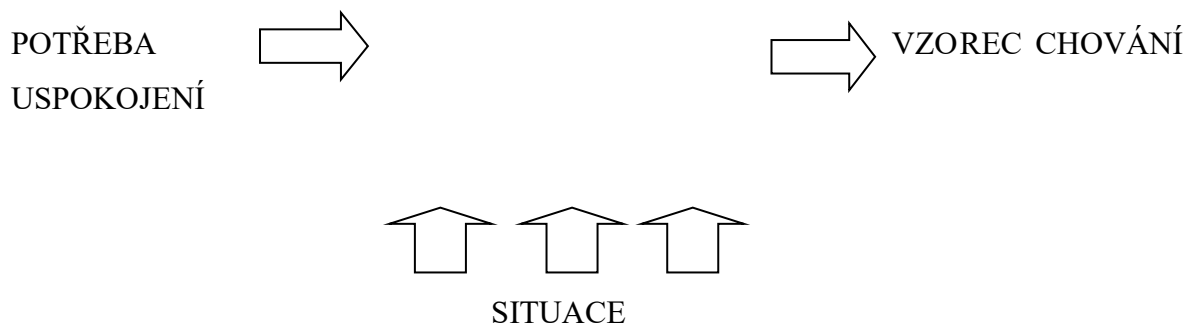
Autorka dále uvádí, že v hierarchickém uspořádání potřeb existuje několik výjimek:

- někteří lidé jsou vrozeně tvořiví např. umělci, kteří jsou ochotni žít v bídě i s neúspěchem, pokud mohou tvořit;
- u některých lidí je trvale snížena aspirace na vyšší cíle např. děti vyrůstající v ústavní péči;
- někteří lidé mají vysokou toleranci k frustraci fyziologických potřeb např. horolezci, vědci;

- potřeba úcty může být silnější než potřeba lásky, protože získání úcty se stává prostředkem získání lásky.

Podle Homoly (1972) nejde motivace měřit nebo ji přímo sledovat, můžeme ji pouze vyvodit ze změn v chování. Navíc nejsme motivováni pouze jedním motivem, ale komplexem propojených motivů, které se navzájem ovlivňují. Motiv tedy úzce souvisí s motivací a lze jej chápat jako označení určitých vnitřních podmínek, které určují jeho chování. Nakonečný (1998) uvádí, že motiv vyjadřuje smysl chování, je to dispozice k určité tendenci uspokojení. Nakonečný (1995, s. 124) odkazuje na teorii Nuttina, který vymezuje motiv jako „faktor aktivace a řízení způsobu chování, kdy jde o objekt ve vnějším světě, který u člověka vyvolá určité chování (jídlo), nebo vyjadřuje tuto pohotovost sám (hlad). V obou případech jde o psychický stav uspokojení (nasyčení).“

Obrázek 1: Motivace



Zdroj: vlastní

Na vzorci je ukázáno, že motivace má podobu intrapsychického procesu – motivace je zde označena za potřebu – vnitřní pohnutku tuto potřebu uspokojit. Zde jde o motivaci, která byla vytvořena vnitřními podněty (dítě mělo žízeň – uspokojení napitím se). Jedná se tedy o vnitřní motivaci.

„Motivace může být vyvolána i vnějšími podmínkami motivujícími podněty, které vyvolávají u jedince vnitřní pohnutky (žák se učí, aby dosáhl odměny – jednička, pochvala apod.) Tzv. „incentivy“ mají schopnost vzbudit a většinou i uspokojit potřeby člověka. Mohou být pozitivní i negativní.“ (Lokšová, Lokša, 1999, s. 12) V tomto případě jde o vnější motivaci.

Co jsou to potřeby?

Hartl a Hartlová (2004, s. 444) potřebu popisují jako „nutnost organismu něco získat, nebo něčeho se zbavit. Jde o stav organismu, který znamená porušení vnitřní rovnováhy.“

Nakonečný (2009, s. 249) popisuje potřeby mimo jiné jako „základní motivy, které vyjadřují nedostatky na úrovni fyzického i sociálního bytí člověka.“

Motivace chování člověka vychází převážně z vnitřních pohnutek, z vnitřní potřeby a z vnějšího popudu – incentive. (Lokšová, Lokša, 1999)

„Potřeby jsou nejdůležitějším druhem motivů. Jsou doprovázeny vnitřním napětím, které v nás vyvolává určité chování, jehož cílem je uspokojení potřeby.“ (Kohoutek, 2000)

„Potřeby se projevují pocitem vnitřního nedostatku, který vzniká při narušení rovnovážného vztahu (homeostázy) organismu. Mohou být vrozené nebo naučené.“ (Lokšová, Lokša, 1999, s. 12)

3. 4. 2. 4 Motivační struktura sportovce

Proč se vlastně žáci prvního stupně základní školy sportu věnují, co a kdo je ke sportu vede? Jsou to trenéři, rodiče, vrstevníci či učitelé tělesné výchovy? Na tyto otázky by nám mohla dát odpovědi výzkumná část této diplomové práce. Každý jedince, který se věnuje sportu, tak se mu věnuje z nějakého konkrétního důvodu. Těmto důvodům, proč se jedince věnuje sportu, se říká motivační struktura sportovce. Ta je ovlivněna mnoha okolnostmi, tak například pohlaví, zdravotní způsobilost či věk jedince.

Hoška, Slepíčka a Hátlová (2006) ve své publikaci uvádějí čtyři fáze vývoje motivační struktury:

1. Generalizace motivační struktury

Projevuje se zde především vliv rodičů, kteří jedinci vyberou příslušný sport. Velký vliv při výběru hrají nahodilé věci jako je např. doporučení známých, blízkost bydliště nebo znalost trenéra. Zájem mladého sportovce o daný sport je nestálý, nejdůležitějším motivačním faktorem je libost nebo nelibost provozované činnosti, velký vliv zde také sehrává reklama a image daného sportu.

2. Diferenciace motivační struktury

Mladí sportovci začínají diferencovat vztah k danému sportu na základě úspěchu a neúspěchu. Je – li v činnosti zdatný a jeho výsledky jsou nadprůměrné, tvoří to poměrně trvalý základ motivační struktury. V tomto věku již vzniká dominantnější zaměření na určitý sport.

3. Stabilizace motivační struktury

Jedinec se zúčastňuje nejrůznějších soutěží, odezvy okolí na jeho sportovní úsilí jsou velice dobré a právě to bývá v této fázi nejúčinnějšími motivy. Dalším motivem je uplatnění sama sebe, což vede ke snaze po co nejlepším výkonu. Velice důležité zde jsou také tzv. sekundární cíle. Mezi tyto cíle řadíme cíle společenské (uznání okolí, zviditelnění, aj.) a osobní (sláva, peníze, aj.). Jedinec je na vrcholu své výkonnosti a podává stabilní výkony bez větších výkyvů.

4. Involute motivační struktury

Jedinec má stále velice blízký vztah ke sportu, je však již za zenitem své výkonnosti. Ustupuje zde snaha o maximální výkony a touha po vítězství a do popředí se dostává samotné provozování daného sportu z důvodu jeho obliby.

Jedním z paradoxů, s kterým se v této fázi setkáváme, je fakt, že jedinec v daném sportu začne dosahovat maximálních výkonů, jelikož už není pod takovým psychickým tlakem, je zbaven odpovědnosti, což pozitivně ovlivňuje jeho psychické rozpoložení. Častým a velice negativním jevem je pak nezvládnutí konce kariéry. Sportovec se snaží s blížícím se koncem kariéry získat úplně maximum, což vede k uzavírání nevýhodných smluv. Dalším častým jevem je pak chybějící popularita jedince a vysoký sociální status, což vede k návratům ze sportovního důchodu. V jiné publikaci, jejímž autorem je Sekot (2003), je možno nalézt takovéto rozdělení motivů pro sportovní činnost:

- potřeba pohybu;
- zdravotní prevence;
- individuální seberealizace.

Důvody, proč se žáci věnují sportu, jsou různé, mezi hlavní důvody řadí autor tyto:

- radost ze soutěžení;
- výkonnostní ambice;
- fyzická kondice;
- formování pěkné postavy;
- radost z pohybu;

- zdraví;
- relaxace.

Za pomoci dotazníkového šetření ve výzkumné části diplomové práce budeme mít možnost porovnat teoretické poznatky s praxí.

V následující části se budu zabývat rozsáhlou problematikou autority učitele, různými pojetími, druhy a trendy jejího vnímání. Nejčastějšími synonymy tohoto pojmu jsou vliv, dominance, řízení a kompetence. V knížce *Autorita jako pedagogický problém* se píše: „*Autorita je svou podstatou antropologická konstanta, která spoluutváří pravidla skupinového života, organizační řád skupiny, spolupodmiňuje její biologické přežití, rozvoj jedinců i předávání zkušeností z generace na generaci.*“ (Vališová 1998) dále konstatuje: „V dnešním smyslu se výraz autorita používá ve významu legální plnoprávné moci nebo ve smyslu práva řídit nějaké konání, mít moc vychovávat, cvičit či zaměstnávat osoby.“ Jak jsem již zmínila, autorita může být chápána různě, ale především se na ni nahlíží ze dvou hledisek, které se navzájem prolínají a podporují – autorita je tedy chápána v souvislosti s profesí učitele (cit. volně podle Pařízek 1998)

- **pravomoc** (vliv, rozkaz, zmocnění) – autorita daná společností, tento význam vyplývá ze společenské úlohy učitele, který je chápán jako představitel společenských požadavků na žáky. V tomto smyslu je autorita označována chybně jako „formální“ a považuje se za méně hodnotnější než autorita „neformální“, kterou si učitel získává sám.

Autorita ale také znamená kvalitu vedení, spolehlivost, odpovědnost, jistotu, vzor.

- **dobrovolné přijetí učitelovy role** ze strany žáků, rodičů, veřejnosti, a to z vlastní vůle, nikoli z příkazu. Jedná se o „neformální“ autoritu, která je nezávislá na úředním postavení učitele a o kterou učitelé usilují na základě svých znalostí, rozhodností, fyzických sil a mnoha dalších aspektů. Tento typ autority souvisí s oblibou, ale není s ní totožný, neboť postavení učitele ve třídě se nemůže budovat pouze na oblibě, protože se každý učitel během své praxe dostane s žáky do konfliktu, musí je kritizovat a případně i trestat. I přesto ale bez spolupráce, ochoty a jisté dávky obliby by učitel těžko dosáhl úspěchu.

S tímto souvisí i různé druhy autority, je jich celá řada a existuje mezi nimi velká míra propojenosti. V různých situacích používají jedinci různé druhy autority, pokud chtějí úspěšně řídit a ovlivňovat svoje okolí.

3.5 Autorita učitele

1. *Autorita skutečná* – respektování stanovené strategie
2. *Autorita zdánlivá* – ve skupině panuje nedůvěra, neochota ke spolupráci, nositel autority nemá důvěru.
3. *Autorita přirozená* – vyplývá ze spontánnosti, založena na osobnostních rysech, profesních dovednostech a temperamentu učitele, člověk si ji dlouho buduje, ale snadno ji může ztratit.
4. *Autorita získaná* – je postavena na autoritě přirozené, podílí se na ni výchova a cílevědomé individuální úsilí.
5. *Autorita osobní* – přirozený vliv, vyplývá z individuálních vlastností a schopností učitele.
6. *Autorita poziční* – míra vlivu, kterou člověk získává na základě svého postavení.
7. *Autorita funkční* – vliv daný plněním úkolů, kvalitou výkonu určité role nebo funkce.
8. *Autorita formální* – vyplývá z postavení a jemu odpovídající činnosti.
9. *Autorita neformální* – je založena na lidských a odbornostních kvalitách jedince, který má na své okolí přirozený vliv, v pedagogice nezáleží pouze na osobnosti učitele a jeho vlastnostech, ale utváří se ke vztahu k žákům, do jisté míry je závislá na motivaci žáků, na jeho vztahu k danému předmětu, na tom, zda se mu chce, může a umí naučit, základem je snaha o napodobení spojená s obdivem.
10. *Autorita statutární* – je dána silou a stupněm našeho zařazení v hierarchii organizace, její získání je automatické s přidělením funkce.
11. *Autorita charismatická* – plyne z naší osobnosti, je podmíněna vztahem k lidem, vystupováním.
12. *Autorita odborná* – získává se díky profesním znalostem.
13. *Autorita morální* – založena na poctivém vztahu k sobě, ostatním lidem i ke světu, záleží na síle charakteru a humánnosti člověka.

Velká propojenost ve školním prostředí panuje mezi autoritou statutární, odbornou, morální a osobní. Nejdůležitější by měla podle mého názoru být autorita přirozená.

Autorita učitele

Autorita učitele je základem pedagogické profese a je nutnou součástí výchovy. Na učitele mnoho z nás pohlíží jako na zprostředkovatele poznatků, což je úkol dlouhodobý, pro který je potřeba si vytvořit a hlavně udržet spolupracující atmosféru, která je podmíněna učitelovým uměním získat si u žáků autoritu, díky které může učitel přimět žáky ke kázní, tvořivosti a samostatnosti.

Většina učitelů, co se týká autority, doporučuje osobní nasazení, práci s hlasem, zásadové, důsledné a laskavé jednání. Důležitá je pro ně schopnost zaujmout. Naopak o autoritu člověk přichází, chová-li se nerozhodně, nedůsledně, nečestně a nespravedlivě, projevuje se jako slabý, nejistý, nevyrovnaný s nízkým sebevědomím (Vališová 1999). Autoritě také dle mého názoru nepřispívají dva extrémy, kterých se učitelé dopouštějí při zkoušení. Buď žákovi vůbec nepomáhají, nebo ho naopak stále přerušují. Zkoušení by mělo být spíše rozhovorem a učitel by měl být spíš žakovým partnerem. Ale to už se dotýkám problematiky činitelů, které mají vliv na vznik učitelovy autority.

K tomu, aby byla ve třídě zavedena kázeň, je třeba, aby žáci přijali učitelovo postavení, autoritu a uznali, že ho opravňuje řídit průběh vyučování a jejich chování. Budování postavení učitele je závislé na 4 hlavních aspektech, zdrojích autority.

- **vyjadřování učitelova statusu**, který vyplývá z jeho role, očekávaného respektu a úcty učitelovy práce. Status je vyjadřován různými činnostmi – učitel se může volně pohybovat po učebně, řídit výuku, a pokud při těchto činnostech jedná jako ten, kdo má právo rozhodovat, podporuje to jeho autoritu.
- **kompetentní vyučování** – k upevnění autority bude přispívat, pokud dá učitel žákům najevo, že svému předmětu rozumí, že o něj má zájem, hodiny má dobře zorganizovány a připraveny.
- výkon manažerského řízení
- začátek hodiny by měl být svižný, učitel musí udržet žáky v pozornosti, musí sdělit jasná pravidla, postupy a požadavky na chování žáků.

Přirozená autorita

Podmínkou přirozené autority je, aby členové skupiny sdíleli společné hodnoty a cíle, při jejichž dosahování má nositel autority uznávanou převahu či zásluhu.

Předpoklady této autority dle mého názoru a zkušeností jsou:

- vysoká odborná úroveň
- umění vést a řídit kolektiv
- dovednost komunikovat a spolupracovat
- předcházet konfliktům, řešit je
- umění přesvědčovat a vyjednávat
- motivovat k výkonu
- umění kombinovat humor, důslednost, humor
- zvládat své citové stavy k sobě i ostatním
- umění stanovit vzájemná pravidla
- umění sdělovat kritiku i pochvalu
- kultivované vystupování

Pouze didaktické kompetence nehrají hlavní roli při vytváření přirozené autority učitele. Jedná se o komplexní proces, ve kterém záleží na jeho postojích, taktu, schopnosti chápat žáky atd.

Autoritu učitele může zásadně ovlivnit kázeň a chování žáků.

4 HYPOTÉZY

Hypotéza č. 1: Domnívám se, že alespoň 90 % dětí mladšího školního věku si nedovede představit svůj život bez pohybových aktivit

Hypotéza č. 2: Předpokládám, že všechny děti na základní škole baví tělesná výchova

Hypotéza č. 3: Předpokládám, že děti ve městě mají ve svém okolí lepší podmínky na provozování sportovních aktivit – hřiště, stadiony, tělocvičny, lesoparky..

Hypotéza č. 4: Předpokládám, že alespoň 80% děti mladšího školního věku nejraději provozuje pohybové aktivity s kamarády

Hypotéza č. 5: Domnívám se, že se pohybová aktivita dětí ve městě i na vesnici o víkendu zdvojnásobí

Hypotéza č. 6: Domnívám se, že se rodiče ve městě i na vesnici zajímají, zda se jejich děti dostatečně věnují pohybovým aktivitám, a to stejným poměrem 50 %

Hypotéza č. 7: Domnívám se, že preference statických a pohybových aktivit u dětí je ve stejném poměru 50 %

Hypotéza č. 8: Předpokládám, že u pohybových aktivit dětí mladšího školního věku převažuje v 90 % vnější motivace

5 METODY A POSTUP PRÁCE

V následující výzkumné části jsem použila kvantitativní výzkum – dotazníkové šetření. Za účelem získání informací jsem sestavila dotazník, který mi pomohl zjistit, zda hypotézy, které jsem si zvolila, byly správné či nikoliv. Dotazníky jsem se snažila sestavit srozumitelně, aby žákům nedělalo problém je správně vyplnit. Použila jsem většinou otázky uzavřené, u kterých měli dotazovaní čtyři možnosti odpovědí: určitě ano, spíše ano, spíše ne, určitě ne. Většina dotazníků z městských škol se mi úspěšně vrátila, jelikož jsem jejich expedici prováděla sama. Na vesnických školách byla návratnost menší, jelikož jejich transport v některých třídách byl zprostředkovaný jinou osobou. Z toho důvodu jsem dotazníky nedávala do prvních ročníků, kde jsem předpokládala menší čtenářskou gramotnost a pochopení. Výsledky výzkumného šetření předkládám v následující kapitole.

Předvýzkum

Před samotným dotazníkovým šetřením jsem se sešla s většinou dotazovaných – zejména s těmi nejmladšími, žáky 1. – 3. ročníků.

Vysvětlila jsem účel a postup práce, neznámé nebo nepochopené pojmy. Objasnila jsem též systém označování odpovědí a hranice mezi nimi. Důležité bylo žákům připomínat, že odpovědi v dotazníku musí označovat sami, podle svých zkušeností a pocitů a měly by být pravdivé.

6 VÝZKUMNÁ ČÁST

6.1 Cíl výzkumu, výzkumné otázky a úkoly

Cílem mojí práce je zjistit, jaká je motivace dětí mladšího školního věku ke sportovním aktivitám, co je motivací (vnitřní nebo vnější), porovnat sportovní aktivity dětí v různých lokalitách (město, vesnice)

6.2 Výzkumné otázky a úkoly

- 1) Jaké jsou u sportujících žáků 1. stupně ZŠ základní znaky vnější motivace ke sportu?
- 2) Jaké jsou u sportujících žáků 1. stupně ZŠ základní znaky vnitřní motivace ke sportu?

Na základě výzkumných otázek a hypotézy jsem si stanovila tyto úkoly:

Úkoly práce

1. Shromáždit a prostudovat dostupnou a vhodnou literaturu, která se zabývá danou problematikou
2. Seznámit se s teorií pohybových aktivit, sportu, motivace, osobnosti učitele a problematikou dětí mladšího školního věku
3. Vypracovat dotazník pro žáky prvního stupně základní školy pro zjištění jejich motivace ke sportu
4. Provést dotazníkové šetření u vzorku dětí na 1. stupni ZŠ a to v různých lokalitách dle počtu obyvatel – Praha a Jihomoravský kraj
5. Porovnat motivaci a možnosti pohybových aktivit dle výsledků dotazníkového šetření
6. Porovnat poznatky získané studiem i praxí
7. Porovnat a zhodnotit údaje získané od žáků
8. Vyhodnotit získané výsledky a zjistit vztahy mezi jednotlivými hodnotami odpovědí na otázky v dotazníkovém šetření
9. Na základě zjištěných výsledků konstatovat odpovědi na výzkumné otázky

Následné výzkumné šetření zjišťuje faktory, které úzce souvisí s motivací žáků k pohybovým aktivitám, protože motivace je široký pojem, a tak nelze jednoduše zkoumat a následně říci, zda žáci jsou či nejsou motivováni ke sportu.

Ve všech třídách pražských škol jsem byla přítomna vyplňování dotazníků a mohla jsem tak v průběhu práce dětem pomoci s pochopením a taktéž odpovídat na dotazy během vyplňování. V prvních ročnících jsem dětem otázky sama četla a s pomocí asistentky pedagoga kontrolovala jejich vyplňování.

V menších školách na vesnici jsem byla osobně přítomna v polovině oslovených tříd – zde jsem taktéž nejdříve s dětmi prošla celý dotazník pro lepší pochopení.

Dotazník mladší žáci vyplňovali po částech, jelikož jejich pozornost v průběhu práce velmi klesala. Výzkum probíhal vždy v dopoledních hodinách, u mladších dětí 1. a 2. vyučovací hodinu, přičemž jsem mezi otázkami pro větší pozornost zařazovala drobné pohybové hry.

Starší žáci vyplňovali dotazník souvisle, většinou na konci vyučování.

6.3 Metodika výzkumu

6.3.1 Metoda dotazníku

Metoda dotazníku je nejpoužívanější metodou při zajišťování údajů. Umožňuje získávat velké množství informací v poměrně krátkém čase. Za účelem získání informací od učitelů (trenérů) tělesné výchovy na 1. stupni základní školy (kroužku sportovních her) jsem si sestavila dotazník, který mi pomohl zjistit, zda hypotézy mé práce byly správné. Při sestavování dotazníků jsem se řídila těmito zásadami: - otázky musí být přiměřené - otázky by neměly vyžadovat dlouhé přemýšlení - zpočátku by měly být kladeny jednodušší otázky (měly by navodit pocit důvěry) a teprve poté otázky složitější - dotazník by měl být anonymní a neměl by zasahovat do intimností dotazovaných - je velmi důležité mít promyšlený způsob, jakým budou výsledky dotazníku zpracovány - (<http://vyzkumy.cz/vyzkumne-metody>, 29. 9. 2015)

Při výzkumném šetření jsem využila metodu kvantitativního výzkumu – dotazník. Dotazníková metoda představuje takový postup, při kterém výzkumný pracovník předkládá zkoumaným osobám soubor otázek za účelem získání měřitelných údajů. Slouží k hromadnému získávání údajů od zkoumaných osob (Holoušová, 2002)

Otázky v dotaznících se rozdělují na:

- **otevřené (volné) otázky** – jsou takové otázky, na které dotazovaný volně odpovídá. Většinou se formulují šířeji, aby dotazovaný mohl podrobněji vyjádřit svůj názor. Umožňují hlouběji proniknout k sledovaným jevům, osvědčují se při zkoumání doposud neznámé problematiky.
- **uzavřené otázky** - jsou takové otázky, které nabízejí dotazovanému volbu mezi dvěma nebo více připravenými odpověďmi. Podle počtu připravených odpovědí se dále uzavřené otázky dělí na dichotomické (vyžadují volbu mezi dvěma odpověďmi) a na otázky polynomické (vyžadující volbu mezi více odpověďmi).

Výhody dotazníkové metody:

- obsáhne se velký počet respondentů na velkém prostoru;
- získá se velký počet údajů, které jsou logicky uspořádány;
- vyžaduje méně času, spolupracovníků, finančních nákladů, organizační přípravy;

- umožňuje zkoumaným osobám nad danou otázkou přemýšlet a formulovat přesné odpovědi;
- poměrně snadné, rychlé a přesné zpracování získaných údajů.

Nevýhody dotazníkové metody:

- nepružnost k nepředvídaným situacím;
- nemožnost jít do hloubky zkoumané problematiky;
- potíže při ověřování platnosti údajů;
- nízká návratnost dotazníků (50 – 60%);
- nebezpečí chybného pochopení položených otázek a jejich interpretace.

Zpracování výsledků dotazníkového šetření bylo realizováno podle následujících metod:

- metoda sběru a tvorby dat;
- grafické metoda interpretace dat se slovním komentářem;

Výzkum dotazníkovou metodou jsem provedla na čtyřech základních školách, a to v Praze a v Jihomoravském kraji. Všechny výše uvedené základní školy jsem si vybrala proto, že jsem na nich v minulosti působila jako pedagog a toto prostředí je mi blízké.

Jelikož jedním z cílů mé diplomové práce je srovnání pohybových aktivit ve městě a na vesnici, vyhodnocovala jsem dotazníky samostatně.

Celkově jsem rozdala 260 dotazníků. Z toho na pražské školy 130 a vesnické školy 130. Z pražských škol se mi vrátilo 115 vyplněných dotazníků – většinu jsem dětem sama rozdala a po vyplnění osobně sesbírala.

Na školách Jihomoravského kraje byla návratnost o něco nižší: ze 130 dotazníků se mi vrátilo 105 vyplněných. Celkově jsem získala 220 dotazníků od žáků 1. stupně, většinou ve věku 6–11 let.

Některé dotazníky jsem byla nucena vyřadit, jelikož žáci ve svých odpovědích označovali více možností nebo odpovídali „nevím, je mi to jedno“ atd.

Dotazník (příloha č. 1) byl určen žákům 1. stupně základní školy (tzn. pro žáky 1. – 5. ročníku), kteří se aktivně věnují některému sportu, týkal se zjišťování skutečného stavu motivace žáků 1. stupně základní školy ke sportu. Do dotazníkového šetření byli zapojeni

jak žáci, kteří mají úspěchy ve sportovních klubech, tak žáci, kteří se závodů a turnajů vůbec nezúčastňují a sport provozují pouze jako zájmovou činnost. To je totiž reálný obraz žáků 1. stupně základní školy, kteří se aktivně věnují sportu. Dotazník byl anonymní a obsahoval celkem 28 otázek. Tam, kde byly odpovědi na otázky nabízeny, stačilo pouze označit (zakroužkovat) odpověď, která se co nejvíce přibližovala mínění daného žáka. Žáci měli v tomto případě na výběr ze čtyř nabízených odpovědí: *určitě ano*, *spíše ano*, *spíše ne*, *určitě ne*. Tato čtyřstupňová škála byla převedena na kategoriální hodnoty 1 až 4. A to následovně: *určitě ano (1)*, *spíše ano (2)*, *spíše ne (3)*, *určitě ne (4)*. V jiném případě se jednalo o otázky, které vyžadovaly doplnění údajů nebo doplnění vhodné odpovědi. V tom případě místo na odpověď bylo vyznačeno tečkami. Dotazník byl dle výzkumných otázek rozdělen do tří oblastí:

- 1) Charakteristika respondentů (otázky č. 1 – 4, 6, 15, 16, 20)
- 2) Vnější motivace žáků ke sportu (otázky č. 5, 7, 8, 12, 14, 17 – 19, 21 – 23, 26 – 28)
- 3) Vnitřní motivace žáků ke sportu (9 – 11, 13, 24, 25)

6.4 Interpretace zjištěných výsledků výzkumu

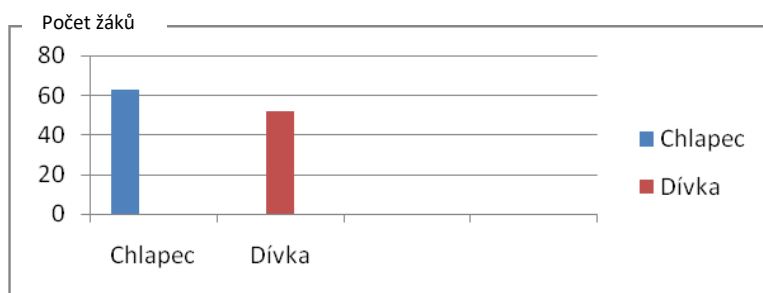
V této části diplomové práce se zabývám vyhodnocením dat vzešlých z dotazníkového šetření. Otázky jsou jedna po druhé zpracovány a doplněny grafy a následnými komentáři. U každé otázky je uvedena tabulka se statistickými charakteristikami: aritmetický průměr, minimum, maximum, medián a modus. Otázky jsou rozděleny do tří skupin, podle toho jakých výzkumných otázek se týkají. Jedná se o následující tři skupiny:

- Obecná charakteristika respondentů
- Vnější motivace žáků ke sportu
- Vnitřní motivace žáků ke sportu

6.4.1 Obecná charakteristika respondentů

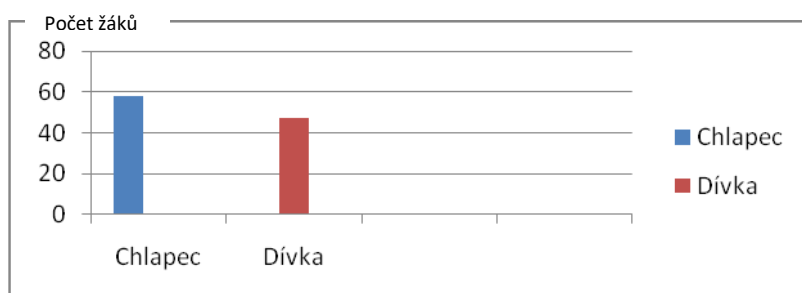
Otázka č. 1: Jsi chlapec nebo dívka?

Graf č. 1 a): Odpovědi žáků ve **městě** na otázku: „Jsi chlapec nebo dívka?“



Zdroj: vlastní

Graf č. 1 b): Odpovědi žáků ve **vesnici** na otázku: „Jsi chlapec nebo dívka?“

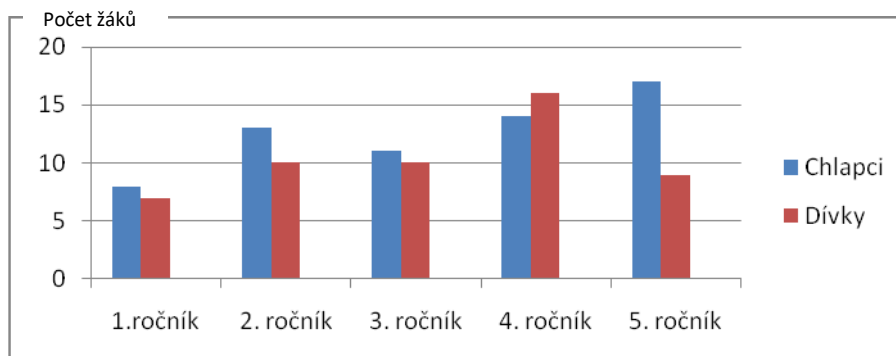


Zdroj: vlastní

Dle grafu 1 a) a 1 b) jsem zjistila, že dotazníkového šetření se zúčastnilo 63 chlapců z města a 58 z vesnice, dívek ve městě bylo 52 a ve vesnici 47.

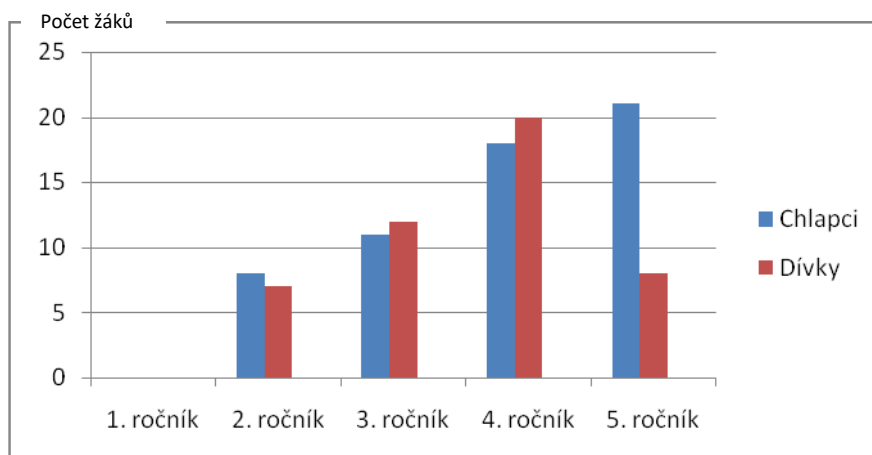
Otázka č. 2: Kterou třídu navštěvuješ?

Graf č. 2 a): Odpovědi žáků z města na otázku: „Kterou třídu navštěvuješ?“



Zdroj: vlastní

Graf č. 2 b): Odpovědi žáků z vesnice na otázku: „Kterou třídu navštěvuješ?“



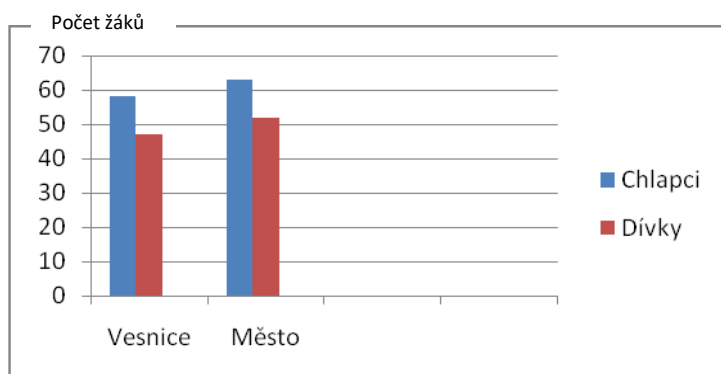
Zdroj: vlastní

Rozložení respondentů dle ročníku, který navštěvují, bylo v dotazovaných školách ve městě v 1. ročníku 15 žáků, ve 2. ročníku 23 žáků, ve 3. ročníku 21 žáků, ve 4. ročníku 30 žáků a v 5. ročníku 26 žáků – tito všichni odevzdali vyplněný dotazník.

Na vesnické škole bylo rozložení respondentů následující: v 1. ročníku 0 žáků, ve 2. ročníku 15 žáků, ve 3. ročníku 23 žáků, ve 4. ročníku 38 žáků a v 5. ročníku 29 žáků.

Otázka č. 3: Jsi z vesnice nebo z města?

Graf č. 3: Odpovědi žáků na otázku: „Jsi z vesnice nebo z města?“



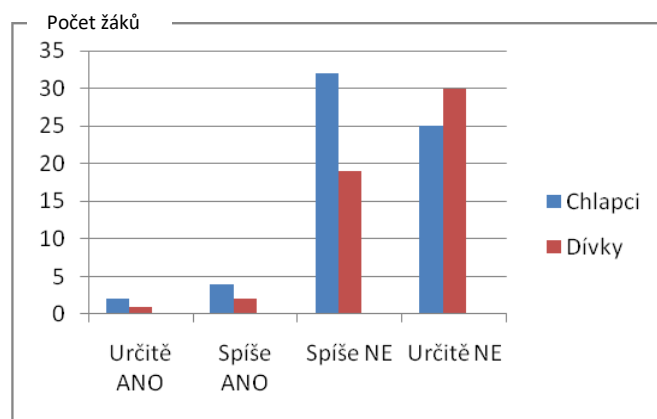
Zdroj: vlastní

Z celkového počtu rozdaných dotazníků byla návratnost 115 z městských škol (63 chlapců + 52 dívek) a 105 z vesnických škol (58 chlapců + 47 dívek)

Dotazníková šetření jsem prováděla na pražských školách a školách Jihomoravského kraje.

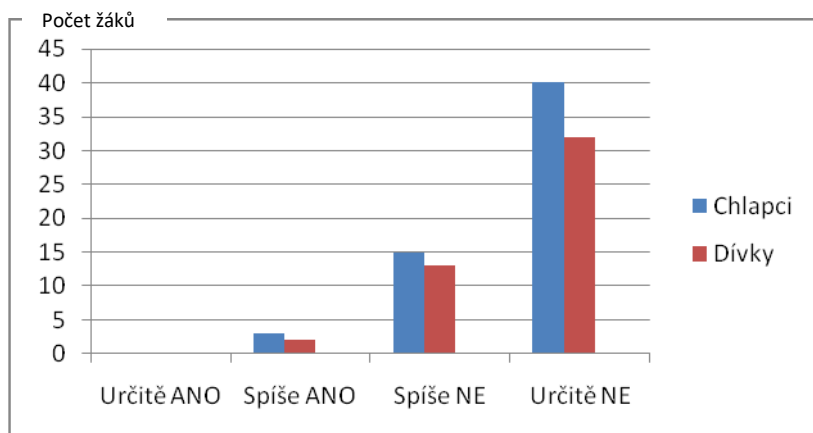
Otázka č. 4: Umíš si představit svůj volný čas bez pohybu?

Graf č. 4 a): Odpovědi žáků z města na otázku: „Umíš si představit svůj volný čas bez pohybu?“



Zdroj: vlastní

Graf č. 4 b): Odpovědi žáků ve **vesnici** na otázku: „Umíš si představit svůj volný čas bez pohybu?“



Zdroj: vlastní

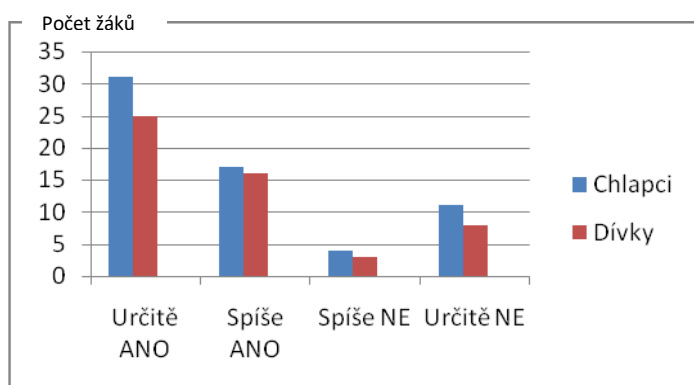
Dle grafů je patrné že většina respondentů z města si **nedovede představit svůj volný čas bez pohybu**. Ve městě odpověděla *určitě ano* 1 dívka a 2 chlapci, *spíše ano* 2 dívky a 4 chlapci, *spíše ne* 19 dívek a 32 chlapců a *určitě ne* 30 dívek a 25 chlapců.

Z vesnice odpovědělo *určitě ano* 0 dotazovaných, *spíše ano* 2 dívky a 3 chlapci, *spíše ne* 13 dívek a 15 chlapců a *určitě ne* 32 dívek a 40 chlapců.

Patrné je, že chlapci z vesnice preferují pohyb více, než chlapci ve městě.

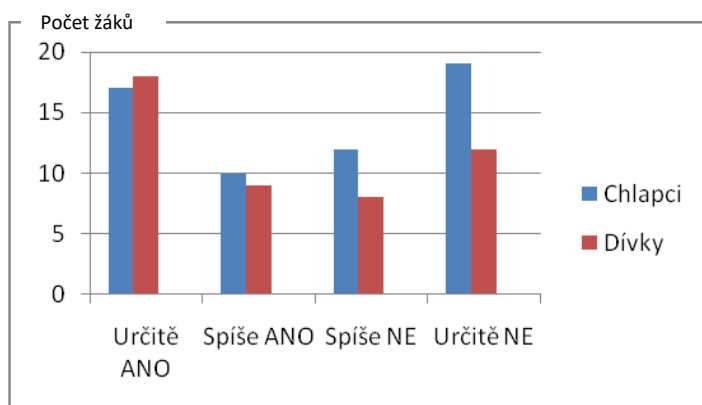
Otázka č. 6: Provozuješ aktivně nějaký sport?

Graf č. 6 a): Odpovědi žáků ve **městě** na otázku: „Provozuješ aktivně nějaký sport?“



Zdroj: vlastní

Graf č. 6 b): Odpovědi žáků ve **vesnici** na otázku: „Provozuješ aktivně nějaký sport?“



Zdroj: vlastní

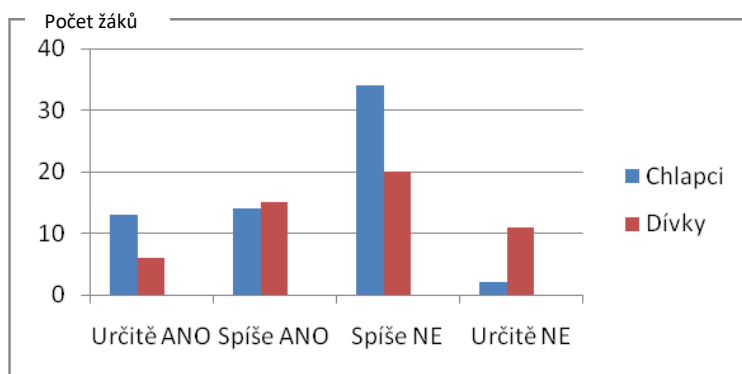
Dle grafu 6 a) jsem zjistila, že **aktivně ve městě sportuje 25 dívek a 31 chlapců**, odpověď *spíše ano* zvolilo 16 dívek a 17 chlapců, *spíše ne* 3 dívky a 4 chlapci a *určitě ne* 8 dívek a 11 chlapců.

Vesnické děti aktivně sportují v počtu 18 u dívek a 17 u chlapců, *spíše ano* odpovědělo 9 dívek a 10 chlapců, *spíše ne* 8 dívek a 12 chlapců a *určitě ne* 12 dívek a 19 chlapců.

Zde je patrné, že ve městě děti více aktivně sportují.

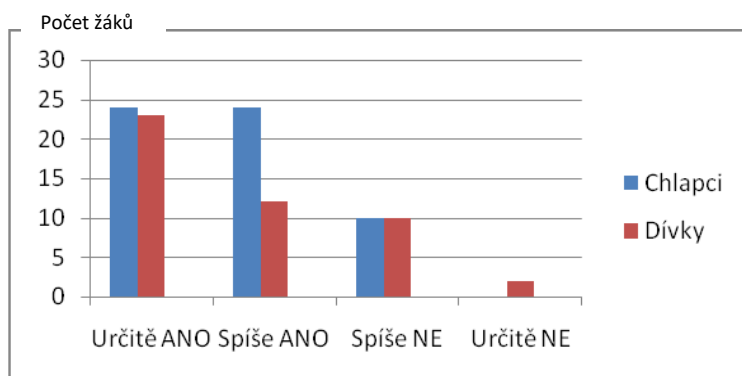
Otázka č. 15: Myslíš si, že máš ve všední den dostatek pohybu?

Graf č.15 a): Odpovědi žáků ve **městě** na otázku: „Myslíš si, že máš ve všední den dostatek pohybu?“



Zdroj: vlastní

Graf č. 15 b): Odpovědi žáků ve **vesnici** na otázku: „Myslíš si, že máš ve všední den dostatek pohybu?“



Zdroj: vlastní

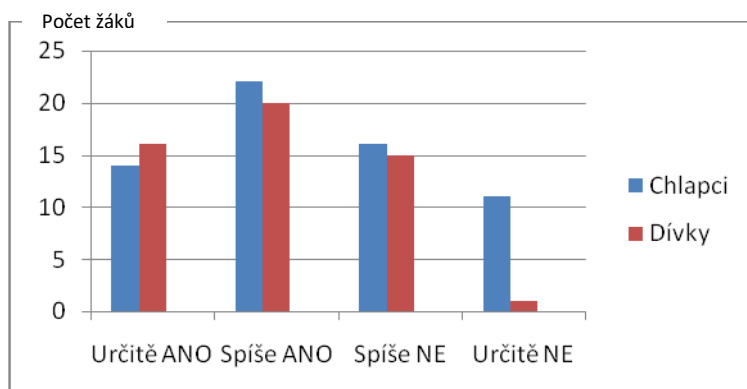
Dle grafu 15 a) je patrné, že dostatek pohybu ve městě má 6 dívek a 13 chlapců, *spíše ano* odpovědělo 15 dívek a 14 chlapců, *spíše ne* 20 dívek a 34 chlapců a *určitě ne* 11 dívek a 2 chlapci

Graf 15 b) znázorňuje, že velká část vesnických dětí – **23 dívek a 24 chlapců má ve všední den** dostatek pohybu, *spíše ano* odpovědělo 12 dívek a 24 chlapců, *spíše ne* 10 dívek a 10 chlapců, *určitě ne* 2 dívky a žádný chlapec.

Zde je patrné, že vesnické děti nepocítují ve všední den nedostatek pohybu.

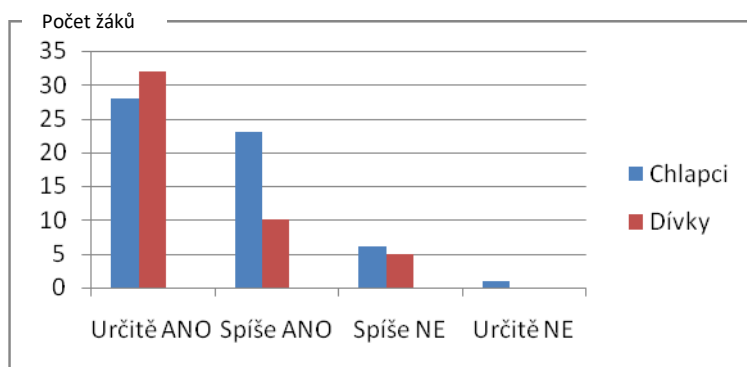
Otázka č. 16: Myslíš si, že máš o víkendu dostatek pohybu?

Graf č. 16 a): Odpovědi žáků ve **městě** na otázku: „Myslíš si, že máš o víkendu dostatek pohybu?“



Zdroj: vlastní

Graf č. 16 b): Odpovědi žáků ve **vesnici** na otázku: „Myslíš si, že máš o víkendu dostatek pohybu?“



Zdroj: vlastní

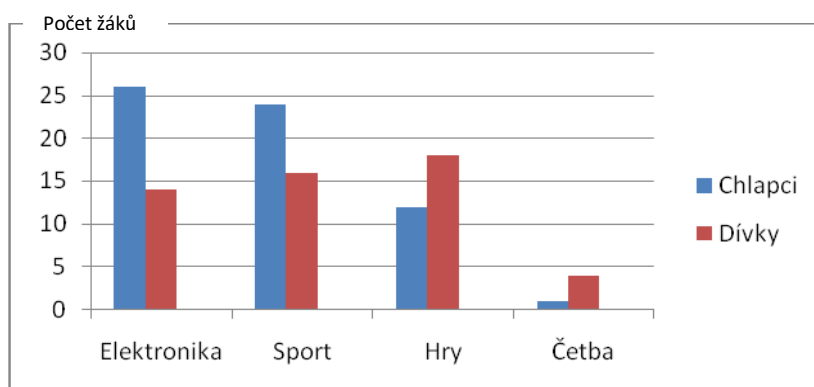
Na základě grafu 16 a) jsem zjistila, že nedostatek pohybu o víkendu nepocítuje 16 dívek a 14 chlapců, *spíše ano* odpovědělo 20 dívek a 22 chlapců, *spíše ne* 15 dívek a 16 chlapců a úplný nedostatek pohybu pocítuje 1 dívka a 11 chlapců.

V grafu 16 b) respondenti odpověděli kladně v 32 případech u dívek a 28 u chlapců, *spíše ano* odpovědělo 10 dívek a 23 chlapců, *spíše ne* 5 dívek a 6 chlapců a *určitě ne* žádná dívka a 1 chlapec.

Více dětí z vesnice si myslí, že má o víkendu dostatek pohybu.

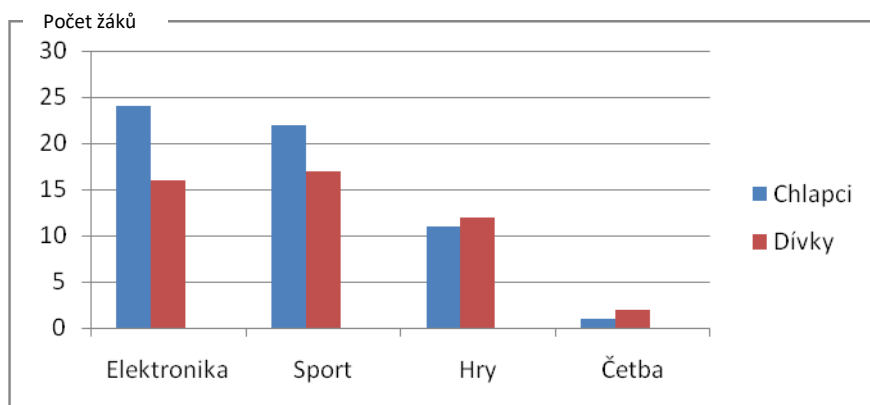
Otázka č. 20: Jaké činnosti děláš ve svém volném čase nejraději?

Graf č. 20 a):Odpovědi žáků ve **městě** na otázku: „Jaké činnosti děláš ve svém volném čase nejraději?“



Zdroj: vlastní

Graf č. 20 b): Odpovědi žáků ve **vesnici** na otázku: „Jaké činnosti děláš ve svém volném čase nejraději?“



Zdroj: vlastní

Dle grafu 20 a) jsem zjistila, že volný čas dotazovaní nejvíce tráví u elektroniky – 14 dívek a 26 chlapců a sportováním 16 dívek a 24 chlapců, stolní a společenské hry preferuje 18 dívek a 12 chlapců, četba zaujímá poslední místo – 4 dívky a 1 chlapec.

V grafu č. 20 b) je patrné, že elektronikou se děti zabývají o trochu více než sportem – dívky 16 a chlapci 24 a 17 dívek a 22 chlapců raději sportuje. Odpověď hry označilo 12 dívek a 11 chlapců a 2 dívky a 1 chlapec nejraději čtou.

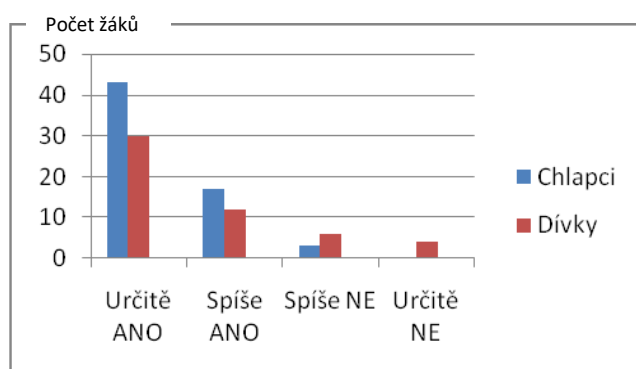
Elektronika i sport představují v žebříčku oblíbenosti téměř stejné místo ve městě i vesnici.

6.4.2 Vnější motivace žáků ke sportu

Do této skupiny jsem zařadila otázky z dotazníkového šetření, které odpovídají na otázky, které se týkají vnější motivace žáků ke sportu, ale žáci i kdyby sami chtěli, nemohou je příliš ovlivnit. Byl zde zahrnut faktor rodiny, a to především z důvodu, abych zjistila, jak velký vliv má rodina s motivací svých dětí k pohybovým aktivitám. Dále zde byl zahrnut faktor trestů a odměn, které jsou v životě dítěte také velice důležité a v neposlední řadě faktor prostředí a školy.

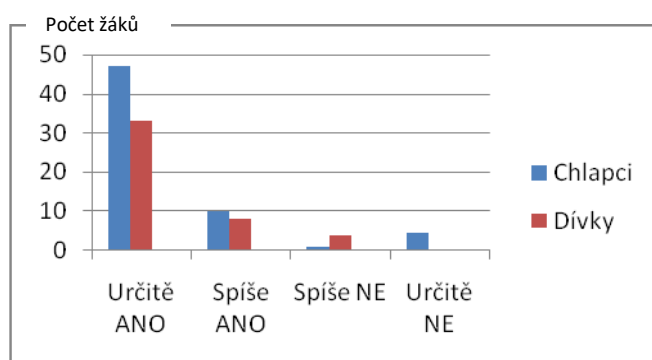
Otázka č. 5: *Baví tě ve škole tělesná výchova?*

Graf č. 5 a): Odpovědi žáků z **města** na otázku: „Baví tě ve škole tělesná výchova?“



Zdroj: vlastní

Graf č. 5 b): Odpovědi žáků z **vesnice**: „Baví tě ve škole tělesná výchova?“



Zdroj: vlastní

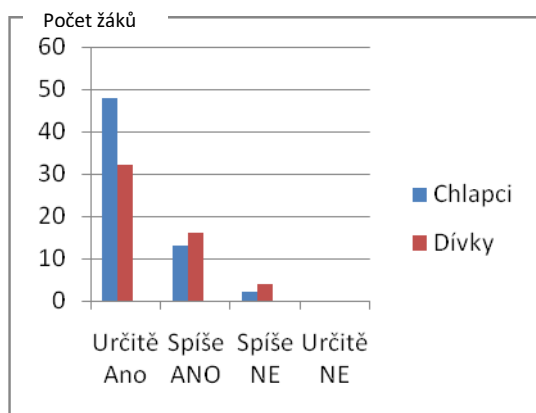
Z grafu 5 a) vyplývá, že *určitě ano* odpovědělo 30 dívek a 43 chlapců, *spíše ano* 12 dívek a 17 chlapců, *spíše ne* 6 dívek a 3 chlapci a *určitě ne* 4 dívky a žádný chlapec.

V grafu 5 b) je patrné, že 33 dívek a 47 chlapců odpovědělo *určitě ano*, *spíše ano* 8 dívek a 10 chlapců, *spíše ne* 4 dívky a 1 chlapec a *určitě ne* 2 dívky a žádný chlapec.

Zájem je nepatrně vyšší u chlapců než u dívek ve městě i na vesnici.

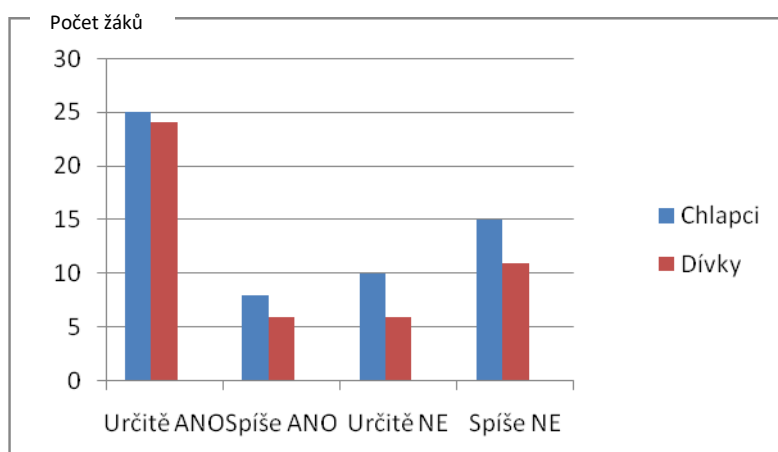
Otázka č. 7: Máš v blízkosti svého bydliště vhodné místo na sportování?

Graf č. 7 a): Odpovědi žáků z města na otázku: „Máš v blízkosti svého bydliště vhodné místo na sportování?“



Zdroj: vlastní

Graf č. 7 b): Odpovědi žáků z vesnice na otázku: „Máš v blízkosti svého bydliště vhodné místo na sportování?“



Zdroj: vlastní

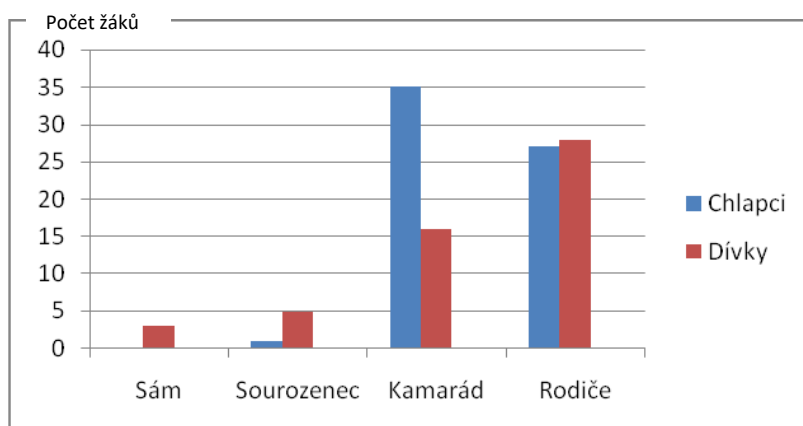
Z grafu 7 a) jsem zjistila, že vhodné místo na sportování má ve městě 32 dívek a 48 chlapců, *spíše ano* 16 dívek a 13 chlapců, *spíše ne* 4 dívky a 2 chlapci a *určitě ne* žádný chlapec ani dívka.

Graf 7 b) ukazuje, že 24 dívek a 25 chlapců odpovědělo *určitě ano*, 6 dívek a 8 chlapců *spíše ano*, 6 dívek a 10 chlapců *spíše ne* a 11 dívek a 15 chlapců *určitě ne*.

Více dotazovaných z vesnice si myslí, že spíše nebo určitě nemá blízko svého bydliště vhodné místo na sportování.

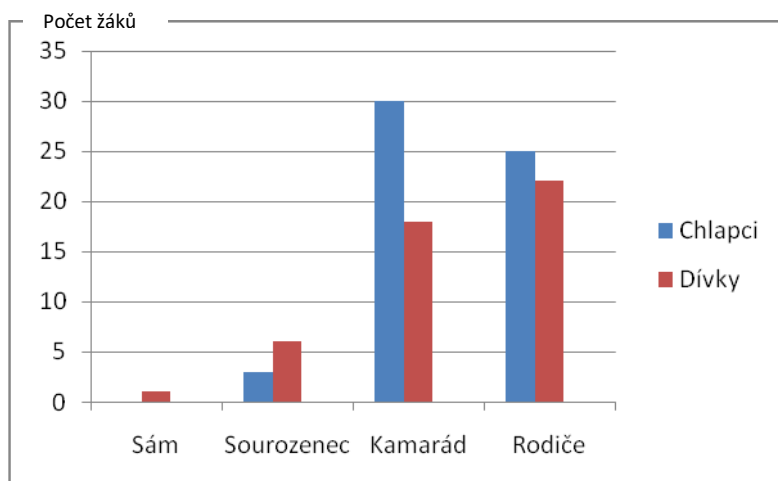
Otázka č. 8: S kým nejraději provozuješ pohybové aktivity?

Graf č. 8 a): odpovědi žáků z města na otázku: „S kým nejraději provozuješ pohybové aktivity?“



Zdroj: vlastní

Graf č. 8 b): Odpovědi žáků z vesnice na otázku: „S kým nejraději provozuješ pohybové aktivity?“



Zdroj: vlastní

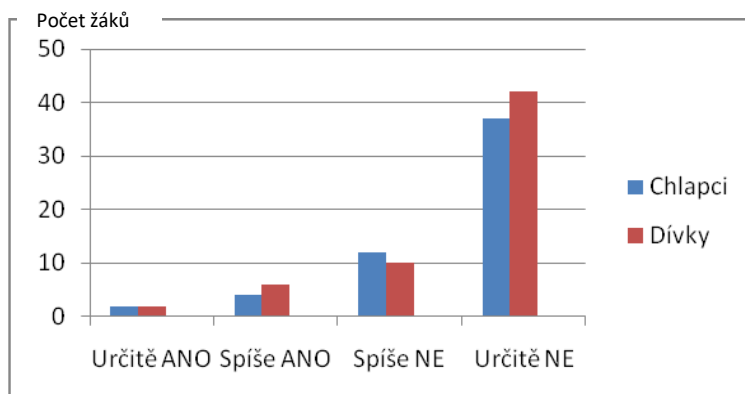
V grafu 8 a) jsem zjistila, že 3 dívky sportují raději *samotné*, se *sourozenci* 5 dívek a 1 chlapec, s *kamarády* 16 dívek a 35 chlapců, s *rodiči* 28 dívek a 27 chlapců.

Graf č. 8 b) ukazuje na skutečnost, že 1 dívka raději sportuje *sama*, 6 dívek a 3 chlapci se *sourozencem*, 18 dívek a 30 chlapců s *kamarády* a 22 dívek a 25 chlapců s *rodiči*.

Grafy ukazují, že respondenti nejraději sportují s rodiči a kamarády.

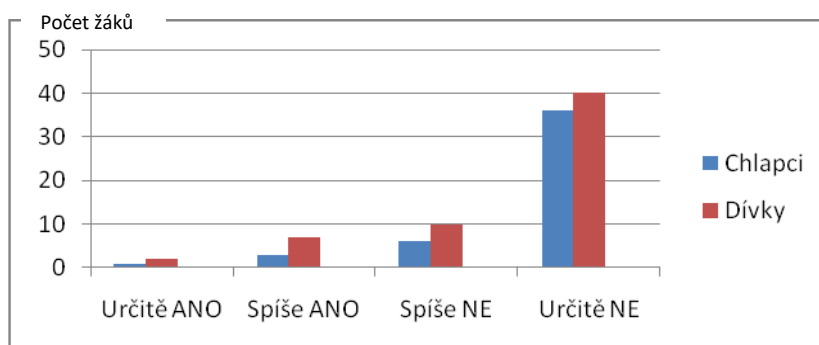
Otázka č. 12: Nutí tě někdo do sportu?

Graf č. 12 a): Odpovědi žáků z města na otázku: „Nutí tě někdo do sportu?“



Zdroj: vlastní

Graf č. 12 b): Odpovědi žáků z vesnice na otázku: „Nutí tě někdo do sportu?“



Zdroj: vlastní

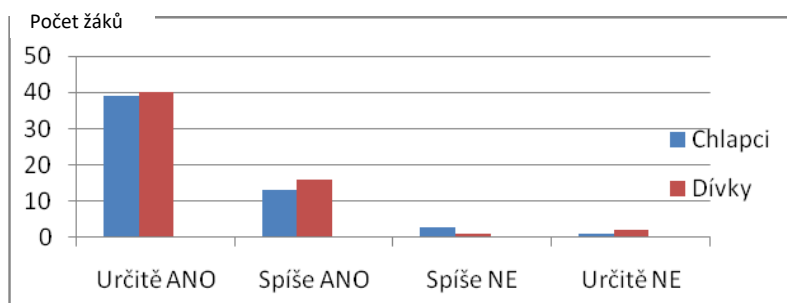
Z grafu 12 a) je patrné, že 2 dívky a 2 chlapce někdo nutí do sportu, *spíše ano* 6 dívek a 4 chlapci, *spíše ne* 10 dívek a 12 chlapců a *určitě ne* 42 dívek a 37 chlapců.

V grafu 12 b) je vidět, že pouze 2 dívky a 1 chlapec jsou nuceni do sportu, *spíše ano* 7 dívek a 3 chlapci, *spíše ne* 10 dívek a 6 chlapců a *určitě ne* 40 dívek a 36 chlapců.

Většinu dívek a chlapců ve městě i vesnici nikdo do sportu nenutí.

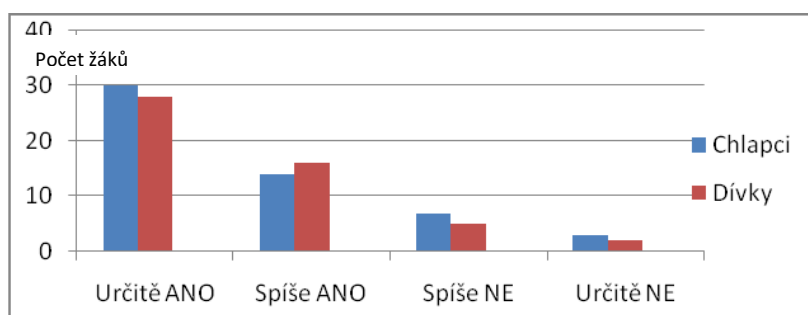
Otázka č. 14. Býváš pochválen za úspěch ve sportu?

Graf č. 14 a): Odpovědi žáků z města na otázku: „Býváš pochválen za úspěch ve sportu?“



Zdroj: vlastní

Graf č. 14 b): Odpovědi žáků z vesnice na otázku: „Býváš pochválen za úspěch ve sportu?“



Zdroj: vlastní

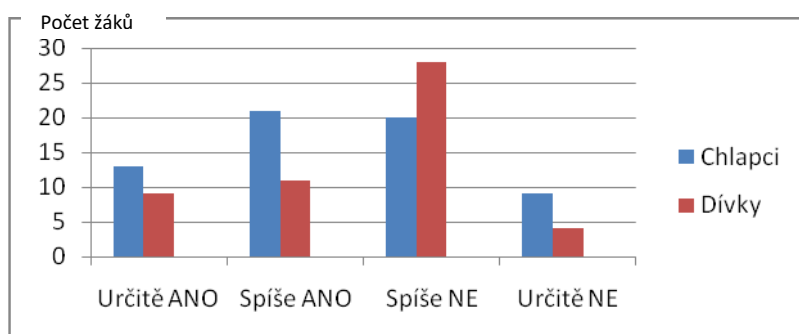
Z grafu 14 a) jsem zjistila, že *určitě ano* odpovědělo 40 dívek a 39 chlapců, *spíše ano* 16 dívek a 13 chlapců, *spíše ne* 1 dívka a 3 chlapci a *určitě ne* 2 dívky a 1 chlapec.

V grafu 14 b) je patrné, že 28 dívek a 30 chlapců je určitě chváleno, *spíše ano* 16 dívek a 14 chlapců, *spíše ne* 5 dívek a 7 chlapců, *určitě ne* 2 dívky a 3 chlapci.

Většina dětí z města i vesnice jsou ve sportu chváleny.

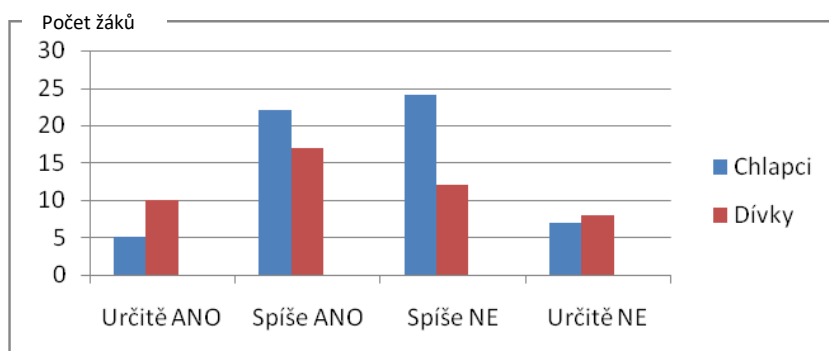
Otázka č. 17: Zajímají se rodiče, zda se dostatečně hýbeš?

Graf č. 17 a): Odpovědi žáků z města na otázku: „Zajímají se rodiče, zda se dostatečně hýbeš?“



Zdroj: vlastní

Graf č. 17 b): Odpovědi žáků z vesnice na otázku: „Zajímají se rodiče, zda se dostatečně hýbeš?“



Zdroj: vlastní

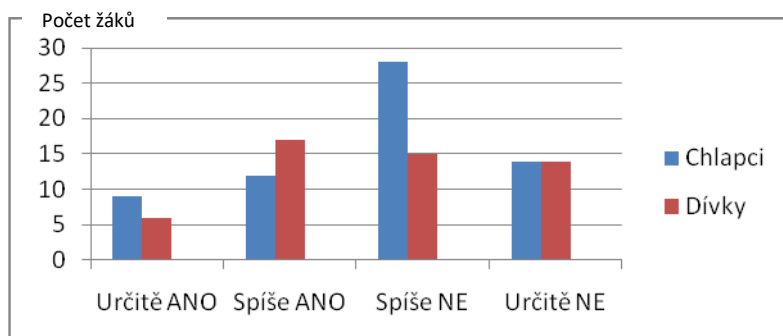
Z grafu 17 a) vyplynulo, že v 9 případech u dívek a 13 u chlapců se rodiče zajímají o jejich pohyb, spíše ano 11 dívek a 21 chlapců, spíše ne 28 dívek a 20 chlapců a určitě ne 4 dívky a 9 chlapců.

V grafu 17 b) je patrné, že 10 dívek a 5 chlapců úplný zájem rodičů o pohyb, spíše ano 17 dívek a 22 chlapců, spíše ne 12 dívek a 24 chlapců a určitě ne 8 dívek a 7 chlapců.

Z odpovědí přímo nevyplývá, že by se rodiče nad rámec zajímali o pohybové aktivity svých dětí.

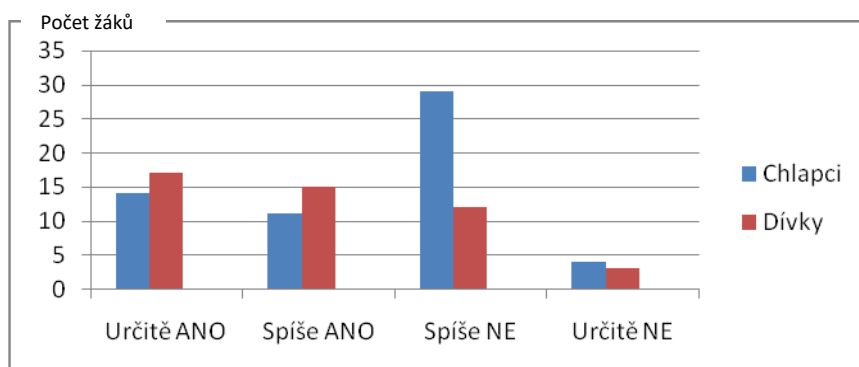
Otázka č. 18: Zajímá se tvoje paní učitelka, zda máš dostatek pohybu?

Graf č. 18 a): Odpovědi žáků z **města** na otázku: „Zajímá se tvoje paní učitelka, zda máš dostatek pohybu?“



Zdroj: vlastní

Graf č. 18 b): Odpovědi žáků z **vesnice** na otázku: „Zajímá se tvoje paní učitelka, zda máš dostatek pohybu?“



Zdroj: vlastní

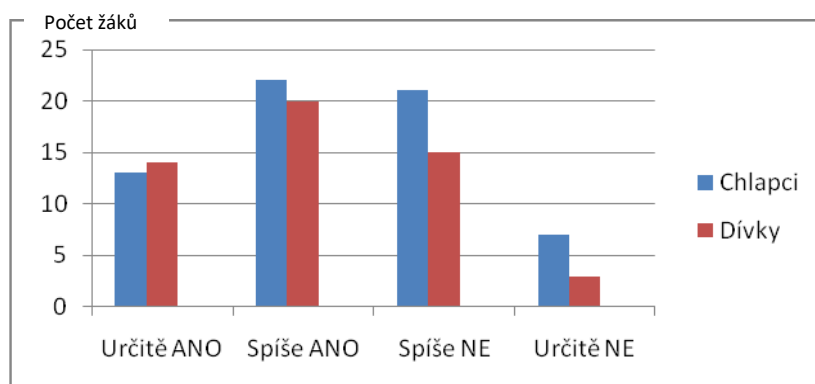
Z grafu 18 a) je vidět, že určitě ano odpovědělo 6 dívek a 9 chlapců, spíše ano 17 dívek a 12 chlapců, spíše ne 15 dívek a 28 chlapců a určitě ne 14 dívek a 14 chlapců.

V grafu 18 b) je patrné, že určitě ano odpovědělo 17 dívek a 14 chlapců, spíše ano 15 dívek a 11 chlapců, spíše ne 12 dívek a 29 chlapců, určitě ne 3 dívky a 4 chlapci.

Z výsledků grafického znázornění vyplývá, že vyučující ve městě se méně zajímají o pohybové aktivity svých svěřenců než na vesnici.

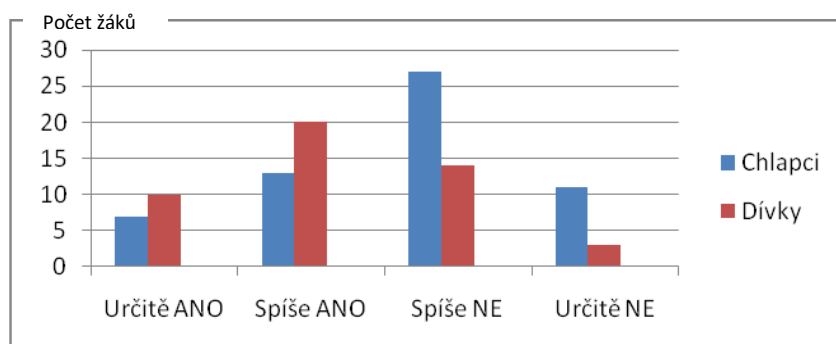
Otázka č. 19: Provozuješ pohybové aktivity ve volném čase s rodinou?

Graf č. 19 a): Odpovědi žáků z města na otázku: „Provozuješ sportovní aktivity ve volném čase s rodinou?“



Zdroj: vlastní

Graf č. 19 b): Odpovědi žáků z vesnice na otázku: „Provozuješ sportovní aktivity ve volném čase s rodinou?“



Zdroj: vlastní

Z grafu 19 a) plyne, že 14 dívek a 13 chlapců provozuje PA se svojí rodinou, *spíše ano* 20 dívek a 22 chlapců, *spíše ne* 15 dívek a 21 chlapců a *určitě ne* 3 dívky a 7 chlapců.

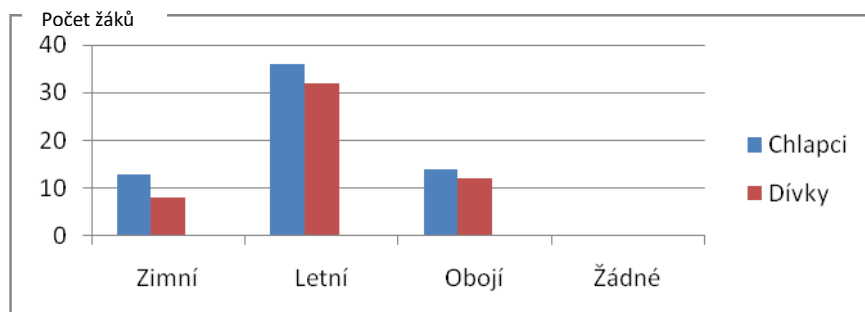
V grafu 19 b) jsem zjistila, že určitě provozuje SA s rodinou 10 dívek a 7 chlapců, *spíše ano* 20 dívek a 13 chlapců, *spíše ne* 14 dívek a 27 chlapců a *určitě ne* 3 dívky a 11 chlapců

Z grafu vyplývá, že více jak polovina městských dětí provozuje SA s rodinou, na vesnici žáci nejvíce volili variantu *spíše ano* a *spíše ne* /74 žáků.

Otázka č. 21: Jaké sporty tě nejvíce baví?

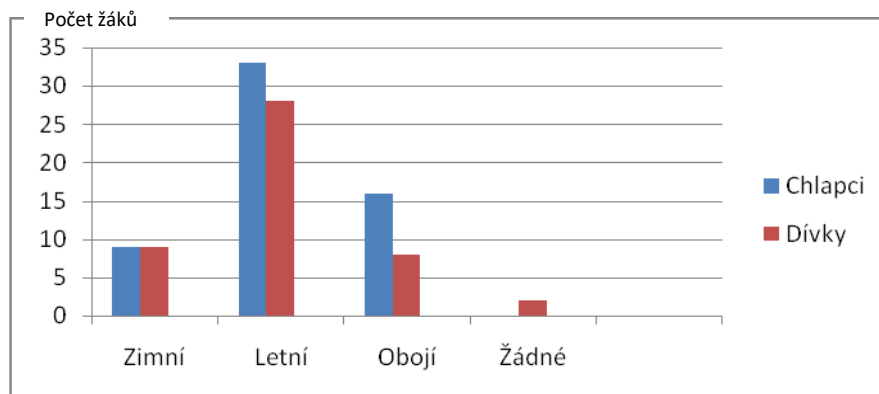
U této otázky měli dotazovaní na výběr ze čtyř možností: zimní, letní, obojí a žádné, mohli označit pouze jednu odpověď.

Graf č. 21 a): Odpovědi žáků ve **městě** na otázku: „Jaké sporty tě nejvíce baví?“



Zdroj: vlastní

Graf č. 21 b): „Odpovědi žáků ve **vesnici** na otázku: „Jaké sporty tě nejvíce baví?“



Zdroj: vlastní

Z grafu 21 a) jsem zjistila, že *zimní* sporty preferuje 8 dívek a 13 chlapců, *letní* 32 dívek a 36 chlapců, *obojí* 12 dívek a 14 chlapců, *žádné* 0 dívek i chlapců.

Graf 21b) ukazuje, že *zimní* sporty má rádo 9 dívek i chlapců, *letní* 28 dívek a 33 chlapců, *obojí* 8 dívek a 16 chlapců a *žádné* 2 dívky.

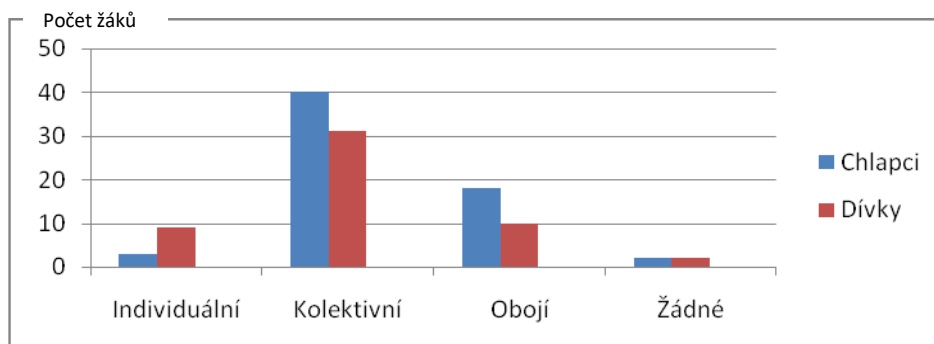
Téměř všechny děti mají rády sport, nejvíce letní.

Dle zjištěných informací preferuje nejvíce dotazovaných ve městě letní sporty, přičemž zastoupení chlapců i dívek je téměř stejné. Zimní sporty jsou nejméně zastoupeny, u dívek mají nejmenší oblibu. Taktéž na vesnici jsou oblíbenější u obou pohlaví letní sporty, což se týká preference obou sportů, nejnižší je u dívek.

Otázka č. 22: Jaké druhy sportů máš více v oblíbeně?

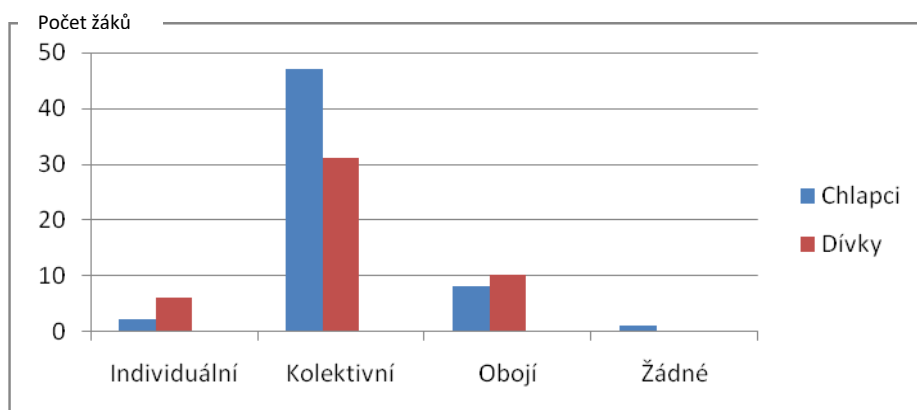
U této otázky měli žáci možnost na výběr ze čtyř odpovědí: individuální, kolektivní, obojí a žádné a mohli opět označit pouze jednu odpověď.

Graf č. 22 a): Odpovědi žáků ve **městě** na otázku: „Jaké druhy sportů máš více v oblíbeně?“



Zdroj: vlastní

Graf č. 22 b): Odpovědi žáků ve **vesnici** na otázku: „Jaké druhy sportů máš více v oblíbeně?“



Zdroj: vlastní

Graf 22 a) ukazuje, že *individuální sporty má rádo 9 dívek a 3 chlapci*, kolektivní 31 dívek a 40 chlapců, *obojí 12 dívek a 20 chlapců* a *žádný z dotazovaných nevedl, že by neměl rád žádný sport*.

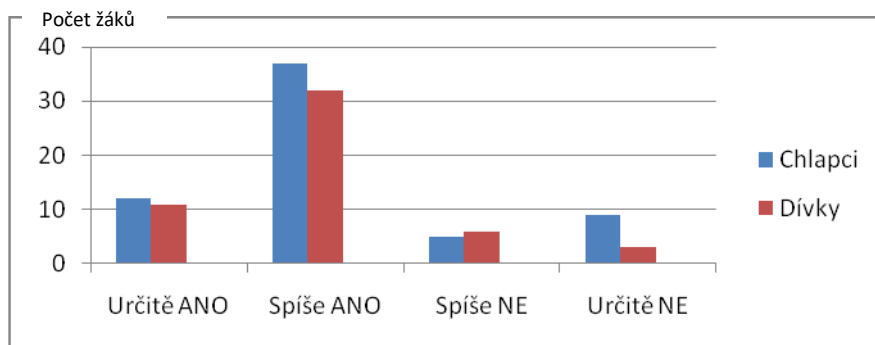
Graf 22 b) poukazuje na skutečnost, že 6 dívek a 2 chlapci preferují *individuální sporty*, kolektivní 31 dívek a 47 chlapců, *obojí 10 dívek a 8 chlapců* a *žádné 1 chlapec*.

Na základě odpovědí bylo zjištěno, že kolektivní sporty nejvíce preferují chlapci, a to jak ve městě, tak i na vesnici, naopak individuální sporty více preferují dívky, ale co se týká oblíbenosti, je až na posledním místě.

Otázka č. 23: Jsi spokojen/spokojena/ s činnostmi v hodinách TV na vaší škole?

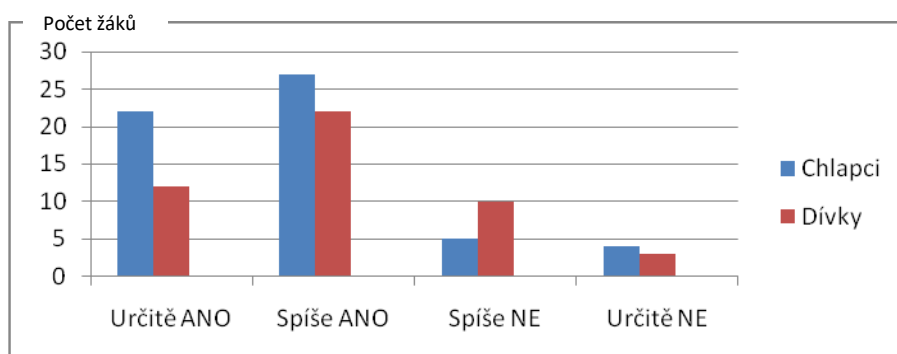
U této otázky bylo opět možno vybírat ze čtyř možností odpovědí.

Graf č. 23 a): Odpovědi žáků ve **městě** na otázku: „Jsi spokojen/spokojena/ s činnostmi v hodinách TV na vaší škole?“



Zdroj: vlastní

Graf č. 23 b): Odpovědi žáků ve **vesnici** na otázku: „Jsi spokojen/spokojena/ s činnostmi v hodinách TV na vaší škole?“



Zdroj: vlastní

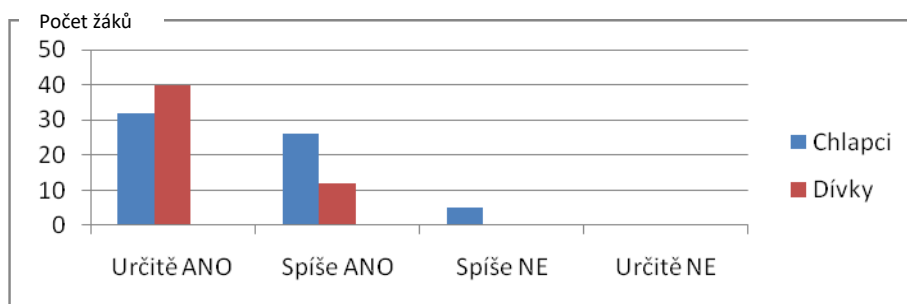
Graf 23 a) ukazuje, že *určitě* spokojeno s TV je 11 dívek a 12 chlapců, *spíše ano* 32 dívek a 37 chlapců, *spíše ne* 6 dívek a 5 chlapců, *určitě ne* 3 dívky a 9 chlapců.

Graf 23 b) uvádí spokojenost s TV u dívek 12 a chlapců 22, *spíše ano* 22 dívek a 27 chlapců, *spíše ne* 10 dívek a 5 chlapců, *určitě ne* 3 dívky a 4 chlapci.

U této otázky převažují odpovědi *spíše ano* u více jak poloviny dotazovaných z města a téměř poloviny dotazovaných z vesnice. Celkově z grafu vyplývá, že většina dětí z města i vesnice je spokojená s činnostmi v hodinách TV.

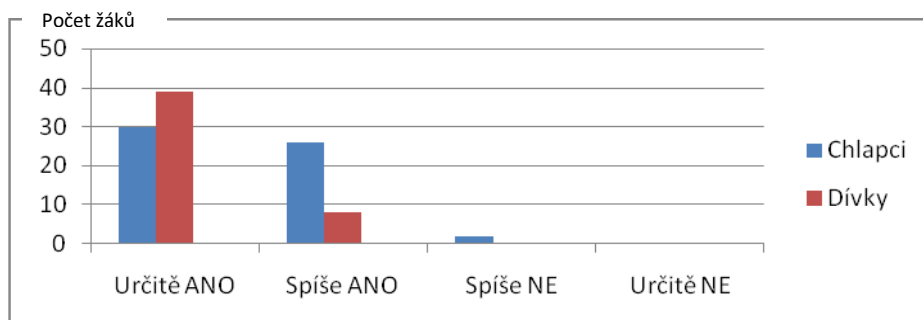
Otázka č. 26: Můžete ve škole o přestávkách provozovat různé pohybové aktivity?

Graf č. 26 a): Odpovědi žáků ve **městě** na otázku: „Můžete ve škole o přestávkách provozovat různé pohybové aktivity?“



Zdroj: vlastní

Graf č. 26 b): Odpovědi žáků ve **vesnici** na otázku: „Můžete ve škole o přestávkách provozovat různé pohybové aktivity?“



Zdroj: vlastní

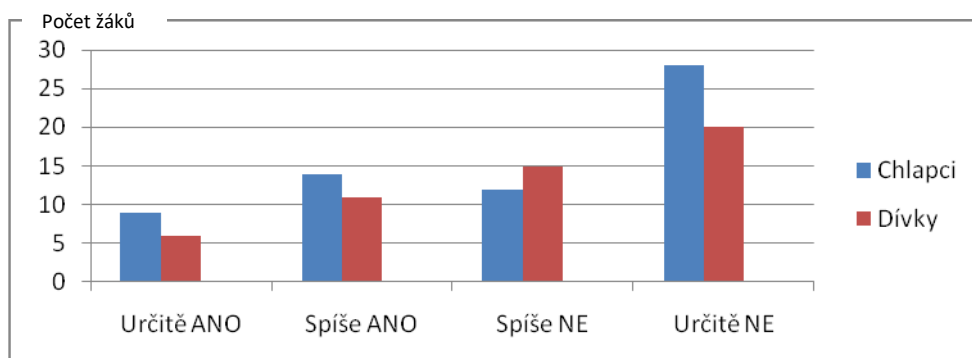
Z grafu 26 a) vyplývá, že *určitě ano* odpovědělo 40 dívek a 32 chlapců, *spíše ano* 12 dívek a 26 chlapců, *spíše ne* žádná dívka a 5 chlapců, *určitě ne* neodpověděl nikdo.

Z grafu 26 b) plyne, že s pohybem ve škole je úplně spokojeno 39 dívek a 30 chlapců, *spíše ano* odpovědělo 8 dívek a 26 chlapců, *spíše ne* žádná dívka a 2 chlapci, *určitě ne* neodpověděl nikdo.

Dle grafu zcela jasně převládají odpovědi *určitě ano* a *spíše ano* /72 a 38/ u městských žáků a 69 a 34 u dětí z vesnice – což je naprostá většina všech dotazovaných. Ve školním prostředí má tedy většina dětí dostatek pohybu.

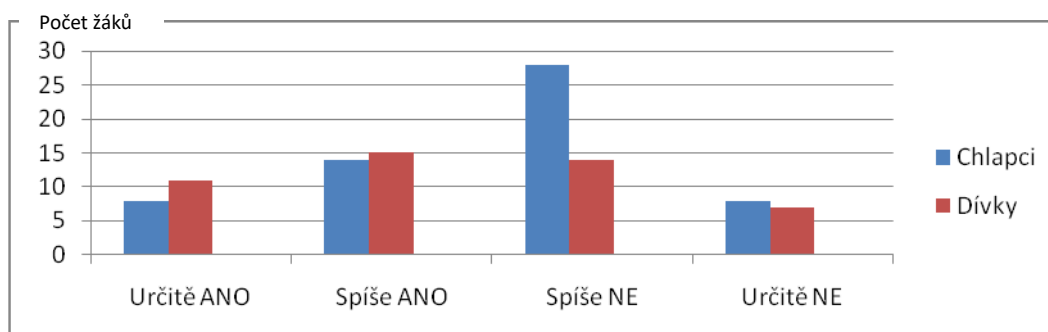
Otázka č. 27: Zacvičíte si ve škole i v jiných hodinách než v TV?

Graf č. 27 a): Odpovědi žáků ve **městě** na otázku: „Zacvičíte si ve škole i v jiných předmětech než v TV?“



Zdroj: vlastní

Graf č. 27 b): Odpovědi žáků ve **vesnici** na otázku: „Zacvičíte si ve škole i v jiných předmětech než v TV?“



Zdroj: vlastní

V grafu 27 a) jsem zjistila, že *určitě ano* odpovědělo 6 dívek a 9 chlapců, *spíše ano* 11 dívek a 14 chlapců, *spíše ne* 15 dívek a 12 chlapců, *určitě ne* 20 dívek a 28 chlapců.

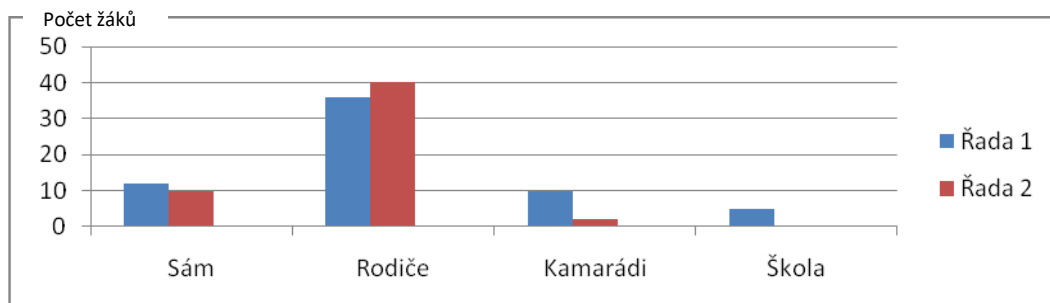
Z grafu 27 b) vyplývá, že *určitě* si ve škole zacvičí i v jiných předmětech 11 dívek a 8 chlapců, *spíše ano* 15 dívek a 14 chlapců, *spíše ne* 14 dívek a 28 chlapců, *určitě ne* 7 dívek a 8 chlapců.

Z grafu je patrné, že jen velmi nízký počet dotazovaných – 15 ve městě a 19 na vesnici odpovědělo na danou otázku kladně */určitě ano/*. Naopak většina městských žáků označila odpověď *spíše ne/27/* a *určitě ne/48/* a žáci na vesnici preferovali odpověď *spíše ne /42/* a *určitě ne/15/*. Z odpovědí plyne, že přibližně polovina dětí z vesnice se ve škole mimo hodiny TV buď minimálně, nebo vůbec nehýbe. Ve městě dokonce odpovědělo 48 dotazovaných, že v jiných hodinách neprovozují žádné pohybové aktivity.

Otázka č. 28: Kdo tě přivedl ke sportu?

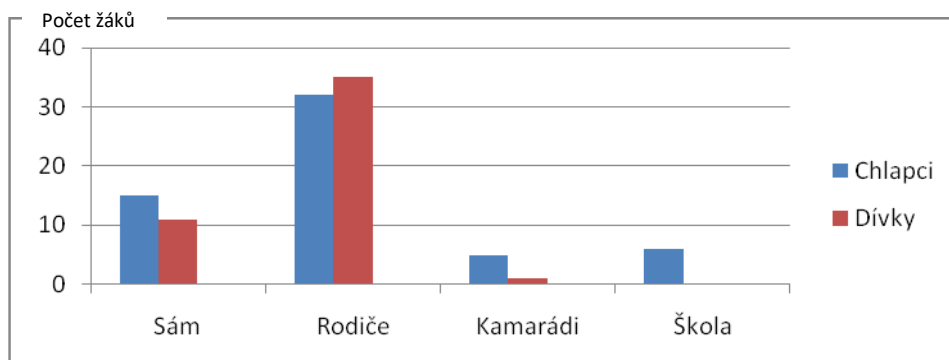
U této otázky měli dotazovaní možnost volby ze čtyř možností: sám, rodiče, kamarádi, škola. Označit mohli pouze jednu odpověď.

Graf č. 28 a): Odpovědi žáků ve **městě** na otázku: „Kdo tě přivedl ke sportu?“



Zdroj: vlastní

Graf č. 28b): Odpovědi žáků ve **vesnici** na otázku: „Kdo tě přivedl ke sportu?“



Zdroj: vlastní

Graf 28 a) ukazuje, že sám se ke sportu přivedlo 10 dívek a 12 chlapců, rodiče přivedli 40 dívek a 36 chlapců, kamarádi 2 dívky a 10 chlapců, škola žádnou dívku a 5 chlapců.

Graf 28 b) poukazuje, že sám se ke sportu přivedlo 11 dívek a 15 chlapců, rodiče 35 dívek a 32 chlapců, kamarádi 1 dívka a 5 chlapců, škola 6 chlapců.

V obou případech se o sportování svých dětí nejvíce zasloužili rodiče.

6.4.3 Vnitřní motivace žáků ke sportu

Do této skupiny jsem zařadila otázky z dotazníkového šetření, které odpovídají na otázky, které se týkají vnitřní motivace žáků ke sportu, jinak řečeno, které se týkají motivace žáka k seberealizaci. Jednotlivé motivační faktory, o jejichž důležitosti měli žáci za úkol rozhodnout, jsou:

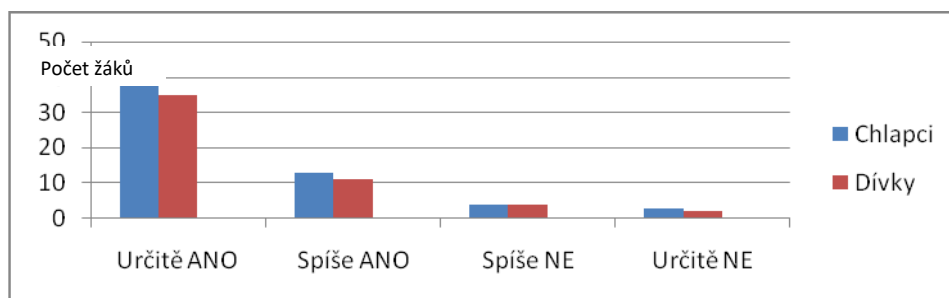
- Sportovat, kvůli hezké postavě;
- Sportovat kvůli odpočinku;
- Sportovat, protože chce být v daném sportu dobrý;
- Sportovat pro radost z pohybu a soutěžení,
- Sportovat pro zdraví;
- Sportovat kvůli dobré fyzické kondici,

Dále mě zajímalo, zda žáky sport, kterému se věnují, také baví. Zda si dokážou představit život bez sportu a zda rádi sportují s rodiči či kamarády.

V neposlední řadě jsem zjišťovala, zda je i školní prostředí motivačním faktorem, aby se děti hýbaly.

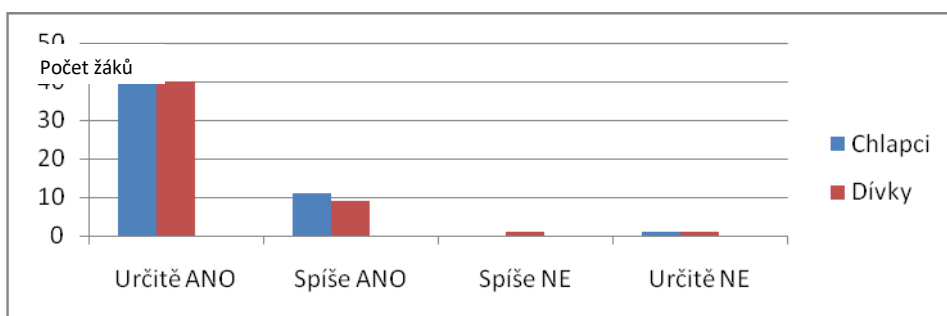
Otázka č. 9: Sportuješ, protože máš radost z pohybu?

Graf č. 9 a): Odpovědi žáků ve **městě** na otázku: „Hýbeš se, protože máš radost z pohybu?“



Zdroj: vlastní

Graf č. 9 b): Odpovědi žáků ve vesnici na otázku: „Sportuješ, protože máš radost z pohybu?“



Zdroj: vlastní

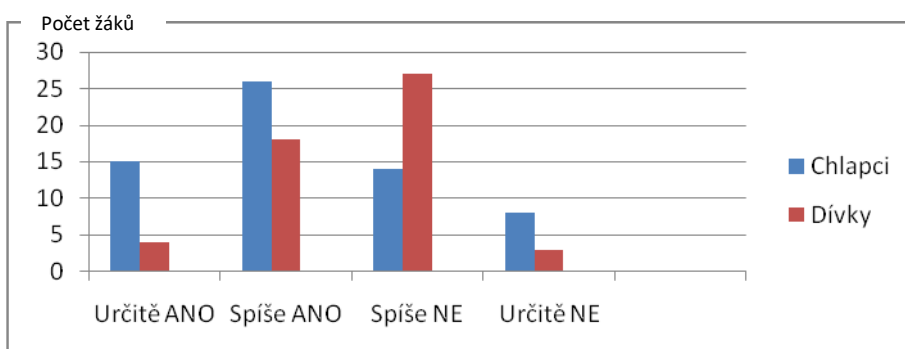
V grafu 9 a) je naprosto patrné, že pro radost z pohybu sportuje 35 dívek a 43 chlapců, *spíše ano* odpovědělo 11 dívek a 13 chlapců, *spíše ne* 4 dívky a 4 chlapci, *určitě ne* 2 dívky a 3 chlapci.

Graf 9 b) ukazuje, že 40 dívek a 42 chlapců *určitě* sportuje pro radost z pohybu, *spíše ano* 9 dívek a 11 chlapců, *spíše ne* 1 dívka a *určitě ne* 1 dívka a 1 chlapec.

Naprostá většina dotazovaných v odpovědích preferuje možnost *určitě ano* / ve městě i na vesnici/ a *spíše ano*. Zajímavé je i to, že dívky i chlapci se na těchto odpovědích podíleli rovným dílem.

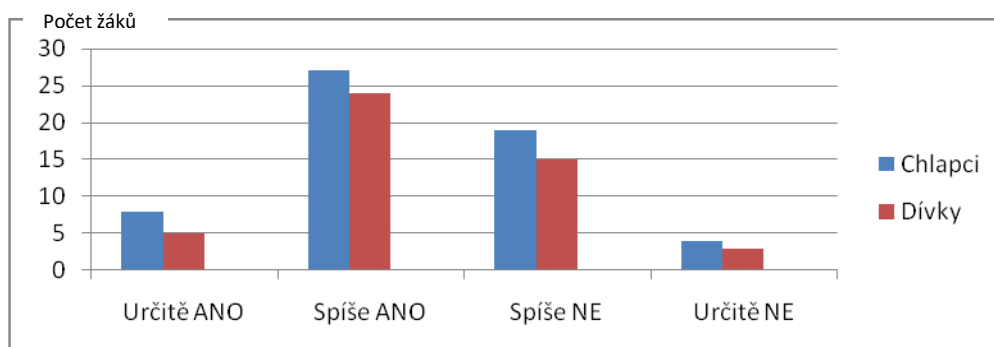
Otázka č. 10: Sportuješ, protože chceš mít dobrou fyzickou kondici?

Graf č. 10 a): Odpovědi žáků ve městě na otázku: „Sportuješ, protože chceš mít dobrou fyzickou kondici?“



Zdroj: vlastní

Graf č. 10 b): Odpovědi žáků ve **vesnici** na otázku: „Sportuješ, protože chceš mít dobrou fyzickou kondici?“



Zdroj: vlastní

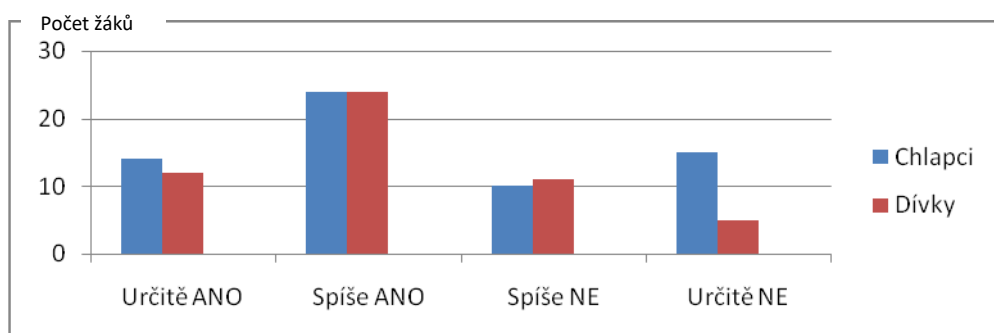
Graf 10 a) ukazuje, že fyzická kondice je důležitá pro 4 dívky a 15 chlapců, *spíše ano* 18 dívek a 26 chlapců, *spíše ne* 27 dívek a 14 chlapců a *určitě ne* 3 dívky a 8 chlapců.

Graf 10 b) ukazuje, že 5 dívek a 8 chlapců sportuje kvůli fyzické kondici, *spíše ano* 24 dívek a 27 chlapců, *spíše ne* 15 dívek a 19 chlapců, *určitě ne* 3 dívky a 4 chlapci.

Z grafu je patrné, že fyzická kondice není hlavním důvodem, proč děti sportují, ve městě *spíše ne* 51 dotázaných, a *spíše ano* 54 dětí na venkově. Dále se potvrdilo, že kondice je důležitější v obou prostředích pro chlapce.

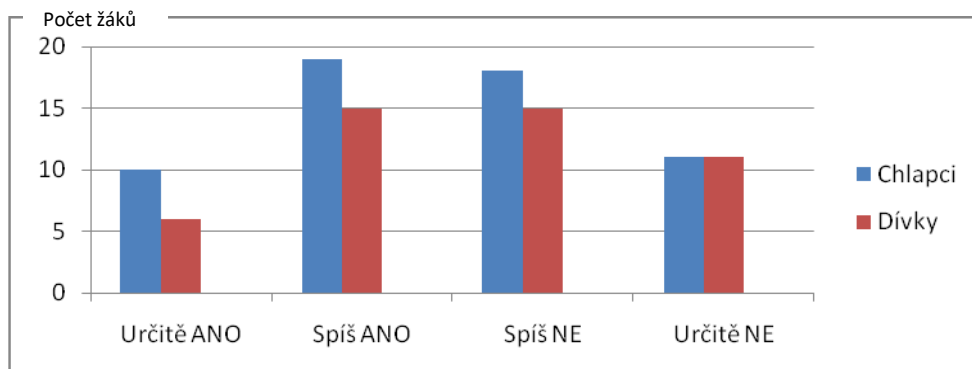
Otázka č. 11: Sportuješ, protože si při pohybu odpočineš a přijdeš na jiné myšlenky?

Graf č. 11 a): Odpovědi žáků ve **městě** na otázku: „Sportuješ, protože si při pohybu odpočineš a přijdeš na jiné myšlenky?“



Zdroj: vlastní

Graf č. 11 b) : Odpovědi žáků ve **vesnici** na otázku: „ Sportuješ, protože si při pohybu odpočineš a přijdeš na jiné myšlenky?“



Zdroj: vlastní

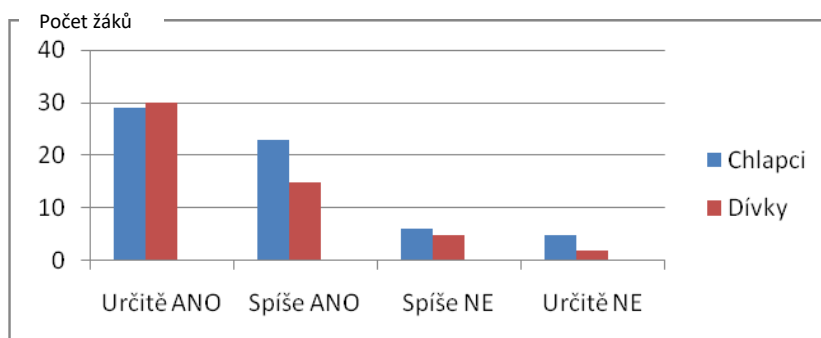
Graf 11 a) poukazuje, že 12 dívek a 14 chlapců sportuje kvůli odpočinku, *spíše ano* 24 dívek i chlapců, *spíše ne* 11 dívek a 10 chlapců, *určitě ne* 5 dívek a 15 chlapců.

Graf 11 b) ukazuje, že pro 6 dívek a 10 chlapců je odpočinek při sportu nejdůležitější, *spíše ano* 15 dívek a 19 chlapců, *spíše ne* 15 dívek a 18 chlapců, *určitě ne* 11 dívek a 11 chlapců.

Na základě vyhodnocení odpovědí není zcela patrné, zda žáci sportují, protože si chtějí odpočinout, rozdíly v odpovědích nejsou veliké a to jak ve městě, tak na vesnici.

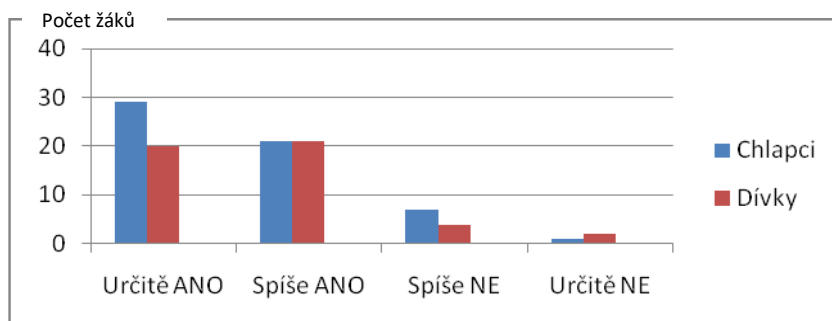
Otázka č. 13: Sportuješ, protože chceš ve sportu vyniknout?

Graf. č. 13 a): Odpovědi žáků ve **městě** na otázku: „Sportuješ, protože chceš ve sportu vyniknout?“



Zdroj: vlastní

Graf č. 13 b): Odpovědi žáků ve **vesnici** na otázku: „Sportuješ, protože chceš ve sportu vyniknout?“



Zdroj: vlastní

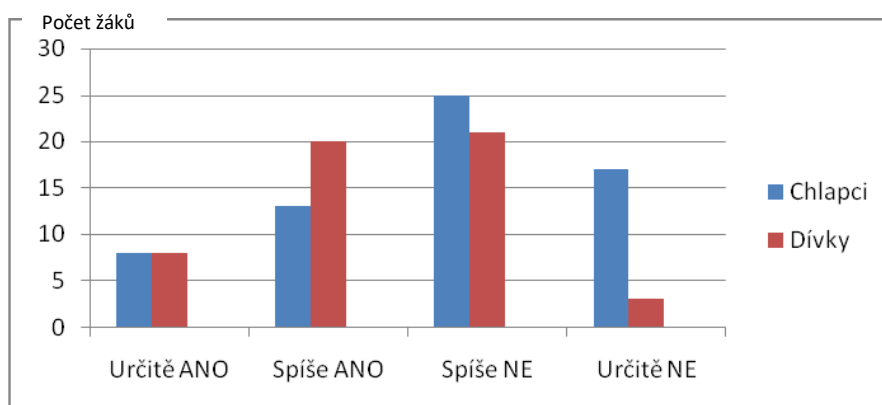
Graf 13 a) poukazuje na skutečnost, že určitě chce ve sportu vyniknout 30 dívek a 29 chlapců, *spíše ano* 15 dívek a 18 chlapců, *spíše ne* 5 dívek a 6 chlapců, určitě ne 2 dívky a 5 chlapců.

V grafu 13 b) je patrné, že *určitě ano* odpovědělo 20 dívek a 29 chlapců, *spíše ano* 21 dívek i chlapců, *spíše ne* 4 dívky a 7 chlapců, *určitě ne* 2 dívky a 1 chlapec.

Z grafu vyplývá, že většina dotazovaných žáků sportuje, protože chtějí ve sportu vyniknout. I zde se rozdíl mezi městem a vesnicí téměř překrývají. U chlapců a dívek je to obdobné.

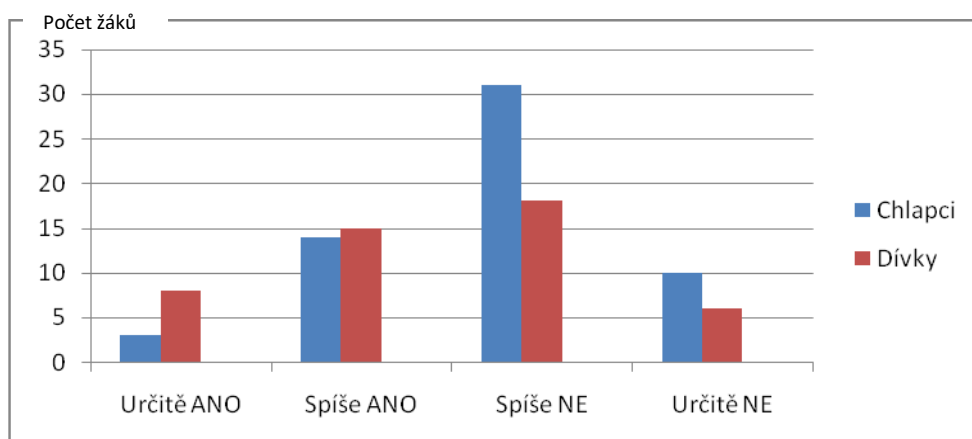
Otázka č. 24: Sportuješ, protože chceš být zdravý?

Graf č. 24 a): Odpovědi žáků ve **městě** na otázku: „Sportuješ, protože chceš být zdravý?“



Zdroj: vlastní

Graf č. 24 b): Odpovědi žáků ve **vesnici** na otázku: „Sportuješ, protože chceš být zdravý?“



Zdroj: vlastní

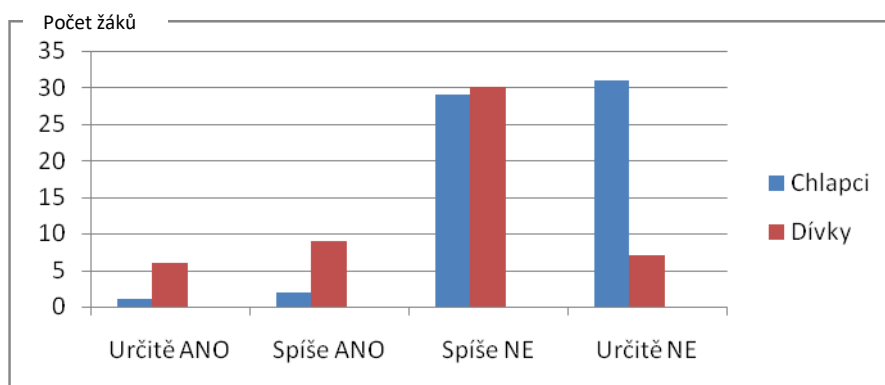
Graf 24 a) ukazuje na skutečnost, že kvůli zdraví sportuje 8 dívek a chlapců, *spíše ano* 20 dívek a 13 chlapců, *spíše ne* 21 dívek a 25 chlapců, *určitě ne* 3 dívky a 17 chlapců.

Z grafu 24 b) vyplývá, že 8 dívek a 3 chlapci sportují kvůli zdraví, *spíše ano* 15 dívek a 14 chlapců, *spíše ne* 18 dívek a 31 chlapců, *určitě ne* 6 dívek a 10 chlapců.

Zajímavé je, že zdraví není nejdůležitějším důvodem, proč dotazovaní sportují, většina odpověděla *spíše ne*/56 město a 49 vesnice. Nejméně odpovědí jsem zaznamenala u varianty *určitě ne* /město 10 a vesnice 15. Zajímavé je, že mnoho dívek nesportuje kvůli zdraví – v obou lokalitách je počet dívek přibližně stejný.

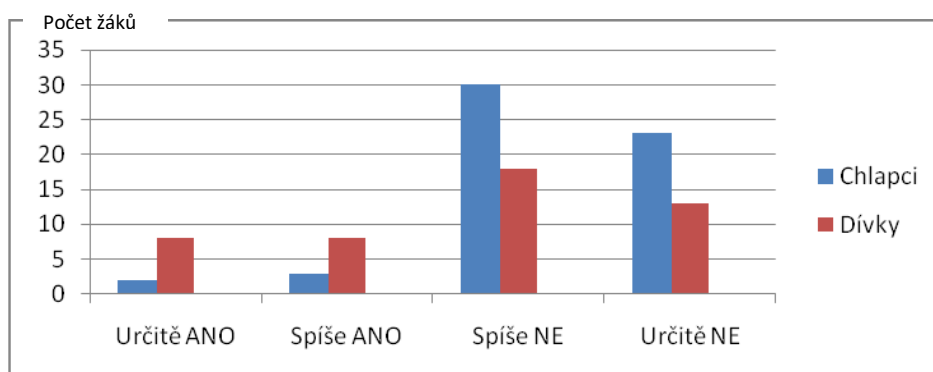
Otázka č. 25: Sportuješ kvůli hezké postavě?

Graf č. 25 a): Odpovědi žáků ve **městě** na otázku: „Sportuješ kvůli hezké postavě?“



Zdroj: vlastní

Graf 25 b): Odpovědi žáků ve **vesnici** na otázku: „Sportuješ kvůli hezké postavě?“



Zdroj: vlastní

Z grafu 25 a) je patrné, že kvůli hezké postavě sportuje 6 dívek a 1 chlapec, *spíše ano* 9 dívek a 2 chlapci, *spíše ne* 30 dívek a 29 chlapců, *určitě ne* 7 dívek a 31 chlapců.

Graf 25 b) ukazuje, že hezká postava je důležitá pro 8 dívek a 2 chlapce, *spíše ano* 8 dívek a 3 chlapci, *spíše ne* 18 dívek a 30 chlapců, *určitě ne* 13 dívek a 23 chlapců.

Z grafu je patrné, že většina dotazovaných žáků nesportuje kvůli hezké postavě – odpovědi *spíše ne* a *určitě ne* převažují. Nejvíce jsou záporné odpovědi patrné u chlapců, a to jak ve městě, tak na vesnici. Odpověď *určitě ano* a *spíše ano* zvolili pouze 3 chlapci ve městě a 5 chlapců na vesnici, odpovědi *spíše ne* a *určitě ne* 70 chlapců ve městě a 53 na vesnici.

7 DISKUZE

V průběhu šetření jsem splnila všechny stanovené cíle. V rovině teoretické práce jsem získala poznatky o pojmech motivace, pohybu, pohybové (sportovní) aktivitě, sportu, vrstevnické skupině, odměnách a trestech, potřebách žáků, rodině, osobnosti učitele a jeho autoritě, charakteristice mladšího školního věku.

Po prostudování literatury zabývající se shora uváděnou problematikou jsem shromáždila podklady k sestavení dotazníku. Vycházela jsem z vlastních zkušeností, a to nejenom pedagogických a trenérských, ale především ze životních.

Dalším zdrojem byly též poznatky z praktických seminářů didaktiky tělesné výchovy během mého studia na této fakultě. Nezbytným pomocníkem byla samozřejmě odborná literatura.

Hypotézy, které jsem si stanovila a svým výzkumem se snažila potvrdit či vyvrátit, se pokusím vysvětlit zde:

Nejprve si shrneme zjištěné poznatky, které se týkají vnější motivace. Z poznatků lze konstatovat, že žáky 1. stupně základní školy ve většině případů přivedli ke sportu rodiče, což je v souladu s tvrzením „*Žáky 1. stupně základní školy přivedli ke sportu ve většině případů rodiče.*“ Toto tvrzení je inspirováno odbornou literaturou, která uvádí, že v tomto období je vztah ke sportu a pohybovým aktivitám dán především rodiči a jejich výchovou.

Následující poznatky se týkají vnitřní motivace u žáků 1. stupně základní školy, které byly získány za pomoci dotazníkového šetření.

Pokud budeme vycházet z teoretické části diplomové práce, kde jsme si uvedli hlavní důvody, proč se žáci věnují sportu: „*Nejčastější důvody, proč se žáci věnují sportu, jsou radost ze soutěžení radost z pohybu, fyzická kondice, formování pěkné postavy, zdraví a relaxace,*“ zjistíme, že naši respondenti uváděli odpovědi *určitě ano* nebo *spíše ano* na položené otázky v tomto pořadí:

- Sportuji pro radost z pohybu (tuto odpověď uvedlo 102 respondentů ze 115 dotazovaných žáků z města a 102 respondentů ze 105 dotazovaných žáků z vesnice).
- Sportuji, protože chci být ve sportu dobrý (tuto odpověď uvedlo 96 respondentů ze 115 dotazovaných žáků z města a 91 respondentů ze 105 dotazovaných žáků z vesnice)
- Sportuji, protože si chci odpočinout a přijít na jiné myšlenky (tuto odpověď uvedlo 68 respondentů ze 115 dotazovaných žáků z města a 58 respondentů ze 105 dotazovaných žáků z vesnice)
- Sportuji, protože chci mít dobrou fyzickou kondici (tuto odpověď uvedlo 55 respondentů ze 115 dotazovaných žáků z města a 67 respondentů ze 105 dotazovaných žáků z vesnice).
- Sportuji, protože chci být zdravý (tuto odpověď uvedlo 49 respondentů ze 115 dotazovaných žáků z města a 40 respondentů ze 105 dotazovaných žáků z vesnice)
- Sportuji kvůli hezké postavě (tuto odpověď uvedlo 18 respondentů ze 115 dotazovaných žáků z města a 21 respondentů ze 105 dotazovaných žáků z vesnice).

Verifikace hypotéz

Hypotéza č. 1, že alespoň 80 % dětí mladšího školního věku si nedovede představit svůj život bez pohybových aktivit a že sportuje pro radost, se **potvrdila**. Z 220 respondentů odpovědělo *spíše ano a určitě ano* 201 dotazovaných žáků, což je 81%.

Potvrzení této hypotézy si vysvětlují tím, že v tomto věkovém období je pohyb přirozenou a nutnou součástí života dítěte, dominuje zde zvýšená schopnost motorické učenlivosti a schopnost snadno se pohybům naučit.

Hypotéza č. 2, že 100 % žáků baví na základní škole tělesná výchova, se **nepotvrdila**. Z 220 respondentů odpovědělo *spíše ano a určitě ano* 200 dotazovaných žáků, což je 80 % žáků.

Nepotvrzení této hypotézy vysvětlují tím, že zde velmi záleží na osobnosti učitele a jeho přístupu ke sportu a taktéž je zde třeba brát zřetel na různé zdravotní indispozice dětí.

Hypotéza č. 3, že děti na vesnici mají ve svém okolí lepší podmínky ke sportování, se **nepotvrdila**.

Nepotvrzení hypotézy dle mého názoru souvisí s tím, že vesnice do sportovišť a hřišť tolik neinvestují a vesnické děti často dojíždí za sportovními aktivitami do nejbližších měst.

Hypotéza č. 4, že alespoň 80 % dětí mladšího školního věku nejraději provozuje pohybové a sportovní aktivity s kamarády a s rodiči, se **potvrdila**.

99 dotazovaných dětí nejraději sportuje s kamarády, 102 dětí s rodiči, to je 201 dotazovaných z 220 – tedy 81 %.

Potvrzení hypotézy lze zdůvodnit tím, že vrstevnická skupina se vytváří na základě snadnosti vzájemného kontaktu v rámci třídy nebo bydliště a příslušnost k rodině je součástí identity dítěte mladšího školního věku.

Hypotéza č. 5, že se pohybová aktivita dětí ve městě i na vesnici o víkendu zdvojnásobí, se **nepotvrdila**. U dětí z vesnice je minimální rozdíl 9 % mezi jejich pohybovými aktivitami ve všední den a o víkendu. Městské děti se o víkendu hýbou prokazatelně více – rozdíl 26 % dětí, ale ani tak to není dvojnásobek.

Nepotvrzení hypotézy si vysvětlují tím, že v průběhu pracovního týdne mnoho dětí navštěvuje sportovní kroužky a oddíly, využívá sportovišť u svého bydliště. Víkendové aktivity dětí více ovlivňují rodiče a prarodiče.

Hypotéza č. 6, že se rodiče ve městě i na vesnici stejným poměrem – 50 % zajímají, zda se jejich děti dostatečně věnují pohybovým aktivitám, se **potvrdila pouze částečně**. Z výzkumu sice vyplynulo, že odpověď určitě ano a spíše ano sice označilo stejný počet dotazovaných z města i vesnice, a to 54, ale je to pouze 25 %.

Částečné potvrzení hypotézy odůvodňuji faktem, že se rodiče všech dětí bez rozdílu lokality, ve které bydlí, zajímají, zda a jak často se jejich děti hýbou. Jejich počet ale není nikterak vysoký. To vysvětlují tím, že se mnoho rodičů nezajímá o frekvenci pohybových aktivit svých dětí, i když je samotné děti zcela přirozeně vykonávají.

Hypotéza č. 7, že se děti ve městě i na vesnici stejným poměrem 50 % věnují statickým a pohybovým se **nepotvrdila**. Ze 115 respondentů z města preferuje více elektroniku 48 % dotazovaných, z vesnice 40 % dotazovaných. Nutno podotknout, že rozdíly mezi elektronikou a druhým sportem jsou opravdu minimální, ve městě jsou to 2 %, na vesnici 3 % dětí.

Hypotéza č. 8, že u dětí mladšího školního věku převažuje v 90 % vnější motivace se **potvrdila**. Děti v tomto věku preferují sportovní aktivity především kvůli setkání s kamarády (vrstevnickou skupinou), rodičům, radosti z pohybu a soutěžení. A to skutečně v 90 % případů.

Výzkum potvrdil, že žáci, kteří si nedovedou představit život bez pohybu, mají rádi tělesnou výchovu a preferují sportovní aktivity před statickými činnostmi. Jejich rodiče se zajímají, zda mají dostatek pohybových aktivit. Tyto děti mají ve svém okolí podnětné prostředí pro sportovní vyžití.

Naopak žáci, kteří více preferují statické činnosti, nevyhledávají sportovní aktivity. Jejich rodiče nezajímá, zda a jak často provozují sportovní aktivity. Příčinou může být nedostatek vhodných míst ke sportování v jejich okolí, málo podnětné prostředí.

8 ZÁVĚRY

Hlavním cílem diplomové práce bylo zjistit motivaci ke sportovním aktivitám u žáků 1. stupně základní školy. V teoretické části se touto problematikou zabývám, a to konkrétně pojmy motivace, mladší školní věk, sportovně pohybová aktivita a pojem sport.

Z celkového vyhodnocení dotazníkového šetření, které bylo určeno žákům prvního stupně základní školy, se podařilo zjistit několik zajímavých poznatků. Vzhledem k nízkému počtu respondentů, lze tyto informace považovat spíše za orientační. Bylo by vhodné dotazníkové šetření provést na dalším vzorku respondentů a se zjištěnými informacemi dále pracovat. I přesto jsem z dotazníkového šetření zjistila velice zajímavé a užitečné informace, s kterými jsem dále pracovala.

Ve výzkumné části jsou za pomoci dotazníkového šetření zjišťovány hlavní faktory, které ovlivňují motivaci u žáků 1. stupně základní školy.

Výsledné zjištění, že 81 % žáků si nedovede představit život bez pohybu je určitě zapříčiněno i tím, že mají sportovně založené rodiče či prarodiče a pohyb berou jako přirozenou součást života.

Fakt, že děti baví tělesná výchova je zásluhou kvalitního učitele tohoto předmětu a jeho kreativity v hodinách. I když se nepotvrdilo, že 100 % žáků má rádo TV, můžeme být s výsledkem 80 % spokojeni.

Zlepšení podmínek ke sportování jak ve městech, tak na vesnici je další motivací ke sportovním aktivitám u žáků mladšího školního věku. Lepší podmínky ve městě zdůvodňují vyšším počtem obyvatel a nutností jim zajistit vhodné vyplnění volného času.

Žáci v tomto věku se nejraději scházejí se svými vrstevníky – 81 % a s těmi nejraději provozují všechny aktivity včetně sportovních. Také s rodiči děti nejraději provozují sportovní aktivity. Ti jsou v tomto věku jejich vzorem, tráví s dětmi většinu času a ovlivňují je.

Jelikož žáci mají během týdne dostatek pohybových aktivit – kroužky, tělesná výchova, sportovní oddíly, sportoviště v okolí bydliště, výzkum nezjistil větší nárůst těchto aktivit o víkend.

Správně jsem se domnívala, že rozdíly v motivaci ke sportovním aktivitám městských a vesnických dětí nebudou veliké.

Z výše uvedených zjištění je patrné, že děti mladšího školního věku v obou lokalitách ke sportovním aktivitám nejvíce motivuje přirozená radost z pohybu a soutěžení, setkání s kamarády (vrstevnickou skupinou), zájem a podpora rodičů a v neposlední řadě učitel, který je pro děti v tomto věku velikým vzorem.

Jelikož hlavní motivace proč žáci mladšího školního věku provozují sportovní aktivity je radost z pohybu, kamarádi, rodiče a radost ze soutěžení, jedná se z 90 % o motivaci vnější.

Všichni žáci, kteří se aktivně věnují sportovním aktivitám, mají také rádi tělesnou výchovu. Proto je důležité, aby hodiny tělesné výchovy vedl kvalitní pedagog, který jednak dokáže zaujmout a rozvíjet šikovné děti, ale také správně motivovat ty ostatní.

Výstupy vzešlé z vypracování této diplomové práce považují za podnětné nejen pro vlastní pedagogickou praxi, ale také pro rodiče a pedagogy, kteří se podílejí na motivování žáků ke sportovním aktivitám. Záleží především na rodičích, jak naloží s volným časem svých dětí, jejich podpoře (často i finanční) a odříkání.

Pokud opravdu chceme, aby se děti v co největší míře věnovali sportovním aktivitám, musíme jim zajistit vhodné a podnětné prostředí pro jejich realizaci – budování nových sportovních areálů. Rodiče by měli být svým dětem příkladem a měli by se zajímat, co dělají ve volném čase. V neposlední řadě také pedagog (zejména TV) díky své osobnosti, autoritě, přirozenosti a profesionalitě dokáže žáky správně motivovat.

Pohyb pro radost z pohybu – je to nejdůležitější!

9 POUŽITÁ LITERATURA

1. CORBIN, C. B., PANGRAZI, R. P. *Guidelines for Appropriate Physical Activity for Elementary School Children. 2003 Update*. Reston, VA:NASPE Publications, 2003.
2. ČÁP, J.; MAREŠ, J. *Psychologie pro učitele*. 1.vyd. Praha:Portál, s.r.o., 2001.
3. ČELIKOVSKÝ, S. et al. *Antropomotorika pro studující tělesnou výchovu*. Praha 1990
4. DOBRÝ, L. *Pojetí pohybového dovednostního výkonu*. In *Těl. Vých. Sport Mlád.*, roč. 61, č. 2, UK FTVS, Praha, 1995
5. GRECMANOVÁ, H., HOLOUŠOVÁ, D., URBANOVSKÁ, E., *Obecná pedagogika I*. Olomouc:Hanex, 2002.
6. HÁJEK, J. *Antropomotorika*. Univerzita Karlova v Praze – Pedagogická fakulta, Praha 2001
7. HARTL, P., HARTLOVÁ, H. *Psychologický slovník*. Praha:Portál, 2004. s. 444.
8. HODAŇ, B. *Sociokulturní kinantropologie II: systémové pojetí tělesné kultury*. Olomouc:Univerzita Palackého, 2001.
9. HODAŇ, B. *Úvod do teorie tělesné kultury*. Olomouc:UP, 1997.
10. HOŠEK, V., SLEPIČKA, P., HÁTLOVÁ B. *Psychologie sportu*. Praha : Karolinum, 2006.
11. HRABAL, V., MAN, F., PAVELKOVÁ, I. *Psychologické otázky motivace ve škole*. 2.vyd. Praha : SPN, 1989.
12. KALHOUS, Z., OBST, O. *Didaktika sekundární školy*. Olomouc:Univerzita Palackého, 2003.
13. LOKŠOVÁ, I, LOKŠA, J. *Pozornost, motivace, relaxace a tvořivost dětí ve škole*. Praha: Portál 1999
14. LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*. 3. vyd. Praha: Grada Publishing, 1998.
15. LANGMEIER, J. *Vývojová psychologie pro dětské lékaře*. 1.vyd. Praha:Avicenum, 1983.

16. MADSEN, K. B. *Teorie motivace: Srovnávací studie moderních teorií motivace*. 1.vyd. Praha:Academia, 1972.
17. MACHOVÁ, J. *Výchova ke zdraví pro učitele*. Ústí nad Labem: Univerzita J. E. Purkyně, 2006.
18. MATĚJČEK, Z. *Po dobrém, nebo po zlém?*. 6. vyd. Praha:Portál, 2007.
19. MŠMT Zákon č. 115 ze dne 28. února 2001, o podpoře sportu. Retrieved January 8, 2011, from <http://www.msmt.cz/sport/zakon-o-podpore-sportu>
20. MUŽÍK, V., TUPÝ, J. Tělesná výchova jako součást výchovy ke zdraví. In *Zdravotně orientovaná tělesná výchova na základní škole*. Brno:MU, 1999. s. 5-14.
21. PÁVKOVÁ, J. *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času*. Praha: Portál, 2008. s. 98-99.
22. PRŮCHA, J., WALTEROVÁ, E., MAREŠ, J. *Pedagogický slovník*. 4. vyd. Praha:Portál, 2003.
23. SEKOT, A. *Sport a společnost*. Brno:Paido, 2003.
24. SEKOT, A. *Sociologie sportu*. Masarykova univerzita. Brno:Paido, 2006.
25. ŠÍMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, J. *Poznávání duševního života člověka*. Olomouc:Univerzita Palackého, 2003.
26. ŠÍMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, J., a kol. *Přehled vývojové psychologie*. Olomouc:Univerzita Palackého, 2005.
27. VÁGNEROVÁ, M. *Kognitivní a sociální psychologie žáka základní školy*. 1. vyd. Praha:Karolinum, 2002.

Internetové zdroje:

28. PRACHAŘ, M. *Tělocvik zaujímá na školách poslední místo. Děti jsou přitom slabší a línější než dřív* [online] Dostupné z: http://www.lidovky.cz/telocvik-je-az-na-poslednim-miste-deti-jsou-slabsi-a-linejsi-nez-pred-10-lety-1u1-/zpravy-domov.aspx?c=A160209_135452_ln_domov_mpr [26.01.2017]
29. *10 rad, jak vést děti k pohybu*. [online] Dostupné z <http://www.monkeysgym.cz/archiv/10-rad-jak-vest-deti-k-pohybu-214.h> [03.02.2017]

10 PŘÍLOHY

Příloha č. 1: Dotazník – k motivaci ke sportovním aktivitám u žáků 1. stupně základní školy

Pedagogická fakulta Univerzity Karlovy v Praze

Dotazník

k motivaci ke sportovním aktivitám u dětí mladšího školního věku

Milí žáci, prosím o vyplnění dotazníku, který zjišťuje, proč se rádi hýbete, sportujete. Dotazník je anonymní, neuvádějte své jméno. U každé otázky označte právě jednu odpověď, můžete dopsat své názory nebo postřehy

Děkuji za vyplnění.

1. Jsi chlapec dívka

2. Kterou třídu navštěvuješ?

1. 2. 3. 4. 5.

3. Jsi z vesnice z města

4. Umíš si představit svůj volný čas bez pohybu?

Určitě ano spíše ano spíše ne určitě ne

5. Baví tě ve škole tělesná výchova?

Určitě ano spíše ano spíše ne určitě ne

6. Provozuješ aktivně nějaký sport?

Určitě ano spíše ano spíše ne určitě ne

7. Máš v blízkosti svého bydliště vhodné místo na sportování?

Určitě ano spíše ano spíše ne určitě ne

8. S kým nejraději provozuješ pohybové aktivity?

Sám sourozenec kamarád rodiče

9. Sportuješ, protože máš radost z pohybu?

Určitě ano spíše ano spíše ne určitě ne

10. Sportuješ, protože chceš mít dobrou fyzickou kondici?

Určitě ano spíše ano spíše ne určitě ne

11. Sportuješ, protože si při pohybu odpočineš a přijdeš na jiné myšlenky?

Určitě ano spíše ano spíše ne určitě ne

12. Nutí tě někdo do sportu

Určitě ano spíše ano spíše ne určitě ne

13. Sportuješ, protože chceš ve sportu vyniknout?

Určitě ano spíše ano spíše ne určitě ne

14. Býváš pochválen za úspěch ve sportu?

Určitě ano spíše ano spíše ne určitě ne

15. Myslíš si, že máš ve všední den dostatek pohybu?

Určitě ano spíše ano spíše ne určitě ne

16. Myslíš si, že máš o víkendu dostatek pohybu?

Určitě ano spíše ano spíše ne určitě ne

17. Zajímají se rodiče, zda se dostatečně hýbeš?

Určitě ano spíše ano spíše ne určitě ne

18. Zajímá se tvoje paní učitelka, zda máš dostatek pohybu?

Určitě ano spíše ano spíše ne určitě ne

19. Provozuješ pohybové aktivity ve volném čase s rodinou?

Určitě ano spíše ano spíše ne určitě ne

20. Jaké činnosti děláš ve svém volném čase nejraději?
/napiš tři nejoblíbenější činnosti/

21. Jaké sporty tě nejvíce baví?

Zimní letní preferuji obojí

22. Jaké sporty tě nejvíce baví?

Individuální kolektivní preferuji obojí žádné

23. Jsi spokojen/spokojena/ s činnostmi v hodinách TV na vaší škole?

Určitě ano spíše ano spíše ne určitě ne

24. Sportuješ, protože chceš být zdravý?

Určitě ano spíše ano spíše ne určitě ne

25. Sportuješ kvůli hezké postavě?

Určitě ano spíše ano spíše ne určitě ne

26. Můžete ve škole o přestávkách provozovat různé pohybové aktivity?

Určitě ano spíše ano spíše ne určitě ne

27. Zacvičíte si ve škole i v jiných hodinách než v TV?

Určitě ano spíše ano spíše ne určitě ne

28. Kdo tě přivedl ke sportu?