UNIVERZITA JANA AMOSE KOMENSKÉHO PRAHA

MAGISTERSKÉ PREZENČNÍ STUDIUM

2017–2019

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Kateřina Zůnová

Vzdělávání a spokojenost seniorů na Univerzitě třetího věku

Praha 2019

Vedoucí diplomové práce:

prof. PhDr. Karel Kamiš, CSc.

JAN AMOS KOMENSKY UNIVERSITY PRAGUE

MASTER FULL-TIME STUDIES

2017–2019

DIPLOMA THESIS

Kateřina Zůnová

Education and Satisfaction of Seniors at the University of the Third Age

Prague 2019

Diploma Thesis Work Supervisor:

prof. PhDr. Karel Kamiš, CSc.

Prohlášení

Prohlašuji, že předložená diplomová práce je mým původním autorským dílem, které jsem vypracovala samostatně. Veškerou literaturu a další zdroje, z nichž jsem při zpracování čerpala, v práci řádně cituji a jsou uvedeny v seznamu použitých zdrojů.

Souhlasím s prezenčním zpřístupněním své práce v univerzitní knihovně.

V Praze dne Kateřina Zůnová

Poděkování

Děkuji prof. PhDr. Karlovi Kamišovi, CSc., za cenné rady, informace a odbornou pomoc při zpracování této diplomové práce. Poděkování patří PaedDr. Květě Prajerové, CSc., a Mgr. Kláře Minaříkové za vstřícnost a poskytnutí podkladů pro zpracování diplomové práce. Rovněž děkuji posluchačům za ochotu při vyplnění dotazníkového šetření.

Anotace

Diplomová práce se zabývá vzděláváním a spokojeností seniorů na univerzitách třetího věku, především na Univerzitě Karlově – Fakultě tělesné výchovy a sportu a Ústavu tělesné výchovy a sportu na Českém vysokém učení technickém. Práce je rozdělena na část teoretickou a praktickou. Teoretická část se zabývá stářím a stárnutím, definuje pojem senior, přibližuje demografický vývoj, vysvětluje termín gerontagogika a věnuje pozornost edukaci seniorů na univerzitách třetího věku, ve které jsou detailně rozepsány výše uvedené univerzity od historie po současnost. Praktická část se věnuje komparaci spokojenosti se vzděláváním posluchačů na výše uvedených univerzitách a zkoumá dílčí spokojenost se vzděláváním. Autorka práce následně navrhuje taková opatření, která mohou vést ke zvýšení spokojenosti posluchačů na daných univerzitách.

Klíčová slova

Analýza spokojenosti, České vysoké učení technické, demografie, edukace seniorů, gerontagogika, senior, stárnutí, stáří, tělesná výchova a sport, Univerzita Karlova, univerzity třetího věku.

Annotation

This diploma thesis deals with education and satisfaction of seniors at universities of the third age, especially at Charles University – faculty of physical education and sport and department of physical education and sport at Czech Technical University in Prague. Thesis is divided in theoretical and practical parts. Theoretical part is dealing with terms old age and ageing, it defines term senior, outlines demographic development, explains term gerantagogics, pays attention to education of senior on the third age universities and in detail describes universities mentioned above from past to present. Practical part is dealing with comparison of satisfaction with education of listeners on mentioned universities and examines partial satisfaction with education. Author of this thesis suggests measures that can lead to increased satisfaction of listeners on those universities.

Keywords

Age, aging, Czech Technical University, demography, education of seniors, gerontology, Charles University, physical education and sports, satisfaction analysis, senior, university of the Third Age.

ÚVOD **9**

TEORETICKÁ ČÁST **11**

1 STÁŘÍ A STÁRNUTÍ **11**

1.1 Charakteristika pojmů stáří a stárnutí 11

1.2 Periodizace seniorského věku 12

1.3 Pojem senior 14

1.4 Demografický vývoj 15

1.4.1 Světová zdravotnická organizace 18

1.4.2 Demografický vývoj v Praze 18

2 GERONTAGOGIKA **20**

2.1 Předmět gerontagogiky 20

2.2 Postavení gerontagogiky 21

2.3 Funkce gerontagogiky 22

3 EDUKACE SENIORŮ **23**

3.1 Funkce edukace seniorů 24

3.2 Formy edukace seniorů 25

3.2.1 Akademie třetího věku 26

3.2.2 Univerzity volného času 26

3.2.3 Kluby seniorů 26

3.2.4 Virtuální univerzita třetího věku 26

3.3 Učení se v seniorském věku 27

4 UNIVERZITY TŘETÍHO VĚKU **29**

4.1 Historie univerzit třetího věku 29

4.2 Univerzita třetího věku v České republice 30

4.2.1 Asociace Univerzit třetího věku 31

4.3 Univerzita třetího věku na Univerzitě Karlově 32

4.3.1 Organizační struktura UK 32

4.3.2 Fakulta tělesné výchovy a sportu na UK 33

4.3.3 Program FTVS 34

4.4 Univerzita třetího věku na Českém vysokém učení technickém 35

4.4.1 Organizační struktura ÚTVS 35

4.4.2 Ústav tělesné výchovy a sportu ČVUT 35

4.4.3 Program na ČVUT 37

5 LEKTOR NA UNIVERZITĚ TŘETÍHO VĚKU 39

5.1 Činnost edukátora 39

5.2 Metodické postupy 41

PRAKTICKÁ ČÁST 43

6 VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ ZALOŽENÉ NA VZDĚLÁVÁNÍ A SPOKOJENOSTI SENIORŮ NA U3V 43

6.1 Popis a cíle výzkumu 43

6.2 Hypotézy výzkumu 44

6.3 Zkoumaný vzorek 45

6.4 Harmonogram výzkumu 45

6.5 Interpretace získaných dat 46

6.5.1 Dotazníkové šetření 46

6.5.2 Otázky garantům 67

6.5.3 Vyhodnocení hypotéz 69

7 NÁVRHY A DOPORUČENÍ 72

7.1 Oblast výuky 72

7.2 Oblast lektorů 73

7.3 Náročnost studia 73

ZÁVĚR 74

SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ 77

SEZNAM ZKRATEK 83

SEZNAM OBRÁZKŮ, TABULEK A GRAFŮ 85

SEZNAM PŘÍLOH 88

ÚVOD

Vzdělávání seniorů je fenomén dnešní doby. Vzhledem k prodlužování délky života se prodlužuje i věková kategorie starých a velmi starých seniorů, což může být zapříčiněno evolucí obyvatelstva, a především zvýšením kvality péče ve zdravotnictví. Autorka považuje za důležité, aby se zvýšil zájem o seniory, kteří mohou být užiteční pro trh práce k předání svých znalostí a zkušeností, které nasbírali během svého života.

Fenoménem stárnutí se zabývá řada českých i zahraničních autorů, kteří se snaží definovat proces stárnutí. Dále se snaží přinést seniorům poznatky o možnostech, jak produktivně využít svůj volný čas po odchodu do penze. Někteří senioři tráví svůj volný čas se svou rodinou, jiní pokračují v předešlých aktivitách nebo se najdou tací, kteří mají zájem o další vzdělávání. Na druhé straně zůstávají senioři, kteří nejsou schopni svůj volný čas aktivně využít, což může vést k prázdnotě v jejich životě. Z těchto důvodu je důležité, aby se našly takové aktivity pro seniory, které budou efektivní a užitečné pro seniory samotné. V současnosti se považuje za přínosnou aktivitu vzdělávání seniorů. Jednou z možností využití volného času jsou univerzity třetího věku. Ty přinášejí seniorům rozhled v moderním světě, pomáhají posluchačům rozvíjet a osvojovat nové dovednosti a znalosti či mohou sloužit ke sběru nových zkušeností a k jejich následnému využití v osobním životě. Univerzity třetího věku neslouží pouze ke vzdělávání, ale i k navazování nových vztahů a přispívají ke zlepšování fyzické a psychické stránky člověka. Nutno podotknout, že se nejedná pouze o univerzity třetího věku, ale provozují se i jiné formy edukace, které mohou vést ke spokojenému životu v postproduktivním věku.

Autorka práce se o seniory zajímá od středoškolských let, kdy její závěrečná práce popisovala a navrhovala animační program na sportovní aktivity v domově pro seniory v Libochovicích. V současnosti se autorka věnuje lektorské činnosti ve fitness centru, kde cvičí s řadou seniorů a snaží se o zlepšení jejich fyzické a psychické stránky. Z tohoto důvodu si autorka vybrala téma, které souvisí s osobami v postproduktivním věku, které se věnují sportovním aktivitám na dvou univerzitách třetího věku v Praze.

Mezi dvě výše zmiňované univerzity třetího věku patří Univerzita Karlova – Fakulta tělesné výchovy a sportu (UK FTVS) a Ústav tělesné výchovy a sportu na Českém vysokém učením technickém (ÚTVS ČVUT). Cílem této diplomové práce je komparace spokojenosti se vzděláváním na výše zmiňovaných univerzitách a zjištění dílčí spokojenosti s celkovou úrovní vzdělávání, výukou, lektory. Při zjištění nespokojenosti z výše uvedených cílů autorka práce doporučuje a navrhuje způsoby ke zlepšení spokojenosti na vybraných univerzitách.

Diplomová práce je rozdělena na část teoretickou a praktickou. Teoretická část je věnována podrobné charakteristice pojmů stáří a stárnutí, které je doplněno periodizací seniorského věku a pojednává o pojmu senior. Tato kapitola se věnuje i demografickému vývoji v obecné rovině, který je doplněn o demografický vývoj v Praze. V této kapitole autorka popisuje Světovou zdravotnickou organizaci, která se rovněž zabývá stárnutím populace. V následující kapitole je definována vědní disciplína gerontagogika a její postavení v oblasti věd včetně jejích funkcí. Mezi hlavní kapitoly patří edukace seniorů, která je doplněna o funkce, formy a následné problémy související s učením se v seniorském věku. Následně se autorka práce zabývá historií univerzit třetího věku a detailně popisuje dvě zmíněné univerzity třetího věku od jejich historie přes organizační strukturu až po jejich současnost. Poslední kapitola teoretické části se zabývá kompetencemi edukátora ve vzdělávacích institucích, které pojednávají o jeho činnostech, metodologických postupech a jsou navržena doporučení, jak správně přistupovat k seniorům během výuky.

Praktická část diplomové práce se zabývá samotným výzkumem na výše uvedených univerzitách. Ke sběru dat slouží dotazníkové šetření rozdané posluchačům a sestavení otevřených otázek formou dotazníku a rozhovoru garantce na UK FTVS a organizátorce ÚTVS ČVUT. Výzkumu se zúčastňují posluchači končících ročníků na UK FTVS a posluchači na ČVUT ÚTVS, kteří jsou doplněni o bývalé absolventy programu. Zjištěná data jsou v diplomové práci vyhodnocena, schematicky znázorněna a následně použita k ověření stanovených hypotéz.

Získání dat a informací, které jsou obsaženy v diplomové práci, bylo vzhledem k vysoké vytíženosti posluchačů, garantů, organizátorů a lektorů velmi náročné a vyžadovalo i účast na plavbě se seniory na dračích lodí ČVUT – viz příloha.

TEORETICKÁ ČÁST

1 STÁŘÍ A STÁRNUTÍ

V podvědomí lidí je stáří a stárnutí spojováno s lidmi, kteří dosáhli vysokého věku. Otázkou však zůstává, kdo a odkdy je člověk starý? Odpověď na tuto otázku můžeme nalézt v následujících kapitolách. Každý senior své staří prožívá jinak, někteří mohou mít pocit smutku z dovršení důchodového věku, jiní pociťují blaženost ze startu nové etapy života. Zkoumání stáří a jeho náležitosti jsou fenoménem dnešní doby, kterou se zabývá řada českých i zahraničních autorů. V literárních dílech se snaží o zlepšení životní situace starší generace a o vytváření lepších cest, které mohou vést ke šťastnému a produktivnímu stáří.

1.1 Charakteristika pojmů stáří a stárnutí

Jednou z definic o stárnutí je tvrzení, že se jedná o *„závěrečnou fázi lidského vývoje a je třeba ho posuzovat jako součást kontinuální proměny. Avšak právě proto, že se jedná o proměnu kontinuální, je nesnadné nalézt uspokojivou definici okamžiku, ve kterém končí střední věk a začíná stáří“* (Hamilton, 1999, s. 18).

Stárnutí je nezvratný proces, který je nedílnou součástí v životní etapě člověka (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 59).

Mühlpachrt definuje stáří jako *„obecné označení pozdní fáze ontogeneze, která je přirozeným průběhem života. Je důsledkem a projevem geneticky podmíněných involučních procesů modifikovaných dalšími faktory a je spojeno s řadou významných sociálních změn“* (2005, s. 16).

„Stáří je označováno za pozdní fázi ontogeneze, která završuje lidský život. Souhrnně jde o projev a důsledek involučních změn funkčních i morfologických, probíhající druhově specifickou rychlostí s výraznou interindividuální variabilitou a vedoucích k typickému obrazu označovanému jako fenotyp stáří“ (Čevela, Kalvach, Čeledová, 2012, s. 19).

Charakteristiky stáří a stárnutí nejsou v literatuře jednoznačně vymezeny. Dle autorky má každý autor na stáří individuální pohled, což může být zapříčiněno i tím jaký postoj

ke stáří mají. V jednom se autoři shodují, že stáří je součástí lidského života, který je přirozenou etapou člověka. Řada autorů českých i zahraničních se snaží o periodizaci seniorského věku, která má své měřítko, které uvádí ve své publikaci Ian Hamilton (1999, s. 19):

1. Chronologický (kalendářní) věk závisí na datu narození, které je jasné a vymezitelné.
2. Sociální věk poukazuje na změny sociálních rolí. Jedním z prvních ukazatelů stáří je dosažení věku, kdy jedinci vznikne nárok na odchod do starobního důchodu. Je to spojeno i s postojem ve společnosti, kde se očekává klidné a usedlé chování od lidí, kteří překročili šedesát let.
3. Biologický věk vypovídá o tom, jakým životem žijeme. Zahrnuje celkový stav organismu, který se zabývá funkční zdatností jedince. Biologické stáří se nedá přesně stanovit. Často se poukazuje na pokles výkonnosti a zdatnosti, které jsou spojeny s chorobami ve vyšším věku (Mühlpachr, 2004, s. 19).
4. Psychologický věk je spojen s psychickým stavem jedince, který si je vědom svého vlastního věku.

1.2 Periodizace seniorského věku

Z předchozí kapitoly je patrné, že není jednoduché definovat a kategorizovat seniorský věk. Přesto se řada autorů i společností snaží o členění stáří za pomocí kalendářního (chronologického) stáří, kterému se někteří jedinci mohou značně vymykat. V 60. letech minulého století vyčlenila mezinárodně uznávaná Světová zdravotnická organizace (WHO) hranici pro stáří věk 60 let. Tím, jak ve vyspělých státech populace stárne, tak se prodlužuje délka života a dochází k posunu věkové hranice na věk 65 let (Mühlpachr, 2009, s. 20). Níže uvedená periodizace nijak nesouvisí s ontogenezí mužů a žen, ale souvisí s potřebami ve společnosti vůči seniorům (Mühlpachr, 2005, s. 18). Pro porovnání autorka uvádí jiné autory, kteří člení seniorský věk.

Světová zdravotnická organizace kategorizuje stáří (WHO, online, cit. 2019-01-23) následovně:

- 60–75 let rané stáří;
- 75–90 pokročilý věk, vlastní stáří;

- 90 a více let, vysoký věk, dlouhověkost (Říčan, 2006, s. 332).

Americká geriatrická společnost člení staří na (Veteška, 2016, s. 155):

- mladší stáří 65–74 let;
- stáří 75–84 let;
- velmi staří 85–94 let;
- dlouhověkost 95+ let.

Jedno z členění z poslední doby pochází od Mühlpachra (2005, s. 18) a je vymezeno takto:

- mladí senioři 65–74 let;
- staří senioři 75–84 let;
- velmi staří senioři 85 a více let.

Autoři Čevela, Kalvach a Čeledová (2012, s. 28) přišli s tímto členěním:

- počínající stáří (mladí senioři, young old) 60/65–75 let;
- vlastní stáří (staří senioři, old-old) 75–84/89 let;
- dlouhověkost (velmi staří senioři, oldest old) 85/90 a více.

Z výše uvedeného členění můžeme určit, že stáří začíná ve věku 65 let a je považováno za prvotní fázi stáří. Haškovcová doplňuje že, zvyšováním věkové hranice pro odchod do důchodu se zvyšuje i věkové pásmo a tím má rané stáří věkovou hranici 65–74 let (2010, s. 21). Dále si lze všimnout, že autoři se shodují ve věkové hranici 75 let, která je důležitým ontogenetickým bodem (Mühlpachr, 2005, s. 18). Dle autorky to může být spojeno s odchodem do penze, kdy senioři už nejsou ekonomicky aktivní.

V literatuře se setkáme s pojmem dlouhověkost, což je označení pro věk nad 90 let. Přestože dlouhověkých jedinců není mnoho, tak se v dnešní době zvyšuje věkový průměr zapříčiněný životní úrovní člověka. S dlouhověkostí je spojena i maximální délka života odhadující se okolo věku 125 let (Mühlpachr, 2005, s. 18).

V současné době se objevuje pojem třetí věk, který je spojen s periodizací sociálního stáří. Tato sociální role člověka se člení podle Mühlpachra (2004, s. 19) do čtyř období neboli věků:

1. První věk se rozumí období dětství a mládí, které je spojeno s růstem, vývojem, profesní přípravou a získáváním kompetencí. Označuje se jako předproduktivní.
2. Druhý věk je charakterizován jako období dospělosti, kde jedinec zakládá rodinu a je připraven do profesního života. Označována je jako produktivní.
3. Třetí věk představuje odchod do důchodu a ukončení profesní dráhy, tzv. postproduktivní období. V současné době je pojem třetí věk spojen s univerzitou třetího věku.
4. Čtvrtý věk je období, kdy jedinec není samostatný a potřebuje pomoc okolí (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 54).

Autoři nám předkládají řadu literárních děl o vymezení či periodizaci stáří, které se do značné míry podařilo vytyčit. Toto tvrzení je dle názoru autorky otázkou či názorem konkrétní společnosti. Existují společnosti, kde stáří/smrt mívá daleko větší váhu než u nás ve střední Evropě. Tudíž výše uvedené věkové rozhraní je individuální a pouze orientační.

1.3 Pojem senior

Senior je všeobecně považován společností za starého člověka, který dosáhl starobního důchodu. V odborné literatuře se můžeme setkat s různými pojmy, které označují osoby v období stáří. Jedná se především o pojmy „geront“ v oboru gerontologie, „senescent“ v psychologii či jinde označováni jako „staří lidé“ či „důchodci“ (Petřková, Čornaničová, 2004, s. 27). Dnešní společnost používá čím dál více pojem senior, který není jednoznačně vymezen. Senior je považován za významově neutrální a je pozitivně přijímán dnešní společností (Petřková, Čornaničová, 2004, s. 27). Tento pojem využívají především média, politici a jsou označovány i domy pro seniory, projekty pro seniory apod. (Senioři České republiky, z. s., online, cit. 2019-02-06). Toto tvrzení Špatenková a Smékalová vyvracejí *„naše společnost není zvyklá používat tento pojem jako neutrální (junioři vs. senioři), nebo dokonce mající pozitivní konotaci (zkušený, znalejší, jako je tomu např. v personalistice)“* (2015, s. 48). Dle Českého statistického úřadu (ČSÚ) *„senior není právní ani statistickou kategorií, ale spíše kategorií sociologickou“*. Jednoduše lze říci, že chronologický věk není jednoznačným

ukazatelem pro zařazení osob do skupiny senior (ČSÚ 2012, online, cit. 2019-02-05). Z důvodu zvyšujícího se zájmu o seniory je dle názoru autorky důležité vymezit právně pojem senior, který může dát ucelený obraz organizacím, vzdělávacím institucím, ale i samotným seniorům. Šerák ve své publikaci uvádí, že pojem senior byl donedávna označován pro osoby starší 60 let, ale věková hranice se začala posouvat na 65 let (2009, s. 183). Tuto hranici posunul v roce 2012 i ČSÚ z 60 let na 65 let (ČSÚ 2012, online, cit. 2019-02-05). Z výše uvedeného tvrzení je zřejmé, že pomyslná hranice seniora je okolo věku 60 až 65 let. Autorka práce bude pracovat jak s pojmem senior, tak s věkovou hranicí 65 let.

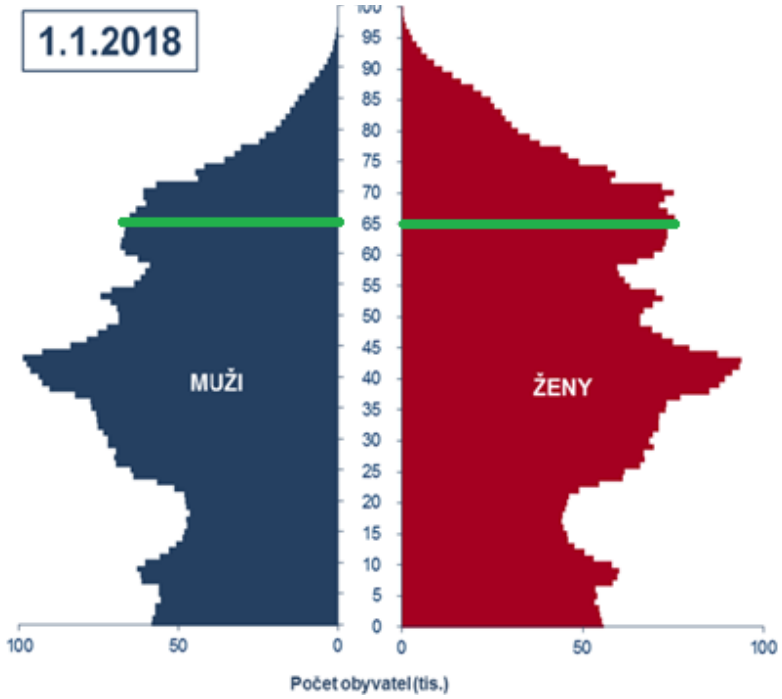
1.4 Demografický vývoj

Jedním z problémů vyspělých zemí v 21. století je proces stárnutí populace, kde se Evropa společně s Českem budou muset připravit na zvyšování průměrné délky života. Problematikou se zabývá nejen Český statistický úřad (ČSÚ), ale i Přírodovědecká fakulta na Univerzitě Karlově.

Dle projekce ČSÚ se při střední variantě v roce 2021 bude na území Česka nacházet téměř 20,4 % obyvatel starších 65 let, což je přibližně 2, 2 mil. obyvatel. V roce 2031 se předpokládá zvýšení počtu seniorů starších 65 let o 11 %, přičemž se zvýší střední délka života u obou pohlaví o 1,5 roku. *„Na přelomu 40. a 50. let tohoto století lze očekávat vyšší počet obyvatel ve věku 70–74 let než ve věku 65–69 let, v polovině 50. let pak i počet osob ve věku 75–79 let vyšší než v mladších věkových skupinách, a to nejen v rámci seniorské složky, ale také v rámci celé populace.“* V roce 2061 se oproti roku 2018 očekává nárůst obyvatel starších 65 let o zhruba 1,1 mil., což je nárůst o 55, 7 %. V roce 2071 se očekává pozvolný pokles populace lidí starších 65 let o zhruba 8 %, což je přibližně 255 tis. (projekce ČSÚ 2018, online, cit. 2019-01-30).

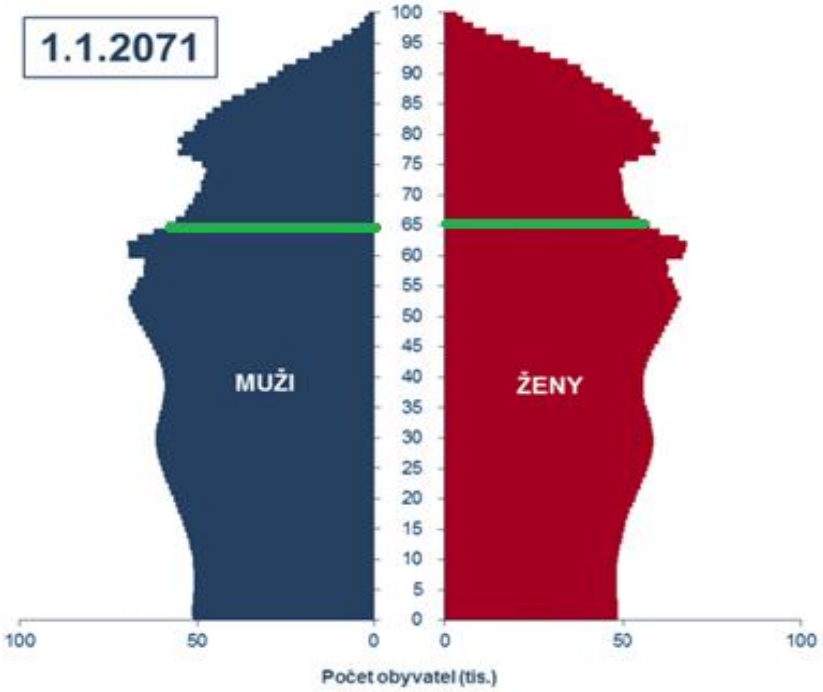
Pro představu autorka práce uvádí grafy obyvatelstva pro rok 2018 a 2071, kde je barevně označena věková hranice 65 let. Obrázek 1 udává počet obyvatel pro rok 2018 a Obrázek 2 počet obyvatel pro rok 2071. Z níže uvedených obrázků můžeme vidět, jak populace lidí bude klesat, a to nejen u věkových kategorií 65 let a výše. Dále je patrné, že věková hranice se značně posunuje k dlouhověkosti 90+, což může být do budoucna zapříčiněno dalším posunem ve vědě, ve zdravotnictví apod.

Obrázek 1: Očekávané složení obyvatelstva podle pohlaví a věku 2018, střední varianta



Zdroj: Projekce ČSÚ, online, cit. 2019-01-30

Obrázek 2: Očekávané složení obyvatelstva podle pohlaví a věku 2071, střední varianta



Zdroj: Projekce ČSÚ, online, cit. 2019-01-30

Autoři Sak a Kolesárová jsou toho názoru, že osoby ve věku 65 let a vyšším mají větší pravděpodobnost na dožití se vyššího věku, jelikož se u nich mohly projevit zdravotní obtíže už dříve, než je tomu u mladých lidí. Dále ve své publikaci uvádějí příčiny na dožití vyššího věku (2012, s. 91), které jsou dle jejich názorů následující:

- jedná se především o genetiku rodu. Pokud jsou v rodině předci, kteří měli dlouhý život, tak tuto pravděpodobnost na vyšší věk má i budoucí generace;
- většinou se ženy dožívají vyššího věku než muži;
- astenický typ lidí, jejichž stavba těla má např. dlouhé končetiny a úzký obličej, žije delší život;
- prokazatelným ukazatelem na delší život jsou i přiměřené stravovací návyky;
- muži, kteří jsou ve svazku manželském po delší dobu, se dožijí 70 a více let, u žen se toto nepotvrdilo;
- čas strávený ve škole má také pozitivní účinky na délku života. *„podle vědců jediný rok prodloužení studia prodlouží život průměrně o 18 měsíců“;*
- mezi nejdéle žijící obyvatele patří Asiaté, a to díky jejich stravě, která zahrnuje hlavně rýži, zeleninu a ryby;
- na délku života mají pozitivní vliv vitamíny, které přispívají ke zvýšení imunitního systému. Tyto vitamíny jsou obsaženy v zelenině, ovoci, lesních plodech apod.;
- v neposlední řadě na délku života má vliv i fyzická aktivita, která by měla být hodinu denně.

Šerák je toho názoru, že *„celkové stárnutí populace bude do budoucna představovat velmi závažný sociální i ekonomický problém, který se projeví v nabídce sociální pracovní síly, v efektivnosti důchodového systému nebo systému zdravotní péče*“ (2009, s. 186). Veteška zmiňuje také sociálně-ekonomickou krizi a doplňuje ji o politickou, která postihne především rozvojové země (2016, s. 151). Markku Lehto (In: Ilmarinen, 2008, s. 11) je toho názoru, že není potřeba být v těchto věcech skeptický, jelikož senioři jsou nyní oproti minulosti více fyzicky aktivnější a zdatnější.

1.4.1 Světová zdravotnická organizace

S demografickým stárnutím souvisí koncept aktivního stárnutí, který přijala Světová zdravotnická organizace (WHO). Aktivní stárnutí znamená *„proces optimalizace příležitostí pro zdraví, účast, ochranu a pro zlepšení kvality života při stárnutí“* (WHO – Active Ageing A Policy Framework, online, cit. 2019-01-27).

Slovo „aktivní“ znamená soustavně se začleňovat do sociálních, ekonomických, kulturních, spirituálních a veřejných aktivit, a především být fyzicky aktivní nebo být součástí trhu práce. Starší lidé, kteří odešli do starobního důchodu, nebo ti, kteří jsou nemocní či zdravotně postižení, mohou zůstat aktivními přispěvateli do svých rodin, komunit či skupin. Cílem aktivního stárnutí je zvýšit očekávanou délku dožití bez fyzických a psychických omezení a kvalitu života pro všechny lidi, kteří stárnou, i pro ty, kteří jsou závislí na pomoci druhých (WHO – Active Ageing A Policy Framework, online, cit. 2019-01-27).

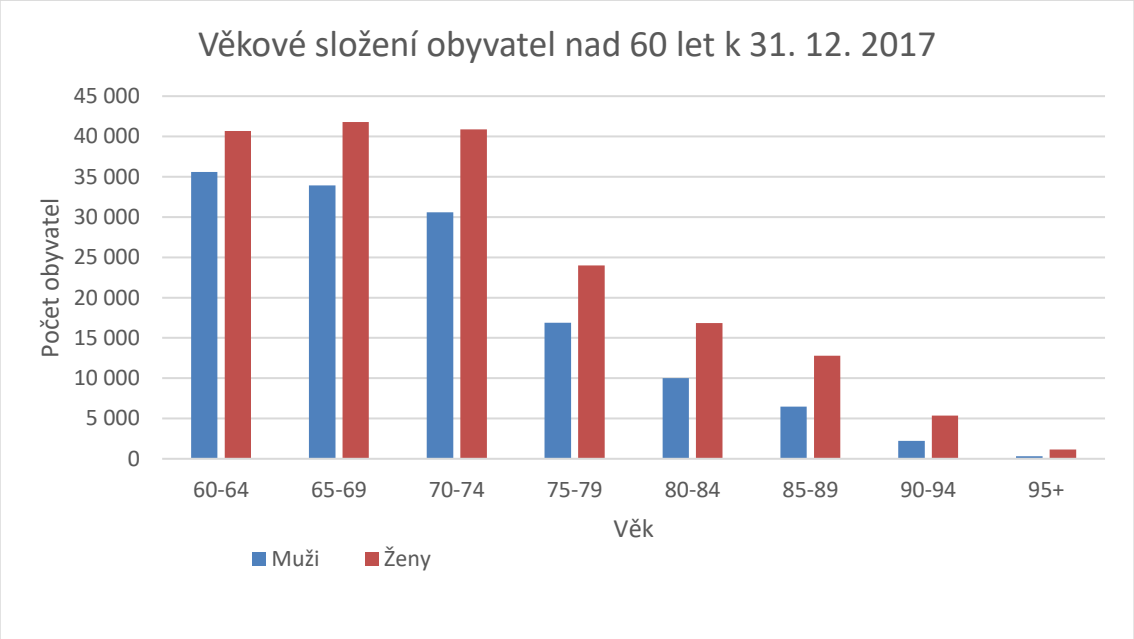
„Zdraví“ zahrnuje dle definice WHO *„zdraví fyzické, psychické a sociální*“. Ve spojení s aktivním stárnutím je psychické a sociální zdraví stejně důležité jako fyzické zdraví. Udržení autonomie a nezávislosti je při stárnutí pro jedince i skupiny velice důležité. Nicméně stárnutí nezahrnuje jen dotyčného jedince, ale i celé jeho okolí (spolupracovníky, kamarády, rodinu, sousedy atd.), a proto je zároveň důležité jisté spolehnutí a dobré vztahy mezi těmito skupinami. Zároveň je důležitá solidarita (oboustranné dávání a přijímání mezi jednotlivci, např. mezi jednotlivými generacemi (děda s vnukem). Včerejší dítě je dnes rodičem a zítra prarodičem. Kvalita života ve stáří závisí na zkušenostech a příležitostech, které jedinec využil během svého života a také na vzájemné mezigenerační pomoci a podpoře (WHO – Active Ageing A Policy Framework, online, cit. 2019-01-27). Špatenková a Smékalová jsou toho názoru, že *„koncept aktivního stárnutí je prezentován jako určité řešení nejen pro společnost, ale i seniory samotné“* (2015, s. 12).

1.4.2 Demografický vývoj v Praze

Diplomová práce je zaměřena na území Česka, zejména v hlavním městě Praha. Počet obyvatel v Praze k 31. prosinci 2017 činil 1 294 513 mužů i žen. Průměrný index stáří

v hlavním městě byl pro muže 97,3 a pro ženy 145,7. Index stáří vyjadřuje, kolik obyvatel starších 65 let připadá na 100 dětí do 15 let (ročenka ČSÚ 2017, online, cit. 2019-01-14). Tento faktor může ovlivnit počet seniorů, kteří se vzdělávají v různých vzdělávacích institucích. Z níže uvedeného grafu je patrné, že ženy převažují nad muži, a to ve všech věkových kategoriích. V Praze v roce 2017 převažovala věková kategorie v rozmezí 60 až 74 let. V grafu jsou zastoupeny i obyvatelé 90+, kterým se přezdívá dlouhověcí. Dlouhověkých jedinců postupně přibývá a na území Prahy se zvýšil počet dlouhověkých oproti roku 2016 u mužů o 5,65 % a u žen o 2,54 % (ročenka ČSÚ 2016, online, cit. 2019-01-14).

Graf 1: Věkové složení obyvatel nad 60 let hlavního města Prahy k 31. 12. 2017



Zdroj: Demografická ročenka ČSÚ 2017, online, cit. 2019-01-14

2 GERONTAGOGIKA

V současnosti se zabývá pojmem stáří a stárnutí řada pedagogických oborů či vědních disciplín. Jednou z disciplín zabývajících se výchovou a vzděláváním seniorů je gerontagogika. V dnešní době se pojem vzdělávání a výchova seniorů nepoužívá a byl nahrazen termínem edukace seniorů. V literatuře se můžeme setkat s pojmy *gerontopedagogika* (Mühlpachr, 2009), *gerontagogika* (srov. Beneš 2003; Špatenková 2015), *gerontogogika* (Kalvach a kol., 2004), s *geragogikou* na Slovensku (Čornaničová, 1998) (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 17). Tato vědní disciplína je poměrně mladá, a tak nemá přesně stanovený jednotný název. Autorka diplomové práce pracuje s termínem gerontagogika.

Tento pojem pochází s řeckého gerón = stařec; agein, agore = vést. První zmínka byla napsána v roce 1962 Otto Friedrichem Bollnoewen o výchovné pomoci seniorům, aby zvládali životní situace ve stáří (Průcha, Veteška, 2014, s. 118). Definice od autorů Průchy a Vetešky zní *„jedná se o andragogickou disciplínu, která se zabývá výchovou a vzděláváním dospělých a seniorů, v kontextu výchovy a vzdělávání ve stáří a učení se stárnout“* (Tamtéž, s. 118). Nutno podotknout, že s gerontagogikou souvisí gerontologie, která přináší gerontagogice znalosti *„o stáří a starých lidech. Zkoumá zákonitosti, příčiny a projevy stárnutí, problematiku života starých lidí a života ve stáří“* (Čevela, Kalvach, Čeledová, 2012, s. 63). V užším smyslu gerontagogika sbírá poznatky z pedagogiky zaměřující se na děti a mládež a andragogiky zabývající se dospělými jedinci (Mühlpachr, 2004, s. 11). Naopak v širším pojetí se opírá o poznatky z psychologie, filozofie, práva, sociologie, andragogiky, demografie a etiky (Špatenková 2015, Mühlpachr 2004, Čornaničová 2004).

2.1 Předmět gerontagogiky

V roce 1979 vymezil Emil Livečka předmět gerontagogiky jako *„teorii výchovy a vzdělávání ke stáří a ve stáří“* (In: Špatenková, Smékalová, 2015, s. 31). Gerontagogika patří mezi pedagogické vědy zabývající se vědou o výchově. Jde o vymezení základních faktorů, které ovlivňují edukaci seniorů (Průcha, 2009, s. 745). Čornaničová ve své literatuře vymezuje tato klasifikační kritéria (2007, s. 10):

1. **Z hlediska generačně-cílové orientace edukačních aktivit**:
   - preseniorská edukace – příprava na stáří;
   - vlastní edukace seniorů – vzdělávací aktivity;
   - proseniorská edukace – pozitivní přístup a mezigenerační porozumění seniorů.

2. **Z hlediska specializačních aspektů andragogiky jako předmět gerontagogiky zahrnuje:**
   - kulturně-osvětově orientovanou edukaci;
   - sociálně zaměřené edukační programy pro seniory;
   - profesně orientované edukační aktivity (Petřková, Čornaničová, 2004, s. 19).

Jiní autoři, například Balogová člení gerontagogiku z hlediska sociálně-výchovné péče o seniory, kulturně-osvětové práce se seniory a profesně dalšího vzdělávání seniorů (2005, s. 118–119).

2.2 Postavení gerontagogiky

Z hlediska andragogiky je gerontagogika považována za andragogickou disciplínu, jelikož senioři jsou zařazeni mezi dospělé jedince (Petřková, Čornaničová, 2004, s. 21). Palán a Langer definují andragogiku jako *„vědu o vzdělávání dospělých, výchově a péči o dospělé, respektující všestranné zvláštnosti dospělé populace a zabývající se jejím rozvojem ve vše fázích jeho životní dráhy“* (Palán, Langer, 2008, s. 37). Celoživotní vzdělávání seniorů je cílem ve všech vyspělých zemích, které mají dostupnost vysokých škol. Vytvářejí pro seniory takové vědní obory, které pomáhají k přípravě na stáří. Petřková a Čornaničová třídí gerontagogiku ve vztahu ke třem dimenzím (2004, s. 21):

1. Ve vztahu k vědám o výchově – má společný předmět a metody zkoumání. Odlišnost nastává v zaměření na věkovou skupinu.
2. Ve vztahu k andragogice – jsou v úzkém vztahu, jelikož senioři jsou považováni za dospělé jedince.
3. Ve vztahu ke gerontologickým disciplínám – senioři jsou společnou cílovou skupinou, ale gerontagogika má jiné metody.

2.3 Funkce gerontagogiky

Autorky Petřková a Čornaničová stanovují funkce, které mohou být pro gerontagogiku přínosem (2004, s. 23):

- kognitivní funkce – slouží především k získání nových poznatků, které působí na člověka v seniorském období;
- kulturní a edukační funkce – snaží se udržet základní úrovně ve všech věkových skupinách ve společnosti. Nejedná se pouze o rozšiřování poznatků, ale o rozvoj kultury ve společnosti;
- společensko-informační funkce – eliminuje mezigenerační konflikty pomocí všech dostupných prostředků, které vedou k porozumění ve společnosti;
- aktivizačně-stimulační funkce – hledá a podporuje motivaci seniorů ke vzdělávání a pozitivně seniory ovlivňuje k dalšímu rozhodnutí;
- prognostická funkce – pomocí tezí se snaží nalézat odpovědi k edukaci seniorů.

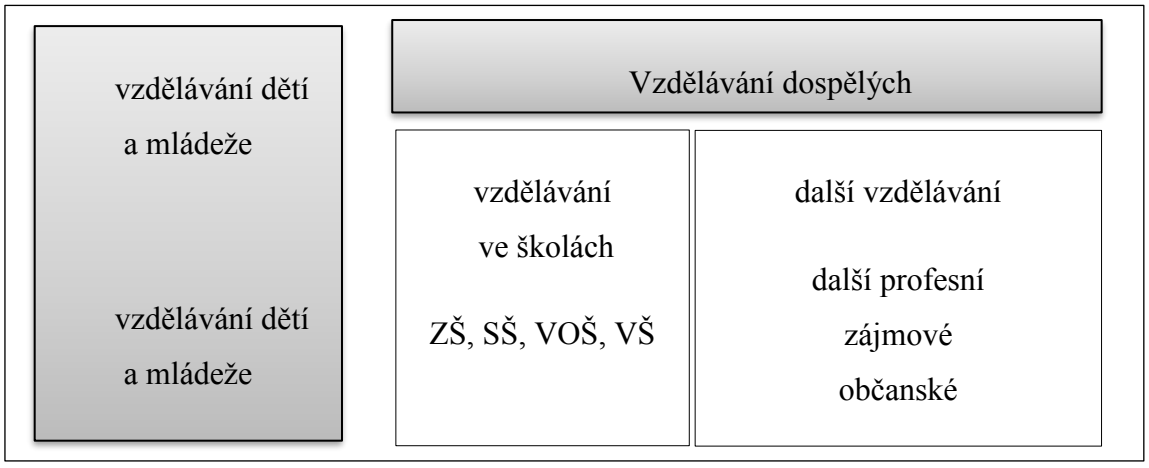
Výše uvedené funkce mohou být doplněny o funkci kritickou, světonázorovou nebo kulturně-axiologickou (Průcha, 2009, s. 746).

Špatenková a Smékalová píší, že objektem gerontagogiky je starší dospělý (2015, s. 47), což úzce souvisí s andragogikou, která se zabývá výchovou a vzděláváním dospělých jedinců. Andragogika dospělého jedince vymezuje jako *„člověka vyzrálého a vyspělého sociálně, citově, biologicky, sociologicky, mentálně a který absolvoval minimálně základní vzdělání“* (Palán a Langer, 2008, s. 38). Zájem o tyto vědní disciplíny roste, což může přispívat k většímu zájmu o seniory, který bude do budoucna nepostradatelný. Z důvodu zvyšování průměrného věku považuje autorka za důležité, aby se senioři vzdělávali a byli přínosem pro možné usazení se na trhu práce či k předání zkušeností a poznatků, které nasbírali během let. Z jiného hlediska může jít o pouhé vyplnění volného času a prohloubení si nových poznatků. Dnešní doba přináší seniorům velké množství aktivit na vzdělávání v postproduktivním věku, které prohlubuje tyto poznatky.

3 EDUKACE SENIORŮ

Nejstarší dochované záznamy o vzdělávání seniorů jsou již z doby před Kristem. Samotný Jan Amos Komenský ve svém díle *Pampaedia* z roku 1656 navrhl rozšířit školu natolik, aby se člověk mohl vzdělávat celý život. Komenský navrhl tzv. osm škol, které představovaly vývoj člověka. Jedna z osmi škol se nazývala škola stáří, která představovala vrchol lidské moudrosti (In: Hendrich, 1948). V minulosti vzdělávání seniorů bylo dlouhou dobu přehlíženo, jelikož tento věk byl spojován s nemocemi, ztrátami apod. (Průcha, 2008, s. 483). Za významnou se dají považovat léta šedesátá a sedmdesátá minulého století, která byla přínosem pro rozvoj vzdělávání dospělých. Mezinárodní organizace rozvíjely pojem celoživotního vzdělávání (UNESCO, OECD apod.) (Beneš, 2008, s. 26). V roce 1996 začaly vznikat dokumenty o celoživotním učení a vzdělávání. Senioři jsou součástí tohoto dokumentu, který by měl pomoci k aktivnímu trávení času. Celoživotní učení je chápáno jako *„formální a neformální učení, které si klade za cíl dosáhnout lepších znalostí, dovedností a předpokladů*“ (Memorandum o celoživotním učení, 2001, s. 3). Veteška (2016, s. 97) chápe celoživotní vzdělávání jako *„záměrnou a společensky uznávanou činnost vyžadovanou společností*“ (Tamtéž, s. 97). Celoživotní učení a vzdělávání si prošlo mnoha inovativními změnami, a proto se v dnešní době používá celoživotní učení místo vzdělávání. Celoživotní učení se zajímá o vzdělávání seniorů prostřednictvím univerzit třetího věku (dále U3V), akademie třetího věku apod. Senioři se většinou účastní více zájmového vzdělávání, než toho profesního či občanského (Palán, Langer, 2008, s. 93).

Obrázek 3 Členění a struktura celoživotního vzdělávání



Zdroj: Palán a Langer (2008, s. 95)

Vzdělávání seniorů je nový trend, který dal možnost seniorům vzdělávat se v postproduktivním věku. Mezi hlavní důvody patří, že senioři získávají nové dovednosti a vědomosti a tím se otevírají cesty pro vznik dalších vědních oborů souvisejících s výchovou a vzděláváním dospělých a seniorů (Tomczyk, 2015, s. 56). Populace starších lidí roste a je zapotřebí seniory začleňovat a zapojovat do vzdělávacích aktivit. Šerák ve své publikaci upozorňuje na důležitost odborných znalostí v pozdním věku, které mohou být do budoucna přínosem (2009, s. 123). Senioři mají za sebou životní události, během kterých nasbírali zkušenosti a dovednosti, které mohou zdokonalovat a prohlubovat.

Prvním předpokladem pro vznik edukačních aktivit pro seniory je přesvědčení, že každý člověk je schopen se učit v každém věku. Edukace seniorů nespočívá pouze v získávání vědomostí, zahrnuje i rozvoj seberealizace (Petrková, Čornaničová, 2011, s. 50). Vzdělávací instituce či organizace by neměly na seniory v postproduktivním věku vyvíjet nátlak a uvědomit si, že činnost ze strany účastníků je dobrovolná. Důležitým faktorem pro podílení se seniorů na dalším vzdělávání je motivace, která mnohdy závisí na předchozím vzdělání a na druhu vzdělání seniora. Jeden z motivů k edukaci v postproduktivním věku je sociální kontakt, snaha najít smysl života a zvládání psychické a fyzické zátěže (Beneš, 2008, s. 90).

Edukace seniorů má svoje cíle přizpůsobené cílové skupině, tedy seniorům. Petrková a Čornaničová vytyčily následující čtyři cíle v edukaci seniorů (2011, s. 65):

- zdokonalování a obohacování života;
- porozumění seniorskému věku a jednodušší přizpůsobení na očekávané změny v životě;
- péče a udržení duševní hygieny;
- usnadnit seniorům orientaci v moderních světě.

3.1 Funkce edukace seniorů

Emil Livečka (1979, s. 143–144) vyčlenil ve své publikaci funkce edukace seniorů následovně:

- funkce preventivní – různé kroky, které mají pozitivně ovlivnit proces stárnutí a kvalitu stáří;

- funkce anticipační – důležité jsou znalosti, dovednosti a názory, které si musí jedinec osvojit, aby se dokázal pozitivně rozhodovat v další etapě života (např. odchod do penze);
- funkce rehabilitační – aktivita seniorů spočívá v rozvoji a udržení si duševních sil;
- funkce posilovací – podporuje zájmy, potřeby, schopnosti a snaží se o sociální sloučení seniorů.

Výše uvedené funkce jsou doplněny autorkami Špatenkovou a Smékalovou (2015, s. 38) takto:

- funkce kompenzační – vzdělávací aktivity zvyšují sociální kontakt;
- funkce aktivizační – jedinec se začleňuje do společnosti;
- funkce komunikační – zvyšuje se komunikace s okolním světem;
- funkce relaxační – při smysluplném trávení volného času dochází u jedince k pocitu upokojení;
- funkce mezigeneračního upokojení – prevence napětí a porozumění mezi generacemi.

Edukační funkce mohou seniory pozitivně ovlivnit ve smyslu zvýšení svých osobnostních hodnot či k nabírání sebevědomí, které se v průběhu stáří může vytrácet. Také mohou získávat různé znalosti a dovednosti, které mohou usnadnit průběh stáří. Dle Špatenkové a Smékalové jde o zamezení sociálního vyloučení ze společnosti a vytvoření pozitivního vlivu na zdraví (2015, s. 38).

3.2 Formy edukace seniorů

Mezi nejznámější edukační formy či instituce patří univerzity třetího věku (dále U3V), které umožňují seniorům vzdělávání na vysokých školách. Dále Akademie třetího věku (A3V), Univerzity volného času (UVČ), kurzy či kluby pro seniory. Nesmíme zapomínat ani na sebevzdělávání, které je jednou z forem vzdělávání (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 89). Velkým rozmachem dnešní doby je turistika, rekreace, které nahrazují dnešní edukaci (Fabiś, In: Tomczyk, 2015, s. 56). Vzdělávací aktivity nejsou určeny pouze pro seniory, ale i pro dospělé jedince.

3.2.1 Akademie třetího věku

První Akademie třetího věku byla v roce 1983 otevřena v Přerově. Především ji organizoval Červený kříž, který měl na starost i vzdělávání dospělých (Haškovcová, 2010, s. 136). Tato instituce se nachází především v místech, kde není vysoká škola. Akademie bývá zřizována institucemi (například muzea, kulturní domy, knihovny apod.). Výuka probíhá ve formě přednášek, diskuzí, seminářů, ale i pohybových aktivit (například exkurze, sportovní aktivity apod.). Pro přijetí se nevyžaduje žádné dosažené vzdělání a nekonají se zkoušky, které by ověřily získané znalosti (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 94).

3.2.2 Univerzity volného času

Původní název nesl označení „Nulťák“ neboli „Přípravný kurz pro studium na U3V“, který založila Dana Steinová. V roce 1993 v Praze dala Dana Steinová „nulťáku“ název Univerzita volné času. Jednalo se o to, že senioři po dokončení U3V byli vyčerpaní, a tak přešli na rok na UVČ, aby nabrali síly a pak přešli zase na U3V (Haškovcová, 2010, s. 135). UVČ jsou zřizovány či garantovány vysokými školami. Studentem se může stát osoba starší 18 let, tudíž nejsou jen pro seniory (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 94). UVČ nevyžaduje přijímací řízení a ani závěrečné zkoušky. Absolventi na konci nezískají žádný certifikát o absolvování (Šerák, 2009. s. 196-201). Hlavní složkou motivace je obor, který si absolventi zvolí.

3.2.3 Kluby seniorů

Spadají do sociální péče, které fungují buď jako samostatná zařízení, nebo jako domov pro seniory (Janiš, Skopalová, 2016, s. 95). Formy vzdělávání tvoří besedy, přednášky, zájezdy či návštěvy divadel a jiných kulturních zařízení.

3.2.4 Virtuální univerzita třetího věku

Poměrně mladou formou vzdělávání dnešní doby jsou tzv. Virtuální univerzity třetího věku (dále VU3V), které jsou organizovány vysokými školami. VU3V spočívá ve využití nových komunikačních technologií a internetu. Cílem VU3V je umožnit všem absolventům možnost studia na vysoké škole, bez ohledu na vzdálenost či jiné osobní

důvody (Veteška, 2017, s. 111). Senioři se setkávají v místních konzultačních střediscích, které může zřizovat úřad, informační centra, vysoké školy apod. Senioři skládají závěrečnou zkoušku a následně po každém semestru obdrží zápis do průkazu celoživotního vzdělávání a pamětní list. Po ukončení šesti semestrů mají promoci v aule ČZU v Praze, kde obdrží „Osvědčení o absolvování na U3V“ (Špatenková, Smékalová, 2015. s. 98).

Výše uvedené formy jsou pouhým výčtem edukačních aktivit. Senioři mohou navštěvovat i jiná vzdělávací centra, která slouží k využití volného času např. Seniorská centra, Rozhlasové akademie třetího věku, Experimentální univerzity pro prarodiče a vnoučata apod. (srov. Janiš, Skopalová 2016, Špatenková, Smékalová 2015).

3.3 Učení se v seniorském věku

Učení se v seniorském věku může být pro uchazeče obtížné, a to zejména při osvojování si nových dovedností. Paměť seniorů může obsahovat nedostatky, které mohou být pro vzdělávání bariérou. Klevetová (2017, s. 65–66) ve své publikaci zdůrazňuje potřebu využití seniorského potenciálu z předešlé profese a pomalého navázání na moderní technologie, např. ovládání mobilního telefonu, počítače. Dále zmiňuje další zásady při edukaci seniorů:

- pro pochopení nových věcí potřebují senioři více času a vlastní způsob;
- senior pochopí lépe věci, pokud k tomu má jasné a písemné podklady;
- při předání informací seniorům je třeba dbát na rozdělení informací do několika pasáží;
- během výuky a vzdělávání seniorů je nutné rozvíjet a stavět na jejich kompetencích;
- nalézat u seniorů jejich dovednosti;
- komunikace se seniory musí být zřetelná a pomalá, tak aby nám senior rozuměl;
- při praktických aktivitách je důležité dbát na opakovatelnost kroků od začátku, jedině tak se senior vyhne chybám už v počátcích;
- úkoly pro seniory je lepší dávat s časovým předstihem;

- starý člověk se nebude učit nazpaměť, tudíž je na místě informace spíše opakovat;
- staří lidé potřebují znát hranici svých možností, a k tomu potřebují vědět, co budou dělat a čeho dosáhnou;
- senioři potřebují pochvalu za dobře odvedenou práci, jedině tak budou motivováni k dalším činnostem;
- správnou metodou a přístupem přesvědčíte seniora, že nikdy není pozdě s něčím začít a něco dokázat;
- při skupinovém trénování pohybu, paměti apod. se snažte o následné ocenění seniora a k případnému sdělení, jak to přispívá našemu tělu.

Výše uvedené zásady dávají ucelený přehled, jak by měl vzdělavatel přistupovat k seniorům. Autorka práce je toho názoru, že výše uvedené zásady nemusí být použity jen ve vzdělávacích aktivitách, ale mohou sloužit i v sociálním prostředí, např. pracovnicím v domovech pro seniory nebo lidem, kteří se starají o starého člověka. S postupným vývojem moderních technologií tak nejsou senioři schopni se nové věci rychle adaptovat. Dovednosti a znalosti, které mají z předešlého učení na moderní svět, nestačí (Petřková, Čornaničová, 2004, s. 67). To může seniory demotivovat k dalším činnostem, ať už ve vzdělávání či v osobním životě. Bariéry související se vzděláváním seniorů mohou mít negativní dopad na jejich dosavadní výsledky. Špatenková a Smékalová vyjmenovávají ve své publikaci následující bariéry (srov. Petřková 2006):

- informační – účastníci nejsou schopni či nemají možnost si zajistit či vyhledat dostatečné množství informací ke studiu;
- situační – tato bariéra souvisí s nedostatkem financí seniorů (úhrada za dopravu, kurzy, univerzitní poplatky), nedostatek času (rodinné důvody) nebo různé překážky související s rodinou, velká vzdálenost apod.;
- psychologická – ta je dána především nízkou motivací seniora ke vzdělávání, obavami seniora z učení, strachem z nového či ze špatného přístupu lektora;
- andragogická – obava seniorů tkví v celkové úrovni vzdělávání, která zahrnuje (nedostatek vědomostí z předešlého vzdělání, strach z výuky apod.);
- organizační – jedná se o nabízené programy vzdělávacích institucí, např. časové rozpětí, kvalita služeb, zajištění prostorů apod.

4 UNIVERZITY TŘETÍHO VĚKU

Nejpopulárnější formou vzdělávání seniorů jsou univerzity třetího věku (dále U3V). Jsou považovány za jednu z nejnáročnějších forem ke vzdělávání seniorů. U3V jsou uznané instituce, které umožňují seniorům vzdělávání v nejrůznějších oborech na vysokých školách. Definice od autorů Průchy a Vetešky o univerzitě třetího věku (2014, s. 282) zní *„vzdělávání nabízejí oficiálně uznávané instituce, které umožňují občanům postproduktivního věku (seniorům) studium vysokoškolské úrovně v různých oborech oblastech a vědy"*. Mezi poslání U3V patří poskytovat seniorům dostatečné uspokojování jejich osobních zájmů a dát vědomostem větší rozhled. Dále jde o rozšíření vědomostí a dovedností a otevření se novým poznatkům. *„Mezi hlavní cíle patří seznámení s nejnovějšími poznatky v oblasti vědy, kultury, historie, politiky apod."* U3V plní i sociální funkci a zvyšuje motivaci seniorů ke vzdělávání (Veteška, 2017, s. 104).

4.1 Historie univerzit třetího věku

První zmínka o U3V pochází z roku 1973 od profesora Pierra Vellase z Toulouse na Fakultě práva a ekonomie (Faculté de Droit et de Scinences économiques) Univerzity sociálních věd (Veteška, 2017, s. 103). Vellasovo poslání spočívalo ve zlepšení kvality vzdělávání a zdraví v oblastech zdravotnictví, sociální služby a v lidech, kteří měli zájem o péči seniorů (Adamec, Kryštof, 2011, s. 12). Uchazeči, kteří se hlásili, byli především senioři, kteří se chtěli vzdělávat v jiném oboru, než ve kterém studovali, anebo senioři, kteří neměli možnost studovat v mládí (např. z finančních důvodů, vzdálenosti). Dále nabízeli vhodnou aktivitu pro vysokoškolské pedagogy, kteří odešli do penze (Tomczyk, 2015, s. 57). U3V se dále rozvíjela do jiných kontinentů, kterými jsou Belgie, Švýcarsko, Švédsko, Španělsko, Itálie, ale i Polsko, kde vznikla první U3V roku 1978 založená Halinou Swarzovou. Univerzity třetího věku byly otevírány především na území Evropy. Jiné státy jako např. Spojené státy americké, nejevily o U3V takový velký zájem z důvodu jiného systému vzdělávání a velké vzdálenosti od univerzit (Haškovcová, 2010, s. 128).

Univerzity třetího věku neboli organizace se mohou členit do pěti modelů (Gołdys, Krzyżanoeska, Stec, a Ostrowski In: Tomczyk, 2015, s. 62):

- francouzský model – tento model využívá Polsko, Itálie, Švýcarsko, Německo apod., model je provázán vysokými školami;
- britský model – vzniká ve spolupráci se spolky či sdruženími, kde aktivita je vyvíjena ze strany seniorů, senioři sdílejí své vědomosti, zkušenosti a dovednosti. Nachází se ve Velké Británii, Austrálii a na Novém Zélandu;
- kanadský model – propojuje spolky a vysoké školy, aktivita zahrnuje cesty, výlety, kurzy, semináře apod. Své místo má ve Spojených státech amerických, Kanadě a státech Jižní Ameriky;
- čínský model – je zaměřený na umění, které spočívá v uměleckých aktivitách (např. floristika). Program se nejvíce podobá britskému.

Z výše uvedených modelů Česko využívá francouzský model, který se odehrává na území vysoký škol. Model má svá standardní pravidla, která zahrnují kurzy, semináře apod. Dle názoru autorky jsou modely sestaveny na základě kultury dané země a možností, které mohou nabídnout. Zajímavostí je Čína, která v roce 2004 měla celkem 28 000 U3V, které v té době navštěvovalo 2,3 milionů posluchačů (Tomczyk, 2015, s. 62).

Zájmy západoevropských zemí o problematiku vzdělávání seniorů na U3V jsou různé. Primárním cílem bylo získat informace o procesu stárnutí, kde bylo zjištěno, že při prevenci v oblasti gerontologie je vzdělávání seniorů přínosem při zachování a prohlubování vědomostí, zvyšuje sebevědomí a má pozitivní vliv na reakci k okolnímu světu (Adamec, Kryštof, 2011, s. 15)

4.2 Univerzita třetího věku v České republice

V České republice od 80. let 20. století vznikalo vzdělávání pro seniory, které realizoval Klub aktivního stáří (KLAS) a Červený kříž, který byl zakladatelem Akademií třetího věku. U3V vznikaly právě z Akademií třetího věku, které jsou nadále organizovány na veřejných vysokých školách (Adamec, Kryštof, 2011, s. 22). Na území České republiky vznikla první U3V v roce 1986 v Olomouci na Univerzitě Palackého. Bohužel, univerzita v té době neodpovídala regulím AUITA. Mezinárodně uznanou U3V

byla 1. Lékařská fakulta Univerzity Karlovy v Praze, která zahájila svoji činnost v letech 1987–1988 (Veteška, 2017, s. 104) v čele s děkanem Vladimírem Pacovským, který byl v té době odborníkem na gerontologii a geriatrii. Zájem o studium byl obrovský a na některé studenty se ani nedostalo (Haškovcová, 2010, s. 130). Program první U3V se zaměřoval na medicínské, sociokulturní a sociální prvky, které vedly ke zlepšení aktivity seniorů (Tamtéž, s. 131). Velkým rozmachem byl rok 2000, kdy univerzity zapojovaly do svých studijních programů moderní technologie. V dnešní době se senioři musí učit novým technologiím, které některé univerzity vyžadují. Jedná se především o ovládání počítače, mobilních telefonů atd. (Dvořáčková, 2012, s. 31). V současnosti se univerzity třetího věku rozšířily na všechny veřejné univerzity, které mají pestrou nabídkou programů.

4.2.1 Asociace Univerzit třetího věku

V České republice dříve nefungovala organizace, instituce ani spolek, který by fungoval na výměnu informací, zkušeností a poznatků, které by vedly ke společné spolupráci se zahraničními státy. To byl podnět, že roku 1993 v Praze došlo ke shromáždění zástupců vysokých škol a fakult, kde vznikla Asociace Univerzit třetího věku (dále AU3V). V čele schůze byl profesor PhDr. Zdeněk Palán (zástupce Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy). AU3V fungovala jako nevýdělečná zájmová organizace, která podporovala zakládání univerzit třetího věku a zajišťovala setkání pro přenos informací a poznatků. Cílem bylo propagovat a zajišťovat kontakty s jinými univerzitami a navazovat kontakty na mezinárodní úrovni (Historie AU3V, online, cit. 2019-01-11).

Téhož roku se stala AU3V členem Mezinárodní Asociace Univerzit třetího věku (AUITA), která má administrativní sídlo ve Francii v Toulouse (AI U3A, online, cit. 2019-01-27). Vznikla roku 1977 jako podpora ke zlepšení života seniorů prostřednictvím vzdělávání. Hlavními cíli jsou zakládat U3V po celém světě, navazovat kontakty mezi členy, rozvíjet styky v oblasti regionálních zájmů a také poskytování poradenské služby (Mühlpachr, 2001, s. 29). O další rok později se stala členem sdružení Evropská federace studentů seniorů (EFOS), která sídlí v Bruselu. Cílem EFOSU je podporovat vzdělávání seniorů, které jim umožní studovat s mladšími generacemi a snaží se rozvíjet projekty v celé Evropě (EFOS, online, cit. 2019-01-11). Od roku 1995 AU3V

udržuje blízké vztahy s Centrálou pro všeobecné další vědecké vzdělávání univerzity v Ulmu (ZAWiW, online, cit. 2019-02-07), která rozvíjí komunikační technologie pro seniorské vzdělávání (Adamec, Kryštof, 2011, s. 25). Další organizací je Centrum pre edukáciu a výskum seniorov (CEVS) v Prešově, která vznikla v roce 2011 (Prešovská univerzita v Prešově, online, cit. 2019-01-27). Cílem organizace je podporovat studii stárnutí tím, že se rozšiřuje poznání, sdílejí se vědomosti, zlepšuje se informační kanál (Veteška, 2017, s. 110).

4.3 Univerzita třetího věku na Univerzitě Karlově

První Univerzita třetího věku na Univerzitě Karlově (dále UK) vznikla v roce 1987 se zaměřením výhradně na zdravotnickou oblast, která přitáhla velký počet uchazečů (Adamec, Kryštof, 2011, s. 64). V počátcích trvaly přednášky 90 minut a setkání se odehrávala jednou týdně po dobu čtyř semestrů. V roce 1988 se tento styl přednášek rozšířil do dalších fakult. Na filozofickou fakultu se v začátcích hlásilo pouze 86 posluchačů, až v současnosti je počet přes 3 000 posluchačů (Tomczyk, 2015, s. 59). Současná nabídka vzdělávacích aktivit na UK je výrazně rozsáhlejší, než tomu bylo v minulosti. V dnešní době si zájemci U3V mohou vybrat kurzy ze 14 fakult nacházejících se v Praze, jedné fakulty v Plzni a dvou v Hradci Králové. Nejvíce kurzů nabízí Fakulta filozofická na UK (Informační, poradenské a sociální centrum, online, cit. 2019-01-11). Diplomová práce se zaměřuje na Fakultu tělesné výchovy a sportu (dále FTVS), kde byl následně proveden výzkum.

4.3.1 Organizační struktura UK

Jedná se především o garanty, kontaktní osoby či lektory těchto kurzů. FTVS má svého lektora či garanta kurzu. Pracovníci, kteří se podílejí na U3V, se věnují i své hlavní náplni práce, která spočívá v přednáškových či jiných administrativních činnostech. Mezi hlavní činnosti, které spravují pověřené osoby na U3V, patří:

- zajišťování nových zájemců o studium;
- řešení problému ze strany lektora či uchazeče;
- zápis, kontrola poplatků, zasílání podkladů či informací ke studiu apod.;
- přidávat aktuální obsahy kurzů;
- zajištění dopravy či poslucháren;

- přehled o finančních prostředcích pro U3V;
- spolupráce s garanty, lektory, pracovníky apod.

Tyto činnosti plní fakultní garanti anebo garanti kurzu U3V. Fakultní garant plní úlohu mediální a administrativní. Prezentuje U3V na konferencích, v médiích a plní činnosti související s výší poplatků za kurzy a navrhování témat a přednášek. Je součástí závěrečné promoce uchazečů. Ve většině případů je fakultní garant i garantem kurzu nebo přednášejícím. Garant tak má na starosti celý kurz od obsahu až po organizační stránku (tzn. prostory, pomůcky, technické vybavení). Přednášející zodpovídá za obsahovou stránku svých přednášek a prezenční listinu. Ve velké míře jde o současné zaměstnance dané fakulty, ale i o externisty, kteří jsou odborníky na danou problematiku či bývalí zaměstnanci, kteří odešli do důchodu (Univerzita třetího věku na UK – Závěrečná práce z výzkumu, online, cit. 2019-01-14). Fakulta FTVS má svou garantku, kterou je PaedDr. Květa Prajerová, CSc.

4.3.2 Fakulta tělesné výchovy a sportu na UK

Nabízené služby na UK se rozšířily i o fyzickou aktivitu seniorů, která vznikla před více než dvaceti lety (Adamec, Kryštof, 2011, s. 69). Uchazeči, kteří mají zájem o studium, musejí dosáhnout důchodového věku (tzn., že mají nárok na starobní důchod) a mít dokončené střední vzdělání s maturitní zkouškou. Další podmínkou je vyplnění elektronické přihlášky, která je uvedená na internetových stránkách fakulty. Posluchači, kteří už studium na FTVS absolvovali, budou vybráni pouze v případě volných míst. Předpokládaný počet přihlášek na FTVS je okolo 100 posluchačů. Věková hranice se pohybuje v rozpětí 55–97 let (Tomczyk, 2015, s. 59).

Studium trvá dva roky, tedy čtyři semestry (tj. celkem 225 vyučovacích hodin). Posluchači se scházejí jednou za 14 dní ve středu odpoledne od 13:30 hodin, kdy mají čtyři vyučovací hodiny a dva kurzy. Cena kurzu je 850 Kč za semestr, 3 500 Kč za úvodní týdenní kurz a 5 000 Kč za 9denní cyklistický kurz, který zahrnuje dopravu, ubytování s plnou penzí, program a lékařskou pomoc (U3V – Fakulta tělesné výchovy, online, cit. 2019-01-11).

Výuka je realizována formou přednášek, seminářů a praktické výuky. Posluchačům je výuka prezentována v hlavní budově FTVS a praktická výuka závisí na obsahu kurzu (např. plavání se uskutečňuje v Tyršově domě Sokol – Malá Strana). Každá skupina posluchačů obdrží program výuky pro každý ročník a semestr s tématem výuky, skupinou posluchačů, místem, datem, časem výuky a se jmény daných lektorů, kteří je budou vyučovat. Pro úspěšné ukončení je podmínkou 50% účast na výuce, která je kontrolována prezenční listinou. Dále je zapotřebí napsat závěrečnou práci na zadané téma. Posluchač nedostane žádný akademický titul, pouze osvědčení UK o absolvování programu, který je slavnostně ukončen v Karolinu, jehož se účastní rektor, hlavní garant, děkan, garant U3V, pedel a akademičtí pracovníci dané fakulty (Opatření rektora, online, cit. 2019-01-11).

4.3.3 Program FTVS

Zahájení první výuky v roce začíná úvodním kurzem s názvem „Turistika jako cesta za poznáním“ v Krkonoších v Peci pod Sněžkou na horské chalupě UK FTVS. Uchazeči se při kurzu navzájem poznávají a navazují nová přátelství. V prvním semestru se mohou těšit na přednášky zaměřené na základy kineziologie, fyziologie člověka, fyziologie pohybové zátěže člověka, starší věk a sport, výživy v seniorském věku, životní prostředí a stres a jeho prevenci apod.

Výuka druhého semestru se dělí převážně na A, B, C, D. Tyto skupiny mají vytvořený vlastní časový harmonogram, který jim sestavuje garant oboru. V tomto semestru je výuka Regeneračních procedur, která obsahuje lekci masáží. Studenti se učí na rehabilitačních stolech masírovat navzájem dolní a horní končetiny, záda, krční páteř. V závěrečném bloku je výuka věnována automasáži (masírování sama sebe) a doplňována o zdravotní plavání a cvičení ve vodě v Tyršově domě – Sokol Malá Strana.

Zahájení třetího semestru začíná cyklisticko-turistickým kurzem v jižních Čechách ve Stráži nad Nežárkou. Do školního roku je zařazena zdravotní tělesná výchova, která je soustředěna na cvičení pro správné držení těla, cvičení dechová a relaxační, která jsou doplněna o ukázky cvičení se cvičebními pomůckami, jako jsou např. overball, theraband, gymball a bosa. Střídají se po dvou vyučovacích hodinách s výukou v laboratoři sportovní motoriky, kde si posluchači zjišťují rozsah a kvalitu svalové hmoty a testují svoji stabilitu.

Ve čtvrtém a závěrečném semestru se seznamují s prvky jógy a s různými druhy zdravotního cvičení. Ke konci semestru se posluchači mohou těšit na lidové tance Čech a Moravy za klavírního doprovodu v Nosticově hale na Malé Straně, které jsou u posluchačů velmi oblíbené. Nejedná se o kvalifikační kurz (U3V – Fakulta tělesné výchovy, online, cit. 2019-01-11).

4.4 Univerzita třetího věku na Českém vysokém učení technickém

Vzdělávání seniorů na ČVUT odstartoval akademický rok 1998–1999. *„Mezi první zahajovací kurzy patřil rozvoj počítačových a technických dovedností. Do vzdělávání seniorů se později zapojilo všech osm fakult ČVUT, vysokoškolské ústavy a odborná pracoviště.“* Univerzita třetího věku ČVUT je členem Asociace Univerzit třetího věku. Zájemci o studium si mohou vybrat ze široké nabídky kurzů, které nabízí na svých osmi fakultách a čtyřech vysokoškolských ústavech (Adamec, Kryštof, 2011, s. 33). Nabízené kurzy jsou jednosemestrální nebo vícesemestrální. Uchazeči si mohou vybrat z oblasti stavebnictví, strojírenství, moderních technologií, např. práce Linuxem, jazykového vzdělávání, lékařství, umění, osobnostního rozvoje a zdravého sportování (Univerzita třetího věku, online, cit. 2019-01-11). Diplomová práce je zaměřena na oblast zdravého sportování na Ústavu tělesné výchovy a sportu (ÚTVS) na ČVUT v Praze.

4.4.1 Organizační struktura ÚTVS

Univerzita třetího věku na ČVUT je pod grantem Rady celoživotního vzdělávání, jejímiž členy jsou zástupci fakult a vysokoškolských ústavů. Koordinaci a metodiku na U3V spravuje odbor pro studium a studentské záležitosti na rektorátu ČVUT (materiál rektorátu ČVUT, online, cit. 2019-01-25). Garantem kurzu je doc. PaedDr. Jiří Drnek, CSc., organizátorka a kontaktní osoba Mgr. Klára Minaříková, pedagogové z ÚTVS ČVUT a na přednášky jsou zváni odborníci z FTVS UK.

4.4.2 Ústav tělesné výchovy a sportu ČVUT

Ústav tělesné výchovy a sportu funguje od roku 2008. Velkou inspirací pro otevření tohoto oboru byla návštěva na Vysokém učení technickém v Brně. Cílem ÚTVS ČVUT je přispět ke zlepšení životního stylu tím, že se budou pro studenty a pracovníky organizovat pravidelné sportovní aktivity. Jednou z hlavních činností ÚTVS je zajištění

programu Univerzity třetího věku. Počáteční kurz proběhl v roce 2009, kde si posluchači mohli zkusit dva sporty – Nordic Walking a Zdravá záda, které byly spojeny s přednáškami o zdravé výživě a pohybu seniorů. Ke konci semestru byl zrealizován letní kurz v Herbertově, který obsahuje turistiku, cykloturistiku, vodní sporty či ranní běh v orosené trávě se strečinkem. Následující dvouletý kurz proběhl v letech 2009–2011 obsahující osm sportovních aktivit. Mezi ně patřilo BOSU (slouží ke zpevnění svalů v celém těle), aqua aerobik, balanční cvičení, pilates, lukostřelba, kondiční posilování a přednášky na téma životního stylu Masters. Po ukončení letního semestru byl zrealizován na vlastní náklady posluchačů letní kurz v Herbertově a zimní kurz v Mísečkách s výukou techniky na běžkách a lyžích (Historie U3V ÚTVS, online, cit. 2019-01-25). Tyto kurzy jsou pro posluchače stále aktuální a nespadají pod grant U3V, tzn., že uchazeči jezdí na vlastní náklady. V současnosti se organizují programy s názvem Sport seniorů. Tyto programy jsou neustále naplněny a možnost přihlášení je na jaře (Ústav tělesné výchovy a sportu, online, cit. 2019-01-11). Přihlášení probíhá vyplněním elektronické přihlášky, kde po odeslání dostanete zpětnou vazbu o potvrzení přihlášky a údajích o platbě. Podmínkou přijetí je pobírání starobního důchodu (nejméně 60 let) nebo plného invalidního důchodu (bez ohledu na věk). Dosažené vzdělání není podmínkou pro přijetí, tzn., že uchazečem se může stát osoba se základním vzděláním (Univerzita třetího věku, online, cit. 2019-01-11). Programy jsou limitovány do vyčerpání kapacit. Pokud se zájemce přihlásí nad kapacitu volných míst, následně je veden jako náhradník, dokud se neuvolní místo. Nově se také organizuje cvičení pro seniory tzv. Masters, což je navazujícím cvičením pro absolventy programu „Sport seniorů“ (Ústav tělesné výchovy a sportu, online, cit. 2019-01-11). Sport seniorů je oborem vícesemestrálním. Studium trvá dva roky a je rozděleno do čtyř semestrů. Studium se snaží rozvíjet u seniorů pohybovou aktivitu a teoretické znalosti z oboru tělesné výchovy, sportu a podobných oborů. Cena každého semestru činí 500 Kč. Rozsah výuky prvního semestru je 34 vyučovacích hodin, druhého 16 vyučovacích hodin, třetího 17 vyučovacích hodin a čtvrtého 37 vyučovacích hodin. Vyučování probíhá jednou týdně v pondělí (výjimečně středa) pod dohledem odborných lektorů v externím prostředí. Program je tedy zaměřený převážně na praktické aktivity, kde si studenti zkouší různá sportovní odvětví během dvou let. Během vyučování jsou studenti seznámeni i s teoretickými pravidly daného sportu. Absolventi obdrží e-mailem rozpis výuky

s počtem lekcí, časem, místem, lektorem a s potřebnými pomůckami. Posluchači na konci semestru neskládají žádné zkoušky ani nepíší závěrečné práce. Absolventi dostanou osvědčení o absolvování programu na ČVUT a po dokončení čtyř semestrů se scházejí na slavnostní promoci v Betlémské kapli (Univerzita třetího věku, online, cit. 2019-01-11).

4.4.3 Program na ČVUT

ÚTVS ČVUT má zatím dva programy „Sport seniorů I“ a „Sport seniorů II“. Níže uvedený program je pro „Sport seniorů I“, ročník 2016–2018. Školní rok se dělí na dva ročníky a ty se dále dělí na dva semestry – zimní a jarní. Každý semestr je rozdělen na dvě poloviny.

Zimní semestr se tedy dělí na dvě poloviny. První polovina semestru je Pěší turistika a druhou polovinou semestru jsou Zdravá záda. V první polovině semestru se uchazeči seznámí s pěší turistikou, která má za cíl poznávat okolí Prahy s propojením vodní turistiky, např. plavbou na kánoích, kajacích či dračích lodích. Absolventi se mohou těšit na tříhodinové výlety ve vzdálenosti 9–10 km, kde prozkoumají krásy Prahy, jako jsou naučné stezky, chráněná krajinná území, ale i botanicky, geologicky a historicky uznávané lokality. Druhá polovina semestru obsahuje kurz Zdravá záda, který je zaměřen na procvičování a protahování celého těla za pomocí jednoduchých cvičení. První hodina je věnována uvolňovacím a dynamicky protahovacím cvikům za pomocí hudby. V další části hodiny se absolventi věnují strečinkové (tj. protahovací) sestavě celého těla. Závěr hodiny je soustředěn na dechové a relaxační cvičení. Součástí je speciální cvičení ve stylu tai-chi, akupresury, automasáže a jógového dýchání, které pomáhá k uvolnění zádových svalů, páteře a meziobratlových plotének.

Druhý semestr (letní) je taktéž rozdělen na dvě poloviny na Kondiční posilování a Lukostřelbu. Absolventi kondičního posilování si zkoušejí své fyzické a psychické hranice v posilovně s mírnou zátěží. Cvičení zlepšuje správné držení těla, fyzickou kondici a dopomáhá k nabírání svalové hmoty. Nechybí ani aerobní trénink, cvičení s BOSU a závěrečný strečink. Druhá polovina semestru je věnována lukostřelbě pod dohledem zkušeného lektora, který vysvětlí ovládání a střelbu z luku do terče. V ceně výuky je neomezený počet šípů, střel a vybavení.

Nabídka třetího semestru je zaměřená na kardio cvičení. V první půlce se posluchači seznámí se spinningem, což je stacionární (nepohyblivé) kolo s vlastní zátěží a tempem. Spinning se jezdí za doprovodu hudby a zkušeného lektora. Důraz je kladen především na techniku a dýchání. Posluchačům se pak jezdí lépe v terénu na silničním či horském kole. Kruhový trénink v druhé polovině semestru je cílený na kondiční cvičení, které má svá stanoviště (max. 12 stanovišť). Na těchto stanovištích jsou sestaveny cviky od aerobního cvičení po silové cvičení. Výhodou tohoto cvičení je využití maximální kapacity své síly, která zlepší fyzickou kondici a je prevencí osteoporózy u starších jedinců.

Čtvrtý a zároveň poslední semestr je rozdělen na Stolní tenis a Nordic walking. Ve všech čtyřech semestrech je stolní tenis jedinou sportovní hrou, která je u posluchačů oblíbená. Seniorům se zlepšuje nejen fyzická aktivita, ale i pozornost a hbitost. Stolní tenis rozvíjí rychlost rozhodování, vytrvalost, psychickou odolnost a pohybovou či koordinační reakci. Jedním z úkolů je nácvik základních i speciálních úderů a rozvoj techniky úderu. Nordic walking ve druhé a závěrečné polovině semestru je druh sportovní chůze se speciálními holemi, které dopomáhají k efektivnímu cvičení při klasické procházce. Cvičení vychází z pohybu chůze, nikoliv z rychlosti pohybu. Nordic walking je vhodné pro všechny věkové kategorie, přičemž si jedinec zlepšuje činnost srdce a zrychluje metabolismus. Napomáhá k účinné redukci váhy, odstraňuje bolesti zad, zlepšuje držení těla, nezatěžuje klouby a posiluje celé tělo. Kurz probíhá po Praze s poznáváním historických a kulturních památek (Univerzita třetího věku, online, cit. 2019-01-14).

Nově si ÚTVS ČVUT připravilo pro bývalé absolventy kurzu program „Masters“, který rozšiřuje pro velký zájem zimní semestr 2018 o kondiční cvičení a stolní tenis (Cvičení pro seniory, online, cit. 2019-01-14).

5 LEKTOR NA UNIVERZITĚ TŘETÍHO VĚKU

Jedním z důležitých osob v rámci vzdělávání seniorů na Univerzitě třetího věku je přednášející neboli lektor, vzdělavatel či edukátor (srov. Špatenková, Smékalová, 2015; Šerák 2009; Janiš, Skopalová, 2016). V dnešní době se dává přednost spíše označení edukátor, jelikož využívá všechny role související s výchovou a vzděláváním seniorů (Janiš, Skopalová, 2016, s. 87). Edukátory jsou poradci a animátoři, pedagogičtí odborníci, další profesionálové a odborní pracovníci (Petřková, Čornaničová, 2011, s. 72). Špatenková a Smékalová definují edukátora jako nejdůležitější osobu v edukaci seniorů, přičemž cílovou skupinou jsou senioři s vlastními potřebami a požadavky (Jůva In: 2015, s. 184). Senioři jsou považováni za nejnáročnější skupinu, především jejich kritičností vůči edukátorovi. Negativně hodnotí lektorovo profesní vzdělání, dovednost, znalost, množství praktických zkušeností a styl komunikace se skupinou (Mužík, 2005, s. 48).

5.1 Činnost edukátora

Nároky kladené na vzdělavatele se zvyšují a tím se zvyšuje i kvalita nabízených aktivit pro seniory. Vzdělavatelé musejí splňovat aktivity manažerské, organizační a konzultační. Za pomocí těchto aktivit byly sestaveny role lektora v edukaci seniorů (Šerák, 2009, s. 124–125):

- andragog – osoba s odborným přehledem v oblasti andragogiky;
- edukátor – vyniká ve schopnosti učit druhé;
- tutor – osoba, která funguje jako poradce a dává zpětnou vazbu;
- instruktor – úloha spočívá v přípravě daných postupů;
- trenér – snaží se u posluchačů zvýšit dovednost;
- moderátor – činnost spočívá v organizaci společenských setkání;
- facilitátor – podporuje zájmy a potřeby posluchačů;
- konzultant – jeho role je zaměřená na odbornou pomoc při potížích v edukaci;
- animátor – osoba, která povzbuzuje a vymýšlí vzdělávací aktivity;
- učitel dospělých – méně používané označení pro edukátora dospělých.

Veteška (2016, s. 190–193) tuto výše popsanou typologii doplnil o tzv. supervizora a kouče. Supervizor vykonává odborný dohled nad posluchači. Snaží se o zlepšení kvality jednotlivců či skupiny. Kouč se snaží účastníky vést k uvědomění si svých cílů, podporuje a pomáhá k rozšíření znalostí a dovedností. Další z autorů doplňující typologii je Beneš, který dodává specialisty pro rozvoj kurikula, učení podporující moderní technologie, média a pro rozvoj k nalézání potřeb (2008, s. 95).

Činnost lektora je závislá na množství kompetencí, které se vyjadřují pomocí kompetenčního modelu. *„Kompetence jsou souhrnem vědomostí, dovedností, schopností, postojů a hodnot“* (Průcha, Veteška, 2014, s. 189). Jiní autoři definují kompetence jako *„klíčové chování potřebné pro excelentní výkon v určité roli, do něhož se promítá znalost, dovednost, a postoj či osobnost jedince“* (Janišová, Křivánek, 2013, s. 189). Kompetenční model zobrazuje konkrétní kompetence, které jsou seřazeny podle kritérií rolí profesionálního lektora ve vzdělávání seniorů (Špatenková, Smékalová, 2015, s. 186). Podle autorů Dvořákové a Langera by lektor měl disponovat následujícími kompetencemi (In: Langer, 2016, s. 34):

- odborné – jedná se o znalosti v oboru, ve kterém se nacházíte a který přednášíte posluchačům. Dají se získat pomocí jakéhokoliv vzdělávání od všeobecného po praktické zkušenosti. Důraz je kladen na aktuálnost informací, aby nedošlo k mylnému předání dat či informací;
- metodické – jedná se o souhrn znalostí a dovedností pro účinné dosažení cílů, které spočívají ve schopnosti zvládnout celý proces vzdělávání (od obsahu po didaktické techniky). Lektor by měl umět motivovat a zvládat konflikty, které se v průběhu kurzu mohou objevit. Těmto konfliktům se dá předcházet komunikací a spoluprací s posluchači;
- osobnostní – důležité jsou osobnostní charakteristiky lektora. Je důležité umět seniorům naslouchat, být empatický, zajímat se o jejich osobu a motivovat je, mít trpělivost, úctu, respekt apod.

Špatenková a Smékalová (2015, s. 187) ve své publikaci výše uvedené body doplňují o andragogicko-geragogické kompetence, které vyžadují znalost a dovednost v oboru andragogika a gerarogika.

Dle názoru autorky se ve většině případů autoři shodují, že správným lektorem se může stát osoba, která je způsobilá a kompetentní. Nejde jen o znalosti, ale i o osobnostní charakteristiky, ve kterých lektor vyniká. Za důležitou autorka považuje komunikaci se seniory, která může mít své nedostatky, např. pokud je lektor vynikající ve své odborné kvalifikaci, ale chybějí mu osobnostní předpoklady. Lektor si tímto nemusí získat důvěru seniorů a do kurzu se posluchači nemusí zapsat nebo mohou odejít. Správná komunikace je mnohdy klíčem k úspěchu.

5.2 Metodické postupy

Metodické postupy slouží především vzdělavatelům v institucích. Při výběru z metodických postupů mají dnešní lektoři širokou nabídku. Petřková, Čornaničová (2011, s. 70–72) ve své publikaci zmiňují metody výkladové, dialogické, řešení problémů v malých skupinách a výcvikové:

- výkladové metody – nejpoužívanější formou je přednáška, která slouží k monologické projevu. Přednáška pro seniory musí mít vytyčený cíl, logickou úroveň, výtah základních informací a příkladů a opakování důležitých informací;
- dialogické metody – založené na komunikaci mezi vzdělavatelem a účastníkem. Důraz je kladen na obsahovou stránku, neodbočovat od tématu, zapojovat seniory do diskuze, naslouchat, povzbuzovat;
- metody řešení problémů v malých skupinách – forma zaměřená na problémové situace, které jsou předloženy seniorům a společně nacházejí vhodné řešení. Problémové situace musejí být logické a nenáročné;
- výcvikové metody – procvičovaní senzomotorických a motorických dovedností. Senioři si zlepšují svoji fyzickou a psychickou stránku. Při těchto aktivitách se dbá na správnost postupu, tzn. názorně předvést danou činnost, odstranit a zjišťovat chyby ze strany účastníků.

Šerák ve své publikaci navrhuje doporučení pro lektory, jak správně přistupovat k seniorům, takto (Mužík In: 2009, s. 128):

- *„buďte osobní;*
- *nezapomeňte se představit;*
- *řekněte, jak se cítíte;*
- *seznamte se s účastníky;*
- *zeptejte se na předběžné znalosti;*
- *průběžně podporujte diskuzi;*
- *udržujte oční kontakt;*
- *buďte blízko posluchačům;*
- *občas uvolněte atmosféru;*
- *nesnažte se dělat „show“;*
- *pozor na křečovitost, upjatost;*
- *méně je více: nepodávejte co nejvíce informací, ale pečlivě vybírejte;*
- *informace podávejte přesvědčivě a zajímavě;*
- *pozor na syndrom „experta“;*
- *každé tvrzení dokládejte;*
- *prezentujte přínos, užitek;*
- *připravte se na pasivitu, námitky, nesouhlas;*
- *mějte v sobě řečnické otázky;*
- *cokoli můžete ukázat, ukažte;*
- *každá pomůcka je pomůckou, nikoli náhradou přednášejícího;*
- *sledujte, co se děje s pozorností vašich posluchačů;*
- *připravte si „osvěžení“ a upoutejte pozornost (gesto, téma, pomůcka)“.*

Z výše uvedené subkapitoly víme, že edukátory jsou převážně odborní pracovníci, kteří mají zkušenosti s vedením výuky. Proto by měla být zvýšena pozornost při výuce seniorů a uvědomění si, že senior není totožný s mladým studentem. Senioři potřebují na výuku více času a nelze je zahrnovat informacemi. Výše uvedené rady by měly sloužit jako vodítko edukátorům pro vyšší efektivnost během přednášejících hodin.

PRAKTICKÁ ČÁST

6 VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ ZALOŽENÉ NA VZDĚLÁVÁNÍ A SPOKOJENOSTI SENIORŮ NA U3V

Teoretická část diplomové práce popisovala metody a formy edukace v obecné teoretické rovině a detailně popisovala dvě univerzity se sídlem v Praze. Praktická část se bude zabývat spokojeností či nespokojeností posluchačů na U3V na UK FTVS a ÚTVS na ČVUT, kde byl proveden výzkum. Zmiňované univerzity jsou zaměřeny na sport seniorů s cílem udržet jejich tělesnou a duševní stránku, rozšířit vědomosti o sportovních oborech nebo k navazování nových přátelství. Univerzity mají stále vysokou návštěvnost seniorů, kteří chtějí svůj volný čas trávit aktivně. Lze konstatovat, že senioři při výběru tohoto oboru jsou buď bývalými pedagogy tělesné výchovy, kteří si chtějí osvojovat nové znalosti, nebo jde o seniory, kteří chtějí zvýšit fyzickou a psychickou kondici. Součástí praktické části je dotazníkové šetření realizované s posluchači na U3V UK FTVS a ÚTVS na ČVUT a z výsledků dotazníkového šetření autorka práce sestavila otevřené otázky pro garanty či organizátory U3V.

6.1 Popis a cíle výzkumu

Výzkumná část obsahuje komparaci spokojenosti se vzděláváním na výše uvedených Univerzitách třetího věku a dílčí spokojeností s celkovou úrovní vzdělávání, výukou a s lektory. Pozornost je věnována i bariérám, se kterými se senioři mohou setkávat během studia a ke zjišťování návrhů posluchačů ke zlepšení stávajícího stavu univerzit do budoucna. Pro výzkumné šetření byl zvolen dotazník, který je jednou z nejpoužívanějších metod.

Dotazník je souborem otázek předložených respondentovi k následné odpovědi. Dotazník může mít podobu otázek uzavřených, otevřených a polouzavřených. Uzavřené otázky slouží ke zvolení odpovědi, otevřené k vypsání vlastní odpovědi, a polouzavřené jsou kombinací předchozích typů (Kotler a kol., 2007, s. 420). Dotazníky pro diplomovou práci byly sestaveny ve dvou vyhotoveních. Jeden výtisk dostala UK a druhý ČVUT. Dotazníky se liší pouze v intervalu výuky a v dosaženém vzdělání. Dotazníky autorka

předala při osobním setkání nebo e-mailem. Dotazníkové šetření obsahovalo 21 otázek uzavřených, otevřených, polouzavřených, výběrových s možností „*nehodnotím*“ a Likertových škálových hodnoceních. Dotazníky byly sestaveny do čtyř hlavních oblastí, které měly své podotázky. První oblast byla celková úroveň spokojenosti/nespokojenosti se vzděláváním na U3V. Druhá oblast se zaměřovala na spokojenost/nespokojenost s výukou na U3V. Třetí oblast se zabývala celkovou spokojeností/nespokojeností s lektory na univerzitách a poslední čtvrtá oblast byly identifikační údaje seniorů, např. věk, pohlaví, nejvyšší dokončené vzdělání doplněné o bariéry seniorů při studiu a názory posluchačů ke zlepšení stávajícího stavu na U3V.

Pro garantku z UK FTVS a organizátorku z ÚTVS ČVUT byly sestaveny otevřené otázky z výsledků dotazníkového šetření a odpovědi získány formou dotazníku a rozhovoru. Rozhovor je „záměrný a organizovaný dialog, v němž zkoumaná osoba nebo skupina osob odpovídá na otázky tazatele nebo líčí své problémy či stanoviska (Zacharová, Hermanová, Šrámková, 2007, s. 86). Stanovené otázky a odpovědi přispějí ke zlepšení spokojenosti uchazečů na fakultách.

6.2 Hypotézy výzkumu

Níže uvedené hypotézy autorka sestavila na základě teoretických poznatků a prostudovaných materiálů, které budou následně analyzovány a porovnány z výsledků dotazníkového šetření.

- Hypotéza č. 1 Posluchači jsou spokojenější s celkovou úrovní vzdělávání na UK než na ČVUT.
- Hypotéza č. 2 Přepokládá se, že senioři jsou spokojenější s výukou na UK než na ČVUT.
- Hypotéza č. 3 Studium na UK bude náročnější než na ČVUT.
- Hypotéza č. 4 Předpokládá se, že senioři budou spokojenější s lektory na UK než na ČVUT.

6.3 Zkoumaný vzorek

Dotazníkového šetření se zúčastnilo 90 posluchačů z končícího ročníku na UK FTVS. Návratnost dotazníků je 76,7 %, což je 69, z toho jeden neplatný. Na ČVUT bylo rozdáno celkem 97 dotazníků, z toho 30 uchazečům ze 2. ročníku, a 67 bývalým absolventům tohoto programu. Návratnost dotazníků je 68 %, což je 66, z toho dva neplatné. Důvodem nižší návratnosti dotazníků je absence během vybírání, zapomenutý dotazník doma nebo nepřečtení e-mailu. Posluchači měli možnost zaslat vyplněný dotazník přes e-mail, čehož využívali převážně senioři z ČVUT a několik jedinců z UK. Dotazníkového šetření se zúčastnilo z UK 61 žen a sedm mužů a z ČVUT 51 žen a 13 mužů. Do těchto počtů nejsou započteny neplatné dotazníky. Na otázky stanovené pro garanty nebo organizátory odpověděly dvě ženy, každá za svoji fakultu.

6.4 Harmonogram výzkumu

Výzkum probíhal od 17. dubna 2018 do 28. ledna 2019 v několika etapách. V dubnu 2018 byli osloveni garanti či organizátoři U3V na UK FTVS a ČVUT ÚTVS s žádostí o povolení výzkumu na jejich fakultách. Vedení univerzit poskytlo autorce interní materiály o historii či poslání U3V a svolení k účasti na sportovní akci se seniory na ČVUT ÚTVS. V polovině května byly rozdány posluchačům dotazníky na obou fakultách. Nápomocní při sběru dat byli garanti nebo vyučující na univerzitách. Délka doby ke shromažďování potřebných informací trvala šest měsíců. Důvodem dlouhé doby pro sběr dat byl fakt, že někteří uchazeči zapomněli dotazník vyplnit, zaslat či osobně odevzdat autorce. Po vyplnění dotazníků byla jednotlivá data tříděna a následně zpracována za pomocí programu Excel. Získaná data z dotazníkového šetření jsou vyjádřena v grafickém a tabulkovém provedení, které dále slouží autorce k ověření předem stanovených hypotéz. Z výsledků dotazníkového šetření autorka sestavila otázky stanovené garantům či organizátorům U3V. Otázky byly zaslány pomocí e-mailu či zodpovězeny při osobním setkání. Odpovědi slouží ke zlepšení spokojenosti posluchačů na obou U3V.

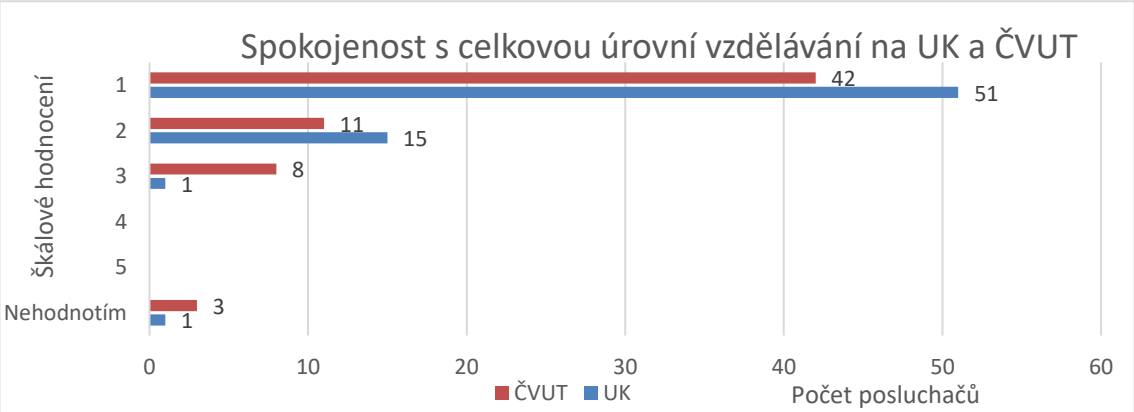
6.5 Interpretace získaných dat

V grafech jsou zaznamenány obě fakulty v barevném provedení, přičemž osa X označuje formu či metodu otázky položenou posluchačům a osa Y zobrazuje celkový počet respondentů. Tabulky uvádějí absolutní a relativní četnost na UK a ČVUT v procentech.

6.5.1 Dotazníkové šetření

První otázka v dotazníkovém šetření zjišťovala, zda jsou senioři spokojeni/nespokojeni s celkovou úrovní vzdělávání na U3V. Otázka je sestavena za pomocí škály „1–5“ s možností „nehodnotím“, přičemž *„1 – plně spokojen(a), 2 – spokojen(a), 3 – nemám vyhraněný názor, 4 – nespokojen(a), 5 – plně nespokojen(a)“*. Z níže uvedeného grafu je patrné, že více než polovina posluchačů je plně spokojena s celkovou úrovní vzdělávání na U3V – ČVUT 65,6 % a UK 75, 6 %. Garanti oborů se snaží o vývoj těchto programů a inovují sportovní aktivity pro seniory.

Graf 2: Spokojenost s celkovou úrovní vzdělávání na UK a ČVUT



Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

Tabulka 1: Spokojenost s celkovou úrovní vzdělávání na UK a ČVUT

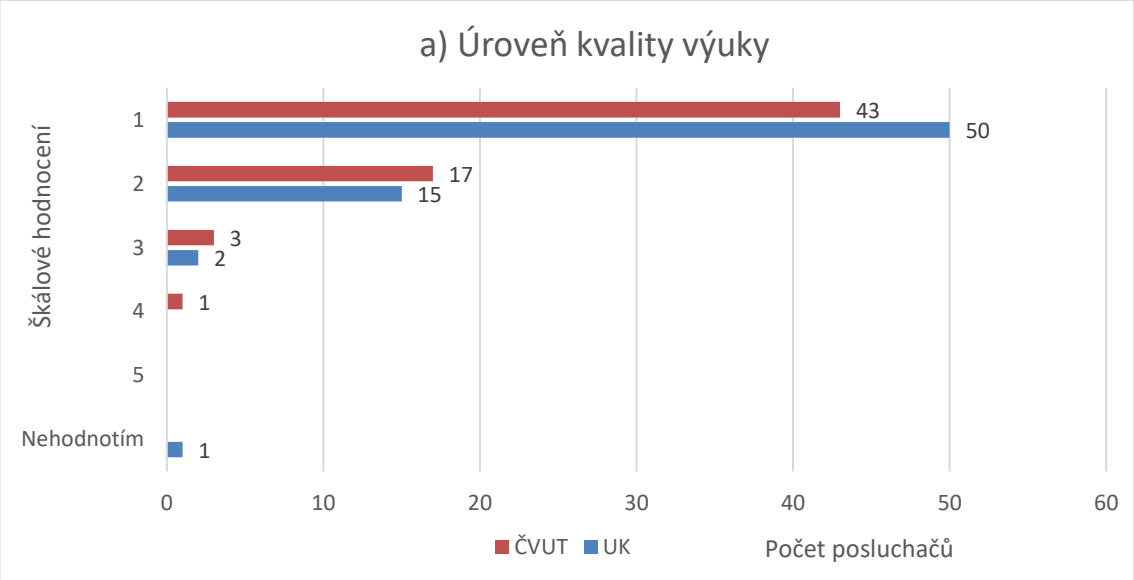
Spokojenost s úrovní vzdělávání	**Absolutní četnost**		**Relativní četnost (v %)**	
	UK	**ČVUT**	**UK**	**ČVUT**
1 – Plně spokojen(a)	51	42	75	65,63
2 – Spokojen(a)	15	11	22,06	17,19
3 – Nemám vyhraněný názor	1	8	1,47	12,50
4 – Nespokojen(a)	0	0	0	0
5 – Plně nespokojen(a)	0	0	0	0
Nehodnotím	1	3	1,47	4,68
Celkem	**Σ 68**	**Σ 64**	**Σ 100**	**Σ100**

Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

Druhá oblast v dotazníkovém šetření se zaměřila na spokojenost/nespokojenost s výukou na U3V na UK a ČVUT. Hlavní otázka obsahuje svoje podotázky v abecedním pořadí „a–g“. U otázek „a, b, c“ si posluchač mohl vybrat ze škály „1–5“ s možností „*nehodnotím*“, kde *„1 – plně spokojen(a), 2 – spokojen(a), 3 – nemám vyhraněný názor, 4 – nespokojen(a), 5 – plně nespokojen(a)“*.

Většina posluchačů hodnotí kvalitu výuky „plně spokojen(a)“ (ČVUT 67 %, UK 73,5 %). Zhruba třetina uchazečů z obou fakult jsou „spokojeni“ s úrovní kvality výuky a pět respondentů z obou fakult zaujalo neutrální stanovisko. Jeden posluchač z ČVUT uvádí odpověď „nespokojen“ s úrovní kvality výuky, která může být zapříčiněna tím, že uchazeč absolvoval více U3V s lepší úrovní a tyto univerzity srovnává.

Graf 3: Úroveň kvality výuky



Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

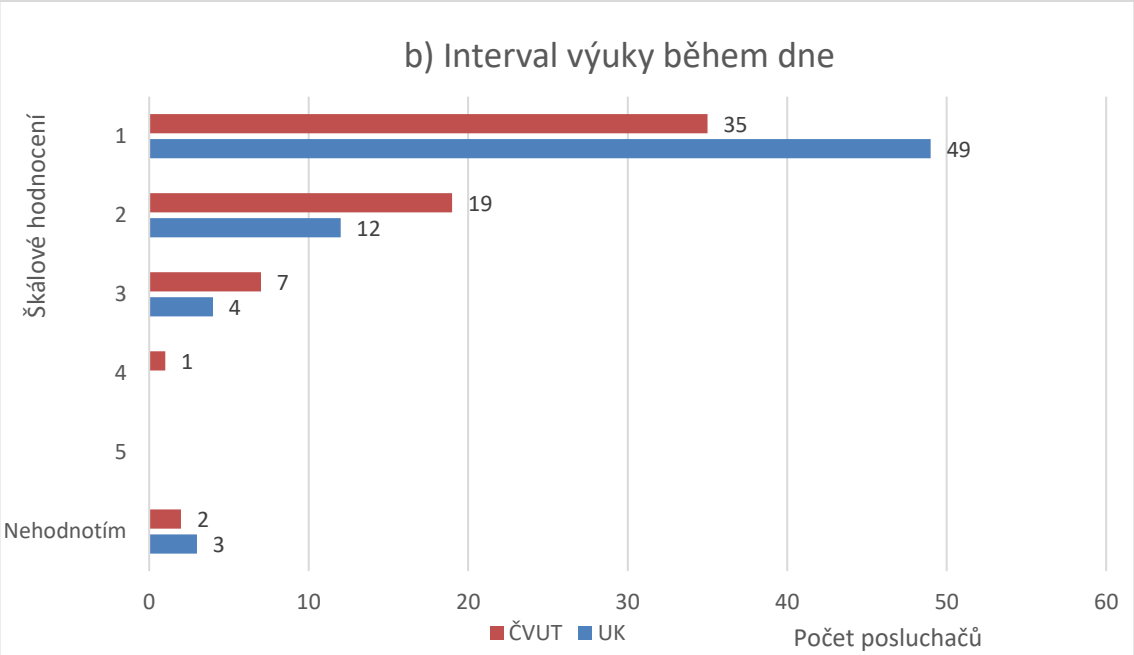
Tabulka 2: Úroveň kvality výuky

Úroveň kvality výuky	**Absolutní četnost**		**Relativní četnost (v %)**	
	UK	**ČVUT**	**UK**	**ČVUT**
1 – Plně spokojen(a)	50	43	73,53	67,19
2 – Spokojen(a)	15	17	22,06	26,56
3 – Nemám vyhraněný názor	2	3	2,94	4,69
4 – Nespokojen(a)	0	1	0	1,56
5 – Plně nespokojen(a)	0	0	0	0
Nehodnotím	1	0	1,47	0
Celkem	**Σ 68**	**Σ 64**	**Σ 100**	**Σ100**

Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

Interval výuky během dne se na obou univerzitách liší, a proto v diplomové práci zkoumám výhradně spokojenost, kterou mohu zkoumat i při rozdílných podmínkách na obou univerzitách. Většina posluchačů z obou fakult je „plně spokojena“ s intervalem výuky během dne na UK 72 % a ČVUT 54,7 %, což je rozdíl 17, 3 %. Z celkového pohledu na graf vyplývá, že posluchači UK jsou spokojenější v tomto ohledu než posluchači na ČVUT.

Graf 4: Interval výuky během dne



Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

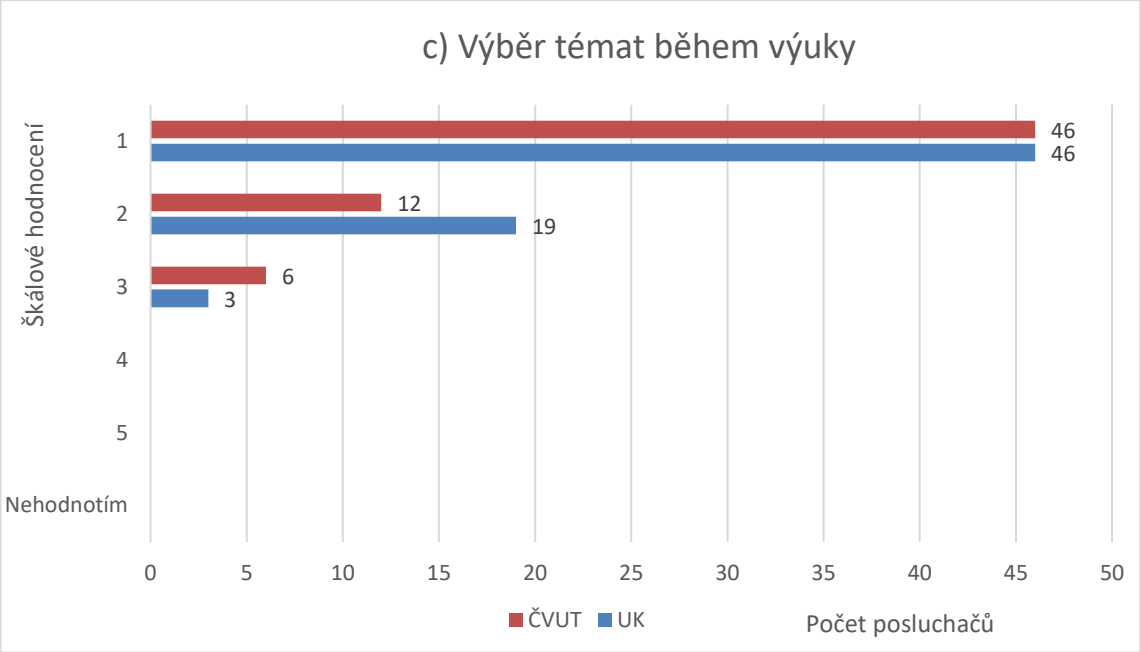
Tabulka 3: Interval výuky během dne

Interval výuky během dne	**Absolutní četnost**		**Relativní četnost (v %)**	
	UK	**ČVUT**	**UK**	**ČVUT**
1 – Plně spokojen(a)	49	35	72,06	54,69
2 – Spokojen(a)	12	19	17,65	29,69
3 – Nemám vyhraněný názor	4	7	5,88	10,93
4 – Nespokojen(a)	0	1	0	1,56
5 – Plně nespokojen(a)	0	0	0	0
Nehodnotím	3	2	4,41	3,13
Celkem	**Σ 68**	**Σ 64**	**Σ 100**	**Σ100**

Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

Z níže uvedeného grafu vyplývá „plná spokojenost“ se shoduje v počtu respondentů na obou fakultách. V procentuálním vyjádření se počty budou lišit kvůli celkovému počtu respondentů na ČVUT 72 % a UK 68 %. Odpovědi na tuto otázku ovlivňují preference jednotlivých uchazečů a program daných univerzit.

Graf 5: Výběr témat během výuky



Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

Tabulka 4: Výběr témat během výuky

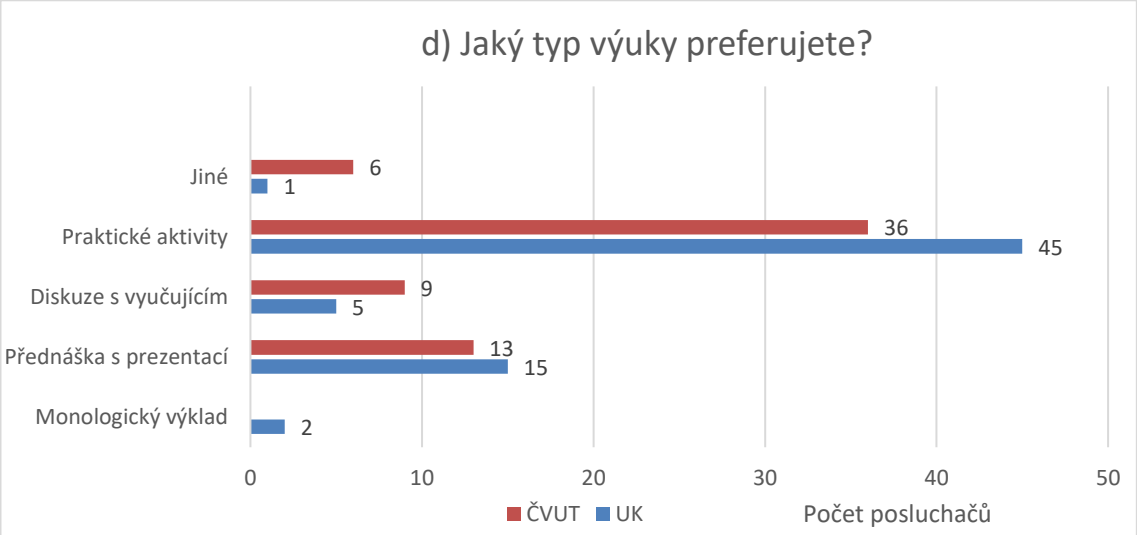
Výběr témat během výuky	**Absolutní četnost**		**Relativní četnost (v %)**	
	UK	**ČVUT**	**UK**	**ČVUT**
1 – Plně spokojen(a)	46	46	67,65	71,87
2 – Spokojen(a)	19	12	27,94	18,75
3 – Nemám vyhraněný názor	3	6	4,41	9,38
4 – Nespokojen(a)	0	0	0	0
5 – Plně nespokojen(a)	0	0	0	0
Nehodnotím	0	0	0	0
Celkem	**Σ 68**	**Σ 64**	**Σ 100**	**Σ100**

Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

V položce „d“ si posluchač mohl vybrat z více odpovědí bez možnosti *nehodnotím*, popř. zvolit možnost *„jiné“* s vypsáním vlastní odpovědi.

Uchazeči obou univerzit preferují více praktických aktivit na ČVUT 56 % a UK 66 %. Někteří preferují přednášku s prezentací – na ČVUT 20 % a UK 22 %, nebo diskuzí s vyučujícím ČVUT 14 % a UK 7 %. ČVUT zatím přednášky nemá, nicméně z výsledků vyplývá, že by uchazeči tyto přednášky ocenili. Celkem sedm uchazečů zvolilo možnost „jiné“ a někteří dopsali své návrhy. Například za UK zimní soustředění na horách a ČVUT přednášky o historii a pravidlech sportu. Tyto návrhy jsou diskutovány s garantkou a organizátorkou oboru a jsou součástí praktické části.

Graf 6: Jaký typ výuky preferujete?



Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

Tabulka 5: Jaký typ výuky preferujete?

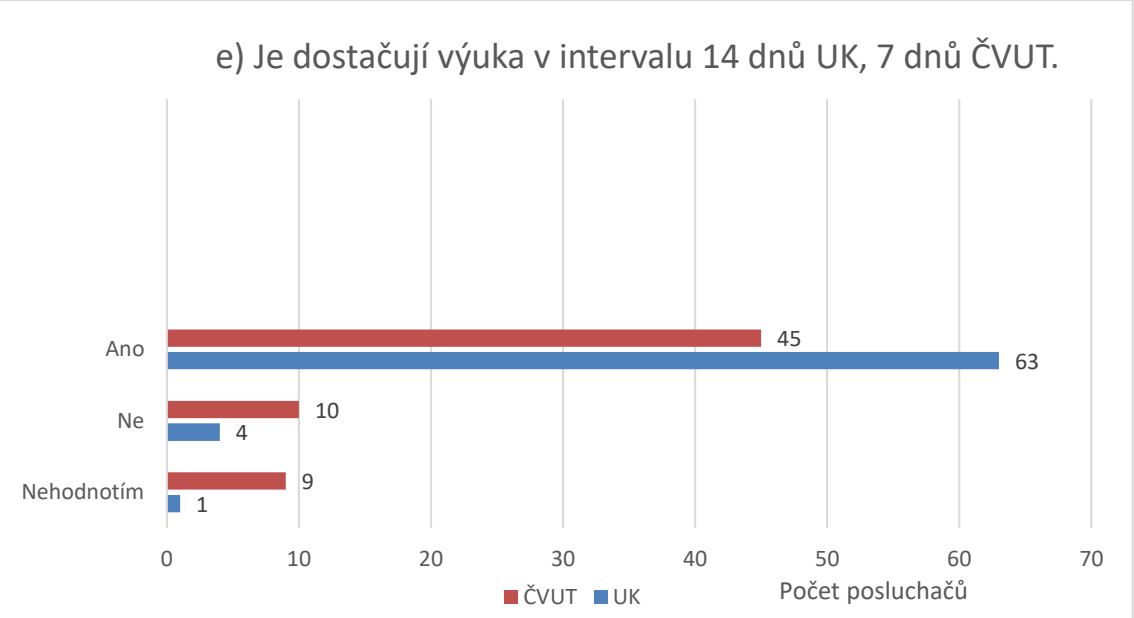
Jaký typ výuky preferujete	**Absolutní četnost**		**Relativní četnost (v %)**	
	UK	**ČVUT**	**UK**	**ČVUT**
Jiné	1	6	1,47	9,38
Praktické aktivity	45	36	66,18	56,25
Diskuze s vyučujícím	5	9	7,35	14,06
Přednáška s prezentací	15	13	22,06	20,31
Monologický výklad	2	0	2,94	0
Celkem	**Σ 68**	**Σ 64**	**Σ 100**	**Σ100**

Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

Poslední dvě otázky „e, f“ jsou uzavřené a s možnostmi odpovědi „*ano-ne-nehodnotím*“. Poslední otázka „e“ se lišila v počtu intervalu dnů na zmiňovaných univerzitách.

Stejně jako interval výuky během dne se i tento interval na univerzitách liší. Jak je vidět z grafu, tak posluchačům UK vyhovuje interval výuky 1x za 14 dní více než interval 1x za 7 dní vyhovuje posluchačům ČVUT. Je možné předpokládat, že kdyby ČVUT zavedlo stejný interval, jako je na UK, mohlo by to vést ke zvýšení spokojenosti posluchačů.

Graf 7: Je dostačující výuka v intervalu 14 dnů pro UK, 7 dnů pro ČVUT.



Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

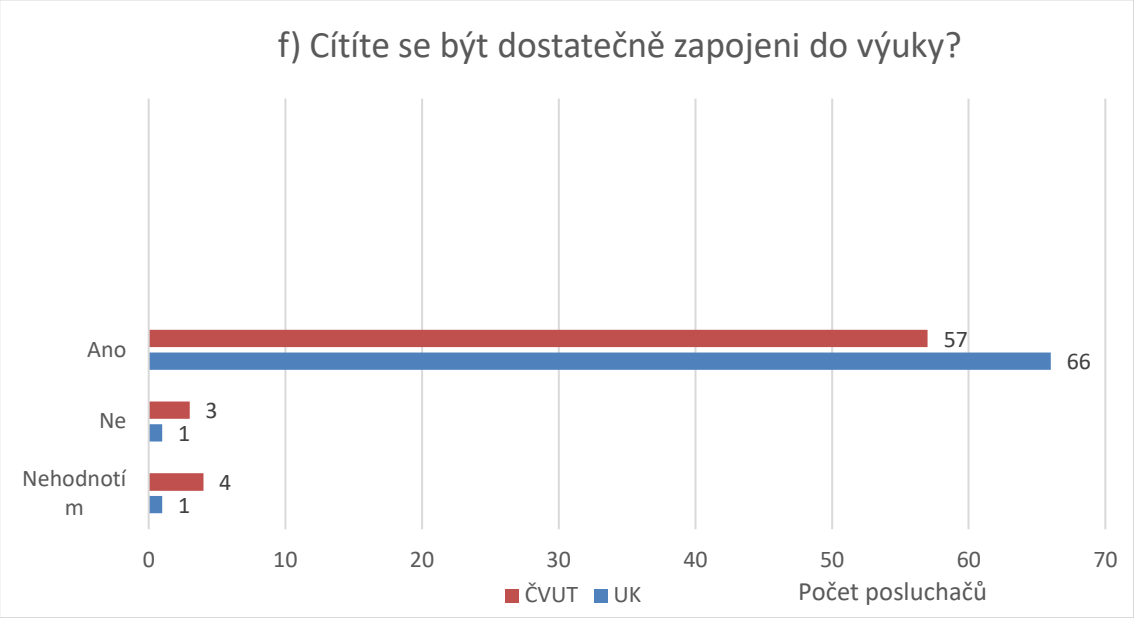
Tabulka 6: Je dostačující výuka v intervalu 14 dnů UK, 7 dnů ČVUT

Je dostačující výuka v intervalu 14 dnů UK, 7 dnů ČVUT	**Absolutní četnost**		**Relativní četnost (v %)**	
	UK	**ČVUT**	**UK**	**ČVUT**
Ano	63	45	92,65	70,31
Ne	4	10	5,88	15,63
Nehodnotím	1	9	1,47	14,06
Celkem	**Σ 68**	**Σ 64**	**Σ 100**	**Σ100**

Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

Pocit zapojení do výuky je dle názoru autorky jeden z nejdůležitějších faktorů, které ovlivňují celkovou spokojenost s výukou. Z Grafu 8 je zřejmé, že tento pocit obě fakulty v posluchačích naplňují. Je dobré si tento faktor uvědomit, protože dle názoru autorky, to může zapříčinit návrat posluchačů zpět, např. do jiného programu, nebo posluchači doporučí fakultu svým známým.

Graf 8: Cítíte se být dostatečně zapojeni do výuky?



Zdroj: Autor práce, 2019, vlastní šetření

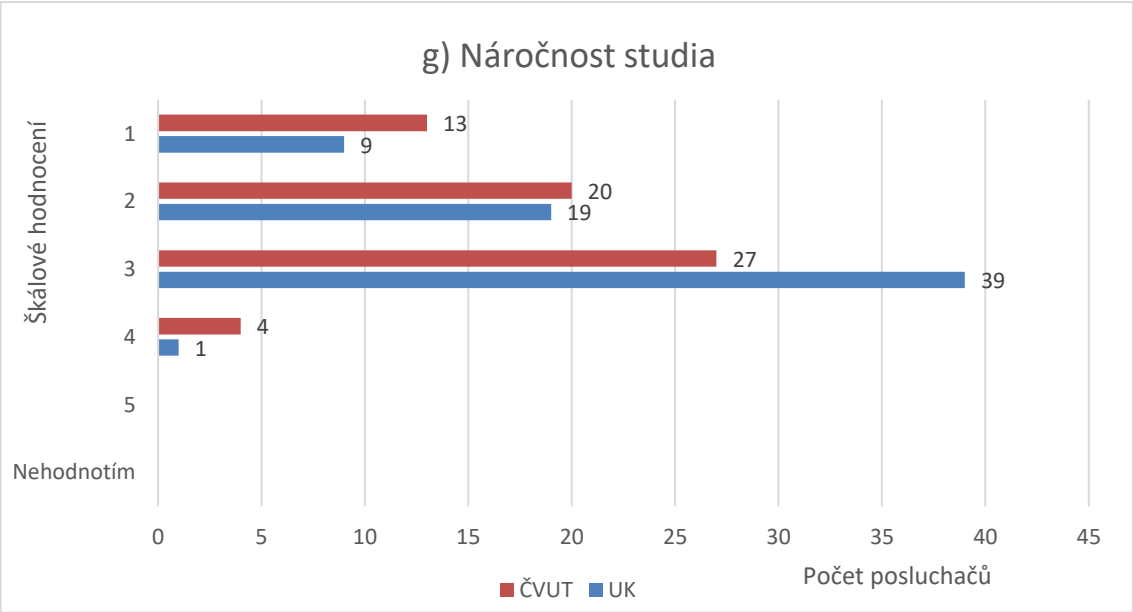
Tabulka 7: Cítíte se být dostatečně zapojeni do výuky?

Cítíte se být dostatečně zapojeni do výuky?	**Absolutní četnost**		**Relativní četnost (v %)**	
	UK	**ČVUT**	**UK**	**ČVUT**
Ano	66	57	97,06	89,06
Ne	1	3	1,47	4,69
Nehodnotím	1	4	1,47	6,25
Celkem	**Σ 68**	**Σ 64**	**Σ 100**	**Σ100**

Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

Položka „g“ je škálové hodnocení od „*1 – velmi snadné až 5 – velmi náročné*“. Hodnocení náročnosti studia, dle diskuze s organizátorkou oboru na ČVUT, ovlivňuje zejména fyzická zdatnost posluchačů. Kurzy se skládají ze sportovních aktivit, např. cyklistického kurzu, turistického kurzu atd., a ty jsou pro někoho více, pro jiného méně náročné. Rozptyl odpovědí je tedy velký. Z grafu je patrné, že většina uchazečů z obou škol uvedla odpověď „středně náročné“.

Graf 9: Náročnost studia.



Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

Tabulka 8: Náročnost studia

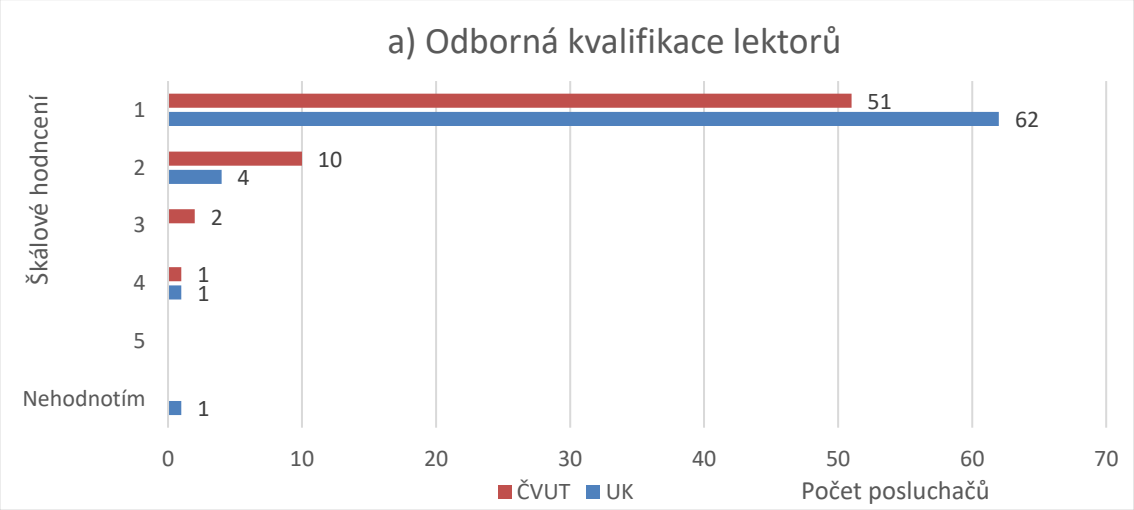
Náročnost studia	**Absolutní četnost**		**Relativní četnost (v %)**	
	UK	**ČVUT**	**UK**	**ČVUT**
1 – velmi snadné	9	13	13,24	20,31
2 – snadné	19	20	27,94	31,25
3 – středně náročné	39	27	57,35	42,19
4 – náročné	1	4	1,47	6,25
5 – velmi náročné	0	0	0	0
Nehodnotím	0	0	0	0
Celkem	**Σ 68**	**Σ 64**	**Σ 100**	**Σ100**

Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

Třetí oblast se zaměřila na spokojenost posluchačů s lektory. Otázky jsou děleny do abecedních písmen od „a–g“. Položky mají škálové hodnocení od 1–5, *kde 1 – plně spokojen(a), 2 – spokojen(a), 3 – nemám vyhraněný názor, 4 – nespokojen(a), 5 – plně nespokojen(a) a u otázky „g“ bylo hodnocení od 1 velmi snadné – 5 velmi náročné (otázky „a–e“) a uzavřené otázky „ano–ne“.* Všechny otázky mají možnost zaškrtnutí odpovědi „nehodnotím“.

Posluchači na UK (91 %) si myslí, že lektoři na této univerzitě jsou kvalifikovanější než na ČVUT (80 %). Kvalifikace lektora bývá se strany této věkové skupiny kritizována. Někteří potřebují lektora, který má daný sport vystudovaný, jiným stačí, že lektor daný sport aktivně vykonává. Nachází se i tací, kteří jsou nespokojeni s odbornou kvalifikací lektorů, což může být zapříčiněno absolvováním jiné U3V nebo tím, že sport v minulosti aktivně provozovali či se o něj více zajímali.

Graf 10: Odborná kvalifikace lektorů



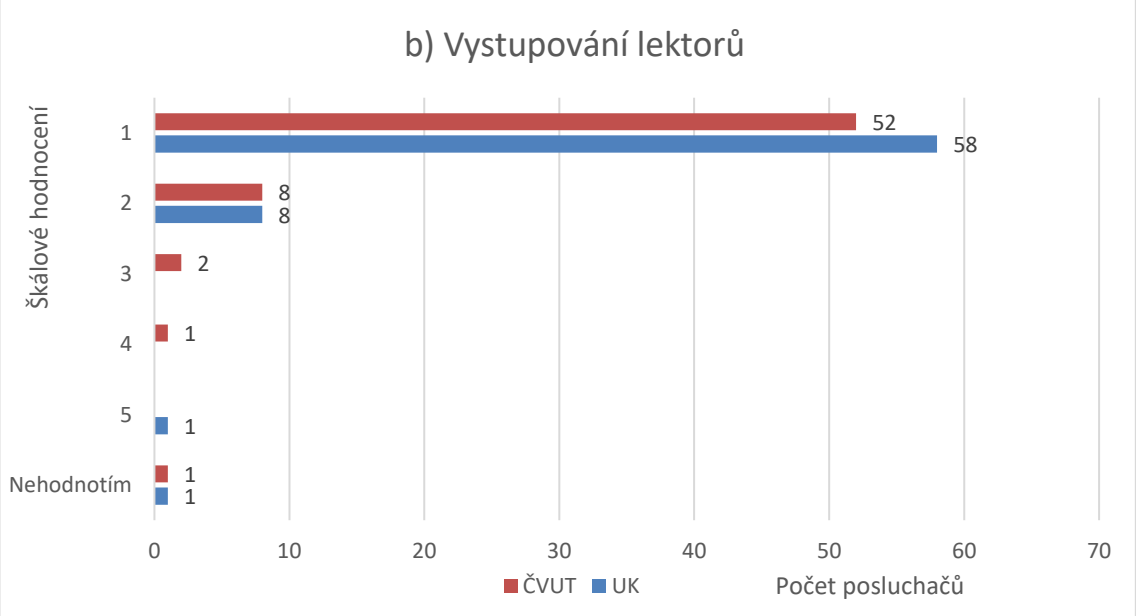
Tabulka 9: Odborná kvalifikace lektorů

Odborná kvalifikace lektorů	**Absolutní četnost**		**Relativní četnost (v %)**	
	UK	**ČVUT**	**UK**	**ČVUT**
1 – Plně spokojen(a)	62	51	91,18	79,69
2 – Spokojen(a)	4	10	5,88	15,62
3 – Nemám vyhraněný názor	0	2	0	3,13
4 – Nespokojen(a)	1	1	1,47	1,56
5 – Plně nespokojen(a)	0	0	0	0
Nehodnotím	1	0	1,47	0
Celkem	**Σ 68**	**Σ 64**	**Σ 100**	**Σ100**

Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

Vystupování lektorů je vizitkou každého studijního programu, potažmo celé univerzity. Tento aspekt, také přímo působí na celkovou spokojenost s výukou a také ovlivňuje přístup jednotlivých posluchačů k probírané látce/praktické činnosti. Vidíme, že vystupování lektorů je hodnoceno velmi kladně. Někteří jedinci uvedli nespokojenost s vystupováním. To může být dáno tím, že si nemusejí s jednotlivými lektory charakterově sednout.

Graf 11: Vystupování lektorů



Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

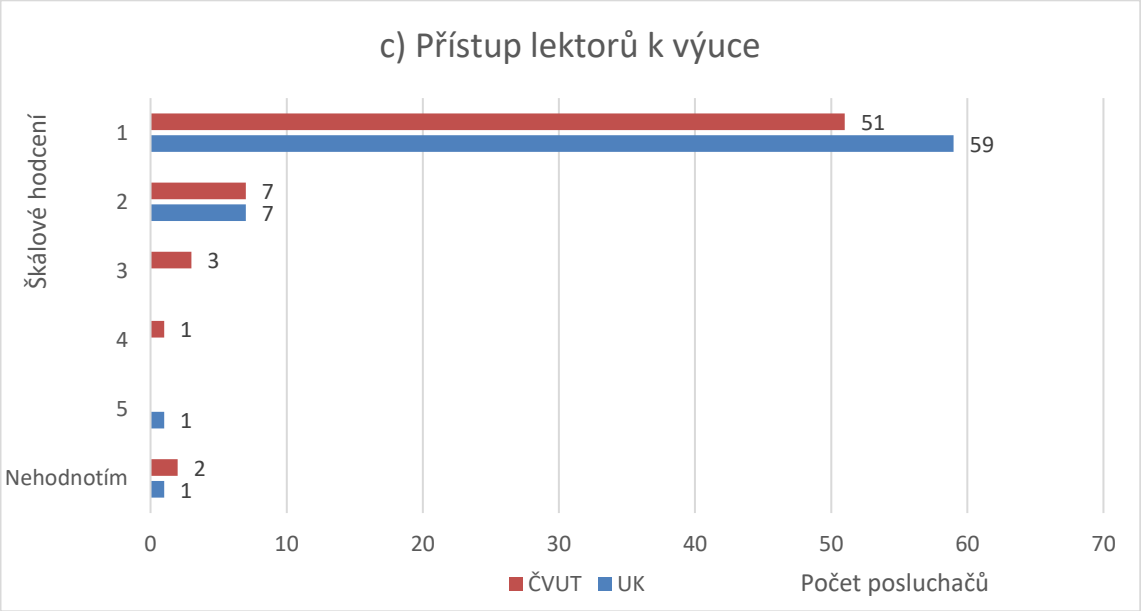
Tabulka 10: Vystupování lektorů

Vystupování lektorů	**Absolutní četnost**		**Relativní četnost (v %)**	
	UK	**ČVUT**	**UK**	**ČVUT**
1 – Plně spokojen(a)	58	52	85,29	81,25
2 – Spokojen(a)	8	8	11,77	12,50
3 – Nemám vyhraněný názor	0	2	0	3,13
4 – Nespokojen(a)	0	1	0	1,56
5 – Plně nespokojen(a)	1	0	1,47	0
Nehodnotím	1	1	1,47	1,56
Celkem	**Σ 68**	**Σ 64**	**Σ 100**	**Σ100**

Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

Více než polovina posluchačů je s přístupem lektorů spokojena – UK 87 %, ČVUT 80 %. Dle názoru autorky přistupování lektora k výuce souvisí s jeho odbornou kvalifikací, která může ovlivňovat jeho přístup k výuce. Sport, kterému lektor rozumí a naplňuje ho, bude přitahovat nové uchazeče na fakultu. Dva respondenti nejsou spokojeni s přístupem lektora k výuce, která může být z důvodu jiného přístupu ze strany posluchače.

Graf 12: Přístup lektorů k výuce



Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

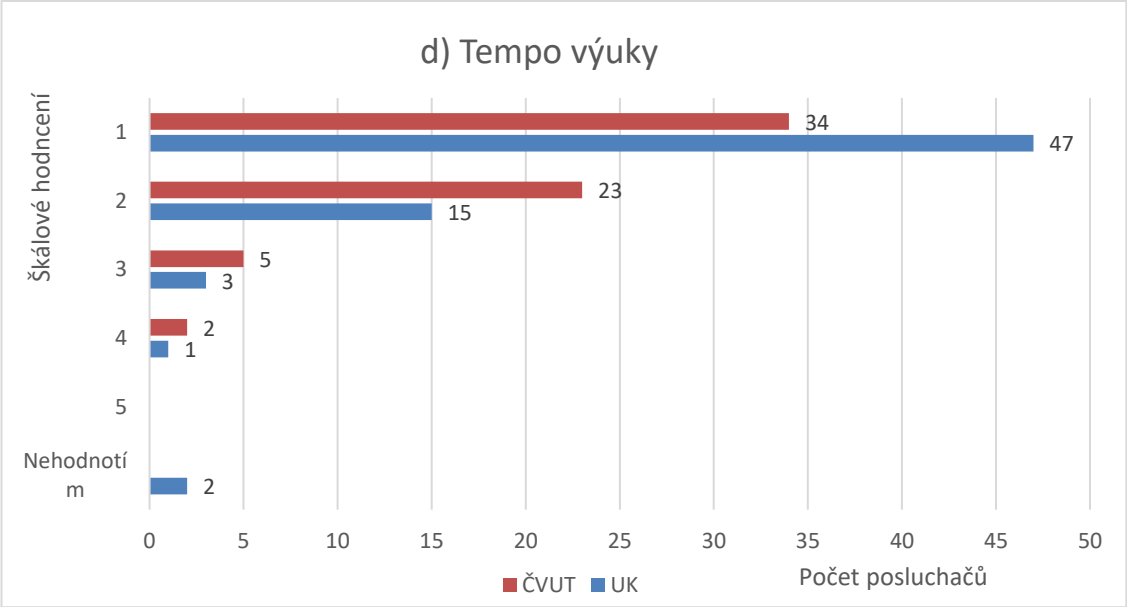
Tabulka 11: Přístup lektorů k výuce

Přístup lektorů k výuce	**Absolutní četnost**		**Relativní četnost (v %)**	
	UK	**ČVUT**	**UK**	**ČVUT**
1 – Plně spokojen(a)	59	51	86,77	79,66
2 – Spokojen(a)	7	7	10,29	10,96
3 – Nemám vyhraněný názor	0	3	0	4,69
4 – Nespokojen(a)	0	1	0	1,56
5 – Plně nespokojen(a)	1	0	1,47	0
Nehodnotím	1	2	1,47	3,13
Celkem	**Σ 68**	**Σ 64**	**Σ 100**	**Σ100**

Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

S tempem výuky jsou více spokojeni posluchači z UK. Posluchači z ČVUT jsou „plně spokojeni“ z 53 % a „spokojeni“ z 36 %. Posluchači jsou „plně spokojeni“ z 69 % a „spokojeni“ z 22 %. Z těchto údajů lze odvodit, že přizpůsobení tempa na ČVUT přáním posluchačů by celkovou spokojenost jednoznačně zvýšilo. Ovšem tyto jednotlivé odpovědi jsou konsolidovány za všechny kurzy, které v průběhu výuky mají, což může znamenat, že jsou studenti nespokojení s tempem pouze u některých kurzů.

Graf 13: Tempo výuky



Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

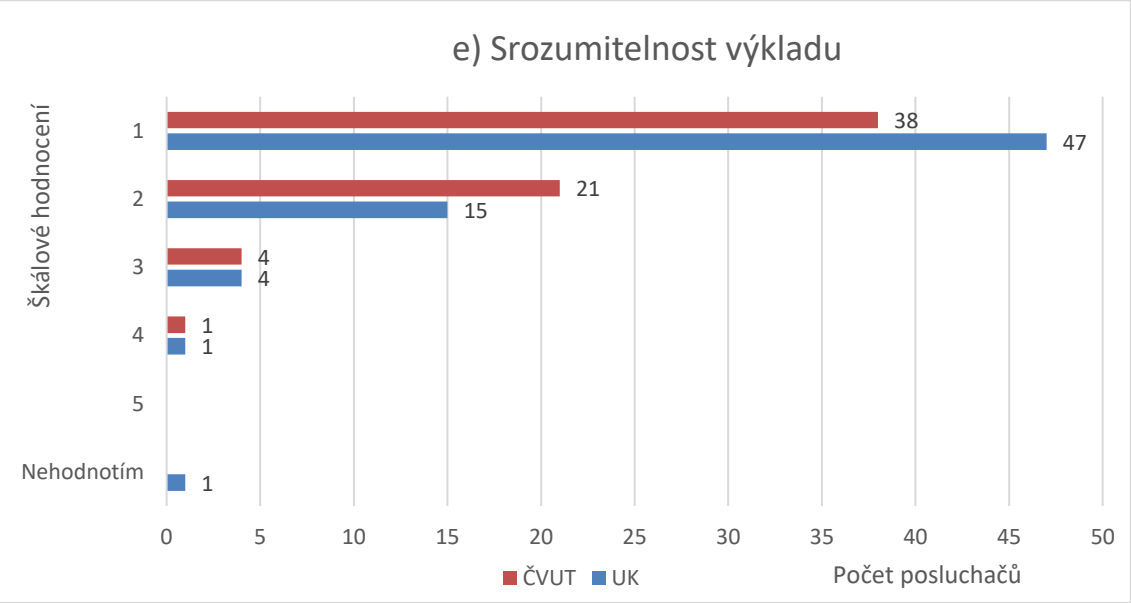
Tabulka 12: Tempo výuky

Tempo výuky	Absolutní četnost		Relativní četnost (v %)	
	UK	ČVUT	UK	ČVUT
1 – Plně spokojen(a)	47	34	69,12	53,13
2 – Spokojen(a)	15	23	22,06	35,93
3 – Nemám vyhraněný názor	3	5	4,41	7,81
4 – Nespokojen(a)	1	2	1,47	3,13
5 – Plně nespokojen(a)	0	0	0	0
Nehodnotím	2	0	2,94	0
Celkem	**Σ 68**	**Σ 64**	**Σ 100**	**Σ100**

Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

Srozumitelnost výkladu spočívá nejen v přednáškách, ale i v praktických aktivitách, např. vysvětlení pravidel či techniky dané aktivity. Se srozumitelností výkladu jsou „plně spokojeni“ na UK v 69 %, kdežto na ČVUT v 59 %. Jedné třetině posluchačů z obou fakult přijde srozumitelnost výkladu na horší než vynikající úrovni, což může být způsobeno nedostatečným vysvětlením ze strany lektora nebo nepochopením ze strany uchazečů.

Graf 14: Srozumitelnost výkladu



Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

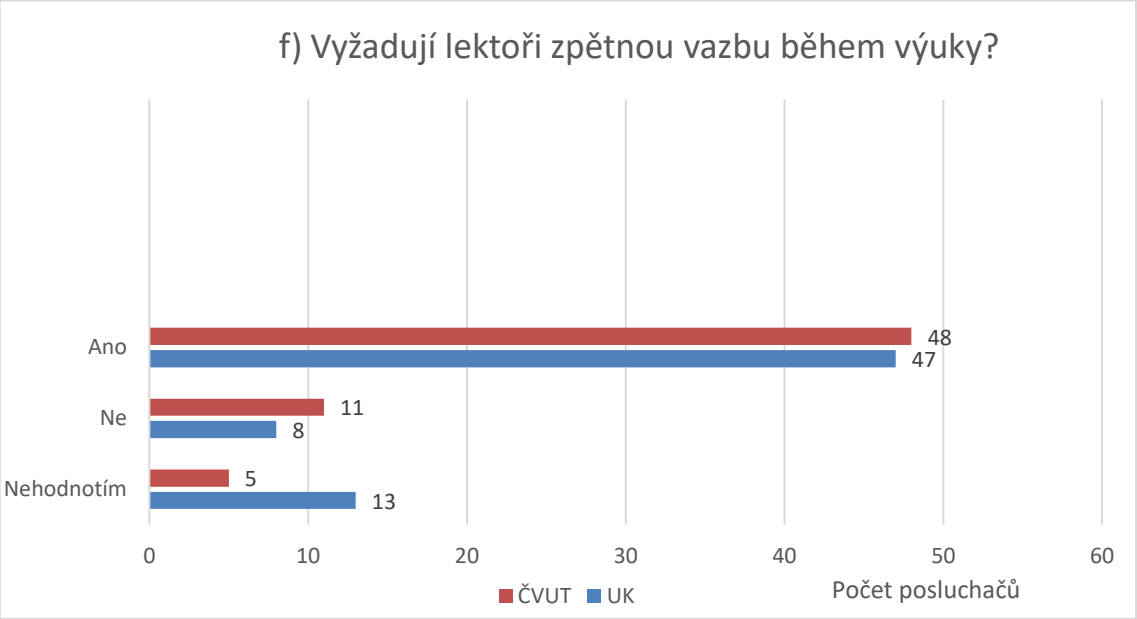
Tabulka 13: Srozumitelnost výkladu

Srozumitelnost výkladu	**Absolutní četnost**		**Relativní četnost (v %)**	
	UK	**ČVUT**	**UK**	**ČVUT**
1 – Plně spokojen(a)	47	38	69,12	59,38
2 – Spokojen(a)	15	21	22,06	32,81
3 – Nemám vyhraněný názor	4	4	5,88	6,25
4 – Nespokojen(a)	1	1	1,47	1,56
5 – Plně nespokojen(a)	0	0	0	0
Nehodnotím	1	0	1,47	0
Celkem	**Σ 68**	**Σ 64**	**Σ 100**	**Σ100**

Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

U3V slouží k rozvoji myšlenek u seniorů, tudíž zpětná vazba uchazečů by měla být povinností. Zkušenosti a postoje, které senioři mají, mohou být přínosem pro lektora i univerzitu. Na tento dotaz 69 % respondentů z UK a 75 % z ČVUT uvedlo, že lektoři zpětnou vazbu požadují. Uchazeči, kteří odpověděli „ne“, nebo „nehodnotím“ si nemuseli uvědomit, že pokud řekli svůj názor, tak tím zpětnou vazbu poskytli.

Graf 15: Vyžadují lektoři zpětnou vazbu během výuky?



Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

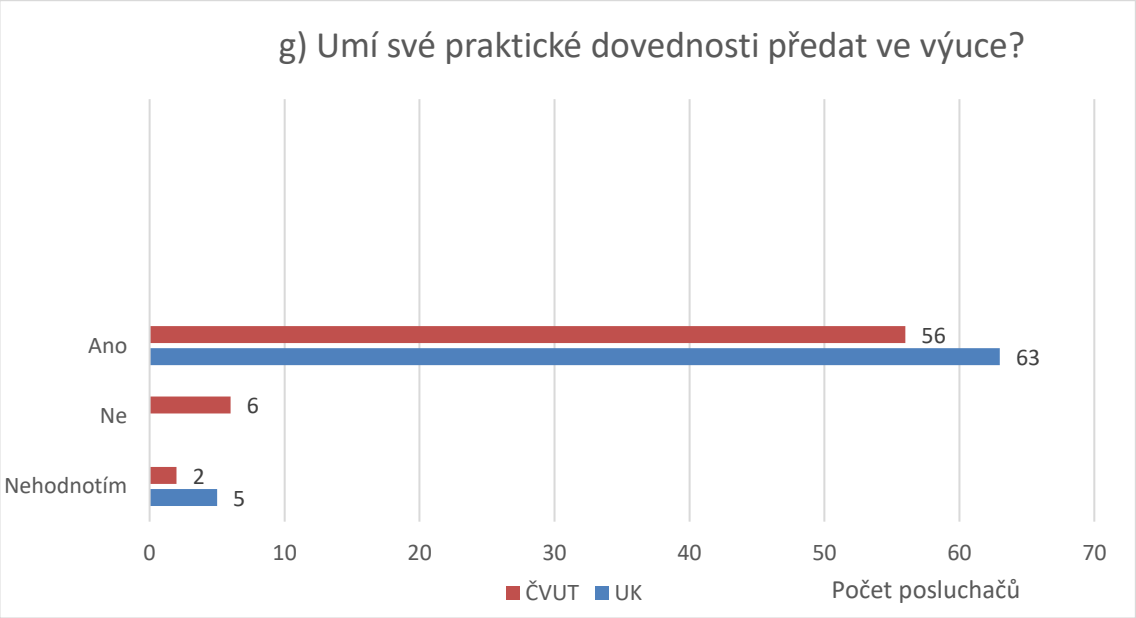
Tabulka 14: Vyžadují lektoři zpětnou vazbu během výuky?

Vyžadují lektoři zpětnou vazbu během výuky?	**Absolutní četnost**		**Relativní četnost (v %)**	
	UK	**ČVUT**	**UK**	**ČVUT**
Ano	47	48	69,12	75
Ne	8	11	11,76	17,19
Nehodnotím	13	5	19,12	7,81
Celkem	**Σ 68**	**Σ 64**	**Σ 100**	**Σ100**

Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

Názorově se posluchači obou fakult shodují v tom, že lektoři své praktické dovednosti předat ve výuce umí. Šest respondentů odpovědělo, že neumí. To může být opět dáno tím, že nějaké aktivity vykonávali aktivně sami a na tento typ hodnocení nahlížejí kritičtěji než jejich kolegové.

Graf 16: Umí své praktické dovednosti předat ve výuce?



Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

Tabulka 15: Umí své praktické dovednosti předat ve výuce?

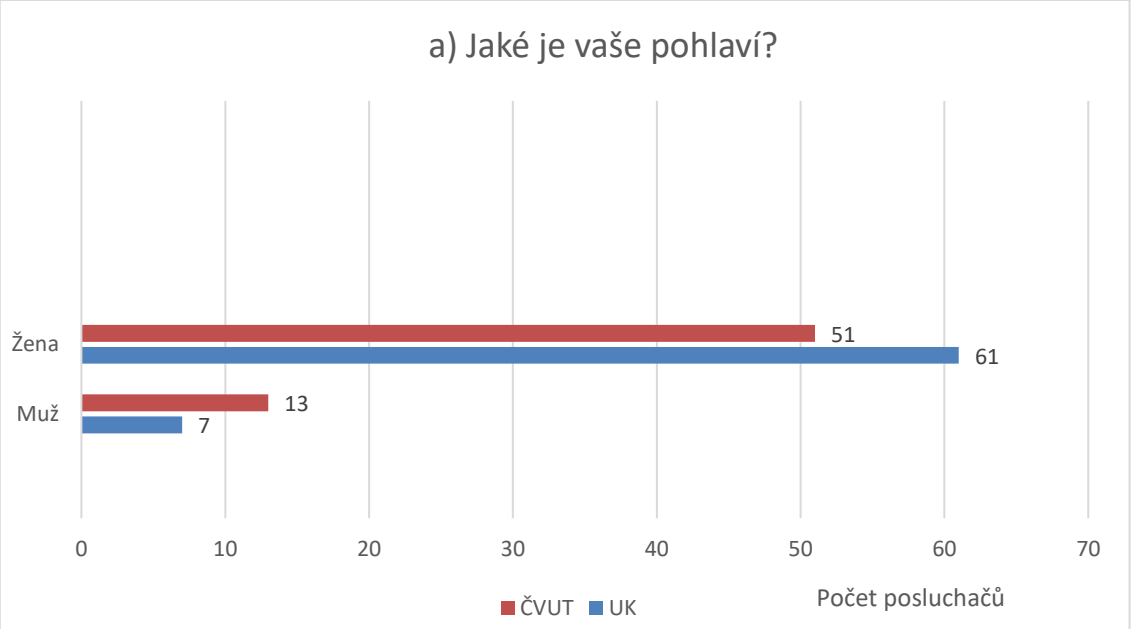
Umí své praktické dovednosti předat ve výuce?	Absolutní četnost		Relativní četnost (v %)	
	UK	ČVUT	UK	ČVUT
Ano	63	56	92,65	87,50
Ne	0	6	0	9,37
Nehodnotím	5	2	7,35	3,13
Celkem	**Σ 68**	**Σ 64**	**Σ 100**	**Σ100**

Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

Čtvrtá oblast a zároveň poslední měla zjistit posluchačovy identifikační údaje a názor na zlepšení stávajícího stavu U3V a jejich bariéry při studiu. Položky jsou rozděleny do kategorií „a-f“, kde jedna z odpovědí má na výběr z více odpovědí s možností „nehodnotím“ a druhá je otevřená pro vlastní odpověď s možností „nehodnotím“, zbytek tvoří otázky uzavřené.

Statisticky je dokázáno, že ženy se dožívají vyššího věku než muži (Český statistický úřad, online, cit. 2019-01-14), což může být dáno zdravějším životním stylem žen. Muži většinou zanedbávají svůj zdravotní a psychický stav a tím se vystavují riziku úmrtnosti. Všeobecně U3V navštěvují více ženy než muži. Dle názoru autorky jsou ženy v postproduktivním věku aktivnější a družnější. Data z ČVUT a UK tento výsledek potvrzují.

Graf 17: Jaké je vaše pohlaví?



Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

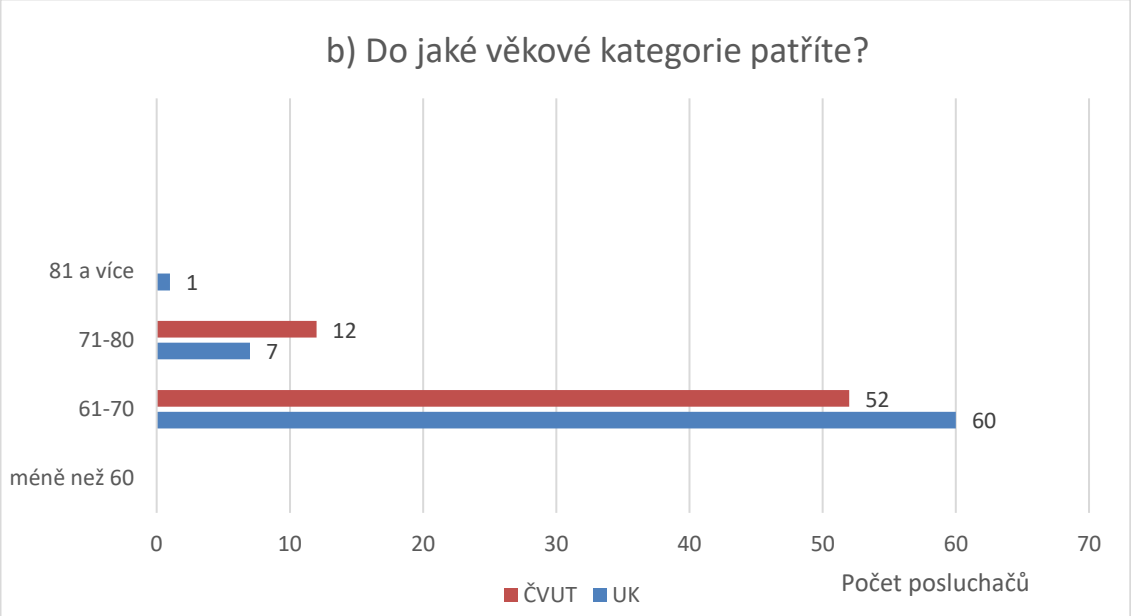
Tabulka 16: Jaké je vaše pohlaví?

Jaké je vaše pohlaví?	Absolutní četnost		Relativní četnost (v %)	
	UK	ČVUT	UK	ČVUT
Žena	61	51	89,71	79,69
Muž	7	13	10,29	20,31
Celkem	**Σ 68**	**Σ 64**	**Σ 100**	**Σ100**

Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

Věkové složení na obou univerzitách je srovnatelně. Největší zastoupení zde mají posluchači ve věku 61–70 let (ČVUT 81 %, UK 88 %). Posluchačů ve věku 71–80 let je podstatně méně (ČVUT 19 %, UK 10 %). Jeden posluchač spadá do kategorie 81 let a více, což dle názoru autorky zaslouží velké uznání.

Graf 18: Do jaké věkové kategorie patříte?



Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

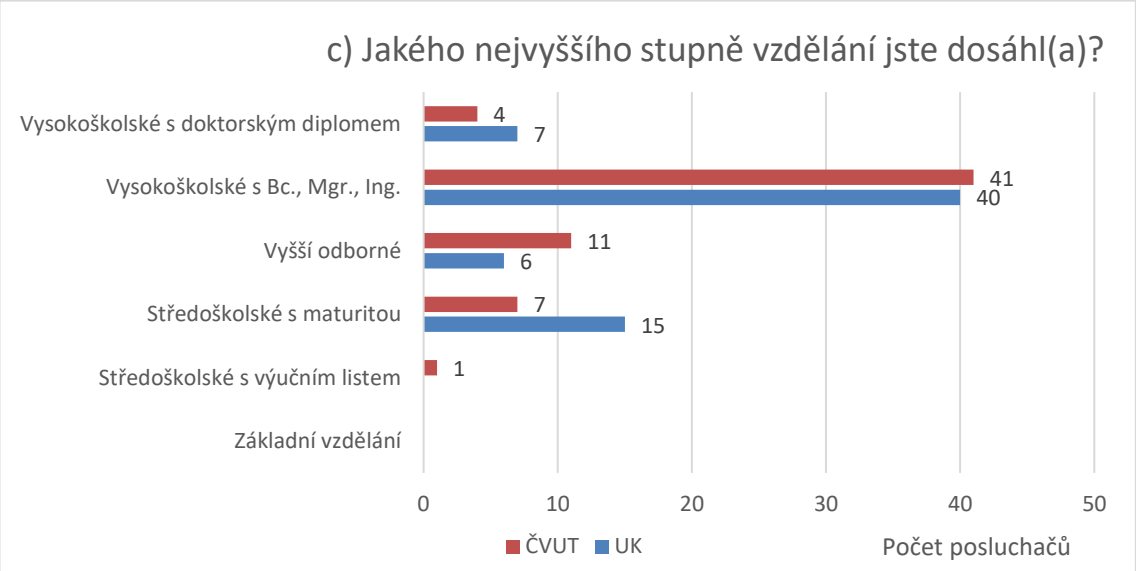
Tabulka 17: Do jaké věkové kategorie patříte?

Věková kategorie	**Absolutní četnost**		**Relativní četnost (v %)**	
	UK	**ČVUT**	**UK**	**ČVUT**
81 a více let	1	0	1,47	0
71–80 let	7	12	10,29	18,75
61–70 let	60	52	88,24	81,25
Celkem	**Σ 68**	**Σ 64**	**Σ 100**	**Σ100**

Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

Podmínkou k přijetí ke studiu na UK, na rozdíl od ČVUT, je mít ukončené střední vzdělání s maturitním vysvědčením. Pro přijetí na ČVUT žádná takováto podmínka neexistuje. Obě univerzity navštěvují nejvíce posluchači, kteří dosáhli vysokoškolského titulu (Bc., Ing., Mgr.). Je to dle názoru autorky způsobené hlavně tím, že tato skupina posluchačů je na vzdělávání zvyklá a chtějí nadále čerpat nové informace a prohlubovat si své znalosti. Druhou nejpočetnější skupinou jsou posluchači s ukončenou střední školou s maturitním vysvědčením, kteří mohou mít podobnou motivaci jako jejich spolužáci s vysokoškolským vzděláním. Tím může být prohlubování dosavadních znalostí, nebo seberealizační cíle, které nestihli naplnit.

Graf 19: Jakého nejvyššího stupně vzdělání jste dosáhl(a)?



Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

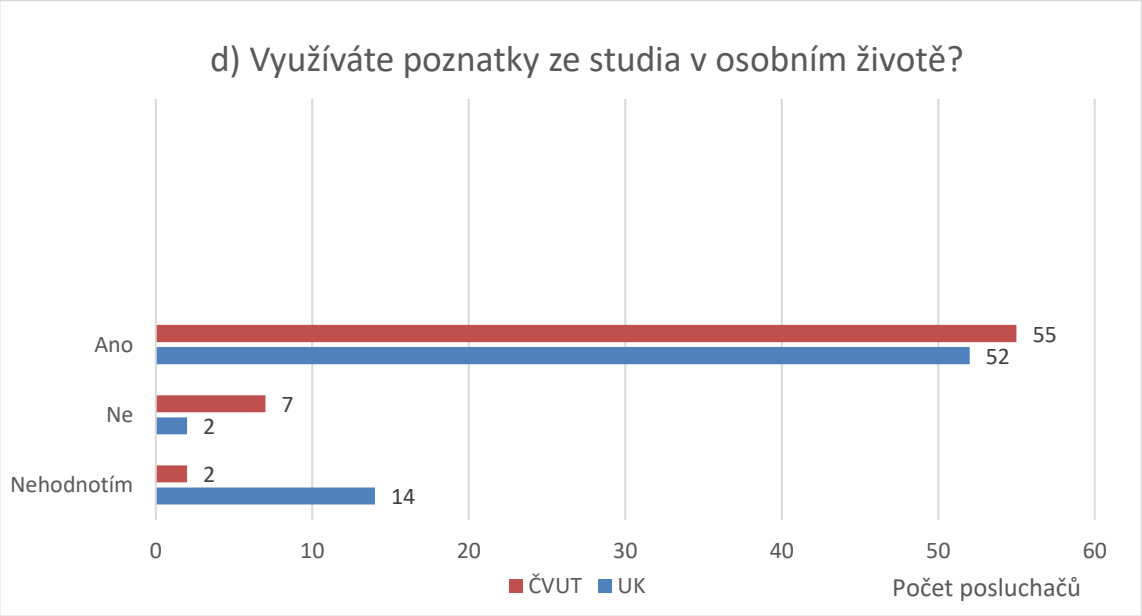
Tabulka 18: Jakého nejvyššího stupně vzdělání jste dosáhl(a)?

Nejvyšší stupeň vzdělání	**Absolutní četnost**		**Relativní četnost (v %)**	
	UK	**ČVUT**	**UK**	**ČVUT**
VŠ s doktorským diplomem	7	4	10,29	6,25
VŠ s Bc., Mgr., Ing.	40	41	58,83	64,06
Vyšší odborné	6	11	8,82	17,19
Středoškolské s maturitou	15	7	22,06	10,94
Středoškolské s výučním listem	0	1	0	1,56
Základní vzdělání	0	0	0	0
Celkem	**Σ 68**	**Σ 64**	**Σ 100**	**Σ100**

Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

Tato otázka vyjadřuje, jaký dopad má výuka na život posluchačů. Dá se říct, že tímto způsobem se dá měřit užitečnost jednotlivých oborů. Z grafu je patrné, že většina posluchačů si odnáší nabyté poznatky do svého osobního života a studium je pro ně tedy přínosné. Velké množství posluchačů z UK dalo „nehodnotím“, protože je možné, že s aktivitami, které probíhají při studiu, se ve svém životě nesetkávají, nebo je nevyhledávají. Tento typ posluchačů se nachází i na ČVUT, nicméně ne v takovém množství jako na UK.

Graf 20: Využíváte poznatky ze studia v osobním životě?



Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

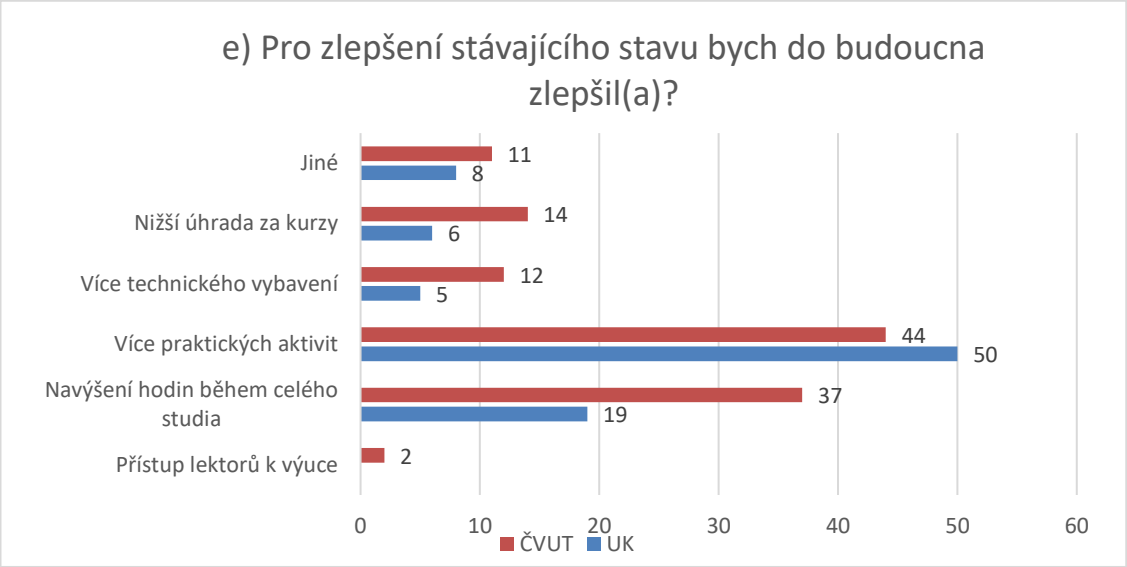
Tabulka 19: Využíváte poznatky ze studia v osobním životě?

Využíváte poznatky ze studia v osobním životě?	Absolutní četnost		Relativní četnost (v %)	
	UK	ČVUT	UK	ČVUT
Ano	52	55	76,47	85,93
Ne	2	7	2,94	10,94
Nehodnotím	14	2	20,59	3,13
Celkem	**Σ 68**	**Σ 64**	**Σ 100**	**Σ100**

Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

V této otázce měli respondenti možnost zaškrtnout více odpovědí, protože je možné, že by zlepšili více věcí. Většina respondentů z obou fakult uvedla, že by si přála více praktických aktivit. Velká část studentů z ČVUT by si přála navýšení hodin během celého studia, což je logické, neboť během dvou let mají pouze 104 vyučovacích hodin. Na UK mají 225 vyučovacích hodin, což je zhruba 2x více. Velice zajímavým výstupem je počet posluchačů, kteří by chtěli za kurzy platit méně. Na ČVUT se tato odpověď objevila 14krát a na UK 6krát. Vzhledem k ceně, kterou posluchači musí zaplatit, a nákladům, které s výukou vznikají, si autorka myslí, že cena je pro posluchače více než přijatelná.

Graf 21: Pro zlepšení stávajícího stavu bych do budoucna zlepšil(a)?



Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

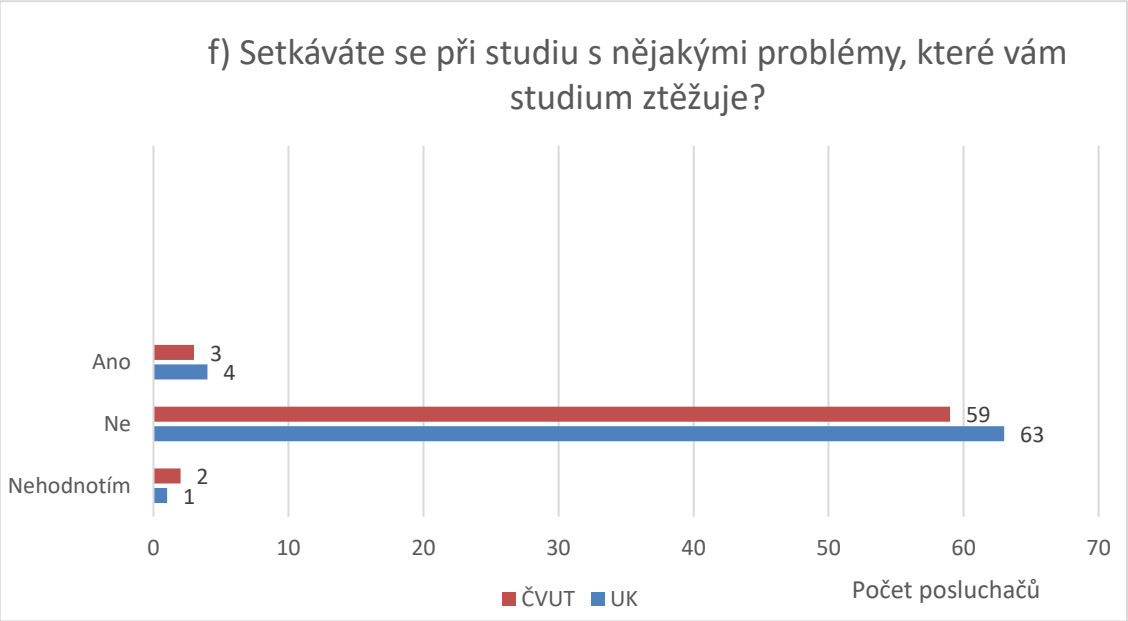
Tabulka 20: Pro zlepšení stávajícího stavu bych do budoucna zlepšil(a)?

Pro zlepšení stávajícího stavu bych zlepšil(a)?	**Absolutní četnost**	
	UK	**ČVUT**
Jiné	8	11
Nižší úhrada za kurzy	6	14
Více technického vybavení	5	12
Více praktických aktivit	50	44
Navýšení hodin během celého studia	19	37
Přístup lektorů k výuce	0	2

Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

Tato otázka sloužila spíše jako zpětná vazba pro garantku a organizátorku těchto kurzů. Drtivá většina uchazečů obou fakult se nesetkala s žádným problémem týkajícím se jakéhokoli aspektu studia. V každém oboru se objevili jednotlivci, kteří nějaký problém mají, např. výuka v pozdních hodinách, a s tím související problém s dojížděním, nebo omezená kapacita některých kurzů. Posledně jmenovaný problém se týká UK.

Graf 22: Setkáváte se při studiu s nějakými problémy, které vám studium ztěžuje?



Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

Tabulka 21: Setkáváte se při studiu s nějakými problémy, které vám studium ztěžuje?

Setkáváte se při studiu s nějakými problémy, které vám studium ztěžuje?	**Absolutní četnost**		**Relativní četnost (v %)**	
	UK	**ČVUT**	**UK**	**ČVUT**
Ano	4	3	5,88	4,69
Ne	63	59	92,65	92,18
Nehodnotím	1	2	1,47	3,13
Celkem	**Σ 68**	**Σ 64**	**Σ 100**	**Σ100**

Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

6.5.2 Otázky garantům

Z výsledků dotazníkového šetření autorka sestavila otázky pro garantku oboru z UK a pověřenou organizátorku a koordinátorku za ČVUT, které mohou vést ke zlepšení spokojenosti uchazečů na U3V.

Níže uvedené otázky a odpovědi jsou pro Univerzitu Karlovu FTVS, jejíž garantkou je PaedDr. Květa Prajerová, CSc.

1. Z dotazníkového šetření vyplývá, že studenti preferují více praktických aktivit a přednášek s diskuzí. **Věděla jste o tom?** Na tuto otázku navazuje poslední otázka v dotazníkovém šetření „co by posluchači zlepšili do budoucna“. Posluchači zvolili možnost více praktických aktivit**. Budete brát na vědomí přání posluchačů?** *„Zařadit více praxe posluchačům U3V už nelze pro nedostatek tělocvičen. Běží současně denní studium a další aktivity fakulty i v rámci CŽV a už tak je nyní problém. Z tohoto důvodu nemohu přání studentů vyhovět. Vím o tom.“*

2. Jeden respondent odpověděl, že by chtěl zimní soustředění na horách. Dá se předpokládat, že se o tom posluchači již bavili, ale jen jednoho napadlo to napsat do odpovědi. **Byl by z vaší strany o tuto akci zájem? Případně navrhla byste to do diskuze s posluchači?** *„Zařazení lyžařského kurzu plánuji, ale zatím na naší chatě FTVS UK v Krkonoších ve zkouškovém období není volno (denní studenti mají přednost v kurzovní výuce) a já nemohu odjet během semestru mimo fakultu.“*

3. Studenti se domnívají, že studium na FTVS je náročné. **V čem si myslíte, že spočívá náročnost studia**? *„Větší náročnost studia na FTVS UK U3V bude dána praktickou výukou v tělocvičně, na bazénu, oproti jiným U3V, kde sedí od začátku do konce v posluchárně. Největší náročnost na fyzickou zdatnost je hlavně na turistickém (7 dní) a cyklistickém kurzu (9 dní). Na turistickém kurzu ujdou v horském terénu 6 až 30 km za den, na cyklistickém kurzu ujedou na kole 40 až 100 km za den. Pro někoho je to opravdu výkon. Do družstev se rozřazují sami.“*

4. Na UK – FTVS je větší návštěvnost žen než mužů. **Proč studium navštěvuje více žen? Z jakého důvodu si myslíte, že to není genderově vyrovnané?** *„Na U3V v ČR studují cca 4 % mužů a 96 % žen. Na FTVS UK U3V v současné době 20 % mužů a 80 % žen. (ověřeno).“*

Níže uvedené otázky a odpovědi jsou pro ČVUT ÚTVS, které byly sestaveny pro organizátorku a koordinátorku fakulty Mgr. Kláru Minaříkovou.

1. Z dotazníkového šetření vyplývám, že studenti preferují více praktických aktivit a přednášek s diskuzí. Věděla jste o tom? Na tuto otázku navazuje poslední otázka v dotazníku „Co by zlepšili do budoucna“. Posluchači zvolili možnost více praktických aktivit a navýšení hodin během studia např. 1x za 14 dní a 4 hodiny. **Budete brát v úvahu přání posluchačů? Je možné zvýšit praktické aktivity a navýšit hodiny?** *„Praktické aktivity nelze navýšit. Řídíme se dle volných učeben. V našem programu není místo pro víc studentů U3V (tělocvičny, materiál, tělovýchovná praxe ve skupině více studentů by nebyla v žádném případě dostatečně efektivní).“*
2. Jeden respondent odpověděl, že se během studia setkal s problémem souvisejícím s dojížděním kvůli výuce v pozdějších hodinách. Dá se předpokládat, že se o tom posluchači již bavili, ale jen jednoho napadlo to napsat do odpovědi. **Vidíte v tom nějaké řešení, jak seniorům ulehčit dojíždění?** *„Výuka probíhá nejpozději do 18 h, a to jen jeden sport a polovina skupiny. Dopoledne jsou jen některé sporty, záleží na výuce studentů, která má na univerzitě samozřejmě prioritu.“*
3. Studenti se domnívají, že studium je náročné. **V čem si myslíte, že spočívá náročnost studia?** *„Myslím, že toto vzešlo z nepochopení informací. Vždy na začátku seniorům vysvětlujeme, že každý má jinou fyzickou (i psychickou) kondici, pohybový rozsah, reakci, sílu apod. A že se mají přizpůsobit podle svých možností a schopností.“*
4. Jeden respondent odpověděl, že by uvítal přednášky o pravidlech či historii sportu apod. **Plánujete do budoucna přednášky? Případně otevřete diskuzi, na jaké téma chtějí přednášku?** *„Uvažuji nad jednorázovou přednáškou na téma výživy (pan doktor Petr Fořt), ale vzhledem k tomu, že se s nimi uvidím až příští semestr, tak se jich ptát nebudu“.*

6.5.3 Vyhodnocení hypotéz

Hypotéza č. 1 Posluchači jsou spokojenější s celkovou úrovní vzdělávání na UK než na ČVUT.

Tato hypotéza byla ověřována pomocí škálové otázky č. 1 *„Jste spokojeni s celkovou úrovní vzdělávání na UK/ČVUT?“*. Autorka stanovuje ke sloučení spokojenosti škálu 1-2-3 a 4-5 k nespokojenosti. Z toho tabulky vyplývá, že relativně jsou posluchači UK o 3,2 % spokojenější než posluchači ČVUT. Možnost nehodnotím je v tomto případě jako samostatná jednotka, kdy se respondent nechce vyjádřit k odpovědi. Tyto odpovědi činí v relativním vyjádření cca 6 %. **Tato hypotéza se potvrdila.**

Tabulka 22: Spokojenost s celkovou úrovní vzdělávání na UK a ČVUT

Spokojenost s celkovou úrovní vzdělávání	**Relativní četnost (v %)**	
	UK	**ČVUT**
Spokojenost (škála 1–3)	98,53	95,32
Nespokojenost (škála 4–5)	0	0
Nehodnotím	1,47	4,68
Celkem	**Σ 100**	**Σ100**

Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

Hypotéza č. 2 Přepokládá se, že senioři jsou spokojenější s výukou na UK než na ČVUT.

K ověření této hypotézy autorka použila tabulku č. 2, 3, 4 a 6, 7, kde došlo k nastavení spokojenosti. Škála 1–3 určuje spokojenost posluchačů a 4–5 nespokojenost. Odpovědi ano–ne jsou sloučeny následovně: ano – škála 1–3 spokojenost, ne – škála 4–5 nespokojenost. Odpovědi nehodnotím, jsou výsledkem, kolik procent uchazečů projevuje nevyjádření se či nezájem k tématu spokojenosti. Z výsledných tabulek je možné vidět, že na UK je v relativním vyjádření větší spokojenosti s výukou, než je tomu na ČVUT. Na UK činí relativní ukazatele 98,04 % a 94,86 % a na ČVUT 97,92 % a 79,69 %. Zvolená odpověď nehodnotím je v tomto případě zvolena na UK okolo 3 % na UK 11 %. **Tato hypotéza se potvrdila.**

Tabulka 23: Spokojenost s výukou I.

Spokojenost s výukou	**Relativní četnost (v %)**	
	UK	**ČVUT**
Spokojenost (škála 1–3)	98,04	97,92
Nespokojenost (škála 4–5)	0	1,04
Nehodnotím	1,96	1,04
Celkem	**Σ 100**	**Σ100**

Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

Tabulka 24: Spokojenost s výukou II.

Spokojenost s výukou	**Relativní četnost (v %)**	
	UK	**ČVUT**
Ano (škála 1–3)	94,86	79,69
Ne (škála 4–5)	3,67	10,16
Nehodnotím	1,47	10,15
Celkem	**Σ 100**	**Σ100**

Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

Hypotéza č. 3 Předpokládá se, že senioři budou spokojenější s lektory na UK než na ČVUT.

Pro potvrzení či nepotvrzení této hypotézy byly zapotřebí škálové otázky v tabulce č. 9, 10, 11, 12, 13 a výběrové otázky v tabulce č. 14, 15. Dle autorky došlo k opětovnému sloučení a nastavení spokojeností. Škálové otázky 1–3 určují spokojenost posluchačů a 4-5 nespokojenost. Odpovědi ano–ne představují (ano = 1–3 spokojenost, ne = 4–5 nespokojenost). Odpovědi nehodnotím, jsou výsledkem, kolik procent uchazečů vyjadřuje nezájem k tématu spokojenosti.

Z výsledků je možné vidět, že relativní ukazatele na ČVUT jsou vyšší než na UK. Spokojenost s lektory na ČVUT je u škálové otázky zhruba o 0,42 p. b. vyšší, než je tomu na UK. U otázky s možností ano–ne je rozdíl o něco menší, tedy o 0,37 p. b. Odpověď nehodnotím, je vyšší na UK než na ČVUT o 7,77 p. b., což může být ukazatelem toho, že uchazeči na UK jsou méně kritičtí k lektorům, než je tomu na ČVUT. **Hypotéza se tedy nepotvrdila.**

Tabulka 25: Spokojenost s lektory I.

Spokojenost s lektory	**Relativní četnost (v %)**	
	UK	**ČVUT**
Spokojenost (škála 1–3)	96,77	97,19
Nespokojenost (škála 4–5)	1,47	1,86
Nehodnotím	1,76	0,95
Celkem	**Σ 100**	**Σ100**

Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

Tabulka 26: Spokojenost s lektory II.

Spokojenost s lektory	**Relativní četnost (v %)**	
	UK	**ČVUT**
Ano (škála 1–3)	80,88	81,25
Ne (škála 4–5)	5,88	13,28
Nehodnotím	13,24	5,47
Celkem	**Σ 100**	**Σ100**

Zdroj: Autorka práce, 2019, vlastní šetření

7 NÁVRHY A DOPORUČENÍ

Z výše uvedených výsledků v této diplomové práci autorka práce uvede návrhy a doporučení, které by mohly vést ke zvýšení spokojenosti na UK a ČVUT. Níže uvedené doporučení se bude týkat zejména těch výsledků, které vyšly nepříznivě pro univerzity. Určitá míra nespokojenosti vyšla v následujících oblastech:

- s výukou;
- s náročností studia;
- s lektory.

7.1 Oblast výuky

Výuka U3V na UK a ČVUT je součástí nabídky jednotlivých fakult. Pracovištěm, které zajišťuje uskutečnění programů na UK FTVS, je Centrum celoživotního vzdělávání s garantkou oboru, která se stará o chod programu. ČVUT ÚTVS je pod grantem Rady celoživotního učení, přičemž koordinaci a metodiku zajišťuje odbor pro studium a studentské záležitosti na rektorátu ČVUT, který má svoji organizátorku programů. Důležité je zmínit, že se jedná o spokojenost s výukou, nikoli o povahové rysy lektora.

Otázka na výuku byla položena garantce oboru na UK. Pokud nelze zařadit více praktických aktivit, tak autorka navrhuje eliminovat počet přednášek nebo zvolit přednášky s prezentací, na kterých se budou podílet sami uchazeči k vytváření studijních podkladů. Dle názoru autorky si posluchači všechny informace o sportu či zdraví mohou najít za pomocí moderních technologií. Dále by uchazeči uvítali navýšení hodin během celého studia, což souvisí i s intervalem výuky, kterou mají 1x za 14 dní. Tato situace by se dala řešit zvýšením intervalů během celého studia, např. 2x za 14 dní či 1x týdně a tím se zvýší hodiny během celého studia. Co se týče ČVUT, tak posluchači dávají přednost praktickým aktivitám, ale i přednášce s prezentací. Tato otázka byla položena organizátorce programu, která uvedla, že se zavedou přednášky na téma „Zdravá výživa“. Organizátorka téma na přednášku s uchazeči nediskutovala a tím bych do budoucna zvýšila komunikaci s posluchači, kteří by jistě přišli s tématem na přednášku a cítili by se více zapojeni do výuky. Dále doporučuji vyslyšení přání posluchačů a zavést přednášku s prezentací, která může být obohacena o znalosti seniorů z běžného či studijní života.

Zapojení seniorů do výuky může vést ke zvyšování úrovně U3V na obou fakultách. Pokud jde o zvýšení praktických aktivit a navýšení hodin, tak otázka byla položena organizátorce na ČVUT. Podle jejího vyjádření už zařadit praktické aktivity nelze. Tudíž by autorka doporučila zvýšit počet setkání se seniory nebo případně zařadit více kurzů, které se konají mimo univerzitu.

7.2 Oblast lektorů

Na obou univerzitách vyučují odborní pracovníci či pedagogové zastupující své fakulty. Pracovníci či pedagogové tuto činnost vykonávají dobrovolně, tudíž z jejich strany je to čistě zájmová věc. Uchazeči na obou fakultách jsou spokojeni s lektory, přesto se nacházejí tací, kteří tuto spokojenost nesdílejí. Autorka zahrnuje i osobní problém, kde si posluchač nemusí charakterově sednout s lektorem. Nedostatek na obou univerzitách spočívá v nevyžádání lektora o zpětnou vazbu uchazečů. Autorka doporučuje univerzitám či lektorům, aby se snažili o zpětnou vazbu posluchačů a předání praktických dovedností během výuky k uchazečům. Toto mohou zapojit do přednášek, ale i v praktických aktivitách, kde uchazeči mohou mít osobní zkušenost s daným sportem.

7.3 Náročnost studia

Otázka náročnosti studia byla položena garantce i organizátorce programu. Jelikož se jedná o univerzity zaměřené na sport, tak je pochopitelné, že určitá fyzická i psychická náročnost jsou součástí programu. Tento problém je součástí organizace těchto programů. Proto autorka navrhuje uvádět v sylabech upozornění na možnou fyzickou zátěž či při realizaci každého sportovního výkon zdůraznit obtížnost sportu, ať se předchází případným konfliktům. Autorka diplomové práce zahrnuje do náročnosti studia i poslední otázku v dotazníkovém šetřením, která se zaměřuje na bariéry během studia. Někteří posluchači, konkrétně z UK 5 % a z ČVUT 6 %, se s problémem setkávají. Jedná se např. o dojíždění na výuku, málo materiálů, ale i vysokou úhradu za kurzy. Autorka navrhuje zlepšit komunikaci a provádět půlroční průzkum spokojenosti. Výše poplatků daných kurzů na univerzitách bere v úvahu finanční možnosti účastníků, tudíž doporučením je zvýšit mediálnost U3V a najít takové finanční zdroje, které budou U3V podporovat, např. granty od rektorátu, hlavního města Prahy či sponzorské dary.

ZÁVĚR

Diplomová práce se zabývala vzděláváním a spokojeností seniorů na Univerzitě třetího věku na Univerzitě Karlově – Fakultě tělesné výchovy a sportu (UK FTVS) a Ústavu tělesné výchovy a sportu na Českém vysokém učení technickém (ÚTVS ČVUT). Jejím cílem byla komparace spokojenosti se vzděláváním na dvou vybraných univerzitách a zjištění dílčí spokojenosti s celkovou úrovní vzdělávání, výukou a s lektory. Práce byla zamýšlena jako teoreticko-praktické šetření dané problematiky v oblasti vzdělávání seniorů na Univerzitě třetího věku.

První kapitola v teoretické části charakterizovala pojmy stáří a stárnutí, které byly rozčleněny do periodizace seniorského věku. Tato kapitola se snažila o vysvětlení pojmu senior, který není dodnes jednoznačně vymezen. V této kapitole byla nastíněna demografická situace Česka společně s Prahou, která souvisí s daným tématem diplomové práce. Kapitola byla doplněna o Světovou zdravotnickou organizaci, která se zabývá touto problematikou a hledá řešení pro rychle stárnoucí populaci. V následující kapitole autorka práce definovala termín gerontagogika společně s jejím začleněním do oblasti věd a vyčlenila její funkce. Mezi hlavní části patří samotná edukace seniorů, která udávala ucelený obraz o funkcích a formách, které jsou nabízeny seniorům. Především se autorka práce zaměřila na univerzity třetího věku od samotného vzniku. Tato kapitola obsahovala dvě zmiňované univerzity třetího věku, které detailně autorka popisuje od historie přes organizační strukturu až po současnost. Poslední kapitola teoretické části se zabývala kompetencemi edukátora ve vzdělávacích institucích, které pojednávaly o jeho činnostech, metodologických postupech a doporučeních, jak správně přistupovat k seniorům během výuky.

Cílem teoretické části bylo seznámení s aktuálním demografickým problémem, při kterém dochází k rychle stárnoucí populaci, a to nejen v Česku. Dále medializovat či poskytnout široké veřejnosti, a především seniorům ucelené informace o formách vzdělávání a náhledu do nabízeného programu UK na FTVS a ÚTVS na ČVUT.

Na teoretickou část navazuje část praktická, která se zabývala výzkumem na daných univerzitách. Cílem výzkumu byla komparace spokojenosti se vzděláváním na dvou výše uvedených univerzitách a zjištění dílčí spokojenosti s celkovou úrovní vzdělávání,

výukou a lektory. Tuto spokojenost autorka zjišťovala pomocí dotazníkového šetření a sestavením otevřených otázek formou dotazníku a rozhovoru garantce na UK FTVS a formou rozhovoru a dotazníku organizátorce na ÚTVS ČVUT.

Dotazníkového šetření se v roce 2018 zúčastnili posluchači z končících ročníků z UK FTVS a z ÚTVS ČVUT, kteří byli doplněni o bývalé absolventy kurzu na ČVUT. Otázky byly zaměřeny na spokojenost či nespokojenost s celkovou úrovní vzdělávání, výukou lektory a doplňujícími otázkami, které zjišťovaly pohlaví, nejvyšší dosažené vzdělání, bariéry, se kterými se uchazeči setkali během studia, a především návrhy posluchačů na zlepšení stávajícího stavu do budoucna. Při sestavení dotazníkového šetření byl kladen důraz na zjištění spokojenosti, přičemž výsledky vedly k ověření hypotéz stanovených autorkou práce.

Z dosažených výsledků autorka stanovila návrhy a různá doporučení, které přispívají ke zlepšení spokojenosti daných univerzit. Případná doporučení mohou být využita v praxi a mohou pomoci univerzitám ke zvýšení spokojenosti posluchačů.

Výsledky dotazníkového šetření potvrzují, že posluchači na výše uvedených univerzitách jsou plně spokojeni s celkovou úrovní vzdělávání, tudíž autorka doporučuje udržovat tuto spokojenost i nadále. Jak již bylo zmíněno v diplomové práci, tak senioři patří do skupiny největších kritiků, tudíž se určitá míra nespokojenosti objevila v oblastech výuky, která byla doprovázena především v náročnosti studia a s lektory. Autorka práce na tyto oblasti navrhuje doporučení, která mohou sloužit garantům, organizátorům a především lektorům, kteří by se měli podílet na zvyšování spokojenosti seniorů se vzděláváním. Mezi bariéry, které autorka práce zjistila za pomocí dotazníkového šetření, patří především dojíždění na kurzy, výuka v pozdních hodinách, málo podávaných materiálů. Od posluchačů autorka práce zjistila návrhy na zlepšení stávajícího stavu do budoucna, kterými byly např. zvýšit praktické a odborné přednášky, navýšit hodiny během celého studia, snížit úhradu za kurzy, předávat informace o historii sportu, možnost cvičit s odbornými pedagogy či zrealizovat zimní soustředění na horách.

Závěrem lze konstatovat, že diplomová práce splnila svůj účel a bylo dosaženo stanovených cílů. Autorka práce shledává za přínosnou zejména empirickou část, která může pomoci univerzitám eliminovat nedostatky ve vzdělávání, které bývalí absolventi

shledali jako nepříznivé. Přínosnou částí jsou návrhy posluchačů na zlepšení stávajícího stavu, které mohou zvýšit spokojenost univerzit do budoucna. Senioři by měli být více zapojeni do výuky, neboť mohou přinést poznatky z jejich osobního života. Proto by měla mít každá vysoká škola zájem o vzdělávání seniorů, kteří mohou univerzitám zvyšovat prestiž, úroveň a poskytnout reklamu k vyšší návštěvnosti těchto věkových skupin.

SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

Seznam použitých českých zdrojů

ADAMEC, P. a D. KRYŠTOF, 2011. *Univerzity třetího věku na vysokých školách*. Brno: Asociace univerzit třetího věku České republiky. ISBN 978-80-210-5640-4.

BENEŠ, M., 2008. *Andragogika*. Praha: Grada. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-2580-2.

ČEVELA, R., Z. KALVACH a L. ČELEDOVÁ, 2012. *Sociální gerontologie: úvod do problematiky*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3901-4.

DVOŘÁČKOVÁ, D., 2012. *Kvalita života seniorů: v domovech pro seniory*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4138-3.

HAŠKOVCOVÁ, H., 2010. *Fenomén stáří*. Vyd. 2., podstatně přeprac. a dopl. Praha: Havlíček Brain Team. ISBN 978-80-87109-19-9.

HENDRICH, J., 1948. *Jan Amos Komenský (Comenius).* Prague: Orbis.

JANIŠOVÁ, D. a M. KŘIVÁNEK, 2013. *Velká kniha o řízení firmy: [praktické postupy pro úspěšný rozvoj]*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4337-0.

JANIŠ, K. a J. SKOPALOVÁ, 2016. *Volný čas seniorů*. Praha: Grada. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-5535-9.

KLEVETOVÁ, D., 2017. *Motivační prvky při práci se seniory. 2., přepracované vydání.* Praha: Grada Publishing. Sestra (Grada). ISBN 978-80-271-0102-3.

KOLEKTIV AUTORŮ, 2015. *Jak vypracovat bakalářskou a diplomovou práci*. 6., aktualiz. vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského. ISBN 978-80-7452-106-5.

KOTLER, P. a kol., 2007. *Moderní marketing:* 4. evropské vydání. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-1545-2.

LANGER, T., 2016. *Moderní lektor: průvodce úspěšného vzdělavatele dospělých*. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-271-0093-4.

LIVEČKA, E., 1979. *Úvod do gerontopedagogiky*, Praha: ÚŠI MŠ ČSR.

MUŽÍK, J., 2005. *Didaktika profesního vzdělávání dospělých*. Plzeň: Fraus. ISBN 80-7238-220-9.

MÜHLPACHR, P., 2009. *Gerontopedagogika.* 2. vyd. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 978-80-210-5029-7.

MÜHLPACHR, P., 2004. *Gerontopedagogika*. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 80-210-3345-2.

MÜHLPACHR, P., 2005. *Schola gerontologica.* Brno: Masarykova univerzita. ISBN 80-210-3838-1.

MÜHLPACHR, P. a P. STANÍČEK, 2001. *Geragogika pro speciální pedagogy*. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 80-210-2510-7.

PALÁN, Z. a T. LANGER, 2008. *Základy andragogiky*. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského. ISBN 978-80-86723-58-7.

PETŘKOVÁ, A. a R. ČORNANIČOVÁ, 2004. *Gerontagogika: úvod do teorie a praxe edukace seniorů: studijní texty pro distanční studium*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 80-244-0879-1.

PRŮCHA, J. a kol., 2009. *Pedagogická encyklopedie*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-546-2.

PRŮCHA, J. a J. VETEŠKA, 2014. *Andragogický slovník.* 2., aktualiz. a rozš. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4748-4.

ŘÍČAN, P., 2004. *Cesta životem: [vývojová psychologie]:* přepracované vydání. Vyd. 2. Praha: Portál. ISBN 80-7367-124-7.

SAK, P. a K. KOLESÁROVÁ, 2012. *Sociologie stáří a seniorů.* Praha: Grada. Sociologie (Grada). ISBN 978-80-247-3850-5.

STUART-HAMILTON, I., 1999. *Psychologie stárnutí.* Praha: Portál. ISBN 80-7178-274-2.

ŠERÁK, M., 2009. *Zájmové vzdělávání dospělých.* Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-551-6.

ŠPATENKOVÁ, N., 2011. *Gerontagogika*. 1. vydání. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 978-80-244-2893-2

ŠPATENKOVÁ, N. a L. SMÉKALOVÁ, 2015. *Edukace seniorů*: *geragogika a gerontodidaktika*. Praha: Grada. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-5446-8.

TOMCZYK, Ł., 2015. *Vzdělávání seniorů v oblasti nových médií*. Přeložila Joanna SZANIAWSKA. Praha: Asociace institucí vzdělávání dospělých ČR. ISBN 978-80-904531-9-7

VETEŠKA, J., 2017. *Gerontagogika: psychologicko-andragogická specifika edukace a aktivizace seniorů.* 2. doplněné a rozšířené vydání. Praha: Česká andragogická společnost. Česká a slovenská andragogika. ISBN 978-80-905460-7-3.

VETEŠKA, J., 2016. *Přehled andragogiky: úvod do studia vzdělávání a učení se dospělých*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-1026-9.

ZACHAROVÁ, E., HERMANOVÁ, M. a J. ŠRÁMKOVÁ, 2007. *Zdravotnická psychologie: teorie a praktická cvičení.* Praha: Grada. Sestra (Grada). ISBN 978-80-247-2068-5.

Seznam použitých zahraničních zdrojů

BALOGOVÁ, B., 2005. *Seniori.* Prešov: Akcent print. ISBN 80-969274-1-8.

ČORNANIČOVÁ, R., 2007. *Edukácia seniorov*. Bratislava: Univerzita Komenského. ISBN 978-80-223-2287-4.

ILMARINEN, J., 2008. *Ako aj predĺžiť aktívny život. Starnutie a kvalita pracovného života v Európskej únii.* Bratislava: Príroda. ISBN 978-80-07-01658-3

Seznam použitých internetových zdrojů

AI U3A | International Association of Universities of the Third Age [online]. Copyright © 2015 [cit. 2019-01-27]. Dostupné z: http://www.aiu3a.com/

AU3V – Historie AU3V. AU3V – Úvod [online]. Copyright © 24. 10. 2016 Asociace univerzit třetího věku [cit. 2019-01-11]. Dostupné z: http://www.au3v.cz/index.php/historie-au3v

CVIČENÍ PRO SENIORY | ÚTVS ČVUT Praha [online]. Copyright © 2019 Ústav tělesné výchovy a sportu | ÚTVS ČVUT Praha [cit. 2019-01-11]. Dostupné z: https://www.utvs.cvut.cz/cviceni-pro-seniory-masters.html

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD | ČSÚ [online]. Copyright © 2016 [cit. 2019-01-14]. Dostupné z: https://www.czso.cz/documents/10180/45948556/13006717.pdf/051ae5ad-a926-476b-8813-d42ca54879ce?version=1.2

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD | ČSÚ [online]. Copyright © 2017 [cit. 2019-01-14]. Dostupné z: https://www.czso.cz/documents/10180/61566220/13006718.pdf/915161c2-d643-4f59-954b-b35a0f157c6e?version=1.3

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD statistiky nezkresluje | ČSÚ. Český statistický úřad | ČSÚ [online]. Copyright © 1. 10. 2012 [cit. 2019-02-05]. Dostupné z: https://www.czso.cz/csu/czso/csu_statistiky_nezkresluje20121001

EUROPEAN FEDERATION OF ODLDER STUDENTS [online]. Copyright Eurag Europe [cit. 2019-01-11]. Dostupné z https://www.efos-europa.eu/news/

INFORMAČNÍ, PORADENSKÉ A SOCIÁLNÍ CENTRUM [online]. Copyright © 2018–2019 [cit. 2019-01-11]. Dostupné z: https://ipsc.cuni.cz/IPSC-79-version1-katalog_u3v_uk_2018_2019.pdf

OPATŘENÍ REKTORA č. 39/2017 – Univerzita Karlova. Univerzita Karlova [online]. Copyright © 2017 Univerzita Karlova [cit. 2019-01-11]. Dostupné z: https://www.cuni.cz/UK-8290.html

PREŠOVSKÁ UNIVERZITA V PREŠOVĚ [online]. Copyright © 2005–2019. Filozofická fakulta v Prešově [cit. 2019-01-27]. Dostupné z: https://www.unipo.sk/filozoficka-fakulta/ieasp-ff/cevs/spravyocinnosticevs

PROJEKCE OBYVATELSTVA ČESKÉHO STATISTICKÉHO ÚŘADU [online]. Copyright © 2018–2100 [cit. 2019-01-30]. Dostupné z: https://www.czso.cz/documents/10180/61566242/13013918u.pdf/6e70728f-c460-4a82-b096-3e73776d0950?version=1.2

SENIOŘI ČESKÉ REPUBLIKY, z. s. – Právní definice seniora stále chybí – O nás – Senioři České republiky, z. s. [online]. Copyright © 2018 by Senioři ČR [cit. 2019-2-06]. Dostupné z: https://senioricr.cz/pravni-definice-seniora-dosud-chybi/

U3V – Fakulta tělesné výchovy. Fakulta tělesné výchovy [online]. Copyright © 2018. Poslední změna 18. prosince 2018, Fakulta tělesné výchovy [cit. 2019-01-11]. Dostupné z: https://www.ftvs.cuni.cz/FTVS-56.html

UNIVERZITA TŘETÍHO VĚKU (U3V) - Veřejný web – České vysoké učení technické v Praze. Home – Veřejný web – České vysoké učení technické v Praze [online]. Copyright © 2015 [cit. 2019-01-11]. Dostupné z: https://www.cvut.cz/univerzita-tretiho-veku-u3v

ÚSTAV TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU – Veřejný web – České vysoké učení technické v Praze. Home [online]. Copyright © 2015 [cit. 2019-01-11]. Dostupné z: https://www.cvut.cz/ustav-telesne-vychovy-a-sportu

WHO 2002 – Active Aging: a Policy Framework [online]. © Copyright World Health Organization, 2002 [cit. 2019-01-27]. Dostupné z: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67215/WHO_NMH_NPH_02.8.pdf;jsessionid=AB9705940723645F1008033A11430358?sequence=1

WHO | Ageing and Life Course. WHO | World Health Organization [online]. Copyright © 2019 [cit. 2019-01-23]. Dostupné z: https://www.who.int/ageing/en/

ZAWiW – Ulm University. Uni Ulm Aktuelles – Universität Ulm [online]. Copyright © 2019 Universität Ulm [cit. 2019-02-07]. Dostupné z: https://www.uni-ulm.de/en/einrichtungen/zawiw/?zawiw=

Výzkumná zpráva

URYCHOVÁ, H., S. NEDVĚDOVÁ, M. CHVÁL a kol., 2009 [online]. *Závěrečná práce z průzkumu realizovaného v rámci Centralizovaného rozvojového projektu Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy v České republice v roce 2009* [cit. 2019-01-14].

Článek

MATERIÁL REKTORÁTU ČVUT. 2019. *Článek do publikace k 25. výročí U3V* [online] [cit. 2019-01-25].

MINAŘÍKOVÁ, K. 2018. *Historie U3V ÚTVS* [online] [cit. 2019-01-25].

SEZNAM ZKRATEK

apod. – a podobně

atd. – a tak dále

A3V – Akademie třetího věku

AU3V – Asociace Univerzit třetího věku

AUITA – Mezinárodní asociace třetího věku

Bc. – bakalář

CEVS – Centra pre edukáciu a výskum seniorov

CSc. – kandidát věd – starý postgraduální titul

ČSÚ – Český statistický úřad

ČVUT – České vysoké učení technické

ČZU – Česká zemědělská univerzita

doc. – docent, vědecko-pedagogická hodnost vš. pedagoga

EFOS – Evropská federace studentů

FTVS – Fakulta tělesné výchovy a sportu

Ing. – inženýr

KLAS – Klub aktivního stáří

mil. – milion

Mgr. – magistr

např. – například

PaedDr. – paedagogiac doctor (starší titul pro absolventy pedagogických fakult)

p. b. – procentní bod

PhDr. – doktor filozofie

popř. - popřípadě

prof. – profesor, vědecko-pedagogický titul vš. pedagoga (nejvyšší hodnost)

tis. – tisíc

tj. – to je

tzn. – to znamená

tzv. – tak zvaný

UK – Univerzita Karlova

UJAK – Univerzita Jana Amose Komenského

ÚTVS – Ústav tělesné výchovy a sportu

U3V – Univerzita třetího věku

UVČ – Univerzity volného času

VU3V – Virtuální univerzita třetího věku

WHO – Světová zdravotnická organizace

SEZNAM OBRÁZKŮ, TABULEK A GRAFŮ

Seznam obrázků

Obr. 1 Očekávané složení obyvatelstva podle pohlaví a věku 2071, střední varianta 16

Obr. 2 Očekávané složení obyvatelstva podle pohlaví a věku 2018, střední varianta 16

Obr. 3 Členění a struktura celoživotního vzdělávání 23

Seznam tabulek

Tabulka 1: Spokojenost s celkovou úrovní vzdělávání na UK a ČVUT 46

Tabulka 2: Úroveň kvality výuky 47

Tabulka 3: Interval výuky během dne 48

Tabulka 4: Výběr témat během výuky 49

Tabulka 5: Jaký typ výuky preferujete? 50

Tabulka 6: Je dostačující výuka v intervalu 14 dnů UK, 7 dnů ČVUT 51

Tabulka 7: Cítíte se být dostatečně zapojeni do výuky? 52

Tabulka 8: Náročnost studia 53

Tabulka 9: Odborná kvalifikace lektorů 54

Tabulka 10: Vystupování lektorů 55

Tabulka 11: Přístup lektorů k výuce 56

Tabulka 12: Tempo výuky 57

Tabulka 13: Srozumitelnost výkladu 58

Tabulka 14: Vyžadují lektoři zpětnou vazbu během výuky? 59

Tabulka 15: Umí své praktické dovednosti předat ve výuce? 60

Tabulka 16: Jaké je vaše pohlaví? 61

Tabulka 17: Do jaké věkové kategorie patříte? 62

Tabulka 18: Jakého nejvyššího stupně vzdělání jste dosáhl(a)? 63

Tabulka 19: Využíváte poznatky ze studia v osobním životě? 64

Tabulka 20: Pro zlepšení stávajícího stavu bych do budoucna zlepšil(a)? 65

Tabulka 21: Setkáváte se při studiu s nějakými problémy, které vám studium ztěžuje? 66
Tabulka 22: Spokojenost s celkovou úrovní vzdělávání na UK a ČVUT 69
Tabulka 23: Spokojenost s výukou I. 70
Tabulka 24: Spokojenost s výukou II. 70
Tabulka 25: Spokojenost s lektory I. 71
Tabulka 26: Spokojenost s lektory II. 71

Seznam grafů

Graf 1: Věkové složení obyvatel nad 60 let hlavního města Prahy k 31. 12. 2017 19
Graf 2: Spokojenost s celkovou úrovní vzdělávání na UK a ČVUT 46
Graf 3: Úroveň kvality výuky 47
Graf 4: Interval výuky během dne 48
Graf 5: Výběr témat během výuky 49
Graf 6: Jaký typ výuky preferujete? 50
Graf 7: Je dostačující výuka v intervalu 14 dnů pro UK, 7 dnů pro ČVUT. 51
Graf 8: Cítíte se být dostatečně zapojeni do výuky? 52
Graf 9: Náročnost studia. 53
Graf 10: Odborná kvalifikace lektorů 54
Graf 11: Vystupování lektorů 55
Graf 12: Přístup lektorů k výuce 56
Graf 13: Tempo výuky 57
Graf 14: Srozumitelnost výkladu 58
Graf 15: Vyžadují lektoři zpětnou vazbu během výuky? 59
Graf 16: Umí své praktické dovednosti předat ve výuce? 60
Graf 17: Jaké je vaše pohlaví? 61
Graf 18: Do jaké věkové kategorie patříte? 62
Graf 19: Jakého nejvyššího stupně vzdělání jste dosáhl(a)? 63

Graf 20: Využíváte poznatky ze studia v osobním životě? 64

Graf 21: Pro zlepšení stávajícího stavu bych do budoucna zlepšil(a)?..... 65

Graf 22: Setkáváte se při studiu s nějakými problémy, které vám studium ztěžuje? 66

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha A Dotazník I

Příloha B Otázky garantům V

Příloha C Obrázky VII

Příloha A Dotazník

Dotazníkové šetření bylo sestaveno ve dvou vyhotoveních. Jedno vyhotovení pro UK FTVS a druhé pro ÚTVS ČVUT. Odlišnost dotazníku byla v otázce 2e „Je dostačují výuka v intervalu 7 dnů pro ČVUT a 14 dnů pro UK. Dále v otázce 3c „Jakého nejvyššího stupně vzdělání jste dosáhl/a“, jelikož podmínka pro přijetí na UK je středoškolské vzdělání s maturitou, kdežto ČVUT nemá žádná omezení.

Vážená paní, vážený pane,

jmenuji se Kateřina Zůnová a jsem studentem Univerzity Jana Amose Komenského Praha. V současné době píši závěrečnou diplomovou práci na téma Vzdělávání a spokojenost posluchačů na Univerzitě třetího věku na ČVUT/ UK. Součástí této práce je i níže uvedený dotazník, o jehož vyplnění si Vás dovoluji požádat. Dotazník je anonymní a jeho vyplnění vám zabere maximálně 10-15 minut. S výsledky dotazníkového šetření je možné se seznámit po obhajobě diplomové práce v knihovně UJAK.

1. Spokojenost se vzděláváním na Univerzitě třetího věku (U3V)

Jste spokojen/a nebo nespokojen/a s celkovou úrovní vzdělávání na Univerzitě třetího věku (U3V)?

Zakřížkujte variantu od 1-5, kde „1“ plně spokojen/a – „2“ spokojen/a – „3“ nemám vyhraněný názor – „4“ nespokojen/a – „5“ plně nespokojen/a

Plně spokojen (a)				Plně nespokojen (a)	Nehodnotím
1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	☐

2. Spokojenost s výukou na U3V

Jste spokojen/a nebo nespokojen/a s následujícími položkami na U3V? *Zakřížkujte variantu od 1-5, kde „1“ plně spokojen/a – „2“ spokojen/a – „3“ nemám vyhraněný názor – „4“ nespokojen/a – „5“ plně nespokojen/a*						
a) Úroveň kvality výuky	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	Nehodnotím ☐
b) Interval výuky během dne	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	Nehodnotím ☐
c) Výběr témat během výuky	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	Nehodnotím ☐
d) Jaký typ výuky preferujete? ***Vyberte jednu z následujících odpovědí, popř. vypište odpověď do „jiné“.***	☐Monologický výklad ☐Přednáška s prezentací ☐Diskuze s vyučujícím ☐Praktické aktivity ☐Jiné…					
e) Je dostačující výuka v intervalu 7 dnů pro ČVUT, 14 dnů pro UK? ***Zakřížkujte Vaší odpověď.***	☐ANO -		☐ NE			☐ Nehodnotím
f) Cítíte se být dostatečně zapojeni do výuky? ***Zakřížkujte Vaší odpověď***	☐ANO -		☐ NE			☐
g) Náročnost studia ***Zakřížkujte variantu od 1-5, kde „1“ velmi snadné – „5“ velmi náročné.***	Velmi snadné 1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	Velmi náročné 5 ☐	Nehodnotím ☐

3. Spokojenost s lektory na U3V

Jste spokojen/a nebo nespokojen/a s následujícími položkami na U3V? ***Zakřížkujte variantu od 1-5, kde „1“ plně spokojen/a– „2“ spokojen/a – „3“ nemám vyhraněný názor – „4“ nespokojen/a – „5“ plně nespokojen/a***						
a) Odborná kvalifikace lektorů	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	☐
b) Vystupování lektorů	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	Nehodnotím ☐
c) Přístup lektorů k výuce	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	Nehodnotím ☐
d) Tempo výuky	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	Nehodnotím ☐
e) Srozumitelnost výkladu	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	Nehodnotím ☐
f) Vyžadují lektoři zpětnou vazbu během výuky? *Zakřížkujte Vaší odpověď*		☐ ANO -	☐ NE			Nehodnotím ☐
g) Umí své praktické dovednosti předat ve výuce? *Zakřížkujte Vaší odpověď*		☐ ANO -	☐ NE			☐

4. Identifikační údaje a názor posluchačů

Identifikační údaje a názor posluchačů na Univerzitu třetího věku	
a) Jaké je Vaše pohlaví? ***Vyberte jednu z odpovědí.***	☐ Žena ☐ Muž
b) Do jaké věkové kategorie patříte? ***Vyberte jednu z odpovědí.***	☐ Méně než 60 let ☐ 61-70 let ☐ 71-80 let ☐ 81 a více
c) Jakého nejvyššího stupně vzdělání jste dosáhl/a? ***Vyberte jednu z odpovědí.***	☐ Základní ☐ Středoškolské s výučním listem, bez maturity 5. ☐ Středoškolské s maturitou ☐ Vyšší odborné ☐ Vysokoškolské s bakalářským/ magisterským/inženýrským diplomem ☐ Vysokoškolské s doktorským diplomem
d) Využíváte poznatky ze studia v osobním životě? *Zakřížkujte Vaší odpověď*	☐ ANO - ☐ NE ☐
e) Pro zlepšení stávajícího stavu bych do budoucna zlepšila: *Můžete zakřížkovat více možností*	☐ Přístup lektorů k výuce ☐ Navýšení hodin během celého studia ☐ Více praktických aktivit ☐ Více technického vybavení ☐ Nižší úhrada za kurzy ☐ Jiné…
f) Setkáváte se při studiu s nějakými problémy, které Vám studium ztěžuje? *Pro odpověď „ano“ uveďte příklad*	Nehodnotím ☐ANO ☐ …….. ☐NE

Příloha B Otázky garantům

Z výsledků dotazníkové šetření autorka sestavila otázky pro garantku oboru z UK a pověřenou organizátorku a koordinátorku za ČVUT, které mohou vést ke zlepšení spokojenosti uchazečů na U3V.

Otázky pro garantku UK FTVS

1. Z dotazníkové šetření studenti preferují více praktických aktivit a přednášek s diskuzí. **Věděla jste o tom?** Na tuto otázku navazuje poslední otázka v dotazníkovém šetření „co by posluchači zlepšili do budoucna“. Posluchači zvolili možnost více praktických aktivit**. Budete brát na vědomí přání posluchačů?**
2. Jeden respondent odpověděl, že by chtěl zimní soustředění na horách. Dá se předpokládat, že se o tom posluchači již bavili, ale jen jednoho napadlo to napsat do odpovědi. **Byl by z Vaší strany o tuto akci zájem? Případně navrhla byste to do diskuze s posluchači?**
3. Studenti se domnívají, že studium na FTVS je náročné. **V čem si myslíte, že spočívá náročnost studia**?
4. Na UK – FTVS je větší návštěvnost žen než mužů. **Proč studium navštěvuje více žen? Z jakého důvodu si myslíte, že to není genderově vyrovnané?**

Otázky pro organizátorku a koordinátorku na ÚTVS ČVUT

1. Z dotazníkového šetření studenti preferují více praktických aktivit a přednášek s diskuzí. Věděla jste o tom? Na tuto otázku navazuje poslední otázka v dotazníku „Co by zlepšili do budoucna“. Posluchači zvolili možnost více praktických aktivit a navýšení hodin během studia např. 1x za 14 dní a 4 hodiny. **Budete brát na vědomí přání posluchačů? Je možné zvýšit praktické aktivity a navýšit hodiny?**
2. Jeden respondent odpověděl, že se během studia setkal s problémem souvisejícím s dojížděním, kvůli výuce v pozdějších hodinách. Dá se předpokládat, že se o tom posluchači již bavili, ale jen jednoho napadlo to napsat do odpovědi. **Vidíte v tom nějaké řešení, jak seniorům ulehčit dojíždění?**
3. Studenti se domnívají, že studium je náročné. **V čem si myslíte, že spočívá náročnost studia?**

4. Jeden respondent odpověděl, že by uvítal přednášky o pravidlech či historii sportu apod. **Plánujete do budoucna přednášky? Případně otevřete diskuzi, na jaké téma chtějí přednášku?**

Příloha C Obrázky

Obrázek: Dračí lodě na se seniory na ČVUT

Zdroj: ČVUT – fotografie z plavby (14. 5. 2018)

Obrázek: Dračí lodě se seniory na ČVUT

Zdroj: ČVUT – fotografie z plavby (14. 5. 2018)

BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE

Jméno autora: Kateřina Zůnová

Obor: Andragogika

Forma studia: Prezenční studium

Název práce: Vzdělávání a spokojenost seniorů na Univerzitě třetího věku

Rok: 2019

Počet stran textu bez příloh: 68

Celkový počet stran příloh: 7

Počet titulů českých použitých zdrojů: 32

Počet titulů zahraničních použitých zdrojů: 3

Počet internetových zdrojů: 21

Vedoucí práce: prof. PhDr. Karel Kamiš, CSc.