

Univerzita Hradec Králové  
Fakulta informatiky a managementu  
Katedra rekreologie a cestovního ruchu

# Srovnání adaptačních kurzů středních škol

## Bakalářská práce

Autor: Jaroslav Holub  
Studijní obor: Sportovní management  
Vedoucí práce: Mgr. Pavlína Chaloupská, Ph.D.

**Prohlášení:**

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracoval samostatně a že jsem v seznamu použité literatury uvedl všechny prameny, z kterých jsem vycházel.

V Hradci Králové dne

Jaroslav Holub

## **Poděkování:**

Děkuji vedoucí této práce Mgr. Pavlíně Chaloupské, PhD. za pomoc, odborné vedení a poskytnutí cenných rad.

Dále bych chtěl poděkovat žákům i vedení a učitelům Střední průmyslové školy, Obchodní akademie a Střední zdravotnické školy za jejich ochotu účastnit se na výzkumu a za čas tomu věnovaný.

A nakonec bych rád vyjádřil své vřelé díky Bc. Miladě Blažejové, Bc. Tomáši Novákovi, Bc. Vojtěchu Novákovi a Lukáši Jiříčkovi za jejich cenné rady a připomínky.

## **Anotace**

Tato bakalářská práce srovnává adaptační kurzy vybraných královehradeckých středních škol z pohledu žáků. Toto srovnání je založeno na naplnění dílčích cílů adaptačních kurzů.

V teoretické části je charakterizována obecná podstata adaptačních kurzů, jejich historie a cíle. Dále se bakalářská práce zabývá charakteristikou cílové skupiny těchto kurzů. Praktická část je tvořena dotazníkovým šetřením, kterého se zúčastnili žáci tří středních škol z Hradce Králové. Analýza dotazníku, která je podkladem pro závěrečné srovnání, ukazuje, v jaké míře byly naplněny cíle adaptačních kurzů v celkovém souboru respondentů na jednotlivých školách, která je podkladem pro závěrečné srovnání.

## **Title**

Comparison of secondary school's adaptation courses

## **Annotation**

This thesis compares adaptation courses of selected secondary schools from Hradec Kralove by the view of pupils. This comparison is based on execution of sectional goals of adaptation courses.

The theoretical part describes the general principle of adaptation courses, their history and goals. Furthermore, the thesis deals with the characteristics of the target group of these courses. Practical part consists of a questionnaire survey which was attended by pupils of three secondary schools from Hradec Kralove. Analysis of the questionnaire, which is the basis for the final comparison, shows the extent to which objectives of adaptation courses were met in the total sample of respondents for each school which is the basis for the final comparison.

# Obsah

Úvod.....	8
Cíl bakalářské práce .....	9
I. Teoretická část .....	10
1. Charakteristika adaptačních kurzů .....	10
1.1. Základní vymezení .....	10
1.2. Pojem adaptace .....	10
1.3. Historie adaptačních kurzů .....	12
1.3.1. Prázdninová škola Lipnice .....	12
1.3.2. Projekt GO! .....	13
1.4. Příbuzné kurzy .....	13
1.4.1. Seznamovací kurzy VŠ .....	13
1.4.2. Teambuildingové a teamspirit kurzy.....	14
2. Cíle adaptačních kurzů .....	15
2.1. Sociální cíle.....	15
2.1.1. Tvorba sociální skupiny .....	15
2.1.2. Adaptace v rámci skupiny.....	15
2.1.3. Rozvoj komunikace a spolupráce.....	16
2.1.4. Skupinová motivace .....	17
2.2. Osobnostní cíle .....	17
2.2.1. Osobní rozvoj žáka .....	17
2.2.2. Sebe prezentace .....	18
2.3. Podpora motorického rozvoje.....	19
2.3.1. Terminologie.....	19
2.3.3. Význam podpory motorického rozvoje u dětí .....	21
2.3.4. Jemné a hrubé motorické dovednosti .....	21
3. Charakteristika cílové skupiny .....	22
3.1. Vznik třídního kolektivu .....	22
3.2. Definování struktury skupiny .....	23
3.3. Nežádoucí vlivy a rizika během nového kolektivu.....	23
3.3.1. Agrese .....	23
3.3.2. Předsudky .....	24
3.3.3. Konformita.....	24

II. Praktická část .....	26
4. Cíl praktické části .....	26
4.1. Výzkumná skupina .....	26
4.2. Stručná charakteristika výzkumných dotazníků .....	27
5. Metodika .....	27
5.1. Zpracování výzkumu .....	28
5.2. Výzkumné otázky a hypotézy .....	29
6. Výsledky dotazníkového šetření žáků .....	30
6.1. Interpretace dílčích výsledků .....	30
6.1.1. Motorická část .....	30
6.1.3. Sociální část .....	34
6.1.5. Osobnostní část .....	38
6.1.6. Doplnující část.....	42
6.3. Výsledky dotazníkového šetření.....	45
6.4. Potvrzení zvolených hypotéz.....	45
6.4.1. Motorická část .....	45
6.4.2. Sociální část .....	46
6.4.3. Osobnostní část .....	46
6.5. Srovnání výsledků jednotlivých středních škol.....	47
7. Shrnutí výsledků.....	48
Závěr .....	49
Seznam použité literatury .....	51
Internetové odkazy .....	51
Další zdroje .....	52
Seznam tabulek a grafů.....	53
Tabulky .....	53
Grafy.....	53
Přílohy .....	55
1. Výzkumný dotazník.....	56
2. Souhrnné výsledky dotazníkového šetření .....	58



# Úvod

Adaptační kurzy pro první ročníky středních škol se staly nedílnou součástí osobnostního rozvoje žáků. Charakterizují je především způsoby nenásilného setkání, vzájemného poznání nejen třídního kolektivu, ale i seznámení s třídním učitelem a adaptace na nové prostředí, které je představováno střední školou.

Adaptační kurzy v sobě kombinují sociální, psychologické a v neposlední řadě i motorický rozvoje. Tyto složky společně ovlivňují tvorbu vlastních hodnot, mezilidských vztahů a struktury společnosti, ve které se bude jedinec dále rozvíjet. Mají také za úkol předcházet nežádoucím patologickým jevům, které jsou pro správný vývoj osobnosti dítěte nežádoucí (Langmeier, Krejčířová, 1998).

Důvodem výběru tématu práce je nedostatečná prezentace výsledků adaptačními kurzy z pohledu účastníků a srovnání těchto výsledků s výsledky z jiných škol. Tento pohled má význam z hlediska okamžité zpětné vazby na průběh a výsledek adaptačního kurzu, tedy naplnění jeho cíle, kterým je především už zmíněná adaptace jedince v novém prostředí. Tímto termínem začíná i teoretická část práce, která dále pojednává o historii adaptačních kurzů, jejich spojitosti se stmelovacími a teambuildingovými kurzy, o vlastních cílech adaptačních kurzů a jejich aplikaci v prezentovaném výzkumu. Dále charakterizuje také cílové skupiny adaptačních kurzů.

Praktická část bakalářské práce je založena na dotazníkovém šetření. Podstatou dotazníku je reflexe subjektivního pohledu žáků na absolvovaný adaptační kurz a následné srovnání těchto výsledků mezi zvolenými středními školami.

Na základě těchto poznatků je přínosem bakalářské práce prezentace výzkumného šetření v konfrontaci s vytyčenými teoretickými základy a následné srovnání ve vybraném spektru středních škol.



## **Cíl bakalářské práce**

Cílem bakalářské práce je srovnání adaptačních kurzů z pohledu žáků tří vybraných královehradeckých středních škol na základě kvantitativní dotazníkové metody. Toto srovnání je založeno na naplnění zvolených hypotéz a zpracováno dle interpretované metodiky popsané v praktické části práce.

Díličními cíli jsou uvedení do problematiky adaptačních kurzů a jejich charakteristika, popis cílové skupiny a prezentace dílčích cílů těchto kurzů.

Cílem práce není srovnání kvality jednotlivých adaptačních kurzů, ale jejich přínos pro žáky.

# **I. Teoretická část**

## **1. Charakteristika adaptačních kurzů**

Adaptační kurzy se dnes již staly na většině středních škol nedílnou součástí začátku studia žáků prvních ročníků. Abychom pochopili význam kurzů, je třeba je nejdříve charakterizovat.

### **1.1. Základní vymezení**

Adaptační kurzy jsou určeny pro třídní kolektivy, které vznikají v prvních ročnících na středních školách. Tyto kurzy mají za úkol usnadnit žákům přechod mezi základní a střední školou. Jsou v zásadě prováděny formou zážitkové pedagogiky pro snazší osvojení si nových zkušeností skrze vlastní prožitek.

Význam zážitkové pedagogiky tkví v tom, že pracuje se zkušeností účastníků v novém, pro ně dosud neznámém prostředí. Krátkodobě vzniká nevšednost, kladoucí na jedince požadavky, kterým se na rozdíl od svého běžného života může jednoduše vyhnout. Zároveň se jedná o nároky, které lze splnit jen v rámci skupiny. Fyzicky a psychicky náročné programy mají také preventivní funkci, jelikož vyžadují plnou koncentraci účastníků. Ti necítí potřebu souběžně vyvíjet svůj soukromý program a mohou se tak soustředit na dané úkoly a situace. (Bartoňová, 2012)

Adaptační kurzy mají dvě základní organizační formy. Tou první je organizace zajištěná školou, kdy se na ní podílejí zainteresovaní pedagogové a odborníci. Druhou variantou je využití nabídky soukromé organizace zabývající se touto problematikou. V případě segmentu vybraného pro výzkumnou část se u všech případů jedná o první organizační formu.

### **1.2. Pojem adaptace**

Adaptace představuje chování organismů, které jim umožňuje přizpůsobení se podmínkám a prostředí, v nichž žijí. Je tak nezbytnou podmínkou pro přežití. Subjektivním ukazatelem adaptace je jak se jedinec cítí, jak je spokojen sám se sebou, svou identitou, zaměstnáním, sociálními vztahy a životem obecně. Neúspěšná adaptace

se projevuje navenek výskytem četných obtíží, nedorozumění a konfliktů s ostatními lidmi, nízkým sebehodnocením, nesamostatností a nespokojeností. (Bartoňová, 2012)

Podle Bartoňové (2012) je sociální adaptace přizpůsobení se člověka novým sociálním podmínkám, například adaptace při přechodu ze základní školy na střední.

Adaptace je základním stavebním kamenem adaptačních kurzů. Dochází při ní ke změnám sociálním a osobnostním v přímé závislosti na novém prostředí. Její důležitost je vidět právě v komplexním pojetí, které reprezentuje. Hlavním cílem kurzu je adaptace žáků na nové, neznámé prostředí. V rámci adaptace se žáci seznamují s vrstevníky a třídním učitelem, potažmo dalšími zúčastněnými pedagogy, rozvíjejí interpersonální komunikaci a vzájemnou spolupráci, tvoří nové cíle vlastní pro danou sociální skupinu a v neposlední řadě se také učí hodnotám a normám, které jsou nastaveny středoškolským systémem.

Probíhá zpravidla v mimoškolním prostředí, kde na žáky nepůsobí negativní tlak a vlivy z nové, neznámé atmosféry střední školy. Základním principem je umožnit žákům zažít prostřednictvím neformálního setkání v rámci adaptačního kurzu situace, které ve školním prostředí zažít nemohou, a vidět tyto situace i ostatní spolužáky z jiné perspektivy a obecně se v tomto směru obohacovat o zkušenosti především sociálního charakteru (Osičková, 2009).

Adaptační kurzy umožňují žákům a jejich třídnímu učiteli před nástupem do školy vzájemné poznání na fyzické a emocionální rovině, vytvořit sociální vazby a nalézt své místo ve skupině. Urychlují adaptaci žáků prvního ročníku na nové prostředí a co nejrychlejší zapojení žáků do života školy. (Bartoňová, 2012)

### **1.3. Historie adaptačních kurzů**

Počátky adaptačních kurzů v České republice se pojí k založení Prázdninové školy Lipnice. Ta sehrála ve vývoji a ustálení metod organizace adaptačních kurzů zásadní roli.

#### **1.3.1. Prázdninová škola Lipnice**

Prázdninová škola Lipnice je neziskovou organizací, která svou činností usiluje o všestranný rozvoj osobnosti člověka. Výchovných a vzdělávacích cílů se snaží dosáhnout prostřednictvím vícedenních kurzů, pořádaných v přírodním prostředí. Tyto kurzy nejsou určeny členům sdružení, ale zejména veřejnosti všech věkových kategorií. Kurzy nabízejí programy z různých oblastí – pohyb, kreativita, relaxační programy, diskuse, sociodrama apod. Intenzita a vyváženost programu, vytváření neobvyklých, často náročných situací, sociální prostředí a jeho kvalita, přírodní prostředí – a zejména silné osobní prožitky podporují rozvoj sebedůvěry, spolupráce, tvořivosti a zodpovědnosti. (Bartoňová, 2012)

Prázdninová škola byla založena v roce 1977 a až do roku 1989 působila jako samostatný subjekt pod hlavičkou SSM (Socialistický svaz mládeže). U jejího zrodu stál a až do roku 1987 ji řídil dr. Allan Gintel. Svým programem navázala na bohaté tradice pobytu v přírodě u nás a nabídla nové postupy a témata reagující na společenskou strnulost éry normalizace. Cílem se stává výchova jedince v aktivní a spolupracující osobnost, ovlivňující dění kolem sebe. Významnou roli v historii PŠL (Prázdninová škola Lipnice) sehrálo lipnické středisko: jeho romantické okolí a genius loci inspiroval ke vzniku stovek her a dalších programů. Ve druhé polovině 80. let – i díky spolupráci s FTVS UHK – se PŠL začala rozhlížet za hranice, aby začátkem roku 1989 došlo k osobnímu kontaktu s britskou organizací Outward Bound. Počátkem roku 1991 se PŠL na základě výše zmíněné spolupráce k této mezinárodní organizaci připojila. Díky tomu získala možnost obohatit svou nabídku kurzů i o zahraniční výjezdy. Po Sametové revoluci v roce 1989 se rozhodlo vedení PŠL začátkem února následujícího roku o osamostatnění této instituce a vzniká tak občanské sdružení s názvem „Prázdninová škola Lipnice“. (Prázdninová škola Lipnice, 2016)

### **1.3.2. Projekt GO!**

Na podzim roku 1989 vytvořili instruktoři Prázdninové školy Lipnice první ideu Projektu GO! vyplnit obrovskou mezeru lidského přístupu ke čtrnáctiletým nastávajícím studentům prvního ročníku střední školy (Hnutí GO!, 2012). Tento 10denní kurz pořádaný na konci prázdnin pro studenty přicházející na gymnázium (ve spolupráci s pražským gymnáziem Jana Keplera) byl natolik úspěšný, že projekt díky tomu dostal přívlastek „dominantní“.

Mezi hlavní cíle Projektu GO! patřilo umožnit skupině studentů a jejich třídnímu učiteli před nástupem do školy vzájemné poznání. Projekt měl pomoci žákům vytvořit sociální vazby a nalézt své místo ve skupině, urychlit jejich adaptaci na nové prostředí a umožnit snadnější zapojení studentů do života školy, podpořit tvůrčí spolupráci, toleranci a vzájemnou úctu ve skupině. (Hnutí GO!, 2012)

Na podnět nadšenců z řad učitelů i studentů na katedře rekreologie fakulty tělesné kultury UP Olomouc vzniklo v roce 1997 občanské sdružení Hnutí GO!. Toto sdružení působí jako experimentální centrum zážitkové pedagogiky pro školy. Podporuje rozvoj moderních metod výchovy a vzdělávání, zejména pak zážitkové pedagogiky, na školách i dalších institucích. Důraz klade na sebepoznání, rozvoj komunikace, týmové spolupráce a tvořivosti. (Hnutí GO!, 2012)

## **1.4. Příbuzné kurzy**

### **1.4.1. Seznamovací kurzy VŠ**

Téměř každá vysoká škola v České republice každoročně pořádá seznamovací kurzy pro nové studenty, které jsou určeny studentům zapsaným do prvních ročníků bakalářského typu studia. Seznamovací kurzy jsou organizovány pro všechny uchazeče, kteří se zapíší ke studiu na jedné z fakult dané univerzity a mají zájem své spolužáky poznat ještě před oficiálním zahájením semestru.

Délka kurzu je zpravidla 3 – 7 dní. Na těchto kurzech se noví studenti mohou potkat s vedením fakult, učiteli i doktoranty. Dozví se tak podrobnosti a zajímavosti o oboru, na který se přihlásili. Zároveň mohou od starších spolužáků vyslechnout důležité informace o radostech, ale i nástrahách studia a rady, jak se jim vyhnout. Na programu

seznamovacích kurzů jsou i sportovní aktivity, vědomostní soutěže a kvízy. Účastníci s předstihem získají i základní přehled o mimoškolních aktivitách, do kterých se mohou zapojit, a informace o možnostech studia v zahraničí. (VŠE, 2016)

#### **1.4.2. Teambuildingové a teamspirit kurzy**

Teambuildingové kurzy se zaměřují na modelové situace a na rozvoj a podporu týmové spolupráce a komunikace.

Teambuildingový program zaměřený na rozvoj týmové spolupráce se věnuje stanovení pravidel komunikace v rámci skupiny. Za pomoci teambuildingových aktivit si členové týmu uvědomují sounáležitost s ostatními. Činnosti navozují situace, kdy je zapotřebí spolupráce všech členů týmu a jejich společné zapojení. Program je zaměřen také na posílení týmového ducha a vytvoření společných zážitků, které jsou zároveň odměnou.

Důležitou součástí teambuildingu je také rozvoj týmové komunikace. Její zefektivnění je důležitou podmínkou k bezproblémovému předávání informací. V rámci teambuildingových programů lze s komunikací – ať už verbální, nebo neverbální – systematicky pracovat. Účastníkům jsou záměrně tvořeny komunikační bariéry, přes které je třeba předávat informace různého charakteru. Situace vyplývající z modelových činností může tým pod vedením lektora rozebrat a jejich výstupy aplikovat na běžnou práci týmu v kanceláři. Díky zkušenosti s komunikačními úskalími a společným nastavením komunikačních pravidel lze pomoci odbourávat komunikační bariéry, které při běžné komunikaci mohou vznikat. (OMT Group, 2016)

Teamspirit neboli týmový duch je spojen s netradiční formou teambuildingu a s neobvyklými zážitky, které se realizují v neformálním prostředí. Jeho cílem je vytvoření příležitosti k navázání kontaktu mezi lidmi, kteří se v pracovním prostředí běžně nesetkávají, ale také k prohloubení stávajících vazeb mezi kolegy. Tato setkání zvyšují motivaci zaměstnanců a loajalitu vůči firmě. (OMT Group, 2016)

## **2. Cíle adaptačních kurzů**

Cíle adaptačních kurzů jsou rozděleny do tří kategorií seřazených dle významu. Jako první jsou to cíle sociální. Ty jsou hlavní podstatou adaptačních kurzů. Toto tvrzení je podpořeno faktem, že se jedná především o adaptaci a začlenění jedince do nového prostředí. Dále jsou to osobnostní cíle, které charakterizuje psychologická stránka kurzů a jejichž podstatou je především sebepoznání, rozpoznání krizových situací a osvojení si návyků při jejich řešení. Posledním cílem je podpora motorického rozvoje žáků, která vychází z činností a aktivit na adaptačních kurzech. Tento cíl přímo souvisí s programovou stavbou kurzu a je jí podmíněn.

### **2.1. Sociální cíle**

#### **2.1.1. Tvorba sociální skupiny**

Nejdříve je třeba nastínit problematiku sociálních skupin za užití rozlišení, které publikuje ve své knize Úvod do sociologie (2003) Jandourek, na primární a sekundární sociální skupiny.

Primární skupinou je taková, jejíž členové jsou vůči sobě v častých, relativně intimních, přímých a převážně emočně určených osobních vztazích (Jandourek, 2003). Z tohoto tvrzení lze dedukovat, že právě sem patří i třídní kolektiv.

Žáci tráví většinu svého času společně a tím se třídní kolektiv stává i výchovnou složkou vývoje dítěte. Vznikají také hlubší jedinečná pouta, která mohou změnit názory a postoje jedince. Školní kolektiv je tedy jednou ze stěžejních sociálních skupin našeho života a jeho správný základ přímo působí na naše budoucí fungování ve společnosti jako takové. Pro úplnost je ještě třeba vymežit sekundární skupiny, které zpravidla nejsou definovány tak dlouhým časovým intervalem, tím pádem jsou charakterizovány méně osobními vztahy a jejich významem je především dosažení společného cíle. (Jandourek, 2003)

#### **2.1.2. Adaptace v rámci skupiny**

Třídní kolektivy, stejně jako každá sociální skupina, mají určitou strukturu. Tato struktura znázorňuje vztahy s ohledem na rozložení rolí v dané skupině. Tyto role, nebo

chcete-li pozice, si jedinci vytváří až na základě vývoje samotné skupiny, tudíž si je do ní nepřináší. Jsou však přímo ovlivněny charakterem a postojem daného člověka, tudíž je lze už při sestavování kolektivu určit a stimulovat. Podrobněji se tímto tématem zabývá podkapitola Osobní rozvoj.

Role v sociální skupině se samozřejmě vyvíjejí v čase, ale prvotní pozice, kterou dítě získává při zakládání třídního kolektivu, má zásadní význam v jeho dalším fungování v této sociální společnosti, potažmo v dospívání.

Začleňování do společnosti neboli sociální integrace je schopnost správně žít, cítit se přijatý danou společností a být s ní vnitřně ztotožněn. Znamená to i přijmout pravidla a normy dané společností a vytvořit si společný cíl (Osobnostní rozvoj pedagoga, 2011). Tímto cílem v rámci třídních kolektivů je vzdělání. Dochází také k rozvíjení interpersonálních vztahů v rámci daného kolektivu.

### **2.1.3. Rozvoj komunikace a spolupráce**

Pojem komunikace má velmi široké použití. V charakterizované problematice poslouží tvrzení Strnadové (2011), která definuje komunikaci jako sebevyjadřování, přenos a výměnu informací a výměnu významů, kterou určuje i hierarchická stavba sociální skupiny. Komunikace je dalším ze stavebních kamenů adaptačních kurzů, jelikož díky ní se žákům daří navázat kontakt s dalšími členy skupiny a tím odbourat bariéry mezilidských kontaktů.

Sociální komunikace se dá upřesnit jako interakce prostřednictvím verbálních nebo neverbálních kódovaných symbolů. Sociální komunikace je tedy interakční proces mezilidského dorozumívání. (Strnadová, 2011)

Vzájemná spolupráce v rámci sociální skupiny je založena právě na interpersonální komunikaci. Díky ní jsou jedinci ve skupině schopni na cestě za společným cílem řešit konflikty, překážky, vzájemně se motivovat a být pro sebe oporou.

Adaptační kurzy se snaží komunikaci a spolupráci rozvíjet nenásilným způsobem pomocí her a aktivit. Žáci jsou prostřednictvím těchto činností nepřímou nuceni komunikovat a spolupracovat v rámci skupiny nebo celého třídního kolektivu, a to nejen



mezi vrstevníky, ale i spolu s pedagogy. Dochází tak k prohlubování a upevňování vzájemných vztahů.

#### **2.1.4. Skupinová motivace**

Se sociální podstatou jedince souvisí specifická motivační dispozice k provádění společné činnosti. Problematika sociální motivace je složitá proto, že se jedná o soubor obecně-psychologických a sociálně-psychologických poznatků. (Výrost, 2008)

Pojmem motivace obecně rozumíme hybné síly psychického charakteru, které uvádějí do pohybu lidské chování a činnost. Základem pro tyto síly je motiv či pohnutka. Projevy motivů se liší nejen v různých kulturách, ale mohou se lišit i v rámci jedné kultury, v našem případě v rámci společný motivů školní třídy. Každé chování jedince je motivované, i když nemusí být přímo vědomě. Jedinec si tak může uvědomovat pouze vnější cíl a ne samotné motivy, které ho k naplnění cíle vedou. Cílem se rozumí obraz budoucího stavu, kterého se snaží člověk nebo daná společnost dosáhnout. (Výrost, 2008)

Na adaptačních kurzech jsou tyto cíle především společné zvládnutí daného úkolu na základě komunikace a spolupráce. Díky těmto dvěma faktorům se žáci vzájemně podporují a stimulují k dosažení určitých výkonů nebo cílů. Motivace je důležitým hybatelem k realizaci vlastních potřeb, zájmů a již zmíněných cílů. Tyto dílčí motivy si žáci osvojují a přenáší si je do běžného života nejen na střední škole.

## **2.2. Osobnostní cíle**

### **2.2.1. Osobní rozvoj žáka**

Každý nový zážitek a každá nová situace obohacuje život člověka o novou zkušenost. Pro vyrůstající děti jsou tyto nové podněty velice důležité, jelikož na jejich základech se utváří sama osobnost daného jedince. Adaptační kurzy jsou pro tento vývoj ideálním nástrojem. Soubor získaných zkušeností a adaptace do třídního kolektivu může být rozhodující pro budoucí život žáka. Dítě si určuje, popřípadě upevňuje svoji roli ve společnosti, získává sebedůvěru a vymezení svého já. Dochází například k rozvoji komunikace v neznámém prostředí, budování nových vztahů a soudržnosti v rámci třídy, ale i k uvědomění si pravidel a norem fungování v dané společnosti.

Osobní rozvoj žáka může mít i negativní tendenci. Na tuto problematiku jsou zaměřeny otázky výzkumného dotazníku, kde je kladen důraz na osobní pocity žáka. Jedním z nejspolehlivějších měřítek osobního rozvoje je strach. Ten je obecnou reakcí těla na něco neznámého a dokáže motivovat, ale navíc také demotivovat.

Potvrzují to některé výzkumy, které se věnovali vlivu strachu na lidskou psychiku do hloubky. Výzkum publikovaný v roce 2004 profesorem psychologie na Texaské univerzitě Markem Packardem přišel například s tvrzením, že emočně vypjaté stresující situace, jako je prožitek strachu, ovlivňují negativně fungování paměti. Proto také řada úzkostných lidí, zejména studentů, uvádí, že mají potíže s učením, nejsou schopni si zapamatovat novou látku a to ještě jejich obavy zvyšuje. Naopak mají větší sklony k utváření a posilování svých zvyků, a to i těch negativních. (Abeceda zdraví, 2016)

### **2.2.2. Sebe prezentace**

Tento cíl úzce souvisí s rolí v nově vznikající společnosti. Sebe prezentace určuje, jakým způsobem vystupujeme před okolím a jak nás zpětně okolí vnímá. Podle Strnadové (2011) je to tedy každá aktivní interakce nebo chování, kterými působíme na ostatní členy společnosti.

Podtextovost sebe prezentace ilustruje i poslední otázka osobnostní části výzkumného dotazníku, kde bylo zjišťováno, jak se v nově utvářejícím kolektivu daný jedinec prezentoval. Za účelem usnadnění problematiky byly žákům nabídnuty tři možnosti v přenesených významech:

- hlava – dominantní, rozhodující, vůdčí role
- srdce – stmelovací role zaměřená na emoční stránku fungování v kolektivu
- ruce – výkonná role, realizátor.

Tento model vznikl na základě spojení teorií skupinových rolí podle Belbina, Balesa a Berneho. Byl zvolen vzhledem ke své přehlednosti a interpretaci na reálné části těla, které podporují snazší pochopení problematiky.

## **2.3. Podpora motorického rozvoje**

Podstatou sekce motorické části výzkumu je prošetřit, jaký vliv mají adaptační kurzy na žáky cílové skupiny z hlediska podpory motoriky. Pro pochopení daného okruhu je třeba definovat základní pojmy, kterými jsou motorické schopnosti a dovednosti, a poté je uvést do kontextu adaptačních kurzů.

### **2.3.1. Terminologie**

Při definování motorické schopnosti je nutné ji vymežit vzhledem k motorické dovednosti. Ta se řadí mezi předpoklady pohybové činnosti (Měkota, Novosad, 2007).

Uvedená tabulka definuje podstatu a rozdíly mezi pohybovou schopností a dovedností. Adaptační kurzy neplní funkci rozvoje tělesné kondice žáků, ale prostřednictvím pohybových her, k jejichž účasti je třeba pohybové dovednosti, nepřímo stimuluje k využití těchto fyzických fondů nebo k jejich eventuálnímu rozšíření pro zdárné absolvování těchto činností.

Tabulka 1 - Motorické schopnosti a dovednosti (Měkota, Novosad, 2007)

<b>Vymezení</b>	<b>M. schopnost</b>	<b>M. dovednost</b>
	<p>Částečně podmíněný předpoklad</p> <p>geneticky (obecný)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- pohybové činnosti (řešení pohybového úkolu)</li> <li>- potencionální dispozice k efektivnímu vykonávání činnosti a dosahování výkonu</li> </ul>	<p>Učením získaná (specifická) pohotovost k</p>
<b>Rozlišení</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- týká se rozsahu kapacity</li> <li>- částečně vrozená</li> <li>- generalizovaná</li> <li>- relativně stabilní a trvalá</li> <li>- podkládá mnoho různých dovedností a činností</li> <li>- počet omezený</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- týká se využití kapacity</li> <li>- vytvořená praxí</li> <li>- úkolově specifická</li> <li>- snadněji modifikovatelná praxí</li> <li>- závislá na několika schopnostech</li> <li>- počet nevyčíslitelný</li> </ul>
<b>Příklady</b>	s. silové, rovnováhové ...	d. smečovat, řídit auto ...
<b>Základní rozdělení</b>	kondiční - koordinační	otevřené – zavřené
<b>Proces rozvoje</b>	trénink (tělesná příprava)	nácvik, výcvik (technická příprava)
<b>Cizojazyčné ekvivalenty</b>	ability, Fähigkeit, schopnost', schopnosť	skill, Fertigkeit, umenie, zručnosť

### **2.3.3. Význam podpory motorického rozvoje u dětí**

Studie DeBuska et al. z roku 1990 ukázala, že tři desetiminutové intervaly středně až velmi namáhavých pohybových aktivit v jednom dnu vedou k podobným zlepšením zdravotního stavu jako jeden třicetiminutový interval v celku (Marcus, Forsyth, 2010).

Z této studie vyplývá, že středně až velmi namáhavé pohybové aktivity mají významné zdravotní důsledky jak v řadě kratších nakumulovaných intervalů, tak v jednom delším souvislém intervalu (Marcus, Forsyth, 2010). Tento fakt se stává i podporou hypotézy Motorické části výzkumného dotazníku.

Nejen význam podpory rozvoje motorické zdatnosti, ale i dopad na psychologický vývoj jedince popisují ve své literatuře Langmaier, Krejčířová (1998) a Měkota, Cuberek (2007). Základem pro rozvoj fyzické zdatnosti je motivace dětí k pohybu už v raném věku. Ta je ale přímo závislá na vjemech, které dítě dostává prostřednictvím svého okolí. Nelze tak přehlížet význam tělesné výchovy a obecně vedení mladých lidí k pohybu, který je stavebním kamenem pro správné fungování lidského zdraví. Tuto myšlenku podporuje i fakt, že pro dítě je jednodušší, a v zásadě i potřebné, zkoumat nové věci prostřednictvím zážitků a reálných činností. Proto si také daleko snáz touto cestou osvojuje nové dovednosti a při správné činnosti a motivaci k ní dochází i k rozvoji vlastního fyzického fondu.

Motorická část výzkumu sleduje význam adaptačních kurzů z hlediska mapování tělesné připravenosti účastníků a podpory pohybových aktivit. Vypovídající hodnotou pro toto měření je individuální posouzení náročnosti adaptačních kurzů účastníky. Toto hledisko vychází z povinné účasti na výuce tělesné výchovy na základních školách a je bráno jako celkový soubor odpovědí vzhledem k možným odchylkám, odpovídajícím tělesným dysbalancím jednotlivých respondentů.

### **2.3.4. Jemné a hrubé motorické dovednosti**

Jednou z otázek výzkumného dotazníku je dotaz, zda žáci preferovali aktivity založené na jemné, či hrubé motorice. Na základě těchto preferencí lze určit, které typy aktivit byly mezi žáky populárnější a tím i určit jejich rozsah dovedností jako jedinců.

Jemné pohybové dovednosti se týkají činnosti ruky (fine-motor-skills), případně pouze prstů, zřídka jiných částí těla (ústa, chodidla). Při jejich formování jde o vytvoření jemných pohybových koordinací, často o zajištění součinnosti „oka a ruky“ (Měkota, Cuberek, 2007). Jedná se tedy o aktivity založené na jemné motorice, které rozvíjejí kreativitu žáků. Podle Měkoty a Cuberka (2007) se tyto dovednosti uplatňují v pracovních a uměleckých činnostech a jejich osvojení je pro běžný život nezbytné.

Naproti tomu hrubé dovednosti souvisí se zapojením velkých svalových skupin, tudíž jejich absolvování vyžaduje fyzickou připravenost. Mezi tyto dovednosti řadíme aktivity sportovního charakteru (Měkota, Cuberek, 2007).

### **3. Charakteristika cílové skupiny**

Cílovou skupinou adaptačních kurzů jsou třídní kolektivy prvních ročníků středních škol. Je třeba si uvědomit, že školní třída je sociální skupina, která má své vlastní jedinečné vlastnosti. Tato unikátní specifika se pak stávají základním stavebním kamenem při práci s dětmi na kurzech.

#### **3.1. Vznik třídního kolektivu**

Vznik třídního kolektivu a obecně sociální skupiny lze podle Řezáče (1998) dělit dvou skupin na formální a neformální vznik. Formální vznik definuje jako vznik řízený, ovlivněný vnějšími vlivy a zpravidla vznikají za určitým účelem. Složení skupiny je tvořeno výběrově podle vlastností a požadavků, které každý člen musí splňovat. Vztahy mezi členy pak nemusí odpovídat rozdělení pozic v tomto typu skupiny. Naproti tomu neformální skupiny vznikají samovolně. Řídí se hlavně principy empatie a vzájemného porozumění mezi jednotlivci. Rozložení pozic pak odpovídá meziosobním vztahům ve skupině. (Příbylová, 2008)

Třídní kolektiv vzhledem ke způsobu vzniku řadíme do kategorie formálních skupin. Žáci při přechodu ze základní na střední školu musí splnit určitá kritéria přijetí ke studiu a tím i splnit požadavky k přijetí do skupiny, která má jasně daná pravidla chování a normy.

V rámci školní třídy lze pozorovat i vznik neformálních skupin, kdy jednotlivci mezi sebou spontánně nachází sympatie a prohlubují si tak mezilidské vztahy. Je důležité zdůraznit, že třídní kolektiv je hned po vlivu rodiny nejvýznamnějším socializačním činitelem (Řezáč, 1998).

### **3.2. Definování struktury skupiny**

Strukturou skupiny rozumíme definování vztahů a rolí uvnitř skupiny. Z pohledu třídního kolektivu se tyto role volí na základě statusu jedince (Příbylová, 2008). Jsou tedy přímo ovlivněné momentálními vlastnostmi žáka. Tyto vlastnosti lze rozdělit do tří druhů, a to: podle očekávání, kdy má jedinec určité představy o své pozici, ale realita je většinou jiná; podle oblíbenosti, kterou charakterizuje především míra popularity v kolektivu reflektující na jedné straně oblíbenost a na straně druhé například trpění; podle vlivu, kde záleží hlavně na schopnostech a zdatnosti jedince, který se na jejich základě stává vůdčí osobností s případnými „pomocníky“ a „souputníky“, nutno pak zmínit i negativní dopad vlivu, kvůli kterému vznikají v kolektivu outsideři.

### **3.3. Nežádoucí vlivy a rizika během nového kolektivu**

Každá vznikající i fungující společnost v sobě nese i nežádoucí prvky. Ty mají za následek vlivy lidského faktoru. Vzhledem k tomu, že dítě nemá ještě tak rozvinuté racionální uvažování jako dospělý jedinec a často zkouší posouvat hranice za přípustné normy, je nezbytné nastavit a určit pravidla, podle kterých se bude chování ve skupině řídit a odvíjet. V tomto případě jsou hranice jasně definovány školním řádem podle norem daných zákonem. S ohledem na průběh adaptačních kurzů je potřeba případné nežádoucí vlivy předpokládat, včas je odhalit a zamezit tak jejich negativnímu dopadu na třídu jako takovou.

#### **3.3.1. Agrese**

Agrese jako taková byla a je studia mnoha odborníků. Freud ji popsal jako pudovou záležitost, Lorenz zase tvrdil, že je vrozenou genetickou vlastností. Tuto teorii dál zkoumalo například trio vědců Jacobs, Brunton a Melville, kteří hledali agresi v chromozomových abnormalitách. Pro prezentovaný výzkum není podstatný její původ, ale vznik a eliminace v dané společnosti.

Existuje řada faktorů, které agresi ovlivňují. Jsou to především vjemy z prostředí, jako je hluk nebo teplo, popřípadě pobyt v prostorově stísněných podmínkách, které vybízejí tělo k změně stavu vnitřního prostředí (stresu), a tím zvyšují jeho dráždivost. Tuto teorii badatelé testovali v přeplněných dopravních prostředcích, kde jsou lidé vystaveni zmíněným vlivům. (Hayesová, 1998)

Z poznatků Hayesové (1998) vyplývá, že agrese ve společnosti za přítomnosti sociálního podnětu může vyvolat reakci. Vzhledem k tomu je tedy prevence toho vlivu zásadní, jelikož může postihnout ve výsledku celý kolektiv.

### **3.3.2. Předsudky**

Některé formy agrese se podle Hayesové (1998) zdají svou podstatou zcela společenské. Příkladem jsou podle ní společenské předsudky, které představují formu agrese systematicky zaměřenou proti členům určité etnické nebo kulturní skupiny.

Předsudek chápeme jako subjektivní postoj k určitému objektu, který se projevuje bez ohledu na individualitu nebo povahu daného objektu. Vzniká na základě předem určené libovolné vlastnosti a nezohledňuje žádná alternativní kritéria. Při formování nové společnosti jsou předsudky jedním z hlavních negativních vlivů. Jsou základem verbální nebo fyzické agrese, která může vyústit až k diskriminaci a autoritářství (Hayesová, 1998).

### **3.3.3. Konformita**

Posledním z nežádoucích vlivů a rizik je konformita. Podle profesora Fraňka (2016) je konformita definována projevením souhlasu s druhými, i když máme zcela jiný názor na věc, a jedná se o mechanismus sociálního tlaku, který ovlivňuje komunikaci. Jedná se tedy o potlačení osobního postoje k dané situaci nebo problému.

Vznik konformního chování ovlivňuje hned několik faktorů:

- Atraktivita skupiny – jedinec navenek souhlasí s názorem skupiny, vnitřně se pak jeho přesvědčení může lišit (oportunitní/pravá konformita)
- Negativní skupinové sankce – jedinec je pod určitým tlakem donucen přijmout názor většiny



- Autorita skupiny v očích jedince
- Kredit skupiny – jedinec věří, že skupina jedná správně

Z těchto faktorů vyplývá, že konformita vychází z již zmíněných nežádoucích vlivů agrese a předsudků.

Tento nežádoucí vliv během vzniku třídního kolektivu nelze validně na základě výzkumu bakalářské práce ověřit. Je však nutné brát v potaz konformitu jako determinant výsledků osobnostní části dotazníku.

## II. Praktická část

### 4. Cíl praktické části

Teoretická část byla věnována popisu adaptačního kurzu a jeho cílů. Na základě těchto cílů bylo zhotoveno dotazníkové šetření. Účelem těchto dotazníků, potažmo celého výzkumu, bylo prezentovat pohled na absolvovaný kurz z pozice účastníků. Na základě těchto dat je pak cílem bakalářské práce srovnání mezi vybranými hradeckými školami z hlediska naplnění cílů adaptačních kurzů a určení, ve které střední škole byl adaptační kurz z pohledu žáků vzhledem ke kritériím nejúspěšnější.

#### 4.1. Výzkumná skupina

Cílovou skupinou pro tento výzkum byly zvoleny tři královehradecké střední školy:

- Střední průmyslová škola, Střední odborná škola a Střední odborné učiliště, Hradební 1029/2
- Obchodní akademie, Střední odborná škola a Jazyková škola s právem státní jazykové zkoušky, Pospíšilova 365
- Vyšší odborná zdravotnická škola a Střední zdravotnická škola, Komenského 234

Důvodem výběru škol byl v první řadě předpoklad, že žáci absolvující adaptační kurzy jsou stejně staří. Tato podmínka pomohla vyselektovat z výběru například osmiletá a šestiletá gymnázia, kam žáci nastupují ještě před dovršením základního vzdělání.

Dalším důvodem výběru byla i různorodost rozložení genderových sil na jednotlivých školách. Zatímco třídy SPŠ Hradební jsou typické pouze chlapeckým obsazením, SZŠ je pak tomu přímým protikladem, neboť z devadesáti procent třídy sestávají z děvčat. OA byla do toho výběru zařazena proto, že její skladba tříd je z pohledu genderového rozložení vyvážená. Předpokládá se, že organizátoři adaptačních kurzů přizpůsobují tomuto faktu i programové náplně kurzů.

## 4.2. Stručná charakteristika výzkumných dotazníků

Výzkumný dotazník je rozdělen vzhledem k dílčím cílům adaptačních kurzů v teoretické části čtyř částí. První z nich je část motorická, která má za úkol zjistit fyzickou náročnost kurzu a povahu motorických dovedností respondentů. Druhou částí je sociální, která zkoumá úroveň spolupráce a komunikace v nově vznikajícím kolektivu. Třetí je část osobnostní, která má přiblížit osobní pocity žáků a odhalit, jakou roli žáci v novém kolektivu přijali. Poslední, doplňující část je zaměřena na obecné hodnocení absolvovaného adaptačního kurzu. Toto hodnocení pomáhá určit celkový dojem.

Dotazník byl sestaven a zformulován na základě konzultace s žáky prvního ročníku Střední zemědělské školy v Lanškrouně. Jejich subjektivní názory stanovily normu, podle které byly vytvořeny otázky. Pro snazší pochopení dotazů jsou otázky stylizovány jednoduchým nenuceným způsobem, aby žáci mohli jednoznačně rozhodnout o odpovědi.

Výzkumný dotazník je tvořen pouze uzavřenými dotazy. Jeho vyplnění probíhalo nejdéle dva týdny po ukončení adaptačního kurzu.

## 5. Metodika

Pro praktickou část byla zvolena kvantitativní metoda dotazníkového šetření, která se zaměřuje na naplnění cílů adaptačního kurzu z pohledu žáků.

Pro zjednodušení interpretace výsledků i samotných dotazníků byly zvoleny následující zkratky:

- AK - Adaptační kurz
- SPŠ - Střední průmyslová škola, Střední odborná škola a Střední odborné učiliště
- OA - Obchodní akademie, Střední odborná škola a Jazyková škola s právem státní jazykové zkoušky
- SZŠ - Vyšší odborná zdravotnická škola a Střední zdravotnická škola

## 5.1. Zpracování výzkumu

V této kapitole je popsán samotný postup výzkumné práce. Sběr dat probíhal vždy ve dvou třídách daných středních škol. Vzhledem k tomu, že se počty žáků v jednotlivých třídách na středních školách lišily, byl už na začátku výzkumu stanoven limit respondentů na padesát. Toto omezení bylo zvoleno proto, aby byly výsledky jednoduše průkazné, jasné a jejich závěrečné srovnání nezávadněvalo žádnou z cílových skupin.

Data z dotazníkového šetření byla zavedena do tabulky četností odpovědí (viz Příloha). Na základě těchto četností jsou výsledky dotazníkového šetření interpretovány pomocí dvou typů grafů. Prvním z nich je graf sloupcový znázorňující výsledky pro dané vybrané školy v reálných hodnotách. Druhý typ grafu je výsečový, který ukazuje celkové procentuální zastoupení jednotlivých odpovědí zvolených u konkrétních otázkách. Oba dva typy grafů pomáhají podpořit komentáře a závěry pod jednotlivými otázkami.

Pro potvrzení zvolených hypotéz celkového souboru dat byla použita metoda vážených průměrů. Vzhledem k rozdílnému typu odpovědí otázek, je vždy pod komentáři prezentována bodovací škála určující hodnoty jednotlivých odpovědí nutných k výpočtu váženého průměru. Na jejich základě byly vypočítány vážené průměry a ty byly poté zprůměrovány pro dosažení výsledných hodnot celého souboru dat.

Tyto dílčí výsledky byly pak zapsány do souhrnné tabulky a podle jejich průměrné hodnoty byly poté porovnány se střední hodnotou, která byla dle stejného počtu odpovědí u všech otázek použitých k potvrzení hypotéz a závěrečnému srovnání určena číslem 3. Pokud byl průměr výsledků vyšší, daná hypotéza byla potvrzena, pokud nižší, hypotézu se nepodařilo potvrdit.

Stejným způsobem byly zjišťovány i hodnoty pro dílčí srovnání jednotlivých středních škol s tím rozdílem, že byly výsledky založené pouze na souboru odpovědí dané školy. Kromě průměrů výsledků nutných k potvrzení hypotéz byly použity i aritmetické průměry četností odpovědí doplňující části. Na jejich základě byly vyvozeny dílčí závěry úspěšnosti naplnění jednotlivých hypotéz. Všechny průměrné hodnoty byly pak na závěr sečteny a vzájemně porovnány s výsledky vybraných středních škol

## 5.2. Výzkumné otázky a hypotézy

Motorická část:

- Výzkumná otázka č. 1: Došlo na AK k fyzickému rozvoji žáků?
- Hypotéza: AK kurzy měly pro žáky kladný přínos z hlediska fyzického rozvoje.

Sociální část:

- Výzkumná otázka č. 2: Dokázali se žáci v rámci nového třídního kolektivu adaptovat natolik, že se jejich spolupráce a komunikace obešla bez problémů?
- Hypotéza: Žáci mezi sebou komunikovali a spolupracovali bez obtíží.

Osobnostní část:

- Výzkumná otázka č. 3: Byly adaptační kurzy pro žáky stresující?
- Hypotéza: Subjektivní pocit žáku z absolvování adaptačních kurzů se zakládá na kladných emocích.

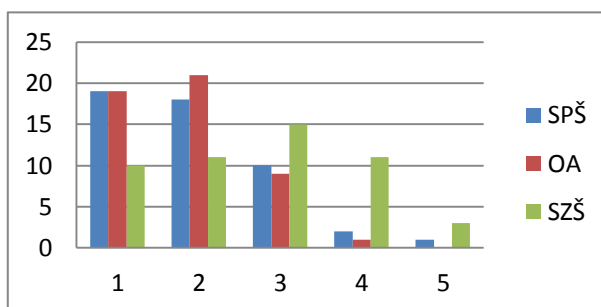
## 6. Výsledky dotazníkového šetření žáků

### 6.1. Interpretace dílčích výsledků

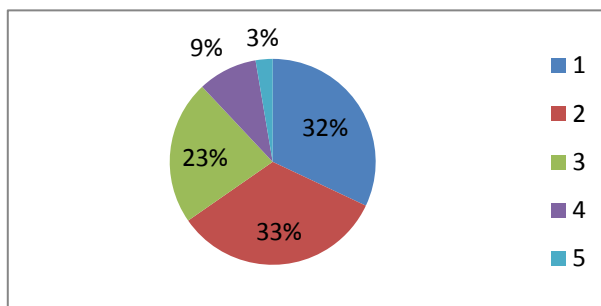
#### 6.1.1. Motorická část

1. Jako první se zaměříme na fyzickou stránku AK. Na stupnici od jedné do pěti označ, jak fyzicky náročný pro tebe byl kurz. (1 – nenáročný, 5 – náročný)

Graf 1- Dílčí výsledky otázky číslo 1 motorické části



Graf 2 - Celkové výsledky otázky číslo 1 motorické části



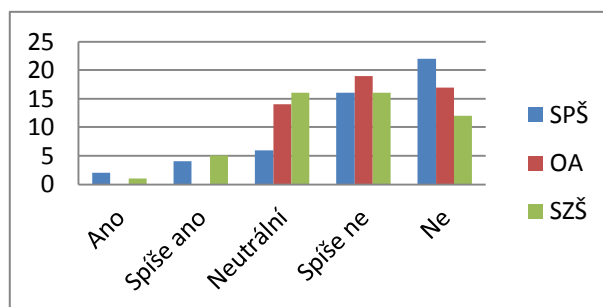
První otázka Motorické části měla za úkol zjistit, jak byl podle žáků adaptační kurz fyzicky náročný. Po zpracování všech získaných odpovědí z dotazníků vyplynulo, že většina respondentů nepovažovala kurz za náročný a pro jeho absolvování si tak vystačili se stávajícím fyzickým fondem. Na základě dílčích výsledků z jednotlivých škol lze usuzovat, že nejméně náročný adaptační kurz byl zorganizován pro žáky OA. Obdobných výsledků dosáhl výzkum i u žáku SPŠ. Žáci SZŠ pak nejčastěji označili „střední fyzickou náročnost“. Výsledky tedy dokazují, že adaptační kurzy nebyly pro většinu žáků fyzicky náročné.

Tabulka 2 - Bodovací škála odpovědí otázky č. 1 motorické části

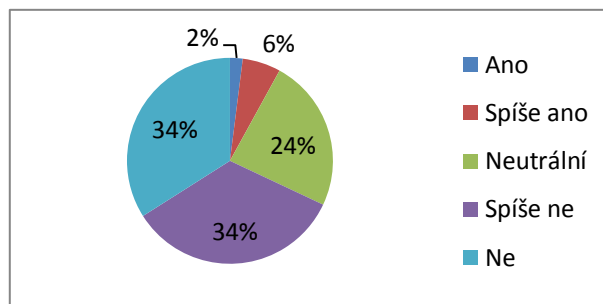
Odpovědi	1 - nenáročné	2 - spíše nenáročné	3 - středně náročné	4 - spíše náročné	5 - náročné
<b>Body</b>	1	2	3	4	5

2. Vyžadovalo úspěšné absolvování kurzu abnormální fyzickou připravenost?

Graf 3 - Dílčí výsledky otázky číslo 2 motorické části



Graf 4 - Celkové výsledky otázky číslo 2 motorické části



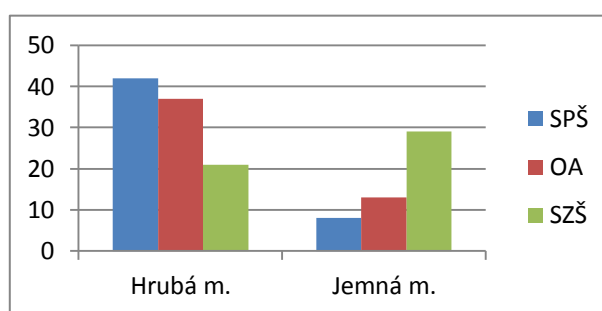
Účelem této otázky bylo zjistit, jestli absolvování adaptačního kurzu vyžadovalo zvláštní fyzickou připravenost. Dle výpovědí žáků lze konstatovat, že absolvování kurzů abnormální fyzickou přípravu nevyžadovalo. Tento závěr dokládá, že žákům vybraných středních škol, až na pár výjimek, stačil k absolvování kurzu z hlediska fyzické náročnosti stávající tělesný fond, a potvrzuje tak závěr předpoklad zkoumaný první dotazníkovou otázkou o fyzické nenáročnosti absolvování adaptačních kurzů.

Tabulka 3 - Bodovací škála odpovědí otázky číslo 2 motorické části

Odpovědi	Ano	Spíše ano	Neutrální	Spíše ne	Ne
Body	5	4	3	2	1

3. Motorika se obecně dělí na „hrubou motoriku“ (běhání, ježdění na kole, lezení atd.) a „jemnou motoriku“ (stříhání papíru, kreslení, skládání puzzle atd.). Která z těchto dvou možností tě na AK oslovila více?

Graf 5 - Výsledky otázky číslo 3 motorické části

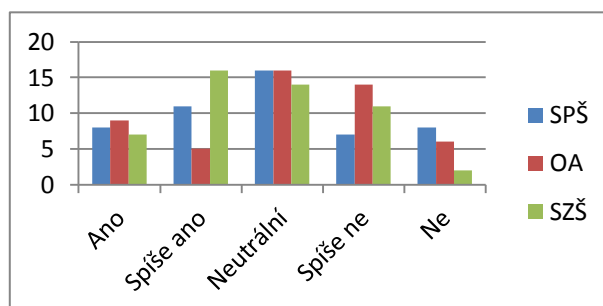


Tato otázka měla zjistit preference žáků z hlediska oblasti motorických dovedností. Ačkoliv tato otázka není směrodatná pro závěrečné hodnocení, napomáhá pochopit fyzickou náročnost kurzů z pohledu žáků. Toto tvrzení je podloženo předpokladem, že hrubé motorické dovednosti mají základ v použití větších svalových skupin a tím i ve větším fyzickému výdeji energie. Výsledky ukazují, že žáci OA a SPŠ dávají přednost oblasti hrubé motoriky a tím i potvrzují závěry předchozích dvou otázek. Naproti tomu žáci SZŠ preferovali oblast jemné motoriky, z čehož vyplývá i četnost odpovědí označující větší náročnost kurzu.

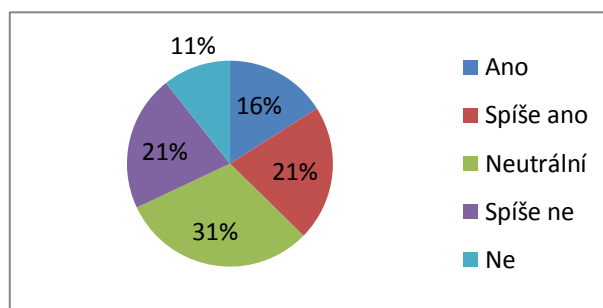


#### 4. Bylo pro tebe absolvování AK fyzicky přínosné?

Graf 6 - Dílčí výsledky otázky číslo 4 motorické části



Graf 7 - Celkové výsledky otázky číslo 4 motorické části



Tato otázka je shrnutím motorické části. Žáci měli definovat osobní fyzický přínos adaptačního kurzu. Z výsledků lze vyčíst, že z tohoto hlediska byl nejvíce přínosný kurz pro žáky SZŠ. Neutrální přínos pak označilo nejvíce žáků OA a SPŠ a tím potvrdili i předchozí závěry, tedy že jejich fyzické fondy byly dostačující a adaptační kurz je z fyzického hlediska neobohatil.

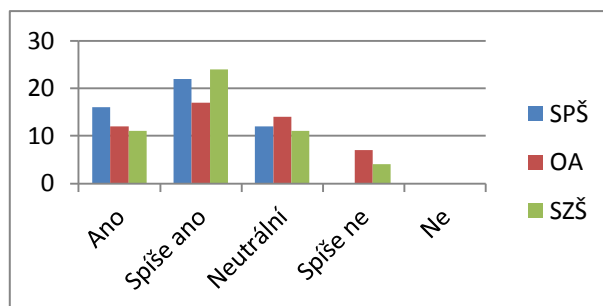
Tabulka 4 - Bodovací škála odpovědí otázky číslo 4 motorické části

Odpovědi	Ano	Spíše ano	Neutrální	Spíše ne	Ne
Body	5	4	3	2	1

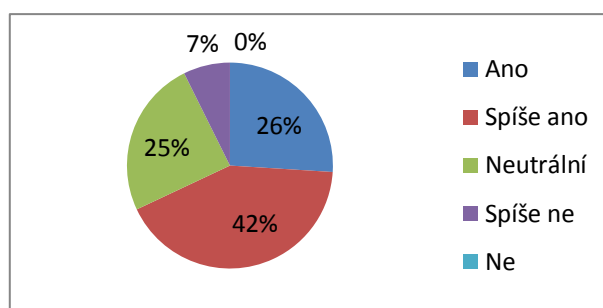
### 6.1.3. Sociální část

1. Na AK jste se poprvé setkali jako celá třída. Domníváš se, že jsi byl/a platnou součástí své třídy?

Graf 8 - Dílčí výsledky otázky číslo 1 sociální části



Graf 9 - Celkové výsledky otázky číslo 1 sociální části



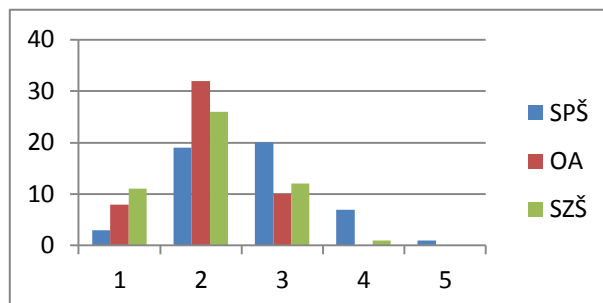
První otázka sociální části měla za úkol zjistit míru začlenění žáků v novém kolektivu. Vzhledem k výsledkům lze konstatovat, že se většina žáků napříč všemi vybranými středními školami cítila být součástí svých tříd a jejich sociální adaptace v novém prostředí tak byla úspěšná.

Tabulka 5 - Bodovací škála odpovědí otázky číslo 1 sociální části

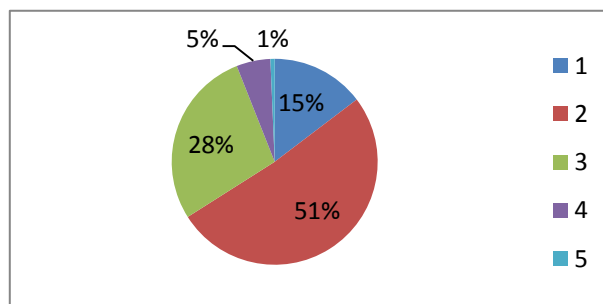
Odpovědi	Ano	Spíše ano	Neutrální	Spíše ne	Ne
Body	5	4	3	2	1

2. Týmové aktivity jsou především o spolupráci a také o vzájemné pomoci. Jak bys hodnotil/a vaši vzájemnou spolupráci v novém třídním kolektivu? (1 – nejlepší, 5 – nejhorší)

Graf 10 - Dílčí výsledky otázky číslo 2 sociální části



Graf 11 - Celkové výsledky otázky číslo 2 sociální části



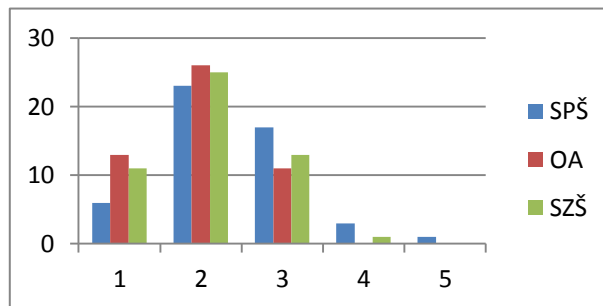
Tato otázka měla za úkol interpretovat míru vzájemné spolupráce v nových třídních kolektivech. Z dat získaných touto otázkou lze konstatovat, že míra spolupráce mezi žáky byla na všech adaptačních kurzech na dobré úrovni. Žáci tedy potvrdili, že se stali součástí svých tříd. Nejlépe svoji spolupráci ohodnotili žáci OA.

Tabulka 6 - Bodovací škála odpovědí otázky číslo 2 sociální části

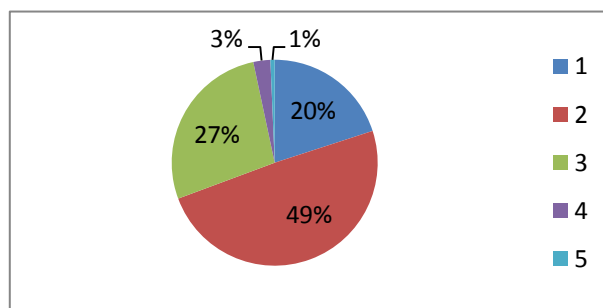
Odpovědi	1 – nejlepší úroveň	2 – spíše lepší úroveň	3 – střední úroveň	4 – spíše horší úroveň	5 – nejhorší úroveň
<b>Body</b>	5	4	3	2	1

3. Další důležitou součástí je komunikace. Ohodnot' vaši komunikaci při aktivitách. (1 – nejlepší, 5 – nejhorší)

Graf 12 - Dílčí výsledky otázky číslo 3 sociální části



Graf 13 - Celkové výsledky otázky číslo 3 sociální části



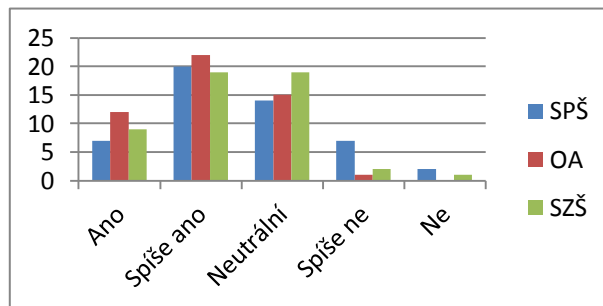
Komunikace je základem pro vzájemnou spolupráci. Toto tezi lze potvrdit i na základě výsledků výzkumné dotazníku. Komunikace pro žáky nebyla překážkou při spolupráci v novém kolektivu a v těchto případech dopomohla k úspěšnému procesu sociální adaptace.

Tabulka 7 - Bodovací škála odpovědí otázky číslo 3 sociální části

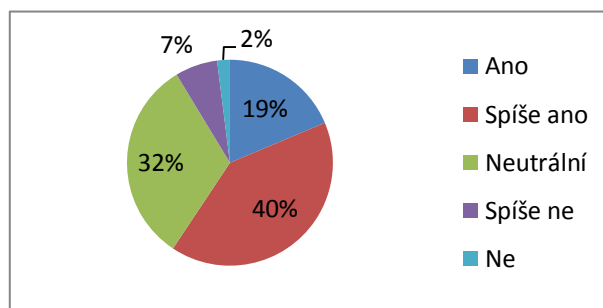
Odpovědi	1 – nejlepší	2 – spíše lepší	3 – neutrální	4 – spíše horší	5 – nejhorší
Body	5	4	3	2	1

4. Jednou vyhraješ, podruhé prohraješ – tak už to chodí. Přišlo ti, že jste se dokázali dobře připravit a namotivovat před aktivitami?

Graf 14 - Dílčí výsledky otázky číslo 4 sociální části



Graf 15 - Celkové výsledky otázky číslo 4 sociální části



Tato otázka byla zařazena proto, aby potvrdila závěry předchozích otázek a uzavřela tak sociální část. Vnější motivace nemůže být úspěšná, pokud nefunguje komunikace a spolupráce mezi členy kolektivu. Toto tvrzení se podařilo na základě výpovědí žáků potvrdit. Z výsledků plyne, že se žáci cítili být vzájemně motivováni k vykonávání aktivit a tím stvrdili svoji socializaci v rámci nových tříd.

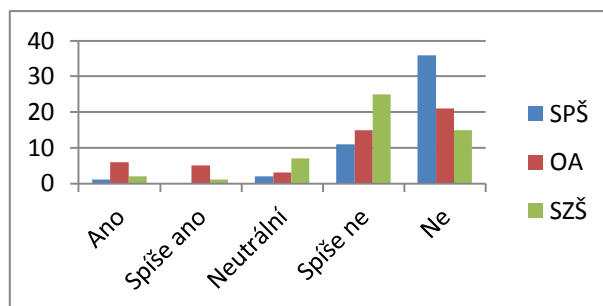
Tabulka 8 - Bodovací škála odpovědí otázky číslo 4 sociální části

Odpovědi	Ano	Spíše ano	Neutrální	Spíše ne	Ne
Body	5	4	3	2	1

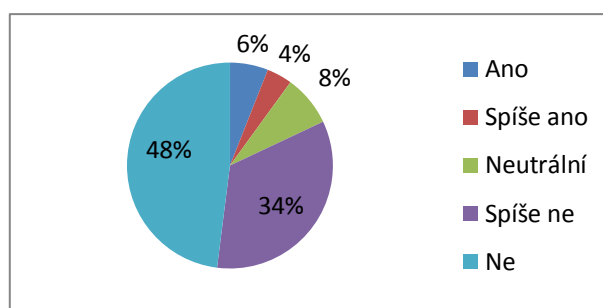
### 6.1.5. Osobnostní část

1. A teď zase trošku o tobě. Stalo se, že u tebe některá z aktivit vyvolala strach nebo pocit tísně?

Graf 16 - Dílčí výsledky otázky číslo 1 osobnostní části



Graf 17 - Celkové výsledky otázky číslo 1 osobnostní části



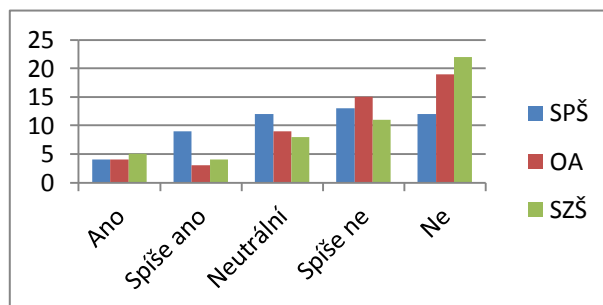
První otázka osobnostní části je věnována strachu a pocitu tísně. Tyto dva pocity jsou důležitým faktorem ovlivňujícím vlastní působení jedince ve společnosti v negativní rovině. Pokud by u žáků převládaly tyto pocity, nemohlo by dojít k úspěšné socializaci. Tato otázka tedy úzce souvisí s předchozí částí. Z výsledků vidíme, že většina žáků neprožívala zmíněné pocity a jejich výpovědi v Sociální části díky tomu lze považovat za validní.

Tabulka 9 - Bodovací škála odpovědí otázky číslo 1 osobnostní části

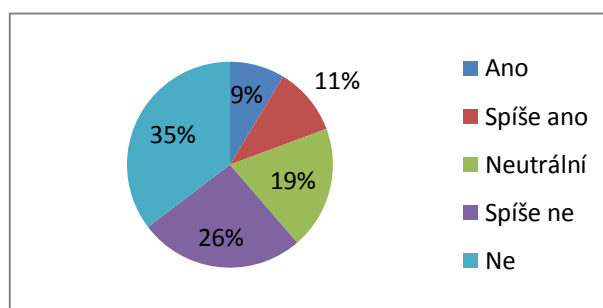
Odpovědi	Ano	Spíše ano	Neutrální	Spíše ne	Ne
Body	1	2	3	4	5

2. Pociťoval/a jsi v novém třídním kolektivu v určitých chvílích napětí či eskalaci vztahů do negativních rovin (vulgární či jiné napadání)?

Graf 18 - Dílčí výsledky otázky číslo 2 osobnostní části



Graf 19 - Celkové výsledky otázky číslo 2 osobnostní části



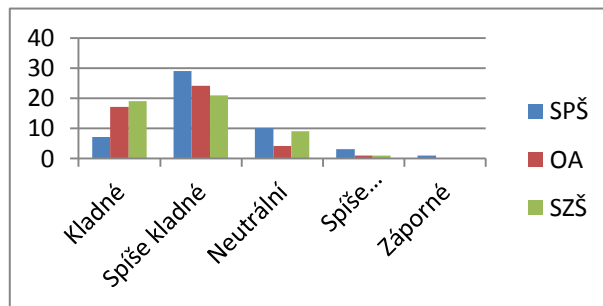
Cílem této otázky je objevit, zda se na adaptačních kurzech projevila agrese. Tento nežádoucí vliv při tvorbě nové společnosti má za následek destabilizaci daného kolektivu. Více než šedesát procent žáků potvrdilo, že na adaptačních kurzech k eskalaci vztahů do negativních rovin nedošlo. Naproti tomu dvacet procent žáků výběru vypovědělo, že tuto eskalaci pocítilo. Na základě osobní konzultace s třídními učiteli byl tento jev objeven a řešen na OA a SPŠ.

Tabulka 10 - Bodovací škála odpovědí otázky číslo 2 osobnostní části

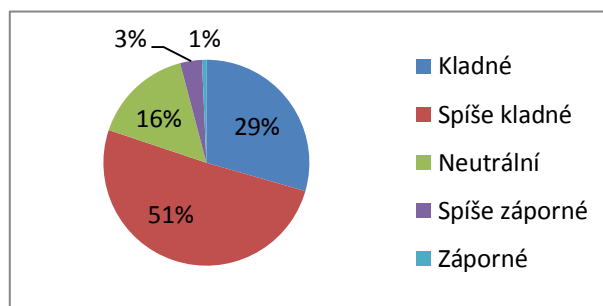
Odpovědi	Ano	Spíše ano	Neutrální	Spíše ne	Ne
Body	1	2	3	4	5

3. Jaké byly tvé pocity z nových žáků a obecně třídního kolektivu, který jsi měl/a šanci na AK lépe poznat?

Graf 20 - Dílčí výsledky otázky číslo 3 osobnostní části



Graf 21 - Celkové výsledky otázky číslo 3 osobnostní části



Tato otázka měla za úkol zjistit, jaké osobní pocity mají žáci z nového kolektivu. Vzhledem k závěru předchozí otázky jsou odpovědi matoucí, jelikož většina respondentů označila pocity z nového kolektivu jako kladné. V tomto případě můžeme mluvit o vlivu konformity, jelikož i přes negativní vlivy, potvrzené předchozí otázkou, žáci volili smírnější hodnocení, které ovlivňuje celkový pohled na skupinu.

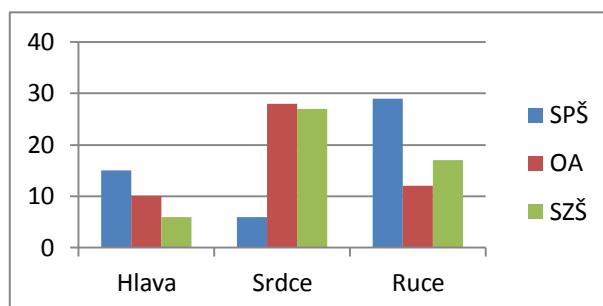
Tabulka 11 - Bodovací škála odpovědí otázky číslo 3 osobnostní části

Odpovědi	Kladné	Spíše kladné	Neutrální	Spíše záporné	Záporné
Body	5	4	3	2	1



4. Kdyby byl tvůj tým jako lidské tělo, jakou částí z nabízených možností bys byl/a?

Graf 22 - Celkové výsledky otázky číslo 4 osobnostní části

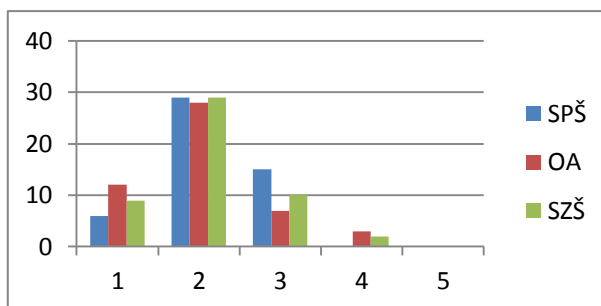


Na základě definování osobnostních rolí dostali žáci na výběr tři možnosti sebe prezentace. Z výsledků je vidět, že každou roli zastával minimálně jeden žák v každém ze zvolených kolektivů. Lze konstatovat, že vzhledem ke zvoleným kritériím byla skladba nových kolektivů vyvážená. Tato otázka není určující pro srovnání adaptačních kurzů jednotlivých škol. Sebe prezentace je čistě subjektivní a pomáhá výzkumu přiblížit rozdělení rolí v novém třídním kolektivu.

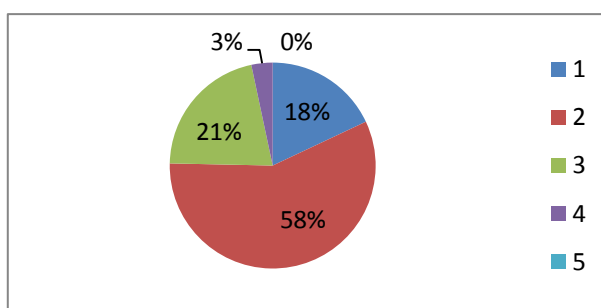
### 6.1.6. Doplnující část

1. Už jsi skoro u konce! Jak bys ohodnotil sám sebe a svoji účast na AK? (1 – nejlepší, 5 – nejhorší)

Graf 23 - Dílčí výsledky otázky číslo 1 doplnující části



Graf 24 - Celkové výsledky otázky číslo 1 doplnující části



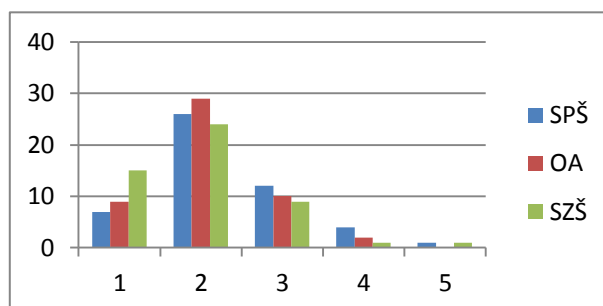
Úvodní otázka doplnující části se týká sebehodnocení žáků. Výsledky jasně napovídají, že většina žáků byla se svou účastí na adaptačních kurzech spokojena a nepřímo tak potvrdila naplnění dílčích cílů adaptačních kurzů.

Tabulka 12- Bodovací škála odpovědí otázky číslo 1 doplnující části

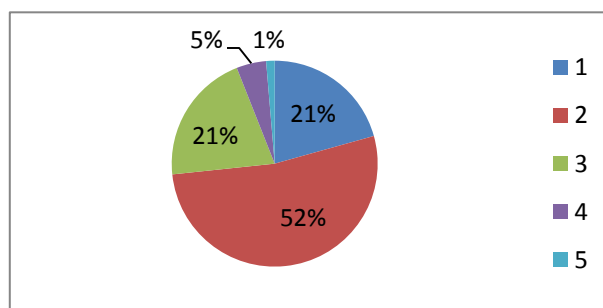
Odpovědi	1 - nejlepší	2 – spíše lepší	3 - neutrální	4 – spíše horší	5 - nejhorší
Body	5	4	3	2	1

2. A teď zkus ohodnotit z pohledu náplně a aktivit váš AK. (1 – nejlepší, 5 – nejhorší)

Graf 25 - Dílčí výsledky otázky číslo 2 doplňující části



Graf 26 - Celkové výsledky otázky číslo 2 doplňující části



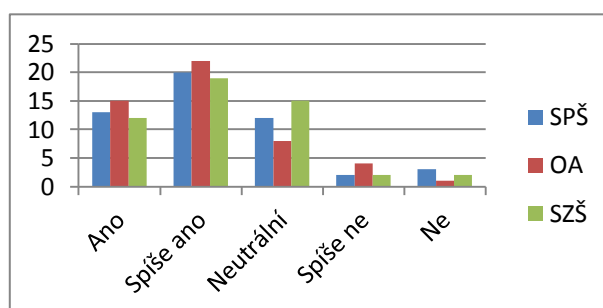
Obdobných výsledků první otázky dosáhlo hodnocení adaptačního kurzu z pohledu náplně a aktivit. Žáci byli obecně spokojeni s náplní kurzu a lze tvrdit, že pro ně byl v tomto ohledu kurz atraktivní.

Tabulka 13 - Bodovací škála odpovědí otázky číslo 2 doplňující části

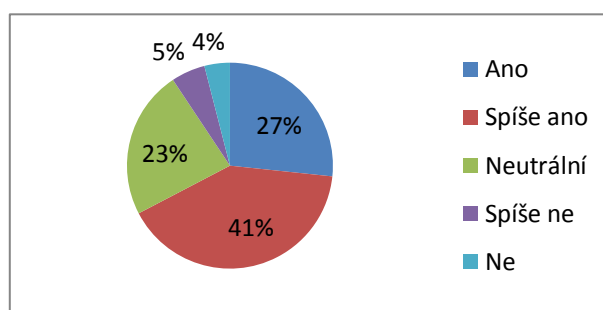
Odpovědi	1 - nejlepší	2 – spíše lepší	3 - neutrální	4 – spíše horší	5 - nejhorší
Body	5	4	3	2	1

### 3. Jak vidíš AK s odstupem času - byl pro rozvoj třídního kolektivu kladným přínosem?“

Graf 27 - Dílčí výsledky otázky číslo 3 doplňující části



Graf 28 - Celkové výsledky otázky číslo 3 doplňující části



Úplně poslední otázka výzkumného dotazníku se týká přínosu adaptačního kurzu pro rozvoj třídního kolektivu. Žáci svými výpověďmi potvrdili, že adaptační kurzy měly pro třídní kolektivy kladný přínos a pomohly jeho správnému rozvoji.

Tabulka 14 - Bodovací škála odpovědí otázky číslo 3 doplňující části

Odpovědi	Ano	Spíše ano	Neutrální	Spíše ne	Ne
Body	5	4	3	2	1

### 6.3. Výsledky dotazníkového šetření

Tabulka 15 - Tabulka aritmetických průměrů hodnot získaných dle zvolené metodiky z celého souboru dat

	<i>Otázka č. 1</i>	<i>Otázka č. 2</i>	<i>Otázka č. 3</i>	<i>Otázka č. 4</i>	<i>Průměr</i>
<i>Motorická část</i>	2,17	2,08	Otázka nezahrnuta	3,11	<b>2,45</b>
<i>Sociální část</i>	3,87	3,74	3,85	3,67	<b>3,78</b>
<i>Osobnostní část</i>	4,14	3,69	3,94	Otázka nezahrnuta	<b>3,92</b>

### 6.4. Potvrzení zvolených hypotéz

Hypotézy jsou pro lepší přehlednost formátovány kurzívou. Nejedná se o citace.

#### 6.4.1. Motorická část

*Výzkumná otázka 1: Došlo na AK k fyzickému rozvoji žáků?*

*Hypotéza: AK kurzy měly pro žáky kladný přínos z hlediska fyzického rozvoje.*

Tuto hypotézu se nepodařilo potvrdit, jelikož výsledný průměr (viz tabulka č. x) je nižší než zvolená střední hodnota. Adaptační kurz neměl pro žáky kladný přínos z hlediska fyzického rozvoje, a to i přesto, že výsledná průměrná hodnota poslední otázky motorické části byla nadprůměrná, protože žáci vypověděli, že je kurz v tomto ohledu obohatil. Z tohoto faktu lze soudit, že žáci rozvíjeli spíše motorické dovednosti než schopnosti, čímž vznikl pocit určitého tělesného posunu. Vzhledem k absenci programové náplně kurzů tento výsledek nelze dál rozvést, popřípadě simulovat ideální případ pro úspěšný motorický rozvoj žáků.

### **6.4.2. Sociální část**

*Výzkumná otázka 2: Dokázali se žáci v rámci nového třídního kolektivu adaptovat natolik, že se jejich spolupráce a komunikace obešla bez problémů?*

*Hypotéza: Žáci mezi sebou komunikovali a spolupracovali bez obtíží.*

Výsledný průměr 3,78 dokazuje, že hypotéza byla potvrzena. Žáci tedy neměli problém s komunikací a vzájemnou spoluprací. Úspěšně se tedy vytvořili nové sociální skupiny, ve kterých se žáci sociálně integrovali. Byli schopni dojít ke komunikační shodě a v rámci skupiny takzvaně „táhnout za jeden provaz“ díky vzájemné motivaci k činnosti.

### **6.4.3. Osobnostní část**

*Výzkumná otázka 3: Byly adaptační kurzy pro žáky stresující?*

*Hypotéza: Subjektivní pocit žáků z absolvování adaptačních kurzů se zakládá na kladných emocích.*

Taktéž tuto hypotézu na základě výsledného průměru 3,92 výzkum potvrzuje. Lze tak konstatovat, že organizace adaptačních kurzů zajistila prostředí bez stresu, díky němuž mohla adaptace proběhnout bez vnějších negativních vlivů. To potvrzují i obecně kladné pocity žáků z nových kolektivů.

## 6.5. Srovnání výsledků jednotlivých středních škol

Následující tabulka prezentuje celkové aritmetické průměry vážených průměrů vypočítaných z četností odpovědí jednotlivých středních škol.

Tabulka 16 - Celkové aritmetické průměry vážených průměrů

	<i>Motorická část</i>	<i>Sociální část</i>	<i>Osobnostní část</i>	<i>Doplňující část</i>	<i>Celkový výsledek</i>
<b>SPŠ</b>	2,33	3,6	3,9	3,73	<b>13,56</b>
<b>OA</b>	2,24	3,99	3,85	3,93	<b>14,01</b>
<b>SZŠ</b>	2,79	3,8	3,96	3,89	<b>14,44</b>

Z výsledných hodnot celkových průměrů lze vyvodit, že dle zvolených kritérií nejlépe dopadl z pohledu žáků adaptační kurz Vyšší odborné zdravotnické školy a Střední zdravotnické školy. Je to především vlivem nejvyššího výsledného průměru u motorické části dotazníku. To může mít za následek už zmíněná genderová skladba tříd (viz podkapitola Výzkumná skupina), i když vyvážené třídy Obchodní akademie v tomto směru dosáhly nejnižších výsledků a žáci Střední průmyslové školy, jejichž třídy sestávají pouze z chlapců, dosáhli nepatrně vyšších výsledků. Celkový motorický přínos tedy lze jasně definovat jen na základě programových náplní jednotlivých kurzů. Z pohledu výsledků Sociální a Doplnující části dopadla nejlépe Obchodní akademie. Nejvyšší „skóre“ v Osobnostní části dotazníku zaznamenala Střední zdravotnická škola.

## 7. Shrnutí výsledků

Dotazníkové šetření, které proběhlo na středních školách, dokázalo, že sociální a osobnostní cíle jsou nedílnou součástí adaptačních kurzů a jejich prostřednictvím dochází k naplnění těchto cílů. O neúspěchu pak lze hovořit v souvislosti s podporou fyzického rozvoje žáků, která se neukázala jako významný faktor absolvování kurzů.

Podporu fyzického rozvoje a její kladný přínos na žáky měla potvrdit hypotéza 1. Tato hypotéza byla ovšem vyvrácena na základě výsledného průměru, který byl 2,45. Validním měřítkem pro tuto hypotézu byla fyzická náročnost a kondiční příprava pro zdárné absolvování. Ani jeden z těchto klíčových bodů ovšem nebyl k účasti na kurzu potřebný. Většina žáků neměla s fyzickou náročností kurzu problém a k fyzickému rozvoji u nich tudíž nedošlo.

Naplnění sociálních cílů potvrdila hypotéza 2, kdy výsledný průměr byl 3,78. V procentuálním vyjádření tedy více než sedmdesát pět procent žáků vypovědělo, že komunikace a spolupráce v rámci nových tříd proběhla bez obtíží.

Hypotéza 3, která měla potvrdit význam naplnění osobnostních cílů, dopadla z hlediska výsledků pozitivně. Výsledný průměr nabyl hodnoty 3,92, což znamená, že sedmdesát osm procent dotazovaných nepociťovalo na adaptačních kurzech negativní atmosféru, která by ovlivnila jejich osobnost a tím i působení v nových kolektivech.

Celkové srovnání pak vyznělo nejlépe pro Vyšší odbornou zdravotnickou školu a Střední zdravotnickou školu. Ta dosáhla celkového hodnocení 14,44. Tato hodnota byla podmíněna především dosažení nejvyšších průměrů u motorické a osobnostní části. Druhého nejvyššího výsledku dosáhla Obchodní akademie, Střední odborná škola a Jazyková škola s právem státní jazykové zkoušky s výsledkem 14,01. Ta dosáhla nejvyšších výsledků v osobnostní a doplňující části, oproti tomu v motorické části získala nejhorší hodnocení. Nejnižšího výsledku dosáhla vzhledem k ostatním výsledkům dotazníkového šetření Střední průmyslová škola, Střední odborná škola a Střední odborné učiliště. Její výsledná hodnota byla 13,56. Nedosáhla nejvyšších hodnot ani v jedné z vytyčených částí, její hodnoty vždy pohybovaly pod průměrem.



## Závěr

Bakalářská práce se zabývala srovnáním adaptačních kurzů z pohledu žáků vybraných středních škol. Toto srovnání bylo podmíněno naplněním vytyčených cílů adaptačních kurzů charakterizovaných v teoretické části.

Výsledky dotazníkového šetření dopadly spíše podle očekávání a došlo tak k naplnění podstaty adaptace. Nepotvrdila se teorie vlivu kurzů na podporu motorického rozvoje žáků, a to především proto, že kurzy neměly stejné programové náplně. Při zohlednění těchto náplní by výzkum mohl validně prokázat, zda k rozvoji dochází, či nikoliv.

V rámci jednotlivých otázek výzkumného dotazníku se vyskytly i odpovědi, které neodpovídaly průměru. Tyto nestandardní odpovědi byly nejrizikovější v osobnostní části, která byla zaměřena na negativní pocity v novém kolektivu. Po osobní konzultaci s třídními učiteli byly odchylky vysvětleny jako nepřizpůsobivost daného jedince z pohledu introverze a nedůvěry v sebe sama. S těmito žáky bylo poté individuálně pracováno na usnadnění jejich adaptace v nových třídách.

Slabou stránkou výzkumné práce byla špatná formulace dotazníkových otázek, která vyžadovala pro stanovení výsledků zvláštní bodovací škálu. Tomuto problému lze předejít lepší formulací dotazů s jasně vytyčenou škálou odpovědí, což usnadní i závěrečné výpočty a prezentaci výsledků.

Výsledky výzkumné práce také mohl zkreslit i kolektivní způsob vyplňování. Vyskytly se případy, kdy žáci opisovali od svých spolužáků v lavici. Nebyly to četné případy, ale pro zajištění větší validity konečných dat by bylo výhodnější žáky rozsadit do samostatných lavic nebo s nimi vyplňovat výzkumný dotazník individuálně. Výsledky by bylo poté možné hned konzultovat s danými respondenty. Tento způsob je ovšem daleko časově náročnější.

Pro úplné ověření úspěšnosti adaptace žáků na nové prostředí by bylo vhodné znovu otestovat cílovou skupinu v určitém časovém odstupu a sledovat případné změny z hlediska sociálně-psychologických vlivů.

Přínosem bakalářské práce je také poskytnutí zpětné vazby pedagogům a organizátorům adaptačních kurzů, kteří se díky získaným informacím mohou v přípravě kurzů zdokonalit.

## Seznam použité literatury

1. BARTOŇOVÁ, Vendula. *Adaptační kurzy pro středoškoláky*. Brno, 2012. Bakalářská práce. Mendelova univerzita v Brně.
2. HYESOVÁ, Nicky. *Základy sociální psychologie*. Vyd. 1. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-198-3.
3. JANDOUREK, Jan. *Úvod do sociologie*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-749-3.
4. LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie*. Vyd. 3. Praha: Grada Publishing, 1998. ISBN 80-7169-195-X.
5. MARCUS, Bess H. a LeighAnn H. FORSYTH. *Psychologie aktivního způsobu života*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-654-4.
6. MĚKOTA, Karel a Jiří NOVOSAD. *Motorické schopnosti*. Dotisk 1. vydání. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2007. ISBN 80-244-0981-X.
7. MĚKOTA, Karel a Roman CUBEREK. *Pohybové dovednosti - činnosti - výkony*. Vyd. 1. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2007. ISBN 978-80-244-1728-8.
8. OSIČKOVÁ, Veronika. *Vliv adaptačních kurzů na nové školní kolektivy*. Brno, 2009. Bakalářská práce. Masarykova univerzita.
9. PŘIBYLOVÁ, Helena. *Adaptační kurz z pohledu absolventů*. Brno, 2008. Bakalářská práce. Masarykova univerzita.
10. ŘEZÁČ, Jaroslav. *Sociální psychologie*. Vyd. 1. Brno: Paido, 1998. ISBN 80-85931-48-6.
11. STRNADOVÁ, Věra. *Interpersonální komunikace*. Vyd. 1. Hradec Králové: Gaudeamus, 2011. ISBN 978-80-7435-157-0.
12. VÝROST, Jozef a Ivan SLAMĚNÍK. *Sociální psychologie*. 2., přeprac. a rozš. vyd. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-1428-8.

## Internetové odkazy

13. Hnutí GO!. *Baobab Jeseník* [online]. [cit. 2016-04-29]. Dostupné z: <http://www.baobab.brontosaurus.cz/hnutigo.html>
14. *Prázdninová škola Lipnice* [online]. [cit. 2016-04-29]. Dostupné z: <http://www.psl.cz/>

15. Seznamovací kurz pro studenty prvního ročníku. *Vysoká škola ekonomická v Praze* [online]. [cit. 2016-04-29]. Dostupné z: <https://fph.vse.cz/seznamovaci-kurz-pro-studenty-prvniho-rocniku/>
16. Skupinové role. *Wikipedie* [online]. [cit. 2016-04-29]. Dostupné z: [https://cs.wikipedia.org/wiki/Skupinov%C3%A9\\_role](https://cs.wikipedia.org/wiki/Skupinov%C3%A9_role)
17. Strach je nejčastější emocí. *Abeceda zdraví* [online]. [cit. 2016-04-29]. Dostupné z: <http://www.abecedazdravi.cz/psychologie/strach-je-nejcastejsi-emoci-muze-narusiti-psychiku>
18. Struktura malé skupiny - vztahy, role, statusy, normy. *Wikisofia* [online]. [cit. 2016-04-29]. Dostupné z: [https://wikisofia.cz/index.php/Struktura\\_mal%C3%A9\\_skupiny\\_-\\_vztahy,\\_role,\\_statusy,\\_normy](https://wikisofia.cz/index.php/Struktura_mal%C3%A9_skupiny_-_vztahy,_role,_statusy,_normy)
19. Teambuildingové kurzy. *OMT Group* [online]. [cit. 2016-04-29]. Dostupné z: <http://www.omt.cz/teambuilding-kurzy.htm>
20. Vymezení integrace a inkluze ve vzdělávacím procesu. *Osobnostní rozvoj pedagoga* [online]. [cit. 2016-04-29]. Dostupné z: <http://osobnostnirozvoypedagoga.cz/moduly/m1/5-1-1-vymezeni-integrace-a-inkluze-ve-vzdelavacim-procesu.html>

## Další zdroje

21. FRANĚK, Marek. *Sociální kontext lidské komunikace - konformita a poslušnost*. Přednáška z předmětu Psychologie 2. Hradec Králové, 2016.

# Seznam tabulek a grafů

## Tabulky

Tabulka 1 - Motorické schopnosti a dovednosti (Měkota, 2007).....	20
Tabulka 2 - Bodovací škála odpovědí otázky č. 1 motorické části .....	31
Tabulka 3 - Bodovací škála odpovědí otázky číslo 2 motorické části .....	32
Tabulka 4 - Bodovací škála odpovědí otázky číslo 4 motorické části .....	33
Tabulka 5 - Bodovací škála odpovědí otázky číslo 1 sociální části .....	34
Tabulka 6 - Bodovací škála odpovědí otázky číslo 2 sociální části .....	35
Tabulka 7 - Bodovací škála odpovědí otázky číslo 3 sociální části .....	36
Tabulka 8 - Bodovací škála odpovědí otázky číslo 4 sociální části .....	37
Tabulka 9 - Bodovací škála odpovědí otázky číslo 1 osobnostní části .....	38
Tabulka 10 - Bodovací škála odpovědí otázky číslo 2 osobnostní části .....	39
Tabulka 11 - Bodovací škála odpovědí otázky číslo 3 osobnostní části .....	40
Tabulka 12 - Bodovací škála odpovědí otázky číslo 1 doplňující části.....	42
Tabulka 13 - Bodovací škála odpovědí otázky číslo 2 doplňující části.....	43
Tabulka 14 - Bodovací škála odpovědí otázky číslo 3 doplňující části.....	44
Tabulka 15 - Tabulka aritmetických průměrů hodnot získaných dle zvolené metodiky z celého souboru dat.....	45
Tabulka 16 - Celkové aritmetické průměry vážených průměrů .....	47

## Grafy

Graf 1- Dílčí výsledky otázky číslo 1 motorické části .....	30
Graf 2 - Celkové výsledky otázky číslo 1 motorické části.....	30
Graf 3 - Dílčí výsledky otázky číslo 2 motorické části .....	31
Graf 4 - Celkové výsledky otázky číslo 2 motorické části .....	31
Graf 5 - Výsledky otázky číslo 3 motorické části .....	32
Graf 6 - Dílčí výsledky otázky číslo 4 motorické části .....	33
Graf 7 - Celkové výsledky otázky číslo 4 motorické části.....	33
Graf 8 - Dílčí výsledky otázky číslo 1 sociální části.....	34
Graf 9 - Celkové výsledky otázky číslo 1 sociální části .....	34
Graf 10 - Dílčí výsledky otázky číslo 2 sociální části .....	35
Graf 11 - Celkové výsledky otázky číslo 2 sociální části .....	35
Graf 12 - Dílčí výsledky otázky číslo 3 sociální části .....	36
Graf 13 - Celkové výsledky otázky číslo 3 sociální části .....	36
Graf 14 - Dílčí výsledky otázky číslo 4 sociální části .....	37
Graf 15 - Celkové výsledky otázky číslo 4 sociální části .....	37
Graf 16 - Dílčí výsledky otázky číslo 1 osobnostní části.....	38

Graf 17 - Celkové výsledky otázky číslo 1 osobnostní části.....	38
Graf 18 - Dílčí výsledky otázky číslo 2 osobnostní části.....	39
Graf 19 - Celkové výsledky otázky číslo 2 osobnostní části.....	39
Graf 20 - Dílčí výsledky otázky číslo 3 osobnostní části.....	40
Graf 21 - Celkové výsledky otázky číslo 3 osobnostní části.....	40
Graf 22 - Celkové výsledky otázky číslo 4 osobnostní části.....	41
Graf 23 - Dílčí výsledky otázky číslo 1 doplňující části .....	42
Graf 24 - Celkové výsledky otázky číslo 1 doplňující části .....	42
Graf 25 - Dílčí výsledky otázky číslo 2 doplňující části .....	43
Graf 26 - Celkové výsledky otázky číslo 2 doplňující části .....	43
Graf 27 - Dílčí výsledky otázky číslo 3 doplňující části .....	44
Graf 28 - Celkové výsledky otázky číslo 3 doplňující části .....	44

# **Přílohy**

Příloha č. 1 - Výzkumný dotazník

Příloha č. 2 - Souhrnné výsledky dotazníkového šetření





---

## Osobnostní část

---

1. A teď zase trošku o tobě. Stalo se, že u tebe některá z aktivit vyvolala strach nebo pocit tísně?

**Ano**                      **Spíše ano**                      **Neutrální**                      **Spíše ne**                      **Ne**

2. Pociťoval/a jsi v novém třídním kolektivu v určitých chvílích napětí či eskalaci vztahů do negativních rovin (vulgární či jiné napadání)?

**Ano**                      **Spíše ano**                      **Neutrální**                      **Spíše ne**                      **Ne**

3. Jaké byly tvé pocity z nových žáků a obecně třídního kolektivu, který jsi měl/a šanci na AK lépe poznat?

**Kladné**                      **Spíše kladné**                      **Neutrální**                      **Spíše záporné**                      **Záporné**

4. Kdyby byl tvůj tým jako lidské tělo, jakou částí z nabízených možností bys byl/a?

**Hlava**

**Srdce**

**Ruce**

---

## Doplňující část

---

1. Už jsi skoro u konce! Jak bys ohodnotil sám sebe a svoji účast na AK? (1 – nejlepší, 5 – nejhorší)

**1**                      **2**                      **3**                      **4**                      **5**

2. A teď zkus ohodnotit z pohledu náplně a aktivit váš AK. (1 – nejlepší, 5 – nejhorší)

**1**                      **2**                      **3**                      **4**                      **5**

3. Jak vidíš AK z odstupem času - byl pro rozvoj třídního kolektivu kladným přínosem?

**Ano**                      **Spíše ano**                      **Neutrální**                      **Spíše ne**                      **Ne**

## 2. Souhrnné výsledky dotazníkového šetření

<b>Motorická část ot.č.1</b>					
	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>
<i>SPŠ</i>	19	18	10	2	1
<i>OA</i>	19	21	9	1	0
<i>SZŠ</i>	10	11	15	11	3
Celkem	48	50	34	14	4
<b>Motorická část ot.č.2</b>					
	<i>Ano</i>	<i>Spíše ano</i>	<i>Neutrální</i>	<i>Spíše ne</i>	<i>Ne</i>
<i>SPŠ</i>	2	4	6	16	22
<i>OA</i>	0	0	14	19	17
<i>SZŠ</i>	1	5	16	16	12
Celkem	3	9	36	51	51
<b>Motorická část ot.č.3</b>					
	<i>Hrubá m.</i>	<i>Jemná m.</i>			
<i>SPŠ</i>	42	8			
<i>OA</i>	37	13			
<i>SZŠ</i>	21	29			
Celkem	100	50			
<b>Motorická část ot.č.4</b>					
	<i>Ano</i>	<i>Spíše ano</i>	<i>Neutrální</i>	<i>Spíše ne</i>	<i>Ne</i>
<i>SPŠ</i>	8	11	16	7	8
<i>OA</i>	9	5	16	14	6
<i>SZŠ</i>	7	16	14	11	2
Celkem	24	32	46	32	16
<b>Sociální část ot.č.1</b>					
	<i>Ano</i>	<i>Spíše ano</i>	<i>Neutrální</i>	<i>Spíše ne</i>	<i>Ne</i>
<i>SPŠ</i>	16	22	12	0	0
<i>OA</i>	12	17	14	7	0
<i>SZŠ</i>	11	24	11	4	0
Celkem	39	63	37	11	0
<b>Sociální část ot.č.2</b>					
	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>
<i>SPŠ</i>	3	19	20	7	1
<i>OA</i>	8	32	10	0	0
<i>SZŠ</i>	11	26	12	1	0
Celkem	22	77	42	8	1

<b>Sociální část ot.č.3</b>					
	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>
<i>SPŠ</i>	6	23	17	3	1
<i>OA</i>	13	26	11	0	0
<i>SZŠ</i>	11	25	13	1	0
Celkem	30	74	41	4	1
<b>Sociální část ot.č.4</b>					
	<i>Ano</i>	<i>Spíše ano</i>	<i>Neutrální</i>	<i>Spíše ne</i>	<i>Ne</i>
<i>SPŠ</i>	7	20	14	7	2
<i>OA</i>	12	22	15	1	0
<i>SZŠ</i>	9	19	19	2	1
Celkem	28	61	48	10	3
<b>Osobnostní část ot.č.1</b>					
	<i>Ano</i>	<i>Spíše ano</i>	<i>Neutrální</i>	<i>Spíše ne</i>	<i>Ne</i>
<i>SPŠ</i>	1	0	2	11	36
<i>OA</i>	6	5	3	15	21
<i>SZŠ</i>	2	1	7	25	15
Celkem	9	6	12	51	72
<b>Osobnostní část ot.č.2</b>					
	<i>Ano</i>	<i>Spíše ano</i>	<i>Neutrální</i>	<i>Spíše ne</i>	<i>Ne</i>
<i>SPŠ</i>	4	9	12	13	12
<i>OA</i>	4	3	9	15	19
<i>SZŠ</i>	5	4	8	11	22
Celkem	13	16	29	39	53
<b>Osobnostní část ot.č.3</b>					
	<i>Kladné</i>	<i>Spíše kladné</i>	<i>Neutrální</i>	<i>Spíše záporné</i>	<i>Záporné</i>
<i>SPŠ</i>	7	29	10	3	1
<i>OA</i>	17	24	4	1	0
<i>SZŠ</i>	19	21	9	1	0
Celkem	43	74	23	5	1
<b>Osobnostní část ot.č.4</b>					
	<i>Hlava</i>	<i>Srdce</i>	<i>Ruce</i>		
<i>SPŠ</i>	15	6	29		
<i>OA</i>	10	28	12		
<i>SZŠ</i>	6	27	17		
Celkem	31	61	58		

<b>Doplňující část ot.č.1</b>					
	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>
<i>SPŠ</i>	6	29	15	0	0
<i>OA</i>	12	28	7	3	0
<i>SZŠ</i>	9	29	10	2	0
Celkem	27	86	32	5	0
<b>Doplňující část ot.č.2</b>					
	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>
<i>SPŠ</i>	7	26	12	4	1
<i>OA</i>	9	29	10	2	0
<i>SZŠ</i>	15	24	9	1	1
Celkem	31	79	31	7	2
<b>Doplňující část ot.č.3</b>					
	<i>Ano</i>	<i>Spíše ano</i>	<i>Neutrální</i>	<i>Spíše ne</i>	<i>Ne</i>
<i>SPŠ</i>	13	20	12	2	3
<i>OA</i>	15	22	8	4	1
<i>SZŠ</i>	12	19	15	2	2
Celkem	40	61	35	8	6



UNIVERZITA HRADEC KRÁLOVÉ

Fakulta informatiky a managementu

Rokitanského 62, 500 03 Hradec Králové, tel: 493 331 111, fax: 493 332 235

## Zadání k závěrečné práci

Jméno a příjmení studenta:

**Jaroslav Holub**

Obor studia:

Sportovní management

Jméno a příjmení vedoucího práce:

**Pavčina Chaloupská**

Název práce:

**Srovnání adaptačních kurzů středních škol**

Název práce v AJ:

Comparison of secondary school's adaptation courses

Podtitul práce:

Podtitul práce v AJ:

Cíl práce: Cílem je srovnání adaptačních kurzů hradeckých středních škol a sledování jejich vlivu na žáky.

Osnova práce:

1. Úvod
1. Cíle
2. Metodologie
3. Teoretická část
  - 3.1 Charakteristika adaptačních kurzů
  - 3.2 Charakteristika cílové skupiny
4. Praktická část
  - 4.1 Výsledky dotazníkového šetření žáků
  - 4.2 Výsledky dotazníkového šetření učitelů
6. Závěr
  - 6.1 Výsledky
  - 6.2 Diskuze
7. Použitá literatura

Projednáno dne: 15.10.2014

Podpis studenta

Podpis vedoucího práce