

Univerzita Karlova v Praze  
Pedagogická fakulta

DIPLOMOVÁ PRÁCE

2018

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

2018

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 18. dubna 2018

.....

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 .....	9
3 TEORETICKÁ ČÁST .....	10
3.1 Mladší školní věk .....	10
3.1.1 Charakteristika dítěte mladšího školního věku .....	10
3.1.2 Rodina .....	12
3.1.3 Škola .....	13
3.1.4 Vrstevnická skupina .....	13
3.2 Pohybová aktivita .....	14
3.2.1 Pohyb.....	15
3.3 Vymezení pojmu sport .....	17
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 .....	33
4 HYPOTÉZY .....	38
5 METODY A POSTUP PRÁCE .....	39
6 VÝZKUMNÁ ČÁST .....	40
6.1 Cíl výzkumu, výzkumné otázky a úkoly .....	40
6.2 Výzkumné otázky a úkoly .....	40
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 .....	76
9 POUŽITÁ LITERATURA .....	78
10 PŘÍLOHY .....	81



# 1 ÚVOD

Pohyb byl již od pradávna tím nejpřirozenějším projevem lidského života. Po celá staletí i tisíciletí člověka pohyb provázel a byl jejich přirozenou potřebou ve všech oblastech jejich života.

V dnešní době je pravidelná pohybová aktivita nezbytnou a nedílnou součástí zdravého životního stylu a ve všech směrech působí na správný vývoj jedince. Toto téma je neustále diskutováno a je především v této uspěchané době velmi aktuální.

Po mnoha letech mého pedagogického působení na základní škole a to zejména u dětí mladšího školního věku, jsem se rozhodla blíže prozkoumat a pochopit důvody jejich pasivity či nechuti k pohybu a naopak zjistit, proč rády sportují a proč je pohyb pro ně nezbytný. Vzhledem k tomu, že během mého 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 nás od narození po celý život a většina z nás si bez pohybu a pohybových aktivit nedovede představit ani jeden den. Pokud porovnáme frekvenci pohybových aktivit v době mého dětství, kdy jsme trávili většinu dne venku se svými vrstevníky, dnešní děti preferují více aktivity statické. 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.

Chci zjistit, proč děti rády provozují pohybové aktivity, zda je přirozený pohyb pro ně tak samozřejmý, jak pro moji generaci.

Na základě dotazníkového šetření na školách města a vesnice chci zjistit, proč mají či nemají děti pohyb rády, zda v tom hraje důležitou roli učitel, kamarád či rodina. Mým cílem je také vyvrátit či naopak potvrdit, že děti na vesnici mají k pohybovým aktivitám blíže a že je pro ně pohyb daleko přirozenější než u dětí ve městě.

## 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?

### 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).

V mladším školním věku je pro dítě charakteristický intenzivní růst zvláště do výšky, ročně naroste 6 – 8 cm, koncem tohoto období se růst ještě urychlí. Narůstání tělesných sil se projevuje v úsilí je uplatňovat ve všech oblastech, zejména při pohybových činnostech. Pohybový vývoj pokračuje přesnějším ovládnutím lokomotoriky – hrubších pohybů těla při přemísťování a zdokonalováním jemné motoriky (Klindová, Rybářová, 1984)

Úspěšný pohybový vývoj je pro dítě velmi důležitý. *“Pohybově zaostalé dítě nedokáže navázat úspěšnou součinnost se svými vrstevníky, vyrovnat se jim výkonem a soupeřit s nimi“* (Klindová, Rybářová, 1984, s.88)

Dle (Průcha, Walterová, Mareš, 1998, s. 133) je to *„věk, který se dá vymezit jednak časově (přibližně od 6 do 10 let), jednak docházkou (1. – 4. ročník školní docházky)“*

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, 2002, 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. 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.

*„Někteří rodiče mají představu, že když jejich dítě jednou vstoupilo do školy, nemá již nic jiného na starosti než učit se a učit se. Každá chvíle hraní, zábavy a dovádění je od této chvíle ztracený čas“* (Matějček, Pokorná, 1998, s. 82)

Mladší školní věk je z hlediska vývojové psychologie obdobím přechodným. Jedná se o období přestavby a dozrávání. Z dítěte se definitivně stává chlapec nebo děvče. Dítě je schopno soustavného školního vzdělání, hra se přetváří na povinnosti. Dokáže rozlišovat mezi podněty a vybírat z nich, které jsou důležité. Pozornost je vyspělá natolik, že se dítě dokáže plně soustředit celých deset minut. Mladší školák je většinou veselý a bezstarostný a mezi dětmi je ve svém živilu (Zdeněk Matějček, 1998).

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 sluchové a zrakové 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

(Průcha, Walterová, Mareš, 1998, s. 211) definuje rodinu jako „*nejstarší společenskou instituce, která plní socializační, ekonomické, reprodukční a další funkce, vytváří určité emocionální klima, formuje vztahy a postoje*“. Z hlediska sociologického je formou začlenění jedince do sociální struktury. Současné pojetí tenduje k chápání rodiny jako sociální skupiny nebo společenství, žijícího ve vlastním prostoru – domově, uspokojující potřeby, poskytující péči a základní jistoty dětem (Průcha, Walterová, Mareš, 1998).

Príslušnost 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, 2002).

### 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, 2002).

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, 2002).

(Průcha, Walterová, Mareš, 1998, s. 247) definuje školu jako „*společenskou instituci, jejíž tradiční funkcí je poskytovat vzdělání žákům příslušných věkových skupin v organizovaných formách podle určitých vzdělávacích programů*“.

### 3.1.4 Vrstevnická skupina

(Průcha, Walterová, Mareš, 1998, s. 172) definuje skupinu vrstevníků (peer skupinu) jako „*skupinu dětí nebo mladých lidí přibližně stejného věku a často i s přibližně stejným sociálním statutem*“.

Má také významnou roli při socializaci jedince, nabízí určitou ochranu a zázemí a může kompenzovat citovou deprivaci člena skupiny (Průcha, Walterová, Mareš, 1998).

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, 2002).

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).

Čáp (1980) skupinu vrstevníků definuje jako malou skupinu dětí nebo mládeže přibližně stejného věku, zpravidla neformální a referenční. Může se jednat jak o dobrý kolektiv, tak i o méně hodnotnou skupinu. Neformální skupina je: „*dobrá parta, která vzniká spontánně, na*

*podkladě společenských cílů, potřeb a činností..“ Referenční skupinou nazývá: „ skupinu, ke které se jednotlivec hlásí, zahrnuje se do ní, identifikuje se s ní...“ (Čáp, 1980, s. 261)*

### **3.2 Pohybová aktivita**

*„Pohybová aktivita se obvykle definuje jako „jakýkoli tělesný pohyb spojený se svalovou kontrakcí, která zvyšuje výdaj energie nad klidovou úroveň“. Tato obecná definice zahrnuje všechny souvislosti tělesné aktivity, tj. pohybovou aktivitu ve volném čase (včetně většiny sportovních činností a tance), pohybovou aktivitu související se zaměstnáním, pohybovou aktivitu doma nebo v blízkosti domova a pohybovou aktivitu spojenou s dopravou. Vlivy životního prostředí na úroveň pohybové aktivity mohou vedle osobních faktorů zahrnovat pohybové vlivy (např. vliv zástavby, využití půdy) nebo sociální a hospodářské vlivy. Pohybová aktivita, zdraví a kvalita života jsou úzce spojeny. Lidské tělo je stvořené k pohybu a proto k optimálnímu fungování a zamezení nemocí potřebuje pravidelnou pohybovou aktivitu. Bylo prokázáno, že sedavý životní styl je rizikovým faktorem pro rozvoj mnoha chronických nemocí, včetně kardiovaskulárních chorob, které jsou hlavní příčinou smrti v západním světě. Aktivní způsob života kromě toho poskytuje mnohé další sociální a psychologické přínosy, navíc existuje přímá spojitost mezi pohybovou aktivitou a průměrnou délkou života, proto pohybové aktivní lidé obvykle žijí déle než neaktivní. Sedaví lidé, kteří začali vést pohybově aktivnější život, udávají, že se cítí lépe z pohybového i duševního hlediska a těší se vyšší kvalitě života.“ (EU Physical Activity Guidelines, 2008, s. 3)*

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.*“

Dobrá (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

Pohyb je biologickou potřebou dětí, 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 píše 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.

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 výdělků. V tomto případě jsou děti buď systematicky přetěžované, což vede k únavě nebo se nedostavuje kýžený úspěch a dítě to vzdává. (Maříková, 2014)

### 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.

Tento zákon vymezuje postavení sportu ve společnosti jako veřejně prospěšné činnosti a stanoví úkoly ministerstev, jiných správních úřadů a působnost územních samosprávných celků při podpoře sportu.

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."* (Zákon č. 115 ze dne 28. února 2001)

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, *kteřé 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, s. 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 Hodaň. 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 Hodaň (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 prožitky 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 nejuvýstižnější výše uvedenou definici pohybové aktivity (Dobry 2009).

Pohyb je biologickou potřebou dětí, 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 píše 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.

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 výdělků. V tomto případě jsou děti buď systematicky přetěžované, což vede k únavě nebo se nedostavuje kýžený úspěch a dítě to vzdává.

### **3.3.1 Sport a jeho pozitivita**

- 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. Nezastupitelnou 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**

(Průcha, Walterová, Mareš, 1998, s. 260) definuje tělesnou výchovu jako „*rozvíjení tělesných a pohybových schopností a dovedností, fyzické a psychické odolnosti, pohybové kultivace*“.

Podle Pedagogického slovníku je tělesná výchova součástí obsahu všeobecného vzdělání a součástí života žáků ve škole, podporuje tělesné a pohybové zkušenosti žáků, má také kompenzační a relaxační funkci.

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. 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.

Co s tím? Nabízí se více možností. Tou základní jsou hodiny tělesné výchovy. Tento předmět je na mnohých školách víceméně trpěn. O tom, zda dítě zažije pestré hodiny tělesné výchovy tak rozhoduje osobnost konkrétní učitelky. Někde je tělocvik skvělý, jinde průměrný.

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

Tělocvik berou jako méně důležitý často i rodiče. 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.

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

Na vině jsou i 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.

### **3.4 Motivace**

Čáp (1980), definuje motivaci (z latinského movere - hýbati, pohybovati) jako soubor hybných činitelů v učení, činnostech a v osobnosti. Hybným činitelem jsou takové skutečnosti, které jedince podporují nebo naopak tlumí.

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, 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)

(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 – zabráňuje 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).

Zkušení i začínající učitelé pokládají motivaci za předpoklad úspěšného učení.

Obrázek 1: Úspěšné učení



Zdroj: vlastní

Motivační faktory působí krátkodobě nebo dlouhodobě. První a druhý faktor jsou dlouhodobé, zbývající krátkodobé. Krátkodobé faktory bývají silnější zejména v dětství a dospívání. (Petty, 2002).

### 3.4.1 Vymezení pojmu motivace

*„Motivace vyjadřuje souhrn všech skutečností, které podporují nebo tlumí jedince, aby něco konal nebo nekonal“* (Šauerová, 2008, s. 41)

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.

(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 motivací autoři rozumějí dílčí motivy spjaté s příslušným předmětem – zvědavost, radost z vykonávání příslušné činnosti. Vnější motivací autoři rozumějí dílčí motivy, které jsou spjaté s předmětem a s příslušnou učební činností zprostředkovaně – např. odměna, pochvala, trest, donucení.

(Sitná, 2009, s. 18) definuje motivaci jako „*proces zvnitřněného zdůvodnění potřeby učícího jedince se učit*“.

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 žakovými 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 (2002) 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 žakovy 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 jako jednu 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).

(Čapek, 2008, s. 31) definuje odměnu jako „*takové působení, spojené s chováním nebo jednáním jedince, které vyjadřuje pozitivní hodnocení a přináší radost a uspokojení některých jeho potřeb*“.

(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 budu zabývat pojmem trest. S tímto termínem se většina lidí určitě setkala. Tento pojem evokuje negativní vzpomínky, kdy jsme museli být z jakéhokoliv důvodu potrestáni. (Průcha a kol., 2003) definuje trest jako jednu u 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).

(Čapek, 2008, s.31) definuje trest jako „*takové působení spojené s chováním nebo jednáním jedince, které vyjadřuje negativní hodnocení a přináší nelibost, frustraci nebo omezení některých jeho potřeb*“.

( 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.

Dělení trestů (Langmeier a Krejčířová,1998)

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

Dělení trestů ( Čáp a Mareš, 2001) :

- 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**

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.

Vnitřní potřeby jsou spjaty s vnějšími pobídkami, pobídka z vnějšku posiluje nebo oslabuje vnitřní motiv. Zařazujeme mezi ně:

- Poznávací potřebu
- Zvědavost
- Potřebu činnosti
- Uspokojení z naučení se něčemu novému
- Uspokojení ze společné činnosti
- Sociální komunikace

Různé motivy mohou vést k určitému jednání

Potřeba je vlastnost organismu, která pobízí k vyhledávání určité podmínky nezbytné k životu a k vyhýbání se nepříznivým podmínkám (Šauerová, 2008)

Nejnámější hierarchický systém potřeb vytvořil Abraham Harold Maslow, který dělil potřeby vzestupně do pěti uspořádaných skupin. Fyziologické potřeby spolu s potřebami bezpečí jsou označovány jako potřeby nižší (primární) neboli nedostatkové a zbylé tři skupiny tvoří potřeby vyšší (sekundární) neboli růstové (Šauerová, 2008).

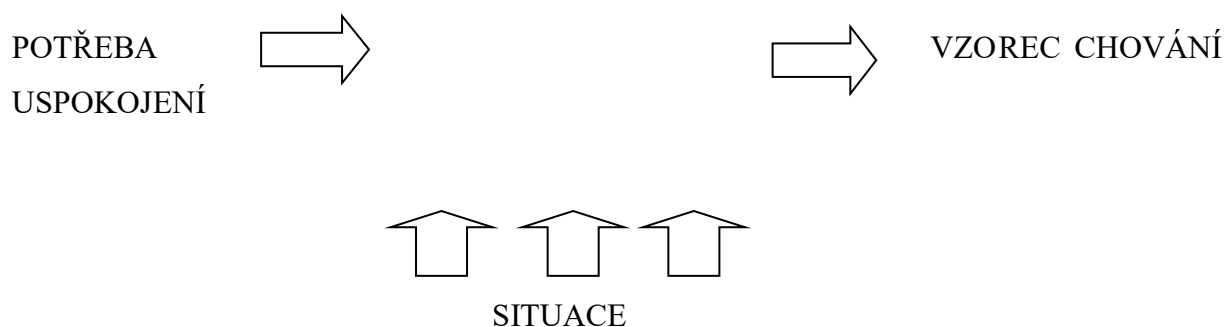
- ✓ Seberealizace
- ✓ Potřeby uznání
- ✓ Sociální potřeby
- ✓ Potřeby bezpečí
- ✓ Fyziologické potřeby

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.

Motiv tedy úzce souvisí s motivací a lze jej chápat jako označení určitých vnitřních podmínek, které určují jeho chování. (Nakonečný, 1995) 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 2: 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.“

Potřeba je vlastnost organismu, která pobízí k vyhledávání určité podmínky nezbytné k životu a k vyhýbání se nepříznivým podmínkám (Šauerová, 2008).

„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. Involuce 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 oblíbenosti.

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

- radost z pohybu;
- radost ze soutěžení;
- zdraví;
- fyzická kondice;
- 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

Dle Pedagogického slovníku (Průcha, Walterová, Mareš, 1998) je autorita definována jako moc uplatňovaná v souladu s hodnotami těch, kdo jsou ovládáni, jim přijatelnou formou, která si získala jejich souhlas.

Rozlišuje se autorita:

- tradiční (formální), založená na postavení nositele autority
- neformální, svobodné uznání převahy
- racionální, nejlepší kandidát na funkci
- charismatická, zvláštní povahové rysy

Přijetí autority velmi zefektivňuje práci skupiny.

Autoritativní výchova je styl výchovy, kdy se často používají příkazy a tresty, potlačuje iniciativu a zájmy dětí, vede k závislosti na osobě nebo k agresivitě.

Dále rozeznáváme autoritu liberální a demokratickou, která má odlišný dopad na způsob chování jedinců (Průcha, Walterová, Mareš, 1998)

Podle (Vališové, Kasíkové, 2011) se velmi výstižně jeví obsahové vymezení v definici S. Kučerové (1999, s. 73), že „*autorita je svou podstatou antropologická konstanta, která spoluvytváří pravidla skupinového života, organizační řád skupiny, spolupodmiňuje její biologické přežití, rozvoj jedinců i předávání zkušeností z generace na generaci*“...

Autorita bývá obvykle pojímána v trojí rovině:

- jako všeobecně uznávaná vážnost, úcta, obdiv
- jako obecně uznávaný odborník
- ve smyslu úřadu (státní symboly, právo, policie, zákon)

Vliv, kompetence, dominance a řízení patří mezi nejčastější synonyma pojmu motivace (Vališová, Kasíková, 2011).

Charakteristika jednotlivých typů autority podle Vališové a Kasíkové (2011):

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.

Vhodná kombinace všech druhů autority bývá shrnována pod komplexním pojmem **globální autorita** (W. F. Kron, 1989, s. 35)

Autorita učitele a její tři dimenze:

- 1) Kognitivní a oborová
- 2) Osobnostní
- 3) Sociální

Podle Vališové a Kasíkové (2011) může být na vztah mezi autoritou a výchovou nahlíženo z hlediska tří úrovní, které se vzájemně propojují a jsou na sobě závislé:

- **Makrosociální** – vztah autorita a výchovy, vyplývající ze vztahů norem a hodnot rodiny a školy v nejširším kontextu
- **Mikrosociální** – pravidla a zásady jsou určovány rodinným životem, odkrytí konkrétního situačního jednání
- **Intraindividuální** – zkoumá způsob učení normám a hodnotám od druhých

Na základě těchto úrovní autority uvažují, že „výchova a autorita jsou stejného původu a že autorita nemůže být od výchovy oddělována“ Vališová, Kasíková (2011, s. 450)

Autorita jako vzájemný vztah mezi nositelem autority a příjemcem autority má dva základní aspekty:

1. **Aspekt relativnosti** – jedinec získává autoritu v určitém časovém období (pracoviště, rodina)
2. **Aspekt asymetričnosti** – nositel autority působí na osoby ve svém okolí svým vlivem a příjemce autoritu přijímá

Autorita může být tedy interpretována jako „hra“ sociálních rolí Vališová, Kasíková (2011).

### ***Autorita učitele a jeho kompetence***

V pedagogickém slovníku (Průcha, Walterová, Mareš, 1998, s. 110) je tento pojem kompetence definován jako: „*soubor profesních dovedností a dispozic, kterými by měl být vybaven učitel, aby mohl efektivně vykonávat své povolání.*“

Vališová (2011) popisuje zdroj učitelovy autority jako profesní kompetenci, kam lze zahrnout celé spektrum podmínek a předpokladů pro její naplnění. Jsou to znalosti, dovednosti, postoje a zkušenosti, které uplatňují při výchovně vzdělávací činnosti.

Profesor Švec vytvořil modelový příklad předmětů, které pokrývají profesní kompetence učitele (Švec, 2002, s. 54 – 55):

1. *Předmětová kompetence* (aprobační obory)
2. *Didaktická a psycho - didaktická kompetence* (pedagogická psychologie)
3. *Sociální, psychosociální a komunikativní kompetence* (sociální a pedagogická komunikace)
4. *Diagnostická a intervenční kompetence* (speciální pedagogika)
5. *Informatická a informační kompetence* (informační technologie)
6. *Manažerská kompetence* (školský management)
7. *Osobnostně kultivující kompetence* (profesní etika)
8. *Metodologická kompetence* (akční výzkum pro učitele)

Vališová (2012) se ve výzkumu zabývala tím, jak chápou autoritu aktéři pedagogického procesu – učitelé a studenti

### **Status učitele je ve společnosti ovlivněn:**

- Media, obraz učitele ve společnosti
- Plat, plat
- Rodina, vzhled

**Mít autoritu znamená:**

- Respekt, umění učit
- Kázeň, kázeň
- Vzor, respekt

**Obliba učitele je založena na:**

- Přirozená autorita, pozitivní vztahy
- Pozitivní vztahy, kázeň
- Empatie, zajímavá výuka

**Učitel má autoritu, když:**

- Vymezí hranice, kázeň
- Je důsledný, respekt žáků
- Zvládá problémové žáky, důslednost

**Učitel, který má autoritu chce:**

- Kázeň, zájem o učení
- Úroveň výuky, kázeň
- Mít respekt, úcta

Autorita je pojem, který se v kontextu pedagogické praxe stává stále více frekventovaným. Je spojována se stylem řízení i s projevy vzájemného chování v kontextech rodiny a školy (Vališová, 1999)

## 4 HYPOTÉZY

**Hypotéza č. 1:** Domnívám se, že 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 na vesnici mají ve svém okolí příznivější podmínky ke sportovním aktivitám

**Hypotéza č. 4:** Předpokládám, že 80% dětí 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 rodiče ve městě i na vesnici podporují sportovní aktivity svých dětí, a to stejným poměrem 50 %

**Hypotéza č. 7:** Domnívám se, že není rozdíl mezi preferencí statických činností a pohybových aktivit u dětí

## 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.

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 VÝZKUMNÁ ČÁST

### 6.1 Cíl výzkumu, výzkumné otázky a úkoly

Cílem mojí práce je:

- Nalézt odpověď na otázky týkající se četnosti pohybových aktivit u dětí mladšího školního věku
- Zjistit, co je motivací (vnitřní nebo vnější)
- Porovnat pohybovou aktivitu dětí ve městě a na vesnici
- Zmapovat, proč se děti rady hýbou
- Nastínit roli školy či učitele při motivaci dětí ke sportu
- Seznámit a aktuální situaci pohybové aktivity u žáků mladšího školního věku
- Navrhnout řešení k jejímu zlepšení

### 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.

## 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 jsou hypotézy mé práce 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 soukromí 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 širěji, 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).

Holoušová (2002) dále upozorňuje na výhody a na nevýhody dotazníkové metody.

#### **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.

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) a týkal se zjišťování skutečného stavu motivace žáků 1. stupně základní školy ke sportovním aktivitám. 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*. Ve druhém 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

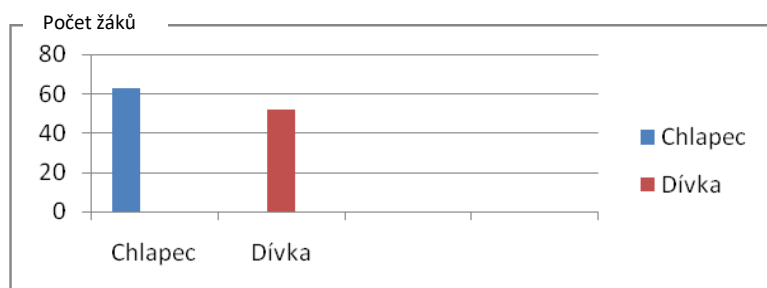
V této části diplomové práce se zabývám vyhodnocením dat vzešlých z dotazníkového šetření. Otázky jsou jedna po druhé zpracovány a doplněny grafy a následnými komentáři. U každé otázky je uvedena tabulka se statistickými charakteristikami: aritmetický průměr, minimum, maximum, medián a modus. Otázky 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

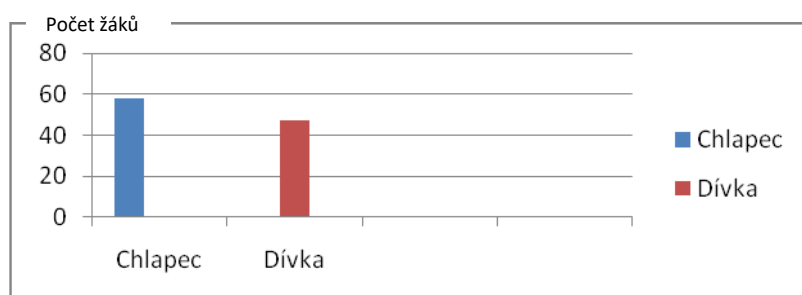
#### *Otázka č. 1: Jsi chlapec nebo dívka?*

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?“

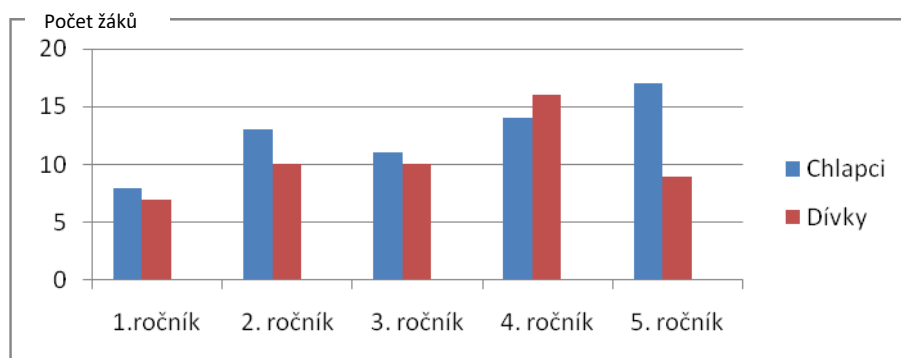


Zdroj: vlastní

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.

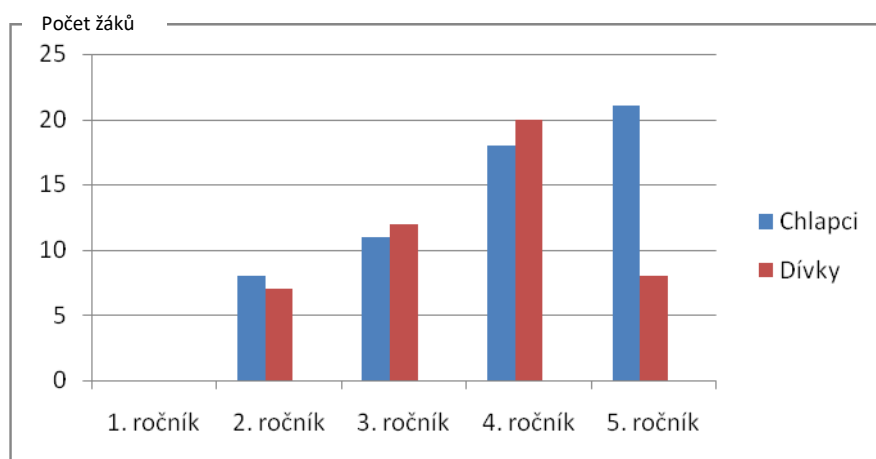
## Otázka č. 2: Kterou třídu navštěvuješ?

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?“



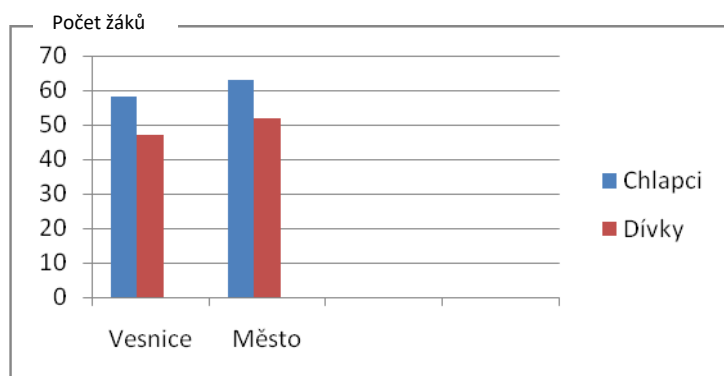
Zdroj: vlastní

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?“



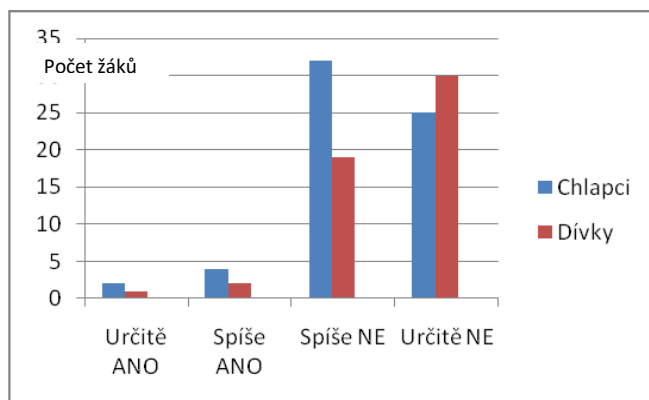
Zdroj: vlastní

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.

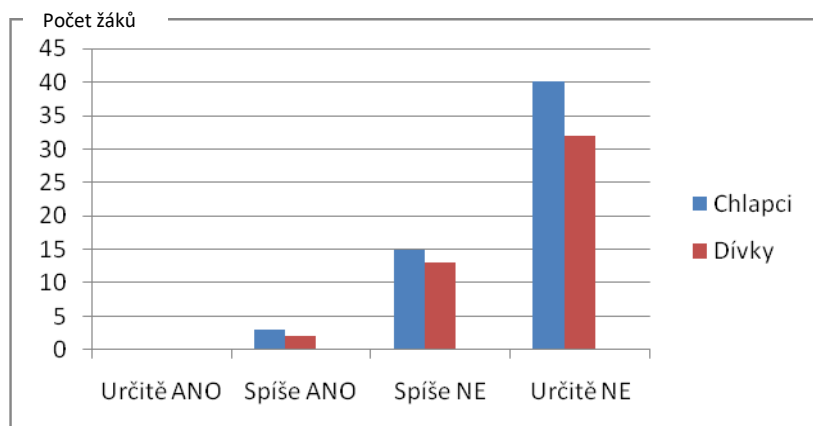
### Otázka č. 4: Umíš si představit svůj volný čas bez pohybu?

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

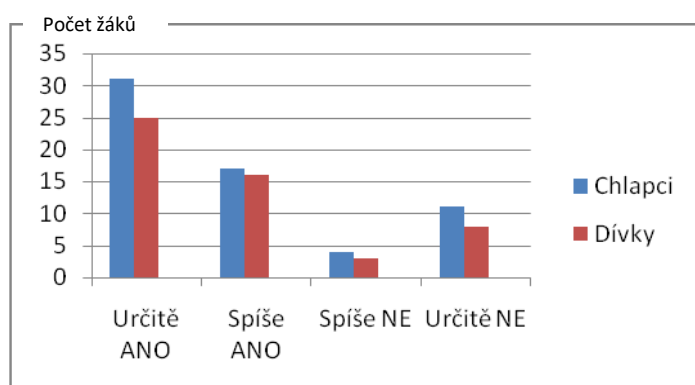
Dle grafů je patrné že většina respondentů z města si **nedovede představit svůj volný čas bez pohybu**. Ve městě odpověděla *určitě ano* 1 dívka a 2 chlapci, *spíše ano* 2 dívky a 4 chlapci, *spíše ne* 19 dívek a 32 chlapců a *určitě ne* 30 dívek a 25 chlapců.

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?**

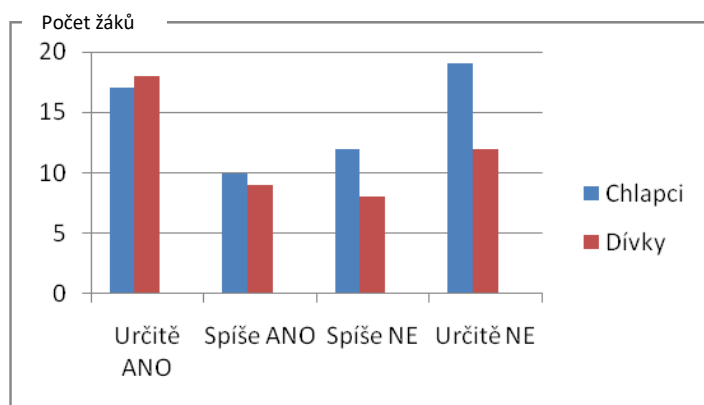
Graf č. 6 a): Odpovědi žáků ve **městě** na otázku: „Provozuješ aktivně nějaký sport?“



Zdroj: vlastní



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



Zdroj: vlastní

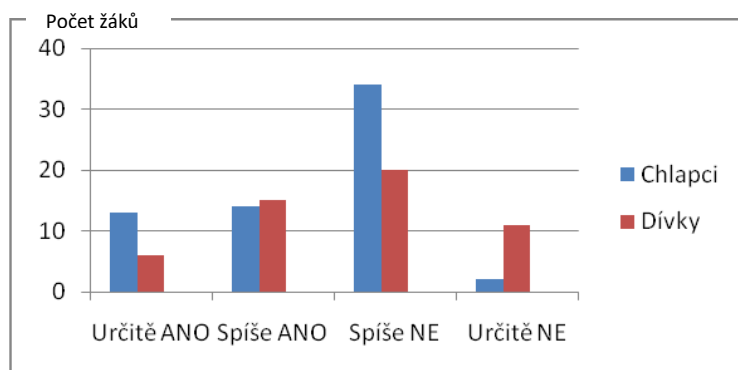
Dle grafu 6 a) jsem zjistila, že **aktivně ve městě sportuje 25 dívek a 31 chlapců**, odpověď *spíše ano* zvolilo 16 dívek a 17 chlapců, *spíše ne* 3 dívky a 4 chlapci a *určitě ne* 8 dívek a 11 chlapců.

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.**

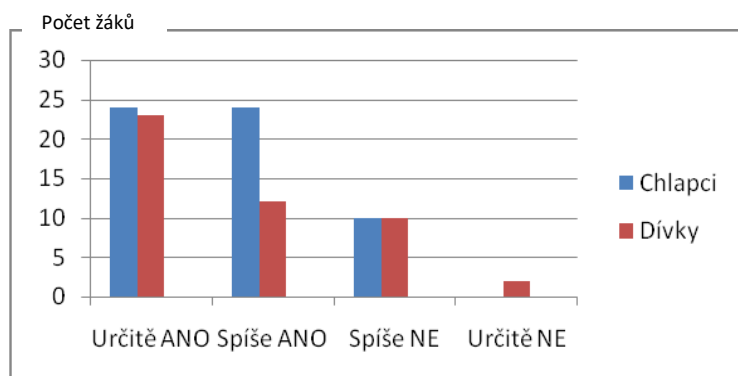
#### **Otázka č. 15: Myslíš si, že máš ve všední den dostatek pohybu?**

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

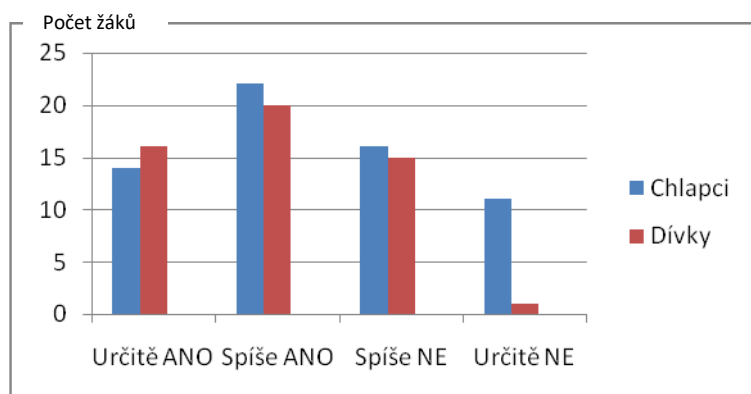
Dle grafu 15 a) je patrné, že dostatek pohybu ve městě má 6 dívek a 13 chlapců, *spíše ano* odpovědělo 15 dívek a 14 chlapců, *spíše ne* 20 dívek a 34 chlapců a *určitě ne* 11 dívek a 2 chlapci

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 nepociťují ve všední den nedostatek pohybu.

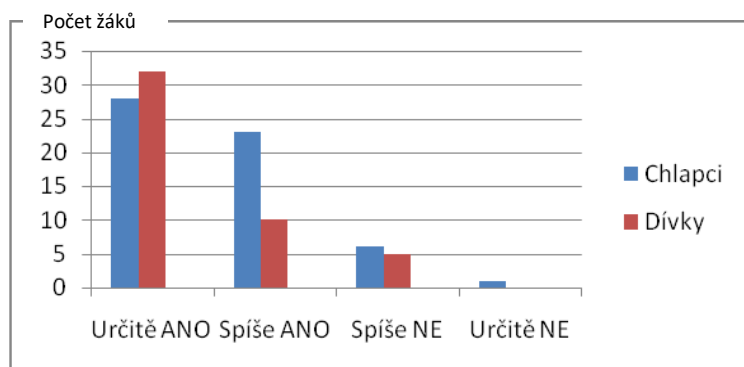
#### **Otázka č. 16: Myslíš si, že máš o víkendu dostatek pohybu?**

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

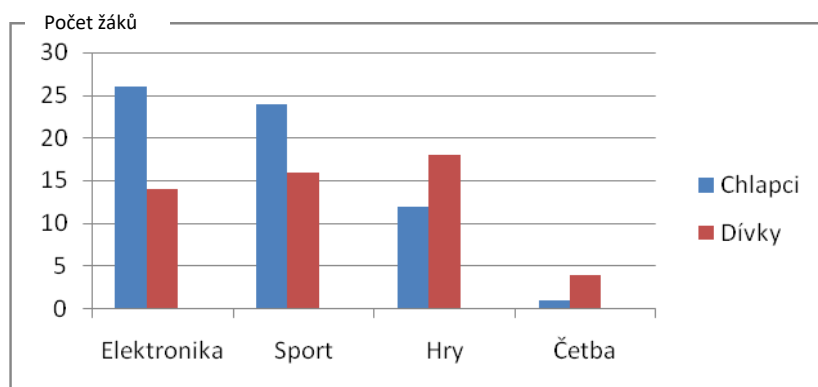
Na základě grafu 16 a) jsem zjistila, že nedostatek pohybu o víkendu nepociťuje 16 dívek a 14 chlapců, *spíše ano* odpovědělo 20 dívek a 22 chlapců, *spíše ne* 15 dívek a 16 chlapců a úplný nedostatek pohybu pociťuje 1 dívka a 11 chlapců.

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.

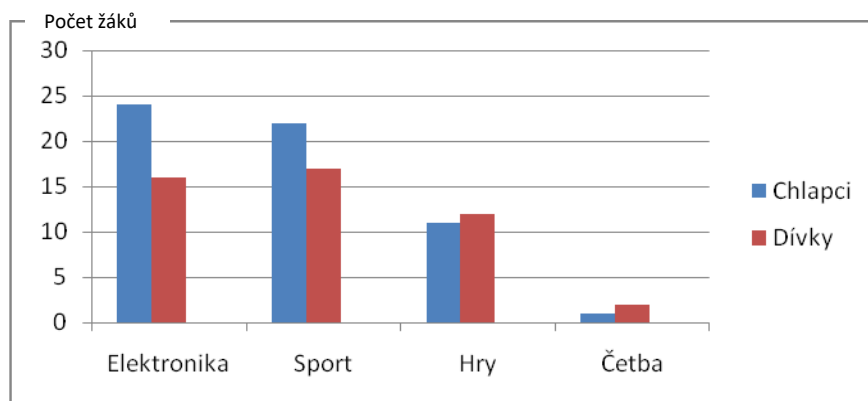
### Otázka č. 20: Jaké činnosti děláš ve svém volném čase nejraději?

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.

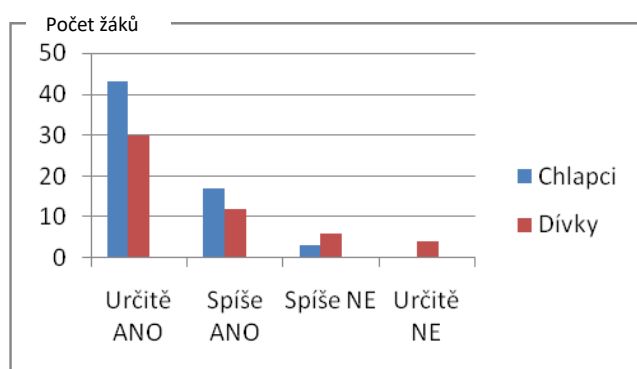
Elektronika i sport představují v žebříčku oblíbenosti téměř stejné místo ve městě i vesnici.

## 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.

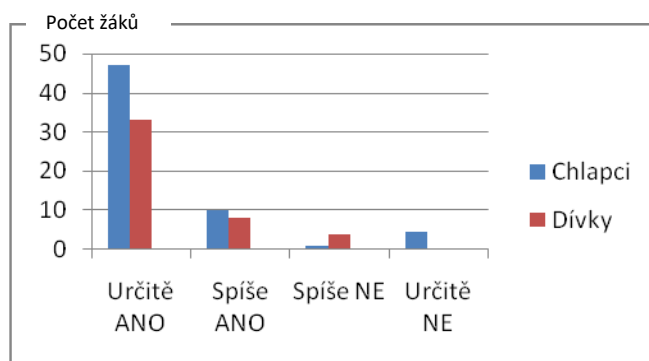
### Otázka č. 5: *Baví tě ve škole tělesná výchova?*

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

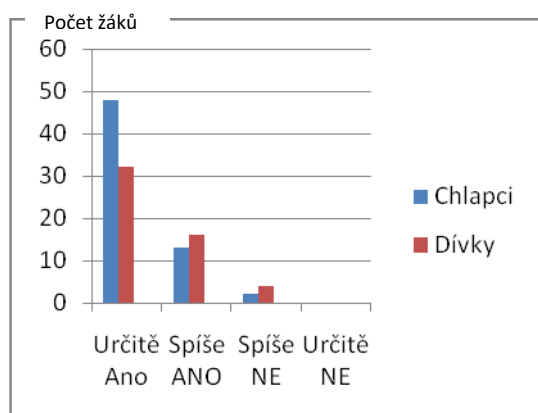
Z grafu 5 a) vyplývá, že *určitě ano* odpovědělo 30 dívek a 43 chlapců, *spíše ano* 12 dívek a 17 chlapců, *spíše ne* 6 dívek a 3 chlapci a *určitě ne* 4 dívky a žádný chlapec.

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.

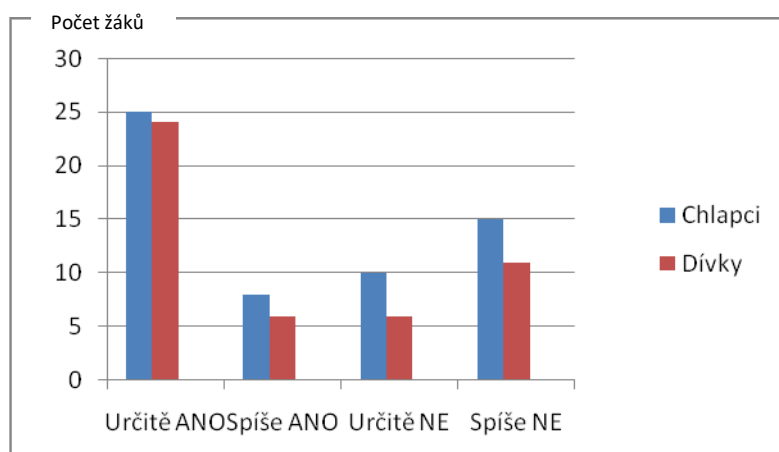
### Otázka č. 7: Máš v blízkosti svého bydliště vhodné místo na sportování?

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

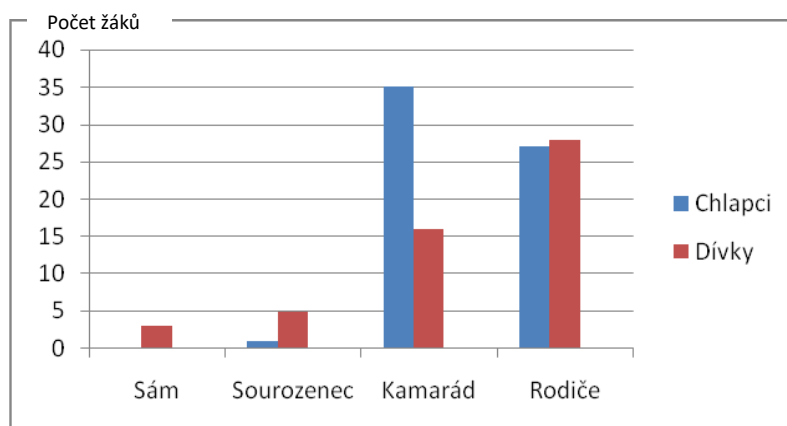
Z grafu 7 a) jsem zjistila, že vhodné místo na sportování má ve městě 32 dívek a 48 chlapců, *spíše ano* 16 dívek a 13 chlapců, *spíše ne* 4 dívky a 2 chlapci a *určitě ne* žádný chlapec ani dívka.

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.

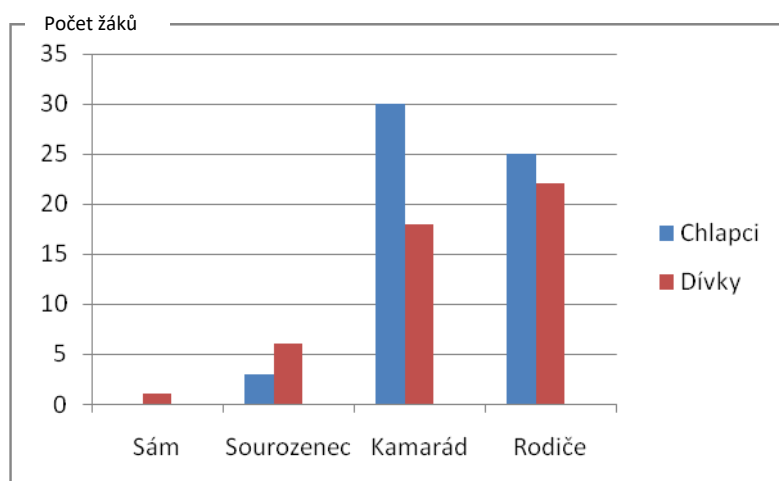
### Otázka č. 8: S kým nejraději provozuješ pohybové aktivity?

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

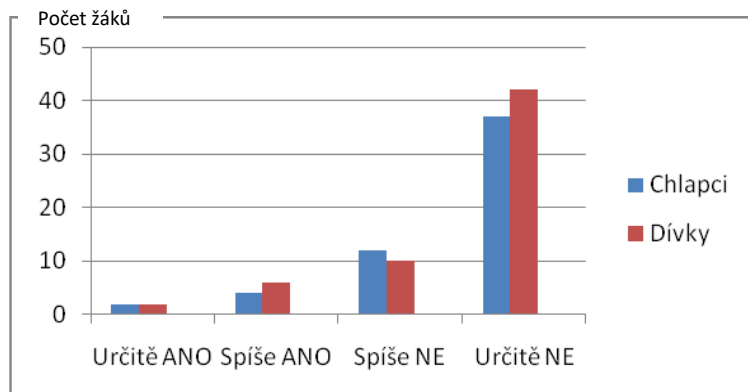
V grafu 8 a) jsem zjistila, že 3 dívky sportují raději *samotné*, se *sourozenci* 5 dívek a 1 chlapec, *s kamarády* 16 dívek a 35 chlapců, *s rodiči* 28 dívek a 27 chlapců.

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.

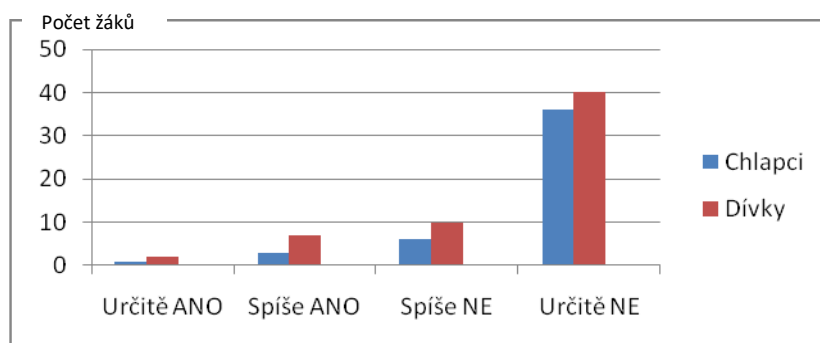
### Otázka č. 12: Nutí tě někdo do sportu?

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.

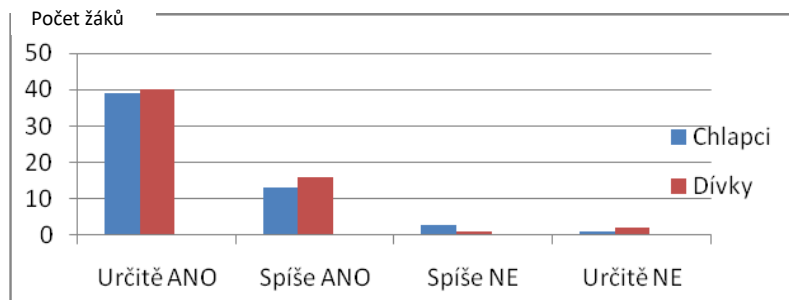
V grafu 12 b) je vidět, že pouze 2 dívky a 1 chlapec jsou nuceni do sportu, *spíše ano* 7 dívek a 3 chlapci, *spíše ne* 10 dívek a 6 chlapců a *určitě ne* 40 dívek a 36 chlapců.

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



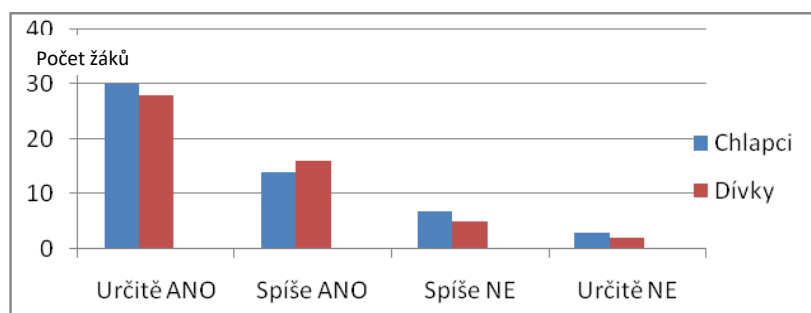
### Otázka č. 14. Býváš pochválen za úspěch ve sportu?

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

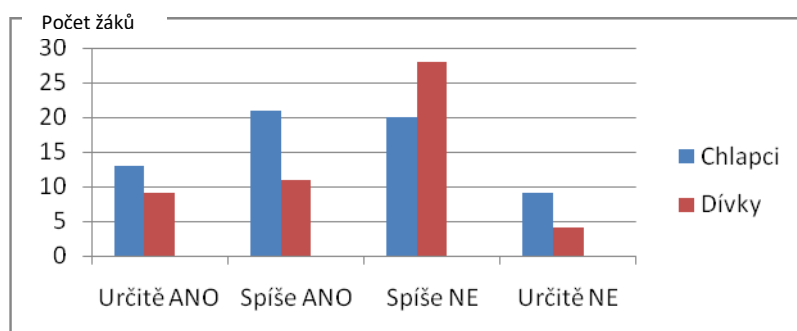
Z grafu 14 a) jsem zjistila, že *určitě ano* odpovědělo 40 dívek a 39 chlapců, *spíše ano* 16 dívek a 13 chlapců, *spíše ne* 1 dívka a 3 chlapci a *určitě ne* 2 dívky a 1 chlapec.

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.

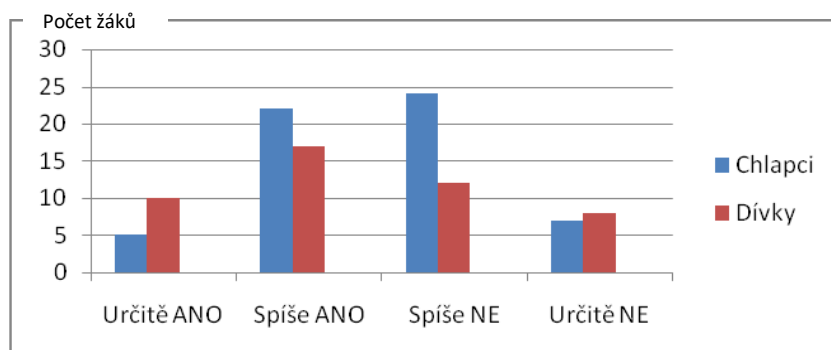
### Otázka č. 17: Podporují tě rodiče ve sportovních aktivitách?

Graf č. 17 a): Odpovědi žáků z města na otázku: „Podporují tě rodiče ve sportovních aktivitách?“



Zdroj: vlastní

Graf č. 17 b): Odpovědi žáků z vesnice na otázku: „Podporují tě rodiče ve sportovních aktivitách?“



Zdroj: vlastní

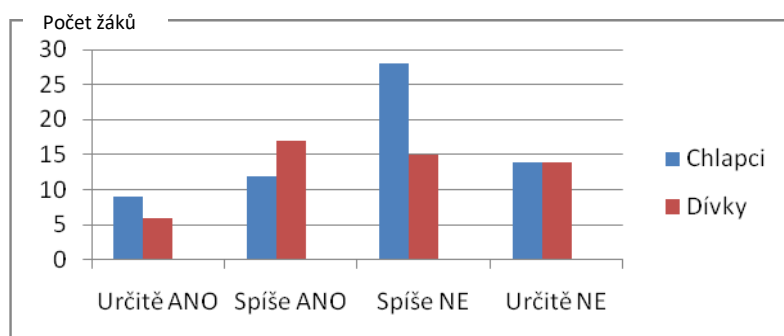
Z grafu 17 a) vyplynulo, že v 9 případech u dívek a 13 u chlapců se rodiče podporují jejich pohyb, spíše ano 11 dívek a 21 chlapců, spíše ne 28 dívek a 20 chlapců a určitě ne 4 dívky a 9 chlapců.

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 podporovali pohybové aktivity svých dětí.

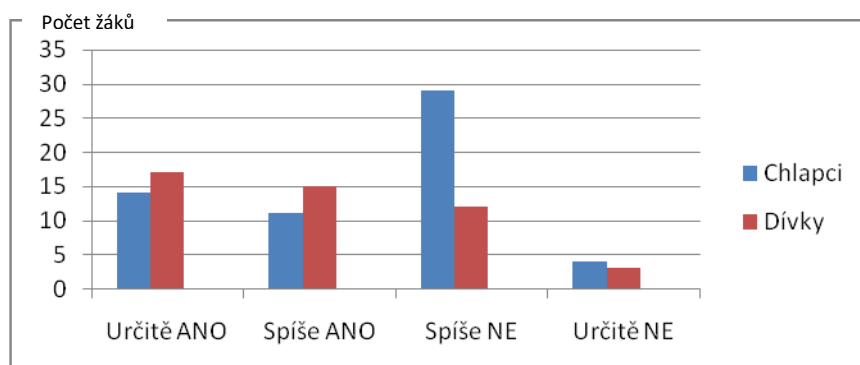
**Otázka č. 18: Zajímá se tvoje paní učitelka, zda máš dostatek pohybu?**

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

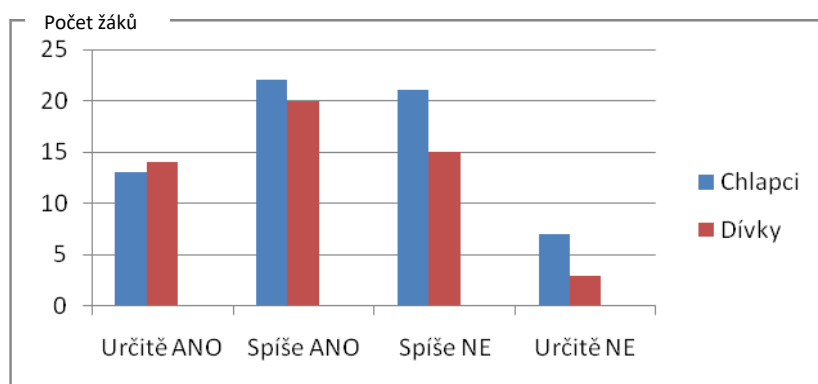
Z grafu 18 a) je vidět, že určitě ano odpovědělo 6 dívek a 9 chlapců, spíše ano 17 dívek a 12 chlapců, spíše ne 15 dívek a 28 chlapců a určitě ne 14 dívek a 14 chlapců.

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.

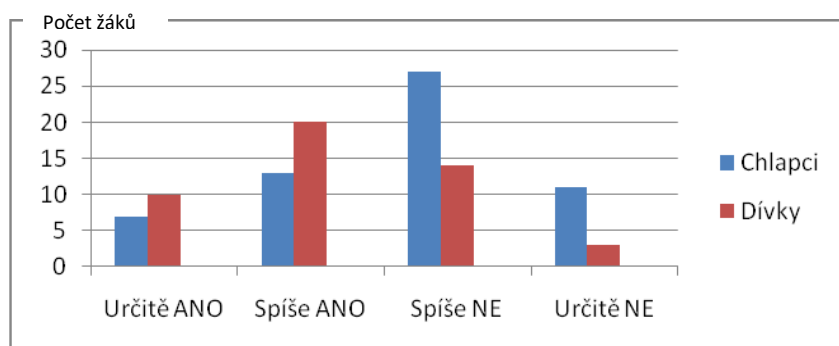
### Otázka č. 19: Provozuješ pohybové aktivity ve volném čase s rodinou?

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.

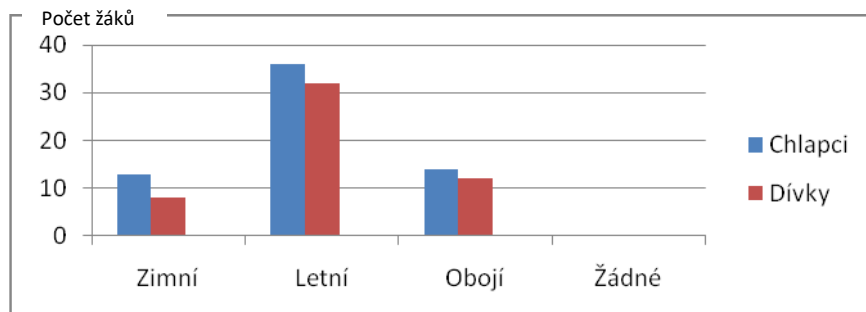
V grafu 19 b) jsem zjistila, že určitě provozuje SA s rodinou 10 dívek a 7 chlapců, *spíše ano* 20 dívek a 13 chlapců, *spíše ne* 14 dívek a 27 chlapců a *určitě ne* 3 dívky a 11 chlapců

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?

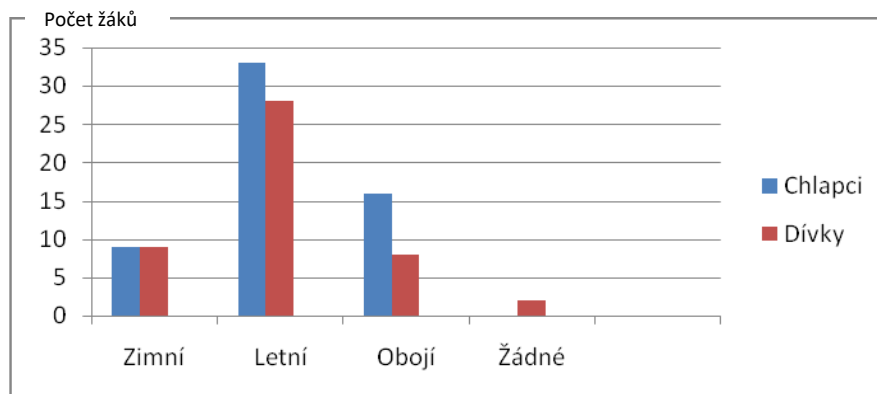
U této otázky měli dotazovaní na výběr ze čtyř možností: zimní, letní, obojí a žádné, mohli označit pouze jednu odpověď.

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.

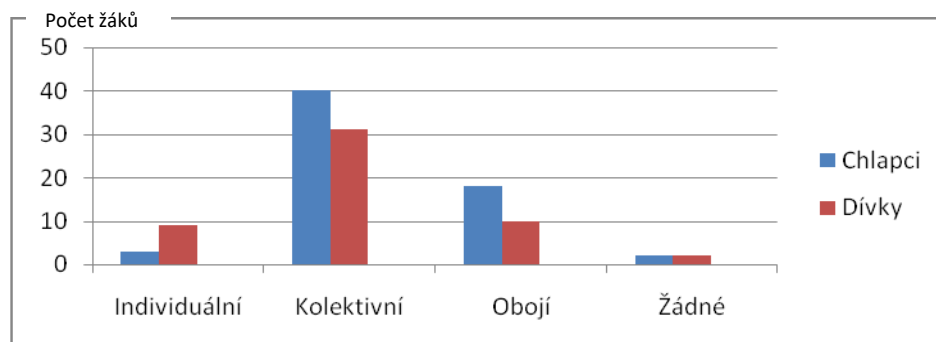
Téměř všechny děti mají rády sport, nejvíce letní.

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, co se týká preference obou sportů, nejnižší je u dívek.

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

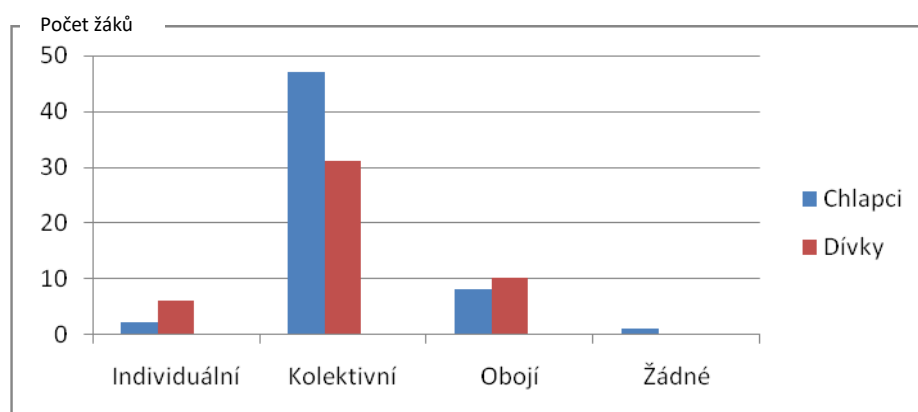
U této otázky měli žáci možnost na výběr ze čtyř odpovědí: individuální, kolektivní, obojí a žádné a mohli opět označit pouze jednu odpověď.

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.

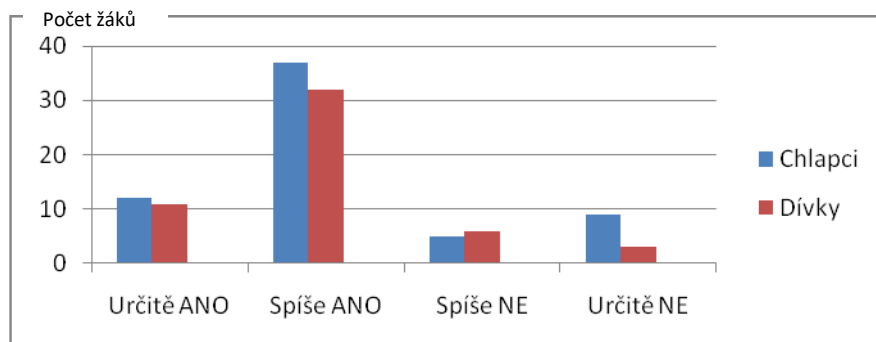
Graf 22 b) poukazuje na skutečnost, že 6 dívek a 2 chlapci preferují *individuální sporty*, *kolektivní* 31 dívek a 47 chlapců, *obojí* 10 dívek a 8 chlapců a *žádné* 1 chlapec.

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?**

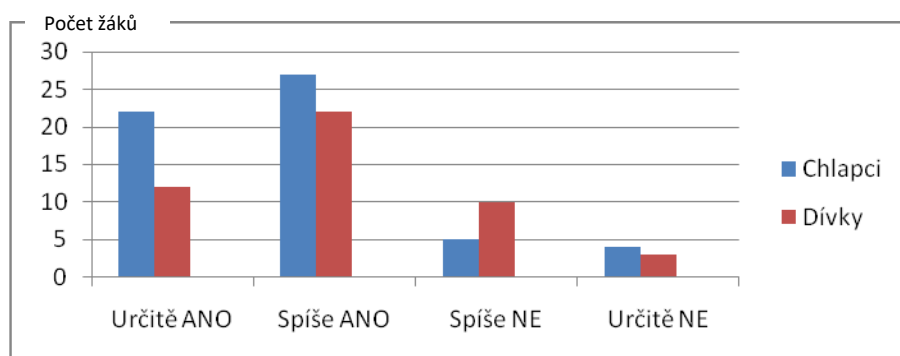
U této otázky bylo opět možno vybírat ze čtyř možností odpovědí.

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

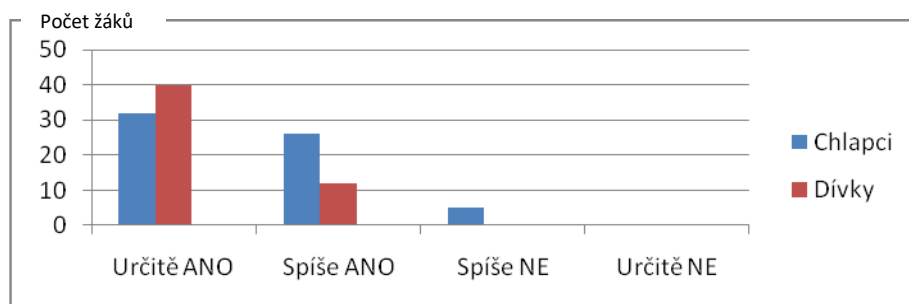
Graf 23 a) ukazuje, že *určitě* spokojeno s TV je 11 dívek a 12 chlapců, *spíše ano* 32 dívek a 37 chlapců, *spíše ne* 6 dívek a 5 chlapců, *určitě ne* 3 dívky a 9 chlapců.

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.

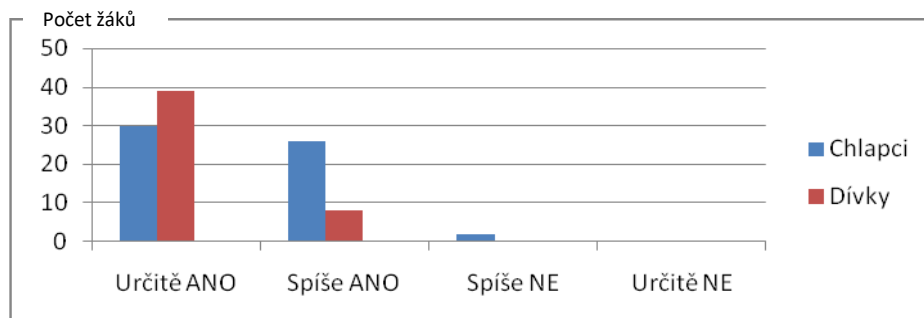
**Otázka č. 26: Můžete ve škole o přestávkách provozovat různé pohybové aktivity?**

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.

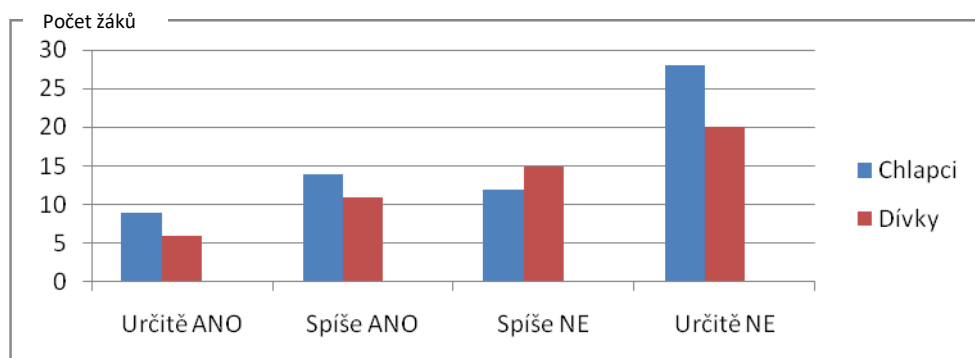
Z grafu 26 b) plyne, že s pohybem ve škole je úplně spokojeno 39 dívek a 30 chlapců, *spíše ano* odpovědělo 8 dívek a 26 chlapců, *spíše ne* žádná dívka a 2 chlapci, *určitě ne* neodpověděl nikdo.

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.



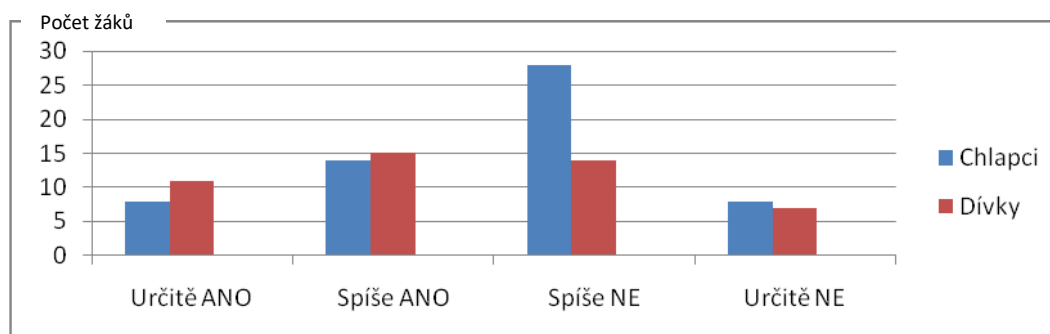
### Otázka č. 27: Zacvičíte si ve škole i v jiných hodinách než v TV?

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.

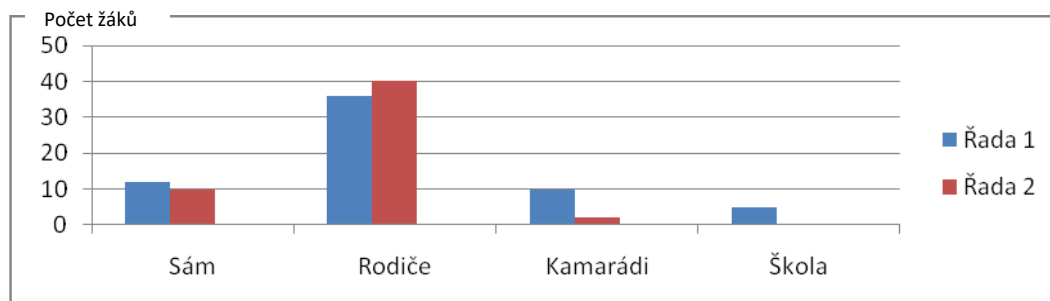
Z grafu 27 b) vyplývá, že *určitě* si ve škole zacvičí i v jiných předmětech 11 dívek a 8 chlapců, *spíše ano* 15 dívek a 14 chlapců, *spíše ne* 14 dívek a 28 chlapců, *určitě ne* 7 dívek a 8 chlapců.

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?

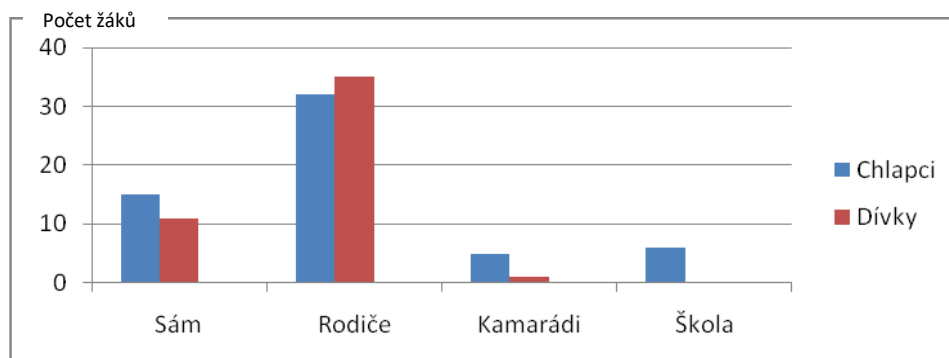
U této otázky měli dotazovaní možnost volby ze čtyř možností: sám, rodiče, kamarádi, škola. Označit mohli pouze jednu odpověď.

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:

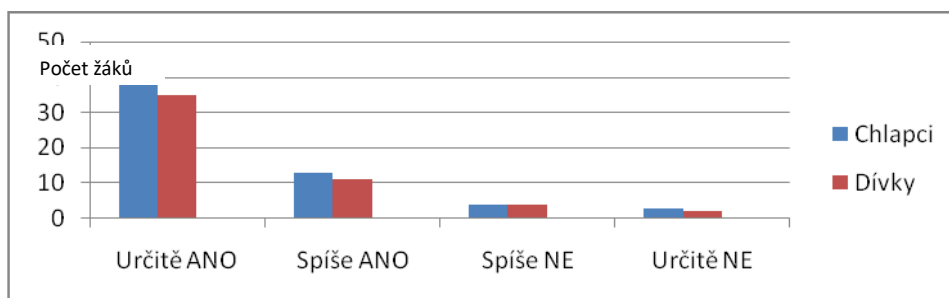
- Sportovat, kvůli hezké postavě;
- Sportovat kvůli odpočinku;
- Sportovat, protože chce být v daném sportu dobrý;
- Sportovat pro radost z pohybu a soutěžení,
- Sportovat pro zdraví;
- Sportovat kvůli dobré fyzické kondici,

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.

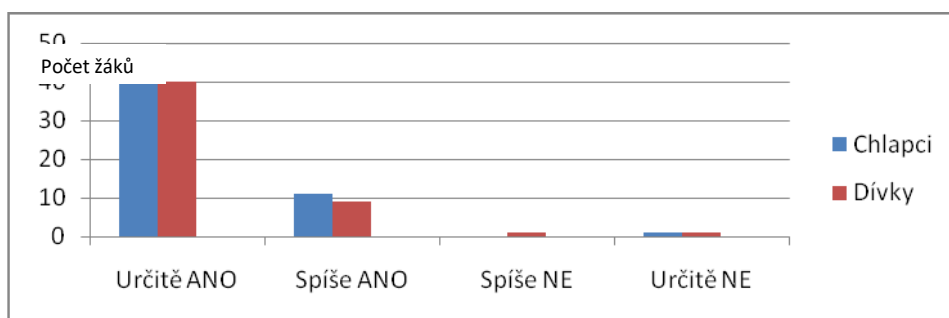
#### *Otázka č. 9: Sportuješ, protože máš radost z pohybu?*

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

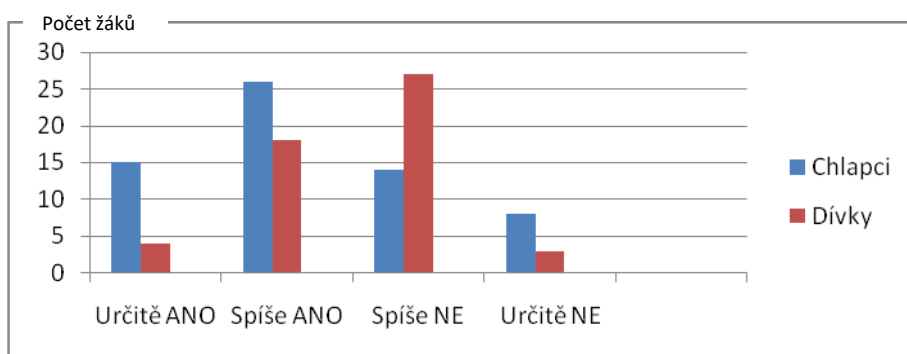
V grafu 9 a) je naprosto patrné, že pro radost z pohybu sportuje 35 dívek a 43 chlapců, *spíše ano* odpovědělo 11 dívek a 13 chlapců, *spíše ne* 4 dívky a 4 chlapci, *určitě ne* 2 dívky a 3 chlapci.

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.

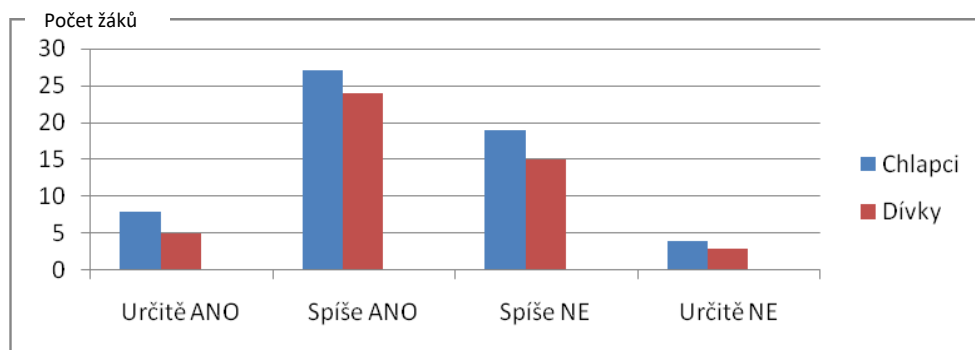
#### ***Otázka č. 10: Sportuješ, protože chceš mít dobrou fyzickou kondici?***

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

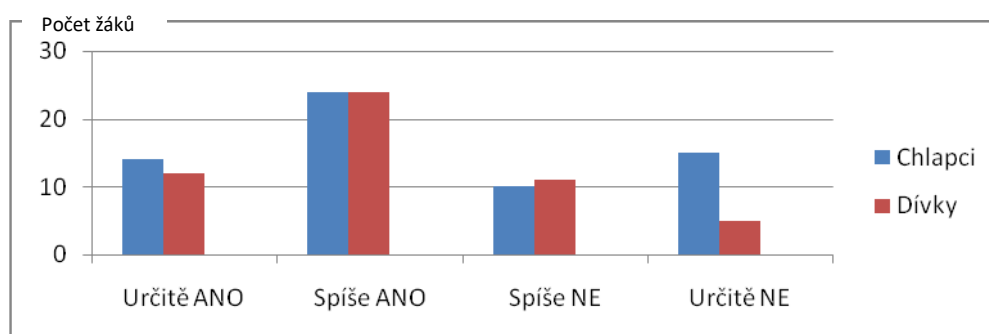
Graf 10 a) ukazuje, že fyzická kondice je důležitá pro 4 dívky a 15 chlapců, *spíše ano* 18 dívek a 26 chlapců, *spíše ne* 27 dívek a 14 chlapců a *určitě ne* 3 dívky a 8 chlapců.

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.

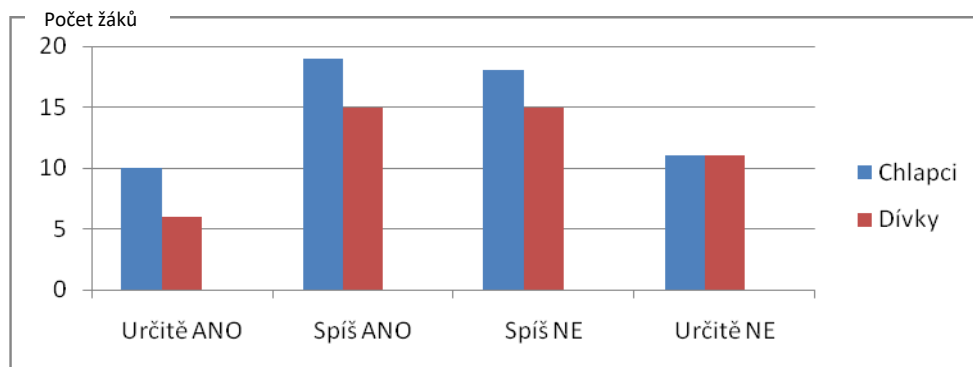
#### **Otázka č. 11: Sportuješ, protože si při pohybu odpočineš a přijdeš na jiné myšlenky?**

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

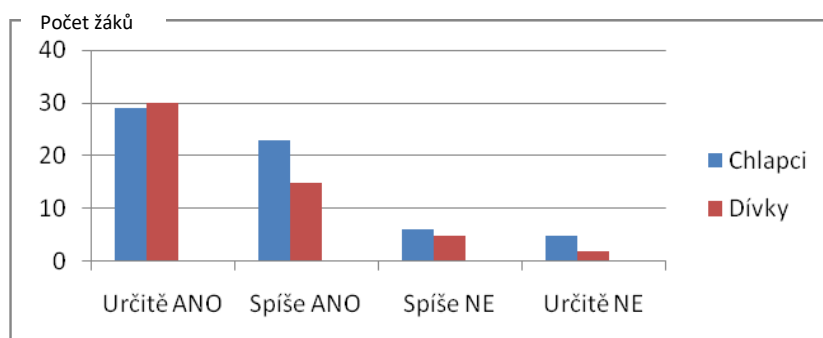
Graf 11 a) poukazuje, že 12 dívek a 14 chlapců sportuje kvůli odpočinku, *spíše ano* 24 dívek i chlapců, *spíše ne* 11 dívek a 10 chlapců, *určitě ne* 5 dívek a 15 chlapců.

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.

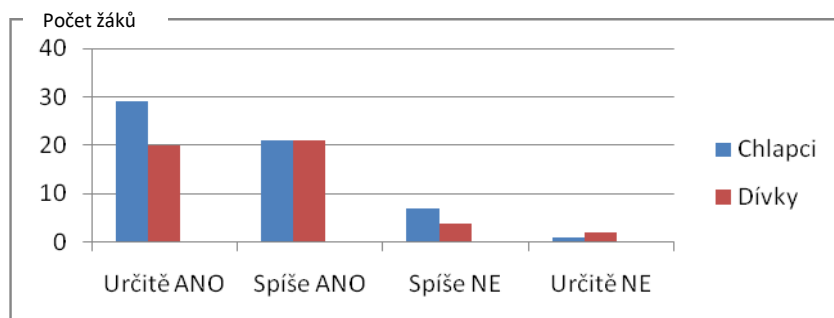
### ***Otázka č. 13: Sportuješ, protože chceš ve sportu vyniknout?***

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

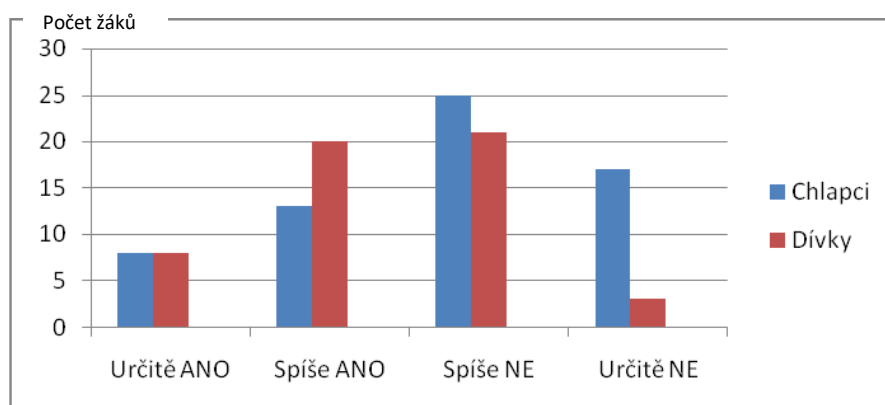
Graf 13 a) poukazuje na skutečnost, že určitě chce ve sportu vyniknout 30 dívek a 29 chlapců, *spíše ano* 15 dívek a 18 chlapců, *spíše ne* 5 dívek a 6 chlapců, určitě ne 2 dívky a 5 chlapců.

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 rozdíly mezi městem a vesnicí téměř překrývají. U chlapců a dívek je to obdobné.

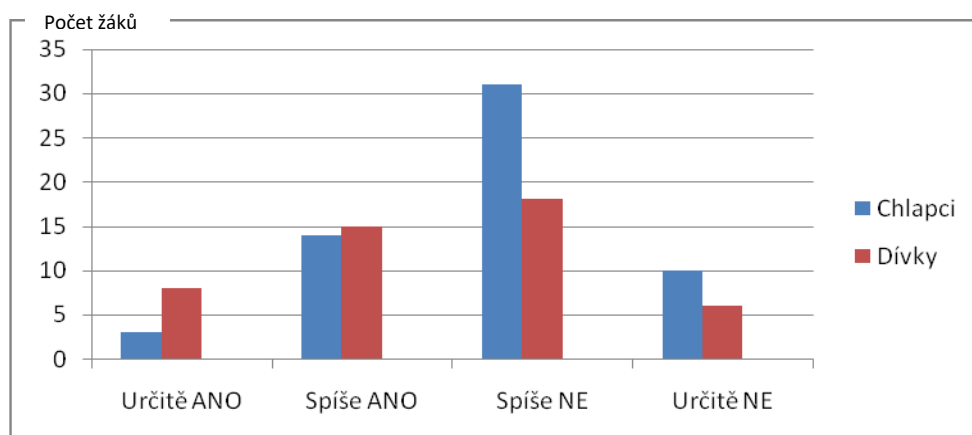
#### **Otázka č. 24: Sportuješ, protože chceš být zdravý?**

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

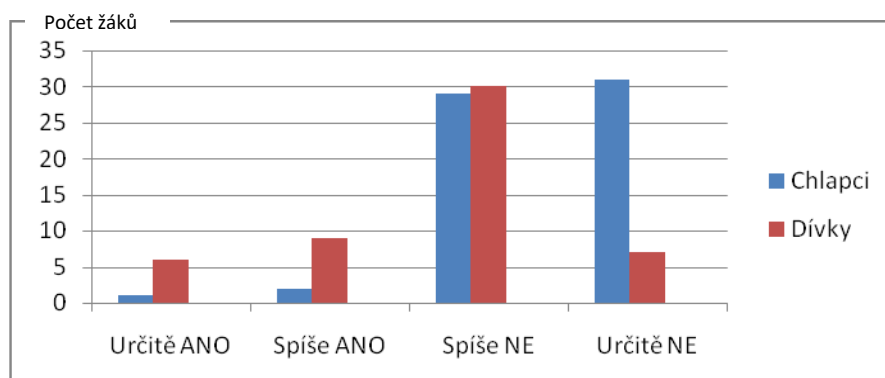
Graf 24 a) ukazuje na skutečnost, že kvůli zdraví sportuje 8 dívek a chlapců, *spíše ano* 20 dívek a 13 chlapců, *spíše ne* 21 dívek a 25 chlapců, *určitě ne* 3 dívky a 17 chlapců.

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?

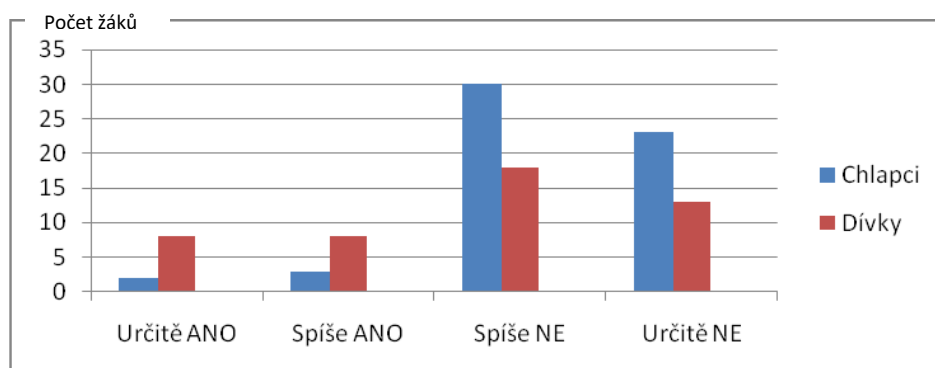
Graf č. 25 a): Odpovědi žáků ve **městě** na otázku: „Sportuješ kvůli hezké postavě?“



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:

## Verifikace hypotéz

Hypotéza č. 1, že 90 % 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 více než 90 %.

Potvrzení této hypotézy si vysvětlují tím, že v tomto věkovém období je pohyb přirozenou a nutnou součástí života dítěte. Dítě provozuje pohybové aktivity pro radost a zcela spontánně. Dle Jeronýma Hájka /Antropomotorika/ zde dominuje zvýšená schopnost motorické učelnivosti 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 dětem. Pochvala a povzbuzení je velikým motivačním faktorem. Taktéž je zde třeba brát zřetel na různé zdravotní indispozice dětí. V neposlední řadě je také velmi důležité zázemí tělocvičen a sportovišť a jejich vybavenost, které je v motivovanosti žáků žádoucí.

Hypotéza č. 3, že děti na vesnici mají ve svém okolí vhodnější 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. Co se týká pohybu, děti z vesnice více využívají přirozeného prostoru – přírody, kde se věnují pohybovým aktivitám (cyklistika, běh, hry..).

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 více jak 80 %.

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. Děti v tomto věku jsou málokdy solitéry, jejich přirozenost je právě sdružování, kamarádství a kolektivu a to jak v provozování pohybových aktivit, tak i při statických hrách.

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 dětí/ 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. Především jejich aktivita se zpětně projevuje v aktivitě dětí.

Hypotéza č. 6, že rodiče ve městě i na vesnici podporují pohybové aktivity svých dětí stejným poměrem 50 % se **nepotvrdila**. 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 %.

Nepotvrzení hypotézy odůvodňují faktem, že se rodiče všech dětí bez rozdílu lokality, ve které bydlí, sice zajímají, zda a jak často se jejich děti hýbou a většinou podporují jejich aktivity, ale jejich počet není vysoký. To vysvětlují také tím, že se mnoho rodičů nezajímá o frekvenci pohybových aktivit svých dětí, i když je samotné děti zcela přirozeně vykonávají.

Hypotéza č. 7, že není rozdíl mezi statickými a pohybovými činnostmi u všech dětí, se **potvrdila**. 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.

## 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.

Nejprve si shrneme zjištěné poznatky, které se týkají vnější motivace. Z poznatků lze konstatovat, že žáci 1. stupně základní školy ve většině případů přivedli ke sportu rodiče, což je v souladu s tvrzením „*Žáci 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).

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.

Výstupy vzešlé z vypracování této diplomové práce považuji 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. Také pedagog díky své osobnosti, autoritě a přirozenosti dokáže své žáky správně motivovat ke sportovním aktivitám.

Pohyb pro radost z pohybu – to je to nejdůležitější!

## 9 POUŽITÁ LITERATURA

1. ČÁP, J.; MAREŠ, J. *Psychologie pro učitele*. Praha:Portál, 2001.
2. ČAPEK, R. *Odměny a tresty ve školní praxi*. Praha: Grada, 2008
3. ČAČKA, O. *Psychologie duševního vývoje dětí a dospívajících s faktory optimalizace*. Brno, 2000
4. DOBRÝ, L. a kol. *Kiantropologie a pohybové aktivity*. Brno:Masarykova univerzita, 2009
5. GRECMANOVÁ, H., HOLOUŠOVÁ, D., URBANOVSKÁ, E. *Obecná pedagogika 1* Olomouc: Hanex, 2002
6. HODANĚ, B. *Úvod do teorie tělesné kultury*. Olomouc:UP, 1997.
7. HOŠEK, V., SLEPIČKA, P., HÁTLOVÁ B. *Psychologie sportu*. Praha : Karolinum, 2006.
8. HRABAL, V., MAN, F., PAVELKOVÁ, I. *Psychologické otázky motivace ve škole*. 2.vyd. Praha : SPN, 1989.
9. KALMAN, M., HAMŘÍK, Z., PAVELKA, J. *Podpora pohybové activity:pro odbornou veřejnost*. Olomouc:ORE – institute, 2009
10. KLINDOVÁ, L., RYBÁROVÁ, E. *Vývojová psychologie*, SPN, 1974
11. LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*. 3. vyd. Praha: Grada Publishing, 1998.
12. LOKŠOVÁ, I., LOKŠA, J. *Pozornost, motivace, relaxace a tvořivost dětí ve škole*. Praha:Portál, 1999
13. MARCUS, Bess H., FORSYTH, LeighAnn H. *Psychologie aktivního způsobu života:motivace lidí k pohybovým aktivitám*. Praha:Portál, 2010
14. MATĚJČEK, Z., POKORNÁ, M. *Radosti a strasti*. H + H 1998
15. MATĚJČEK, Z. *Po dobrém, nebo po zlém?*. 6. vyd. Praha:Portál, 2007
16. NAKONEČNÝ, M. *Psychologie osobnosti*. Praha:Academia, 1995
17. PETTY, G. *Moderní vyučování*, Praha:Portál 2002

18. PRŮCHA, J., WALTEROVÁ, E., MAREŠ, J. *Pedagogický slovník*. 2. vydání, Praha:Portál, 1998
19. PRŮCHA, J. *Moderní pedagogika*. Praha:Portál, 2003
20. ŘEPKA, E. *Motivace žáků ve školní tělesné výchově*. České Budějovice: Jihočeská univerzita, 2005
21. SEKOT, A. *Sport a společnost*. Brno: Paido, 2003.
22. SEKOT, A. *Sociologie sportu*. Masarykova univerzita. Brno: Paido, 2006.
23. SITNÁ, D. *Metody aktivního vyučování*, Praha:Portál, 2009
24. ŠAUEROVÁ, M., *Vybrané kapitoly z psychologie a pedagogické psychologie*, VŠTVS Palestra, spol. s. r. o., Praha 2008
25. VÁGNEROVÁ, M. *Kognitivní a sociální psychologie žáka základní školy*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2002.
26. VALIŠOVÁ, A. a kol. *Autorita a proměny jejího pojetí v edukačním prostředí*. Praha: Karolinum, 2011
27. VALIŠOVÁ, A. a kol. *Autorita v edukační a sociální práci*. Univerzita Pardubice, 2012
28. VALIŠOVÁ, A., KASÍKOVÁ, H. *Pedagogika pro učitele*. Praha: Grada, 2011
29. VLČEK, P. *Zákon o podpoře sportu-srozumitelnost, jednoznačnost znění*. Rukopis

### **Internetové zdroje:**

30. 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](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]
31. *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]
32. MŠMT *Zákon č. 115 ze dne 28. února 2001, o podpoře sportu*. [online] Dostupné z: <http://www.msmt.cz/sport/zakon-o-podpore-sportu> [03.02.2017]



33. *EU Physical Activity Guidelines*. [online] Dostupné z: [www.msmt.cz/file/20028/download/](http://www.msmt.cz/file/20028/download/) [03.02.2017]
34. MAŘÍKOVÁ, P. *Děti a pohyb: začněte je motivovat!* [online] Dostupné z: <http://www.fitmami.cz/fitmami/clanky/zajimavosti/498-deti-a-pohyb-zacnete-je-motivovat> [13.02.2017]

## 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. Podporují tě rodiče ve sportovních aktivitách?

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?  
/napíš 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?