

Univerzita Hradec Králové
Pedagogická fakulta
Katedra pedagogiky a psychologie



Volnočasové aktivity středoškoláků se zaměřením na sportovní aktivity

Bakalářská práce

Autor: Petr Martinek
Studijní program: B 7507 – Specializace v pedagogice
Studijní obor: Učitelství praktického vyučování
Vedoucí práce: PhDr. Přemysl Štindl
Oponent práce: Mgr. Irena Loudová Ph.D.



Zadání bakalářské práce

Autor: Petr Martinek

Studium: P16K0217

Studijní program: B7507 Specializace v pedagogice

Studijní obor: Učitelství praktického vyučování

Název bakalářské práce: **Volnočasové aktivity středoškoláků se zaměřením na sportovní aktivity.**

Název bakalářské práce AJ: Leisure activities of high school students focusing on sports activities.

Cíl, metody, literatura, předpoklady:

Závěrečná práce se zabývá vybranými oblastmi pedagogiky volného času. V teoretické části popisuje problematiku volného času žáků střední školy, jejich volnočasových aktivit a volnočasových institucí, ve kterých se tyto aktivity uskutečňují. Z volnočasových aktivit je kladen důraz na ty se sportovním zaměřením. Praktická část práce se věnuje průzkumu volnočasových sportovních aktivit středoškoláků.

BENDL, Stanislav. Vychovatelství: učebnice teoretických základů oboru. Praha: Grada, 2015. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-4248-9. FREEMAN, Joan. Volnočasové aktivity pro nadané a talentované u nás a ve světě. Praha: NIDM MŠMT, 2009. ISBN 978-80-86784-83-0. HÁJEK, Bedřich, Břetislav HOFBAUER a Jiřina PÁVKOVÁ. Pedagogické ovlivňování volného času: trendy pedagogiky volného času. Vyd. 2., aktualiz. [i.e. 3. vyd.]. Praha: Portál, 2011. HOFBAUER, Břetislav. Děti, mládež a volný čas. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-927-5. PÁVKOVÁ, Jiřina. Pedagogika volného času. V Praze: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2014. ISBN 978-80-7290-666-6. SPOUSTA, Vladimír, Jarmila FALTÝSKOVÁ, Martina HŘEBÍČKOVÁ, Dana KNOTOVÁ a Evžen ŘEHULKA. Kapitoly z pedagogiky volného času. Brno: Masarykova univerzita v Brně, c1996. ISBN 80-210-1274-9.

Anotace:

Závěrečná práce se zabývá vybranými oblastmi pedagogiky volného času. V teoretické části popisuje problematiku volného času žáků střední školy, jejich volnočasových aktivit a volnočasových institucí, ve kterých se tyto aktivity uskutečňují. Z volnočasových aktivit je kladen důraz na ty se sportovním zaměřením. Praktická část práce se věnuje průzkumu volnočasových sportovních aktivit středoškoláků.

Garantující pracoviště: Katedra pedagogiky a psychologie, Pedagogická fakulta

Vedoucí práce: PhDr. Přemysl Štindl

Oponent: Mgr. Irena Loudová, Ph.D.

Datum zadání závěrečné práce: 11.2.2015

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem tuto bakalářskou práci vypracoval pod vedením vedoucího bakalářské práce samostatně a uvedl jsem všechny použité prameny a literaturu.

V Hradci Králové dne 21. dubna 2019

Petr Martinek

Poděkování

Děkuji vedoucímu bakalářské práce panu PhDr. Přemyslu Štindlovi za cenné rady a připomínky.

Anotace

MARTINEK, PETR. *Volnočasové aktivity středoškoláků se zaměřením na sportovní aktivity*. Hradec Králové: Pedagogická fakulta Univerzity Hradec Králové, 2019. 50 s. Bakalářská práce.

Závěrečná práce se zabývá vybranými oblastmi pedagogiky volného času. V teoretické části popisuje problematiku volného času žáků střední školy, jejich volnočasových aktivit a volnočasových institucí, ve kterých se tyto aktivity uskutečňují. Z volnočasových aktivit je kladen důraz na ty se sportovním zaměřením. Praktická část práce se věnuje průzkumu volnočasových sportovních aktivit středoškoláků.

Klíčová slova: žák, mládež, pedagogika, výchova, volný čas

Annotation

MARTINEK, PETR. *Leisure activities of high school students focusing on sports activities.*

Hradec Králové: Pedagogical Faculty of Hradec Králové University, 2019. 50 pages.
Bachelor thesis.

The final thesis deals with selected areas of leisure time pedagogy. The theoretical part describes the problems of leisure time of pupils from secondary school, their leisure activities and leisure institutions in which these activities take place. Leisure activities focus on those who are sports oriented. The practical part of the thesis deals with the research of leisure time activities of high school students.

Keywords: pupil, youths, pedagogy, education, free time

Obsah

1	Úvod.....	9
2	Cíle a předpoklady práce.....	10
3	Metodika práce.....	11
4	Pedagogika volného času a výchova ve volném čase	12
4.1	Volný čas	13
4.1.1	Mládež a volný čas	14
4.2	Výchova žáků středních škol ve volném čase	15
4.2.1	Cíle výchovy ve volném čase	15
4.2.2	Prostředky výchovy ve volném čase	16
4.2.3	Funkce výchovy ve volném čase.....	16
4.2.4	Trendy ve výchově dětí a mladistvých ve volném čase	17
5	Subjekty podílející se na výchově ve volném čase.....	20
5.1	Rodina.....	20
5.2	Škola	20
5.3	Školská výchovná zařízení	21
5.3.1	Školská výchovná zařízení pro zájmové vzdělávání	21
5.3.2	Školská výchovná a ubytovací zařízení	23
5.3.3	Školská zařízení pro ústavní a ochrannou výchovu	23
5.4	Volnočasové instituce nestátního charakteru	25
5.4.1	Junák.....	25
5.4.2	Pionýr	26
5.4.3	Sportovní kluby	26
5.4.4	Nízkoprahové zařízení.....	26
6	Výchovné a vzdělávací činnosti v době mimo vyučování	27
6.1	Odpočinkové a rekreační činnosti ve výchově mimo vyučování	27
6.2	Zájmové činnosti jako součást výchovy mimo vyučování	27

6.2.1	Společenskovědní zájmové činnosti.....	27
6.2.2	Pracovně-technické zájmové činnosti	28
6.2.3	Přírodovědně-ekologické zájmové činnosti	28
6.2.4	Esteticko-výchovné zájmové činnosti	28
6.2.5	Tělovýchovné, sportovní a turistické zájmové činnosti	28
6.3	Sebeobslužné činnosti ve výchově mimo vyučování	29
6.4	Příprava na vyučování ve výchově mimo vyučování	29
6.5	Volnočasové aktivity se zaměřením na sportovní činnosti	30
6.5.1	Obsah tělesné výchovy ve volném čase	31
6.5.2	Formy tělesné výchovy ve volném čase.....	31
7	Výzkumné šetření	34
7.1	Definování výzkumného problému	34
7.2	Cíl výzkumu	34
7.3	Definování hypotéz.....	34
7.4	Anketní šetření.....	35
7.4.1	Výsledky šetření a hypotéz	36
8	Shrnutí a diskuze výsledků	42
9	Závěr	44
	Seznam grafů.....	49
	Seznam tabulek	49
	Přílohy	50

1 Úvod

Pohyb je pro lidského jedince velmi důležitý. Má blahodárný vliv na psychiku i na fyzickou kondici člověka. Nemluvě o tom, že také slouží jako prevence různých zdravotních problémů. Pohyb byl již od samotného počátku lidstva součástí životního cyklu. Současná doba však přispívá k jeho omezování. Stres, shon, čas strávený u počítačů a tabletů vedou k tomu, že se pravidelný pohyb vytrácí z každodenního života jedinců. U dětí je situace o to horší, že ho potřebují ke správnému a zdravému vývoji. Avšak právě u nich dochází k úbytku tělesné aktivity. Je důležité vést děti k pohybu, ale často podněty nepřicházejí ze strany rodičů, proto by měly mít děti možnost pohybu ve škole. Nejvhodnější je však zařadit pohyb do volnočasových aktivit dětí. A právě o nich pojednává tato bakalářská práce.

Práce začíná kapitolou zabývající se pedagogikou volného času a výchovou ve volném čase dále pokračuje oddílem věnující se subjektům podílejících se na výchově ve volném čase a kapitolou výchovné a vzdělávací činnosti v době mimo vyučování. Empirická část bakalářské práce věnuje prostor výzkumnému šetření, které se zaměřuje na průzkum volnočasových aktivit se zaměřením na ty sportovní.

Téma jsem vybral pro jeho aktuálnost a zaměření na sport. Sport je totiž pro člověka velmi potřebný a pro děti nejvíce. Navíc je potřeba upozornit na rozsáhlý úbytek sportovních aktivit mládeže, se kterou by se mělo začít něco dělat. Počet obézních dětí přibývá a chuť dětí sportovat ubývá. Na tuto problematiku se zaměřila i Světová zdravotnická organizace, která dlouhodobě sleduje vývoj obézních dětí ve světě a mj. i v České republice. Podle jejích údajů z roku 2016 má 27,5 % dětí v České republice nadváhu a 9,7 % dětí je obézních. Každé sedmé dítě v České republice je obézní a 4 % z nich dokonce trpí monstrózní obezitou (Žára, 2019).

Společnost si dnes špatnou situaci dětí začíná uvědomovat a hledá řešení. Jak však děti přivést a udržet u sportu? To je otázka, kterou si klade mnoho rodičů. Ideální přitom je, aby se sport stal pravidelnou volnočasovou aktivitou. V této bakalářské práci, která se volnočasovými aktivitami zabývá, bude řečeno hned několik možností, jak děti ke sportu přivést nebo do jakého sdružení či kroužku je možné je přihlásit. Tyto snahy je však vhodné kombinovat s rodinnou účastí. Děti je ke sportu nutno vést a rodiče jsou nejlepším příkladem.

2 Cíle a předpoklady práce

Cílem bakalářské práce je zjistit aktuální volnočasovou náplň středoškoláků se zaměřením na aktivity sportovní. Cílem výzkumné části je prostřednictvím průzkumu získat aktuální poznatky o volnočasových aktivitách středoškoláků s bližším zaměřením na ty sportovní. Práce se snaží nalézt odpovědi na otázky typu Jaká je nejčastější volnočasová aktivita dětí a mládeže? Mají děti rády sport? Považují jej za důležitý?

Bakalářská práce nejenom, že přinese odpovědi na výše uvedené otázky, ale její zpracování napomůže zvýšit povědomí o problematice volného času mládeže a o jeho měnících se tendencích. Přitom volný čas u mládeže hraje významnou roli při pozitivní socializaci člověka. Je potřeba, aby společnost věděla, že zabezpečit kvalitní trávení volného času mládeže je důležitým úkolem. Rodiče se svou výchovnou funkcí nesmí zapomínat na koordinování volného času mladistvých.

Zodpovězení anketních otázek studenty přinese tíženou zpětnou vazbu od mladistvých. Zjistíme, jaké jsou jejich představy, názory a co nejčastěji ve volném čase dělají. S jejich zpětnou vazbou pak můžeme zvažovat, jaké kroky je potřeba učinit a na jakou oblast je potřeba se zaměřit.

Určité tendence v trávení volného času dětmi lze odhalit již nyní. Technickým pokrokem a vznikem nových zařízení jako jsou chytré mobilní telefony, tablety se zvyšuje jejich čas strávený ve virtuálním světě. Tento předpoklad také ověří anketní šetření, které je součástí této práce.

3 Metodika práce

Celkově lze popsat způsob zpracování tak, že se práce rozděluje na dvě části. Teoretickou a empirickou. Obě části se navzájem doplňují a mají svůj význam. Práce se pokouší poskytnout ucelený obraz o problematice volnočasových aktivit žáků.

Teoretická část práce vychází z literární rešerše problematiky volnočasových aktivit. V této části bylo využito primárních i sekundárních zdrojů. Za podstatné považuji především knižní publikace, ale využito bylo také internetových zdrojů.

Praktická část bakalářské práce je tvořena anketním průzkumem. U tohoto průzkumu bylo vycházeno z postupu, který měl čtyři fáze. Za první fázi je označována informační příprava. Zahrnuje v sobě studium zdrojů, konzultace různého charakteru a vyhledávání informací potřebných k napsání práce. Osobně jsem využil všech těchto možností informační přípravy. Druhá fáze, je fáze projektování. Vymezuje se výzkumné pole a výzkumný problém. V této části jsem si určil jako výzkumné pole volnočasové sportovní aktivity a jako výzkumný problém nedostatečnou sportovní aktivitu středoškoláků. Tyto informace bylo potřeba stanovit ještě před započítím práce. Třetí fáze, realizace výzkumu, sběr a zpracování údajů nám říká, jakým způsobem proběhl sběr dat, jak byly zpracovány údaje. Uvedená fáze bude dále bližší definována, avšak mohu říci, že sběr dat proběhl ve školní třídě a údaje byly zpracovány slovně, formou tabulky i grafem. Poslední, čtvrtou fází, je zhodnocení výsledků a využití výstupů. V této oblasti je prostor věnován interpretaci výsledků, výstupům výzkumu i závěrům výzkumu. Informace budou sděleny v podkapitole výsledky šetření.

Anketní průzkum byl konán na Obchodní akademii, Střední odborné škole a Jazykové škole s právem státní jazykové zkoušky v Hradci Králové u žáků prvního, druhého, třetího i čtvrtého ročníku. Z každého ročníku byla vybrána jedna třída. V rámci výzkumného šetření byly stanoveny také dvě hypotézy.

H1: Rozdíl mezi sportovními volnočasovými aktivitami dívek a chlapců vybrané střední školy není větší než 10%.

H2: Žáci prvního ročníku vybrané střední školy mají o 25 % více sportovních volnočasových aktivit než žáci čtvrtého ročníku stejné střední školy.

Verifikace hypotéz je rozepsána v empirické části bakalářské práce.

Teoretická část

4 Pedagogika volného času a výchova ve volném čase

V průběhu historie rostl postupně význam volného času. Můžeme hovořit o tom, že postupně pronikl do každé domácnosti a do každé rodiny. Volný čas je časem, kdy se každý člověk může rozhodovat sám za sebe. S tím však přichází i problém správně užitého volného času. Riziko jeho nesprávného strávení je velké, pokud k tomu osoba není připravena a není k trávení volného času správně vedena. To vše však bylo objeveno a potvrzeno až po mnohaletém sledování vývoje volného času.

Pedagogika volného času se může zdát jako moderní záležitost, ale není tomu tak. Počátky nalezneme již ve druhé polovině 19. století. Její vývoj se odlišoval podle výchovné praxe jednotlivých zemí. V Evropě můžeme charakterizovat dva základní výchovné bloky a to západní a východní. Jejich rozdílnost spočívá v tom, že v západních zemích vykazovaly činnost různé instituce, což způsobilo jejich pestrost. Zřizovatelé byly jak stát, tak soukromé subjekty. Východní země upřednostňovaly jednotu systému, instituce byly v drtivé většině v rukou státu. Ani v současné době nemůžeme říci, že by byl uplatňován pouze jeden systém. Pracuje se v určité kombinaci obou, která si z každého ponechá to nejlepší a to využije (Bendl, 2015, s. 119).

Jak uvádí autor článku Hofbauer (2003, s. 152) „*volný čas přinesl ve 20. století do života evropské společnosti a každého jejího příslušníka zásadní změny: podstatně rozšířil svůj rozsah a dosah, diferencoval funkce a cíle, obsah i metody činnosti, vytvořil zcela nové typy a soustavy struktur a institucí, přes přetrvávající rozdíly mezi jednotlivými zeměmi a regiony pro uskutečňování svých aktivit získal a dále získává podstatně lepší společenské a personální, organizační i hmotné podmínky.*“

Pedagogika volného času je sice malý, ale samostatný vědní obor, který řadíme mezi společenské vědy. V jeho obsahu nalezneme jak teoretické východiska, tak i metodické postupy a praktická doporučení. Pedagogika volného času může být popisována různými definicemi. Zpravidla však mají stejný charakter. Jansa (2012, s 204) pedagogiku volného času popisuje takto: „*Pedagogika volného je pedagogická disciplína zabývající se výchovnými a vzdělávacími (edukačními) prostředky, jež napomáhají autonomnímu a smysluplnému využívání volného času dětí i dospělých.*“ Hájek (2011, s. 14)

se k pedagogice volného času vyjadřuje takto: „*Pedagogika volného času se zabývá pojetím a cíli, obsahem a způsoby výchovného zhodnocování volného času, organizací a institucemi, které tyto aktivity uskutečňují nebo pro ně vytvářejí podmínky a koncepcemi jeho dalšího vývoje propracovávanými na základě vývoje společnosti a oboru samého.*“ Obě definice vystihují pedagogiku volného času smysluplně a pravdivě, přitom jsou jejich textové prostředky odlišné.

Pedagogika volného času se neustále vyvíjí a při svém vývoji spolupracuje s jinými vědními obory. Jedná se především o další pedagogické obory, jako je např. pedagogika obecná, pedagogika speciální, didaktika i pedagogika sociální. Další důležité vědní obory jsou také z oblasti psychologie, sociologie i filozofie. Každý samostatný vědní obor a tedy i pedagogika volného času má svou terminologii. Důležitým pojmem je volný čas a jemu se bude věnovat následující kapitola (Bendl, 2015, s. 119).

4.1 Volný čas

Pod tímto pojmem nalezneme označení denní oblasti, kdy člověk nevykonává žádnou činnost. Pojmem volný čas můžeme vysvětlit i časový úsek, kdy se dítě či dospělý může věnovat svým oblíbeným činnostem, protože ty studijní (u dítěte) či pracovní (u dospělého jedince) již byly splněny. Volný čas však můžeme mít spojený i s odpočinkem či zábavou.

Volný čas lze považovat za systém aktivit, který je však velmi dynamický a neustálý. Může být pro člověka nadějný, ale také rizikový. Za hlavní poslání volného času jsou považovány odpočinek, zábava a rozvoj osobnosti. Odpočinek je důležitý pro regeneraci pracovní síly. Zábava zase napomáhá regeneraci duševních sil a rozvoj osobnosti má podíl na spoluúčasti k vytváření kultury (Hofbauer, 2004, s. 11-13).

K lepšímu pochopení pojmu volný čas poslouží také definování jeho opaku. Opakem volného času je doba pracovní či studijní, čili doba, ve které si děti či dospělí plní své povinnosti. Za povinnost považujeme činnost, která musí být vykonána, ať jedinec chce nebo nechce. Děťmi je za tuto dobu považována doba vyučování a u dospělého doba pracovní. Je však vhodné říci, že existují i takové oblasti, ve kterých se oblast volného času mísí s dobou pracovní např. zahradničení (Pávková, 2014, s. 12).

4.1.1 Mládež a volný čas

Celkový denní čas dětí a mládeže můžeme rozdělit do tří hlavních časových bloků. První časový blok patří závazným činnostem, tedy především školnímu vyučování. Druhý časový blok je složen ze tří okruhů aktivit. První okruh patří školním činnostem jako např. přípravě na školní vyučování atd. Jako druhý okruh můžeme označit činnosti biologické existence, jako je např. spánek či hygiena. Poslední, třetí okruh, je vymezen společenskou existencí. Pod tímto pojmem si můžeme představit působení jedince v rámci rodiny a domácnosti, ale i návštěvy příbuzných. Třetí a poslední časový blok patří oblasti volného času. Ten patří především oddechu, rekreaci či zájmovým aktivitám (Vyhnálková, 2013, s. 23).

Volný čas dětí a mládeže má několik specifíků. Jako první z nich můžeme uvést potřebu pedagogického ovlivňování. Mladý jedinec potřebuje být z výchovných důvodů ovlivňován, jelikož ještě nemá tolik zkušeností a neumí se ještě v problematice volnočasových aktivit přehledně orientovat. Vedení však musí být nenásilné a účast na aktivitách dobrovolná, jinak je účinnost minimální. Ovlivňování by mělo být přizpůsobeno věku dítěte, jeho vyspělosti mentální a sociální. Dalším specifíkem volného času dětí a mládeže je jeho rozsah. V drtivé většině případů jsou děti a mladiství vybaveni větším prostorem pro volný čas než dospělí. Některé děti ho mají dokonce i nadbytek. Znamé jsou ale i případy dětí, které mají volného času nedostatek. Jako specifíkem volného času dětí a mládeže se označuje také obsah volného času. Jeho zvláštnost je daná určením pro mladý věk dětí a mladistvých. Jejich volnočasové aktivity jsou totiž na rozdíl od těch dospělých pestřejší a rozmanitější (Hájek, 2011, s. 68).

Jako poslední specifíkem uvádí Hájek (2011, s. 68) míru samostatnosti. Ta je s přibývajícím věkem čím dál větší, jelikož starší dítě je schopno si svůj volný čas čím dál lépe organizovat. U dospělých jedinců je předpokládána naprostá samostatnost ve volném čase. Je důležité, aby bylo volnému času dětí věnováno hodně prostoru a pozornosti. Hájek (2011, s. 8) navíc tvrdí, že volný čas pro děti znamená „*dlouhodobou perspektivu života a výchovy, způsob i šanci na jejich rozvoj a seberealizaci.*“

4.2 Výchova žáků středních škol ve volném čase

V rámci pedagogiky volného času je vymezen i pojem výchova ve volném čase. Hofbauer (2004, s. 18) definuje výchovu ve volném čase tímto způsobem: „*Sem patří veškeré působení v časovém prostoru, který neslouží realizaci základních biologických potřeb ani školních nebo pracovních povinností. Dobrovolnost účasti na volnočasové činnosti umožňuje do výchovného procesu včleňovat samy děti a mladé lidi jako jeho aktivního činitele a vytvářet tak nové možnosti a specifické způsoby jejich formování.*“

O výchově ve volném čase můžeme také říci, že se vztahuje k vlastnímu obsahu volného času a k organizaci činností i vedení zájmového útvaru. Výchovné působení a zdůrazňování podmínek výchovy jsou nedílnou součástí výchovy ve volném čase. Výchovu ve volném čase řadíme mezi neformální výchovu (Jurtíková, 2011, s. 15).

Neformální výchovou rozumíme cílenou a strukturovanou aktivitu, která však stojí mimo výchovný systém. Neformální výchova vychází z dobrovolné činnosti mladistvého. V drtivé většině případů se uskutečňuje mimo školní vzdělávací zařízení či v jiném odborném zařízení (Hofbauer, 2004, s. 19).

Ve výkladovém slovníku pedagogiky od Koláře (2012, s. 162) se o výchově ve volném čase hovoří jako o sebevýchově. Je zde jasně definováno, že záleží na rozhodování mladého člověka, jakým činnostem se bude ve volném čase věnovat, jak kvalitně bude tyto činnosti vykonávat a tím pádem i jako pozitivně formativní hodnotu budou jeho aktivity mít. Kolář také zdůrazňuje, že záleží na zájmech, hodnotových orientacích, předchozích společných aktivitách s dospělými při rozhodování mladistvého o volném čase. Jeho volba se tedy dá považovat za ovlivnitelnou.

4.2.1 Cíle výchovy ve volném čase

Výchova, ať už školní nebo ta ve volném čase je cílevědomá lidská činnost a jako taková má definované své cíle. Cíl výchovy nalezneme u všech forem výchovného působení stejný. Jedná se o přípravu jedince na život. Příprava by měla být uskutečněna hned v několika oblastech. A to v tělesné, duševní i sociální. Jedinec by měl být výchovně ovlivňován v rovině rozumu, citu i vůle. Pro výchovu je podstatné, aby jedinec získal nejenom potřebné znalosti a vědomosti, ale také dovednosti, postoje a hodnoty. Toto je obecný cíl výchovy, v jehož smyslu funguje i výchova ve volném čase (Vyhnálková, 2013, s. 41).

„Obecným cílem výchovy ve volném čase je naučit jedince hospodařit s volným časem, rozumně ho využívat a oceňovat volný čas jako významnou životní hodnotu“ (Bendl, 2015, s. 124).

Výše uvedený obecný cíl však můžeme rozdělit do menších, dílčích cílů. Mezi tyto dílčí cíle lze zařadit snahu naučit děti a mladistvé odpočívat, rozvíjet zájmy dětí a mladistvých, vést je k celoživotnímu vzdělávání, umět si vybrat z různých variant rekreace tu správnou, umět uspokojit potřeby tak, aby z toho mělo dítě či mladistvý prospěch (Bendl, 2015, s. 124).

Tyto dílčí cíle jsou však stále obecně zaměřeny. Chceme-li získat přesnější a jasnější cíle, musíme sledovat jednotlivé volnočasové aktivity a jejich specifické cíle.

4.2.2 Prostředky výchovy ve volném čase

K dosahování výše uvedených cílů potřebujeme určité výchovné prostředky. Tento pojem může být definován různě, avšak nejčastěji se jedná o předměty a jevy, který vychovávající využívá k dosažení stanovených cílů. Blíže můžeme jako prostředky výchovy ve volném čase chápat výchovné subjekty, obsah výchovy, výchovné metody a formy, materiální prostředky i výchovné využívání mimovýchovných vlivů (Bendl, 2015, s. 125).

Výchovnými subjekty rozumíme např. rodinu, školu či mimoškolní organizace. Obsah výchovy je vymezen danou činností, proto se může lišit dle zvolené mimoškolní činnosti. Výchovné metody a formy můžeme pokládat za způsoby, kterými lze dosahovat vytyčených cílů. Materiální prostředky jsou opět vymezeny danou činností a mají materiální charakter. Pedagogové často využívají i mimovýchovných vlivů. Těmi rozumíme neplánované či nečekané situace (Bendl, 2015, s. 127).

4.2.3 Funkce výchovy ve volném čase

Výchova ve volném čase má specifické funkce mezi, které řadíme funkci výchovně-vzdělávací, zdravotní, sociální a preventivní. Tyto funkce jsou plněny jednotlivými organizacemi, které zabezpečují pedagogiku volného času. Míra plnění může být odlišná (Hájek, 2011, s. 72).

Z historického vývoje lze zjistit, že se význam funkcí ve výchově volného času měnil. Pro první instituce, které vznikaly pro potřebu pečovat o děti mimo školní výuku, byla nejdůležitější sociální a preventivní funkce. Děti stačilo pohlídat, poskytnout jim určitý azyl a zaměstnat je určitou činností. S postupem času se ovšem zjistilo, že na děti má pozitivní vliv cílené působení na osobnost. Z toho důvodu se začala ve funkcích výchovy upřednostňovat

i funkce výchovná nebo výchovně-vzdělávací. Na jiném podílu funkcí však byla postavena volnočasová aktivita dospělých (Hájek, 2011, s. 72).

„V současné době se za prioritní považuje funkce výchovně-vzdělávací. Je na ni kladen zvláště velký důraz. Jednotlivé druhy zařízení a institucí pro výchovu mimo vyučování, ve volném čase se na plnění této funkce podílejí podle legislativně vymezeného poslání a specifických možností“ (Hájek, 2011, s. 72).

Důraz je kladen na záměrné a cílevědomé formování osobnosti dítěte či mladistvého a na dosahování cílů pomocí zvolených pedagogických prostředků. Výchova ve volném čase dokáže působit ve smyslu uspokojení, ale také kultivování, usměrňování či rozšiřování a prohlubování. V neposlední řadě nesmíme opomenout ani objevování (Hájek, 2011, s. 72).

Funkce zdravotní má přinášet usměrňování režimu dne, vedení k pohybovým aktivitám či k relaxaci. Důležitým bodem je také duševní rozvoj jedince. Sociální funkce se zaměřuje na nauku a podporu sociálních vztahů (kamarádství aj.). Pomáhá také v oblasti řešení konfliktů, kde se zaměřuje na rozvoj komunikace s důrazem na asertivitu. Poslední funkce preventivní má své místo v oblasti prevence rizikového chování. Zde můžeme zařadit násilí, šikanu, ale i alkoholismus či drogovou závislost. Pedagog tak posiluje sebeuvědomění žáka.

4.2.4 Trendy ve výchově dětí a mladistvých ve volném čase

Trendy ve výchově dětí a mladistvých ve volném čase se mění stejně tak, jako se mění výchova žáků celkově. Výchova ve volném čase se vždy přizpůsobovala především aktuální sociální situaci.

V současné době se preferuje skupinová forma práce. Taková to skupina by měla mít kolem 20 osob. Menší skupiny jsou preferovány kvůli lepšímu poznávání, komunikaci i kvůli ovlivňování. Velkou výhodou těchto skupin je možnost individuálního působení na jedince. Větší skupiny jedinců se doporučují spíše jako příležitostné aktivity (Pávková, 2014, s. 113).

„Za jeden ze současných trendů je také možné považovat vytváření různorodých, heterogenních výchovných skupin. Většinou se tím rozumí různorodost ve vztahu k pohlaví (chlapci i dívky) a z věkového hlediska (mladší i starší děti, dospělí)“ (Pávková, 2014, s. 113).

Heterogenní skupiny pokládáme za přirozené ve velkém množství volnočasových aktivit, ale najdou se také některé, kde je toto rozdělení zcela nevhodné. Jedná se například o sporty, kde je možné sportovat i na vyšší úrovni.

Další trend, který můžeme uvést, je snaha o integraci postižených jedinců mezi běžnou populací. Tento trend se projevuje i u povinného školního vzdělávání. Můžeme však říci, že integrace postižených jedinců v rámci volnočasových aktivit je považována za méně obtížné.

Za další trend ve výchově dětí a mladistvých ve volném čase považujeme i snahu o rozšíření nabídky prožívání volného času. Pestrost subjektů, které v současnosti nabízejí volnočasové aktivity je velká. Pokud má jedinec dostatek informací, lze předpokládat, že si zaručeně vybere. Co se týče spolupráce jednotlivých subjektů, vždy je lepší kdy si navzájem vycházejí vstříc a nesoupeří mezi sebou. Za žádoucí je považován také vznik nových subjektů (Pávková, 2014, s. 115).

„V současné době je významný zvýšený zájem dětí o nabídku spontánních aktivit a klesající poptávka po organizovaných, pravidelných volnočasových činnostech“ (Pávková, 2014, s. 115). Tento moderní trend vychází vstříc dětem a mladistvým, kteří nemají zájem o pravidelný volnočasový program, ale spontánní aktivita jim vyhovuje. Výchovné působení se projevuje také u těchto dětí a mladistvých.

Co se týká trendů v oblasti výchovných postupů, musí být na prvním místě uvedena animace. Pokládá se za nedirektivní výchovný postup, kdy pedagog nabízí náměty činností, pomáhá řešit problémy, jde ostatním dětem příkladem. Animátor svou autoritu uplatňuje nenápadně. Dává prostor dětem, aby prosadili svou nápaditost, alel zároveň vymezuje pravidla chování. Pocit svobody, který je pro animaci vlastní, je pro děti a především mladistvé velmi důležitý. Výchovný styl se totiž stále více demokratizuje. Autoritativní styl je na ústupu. A to jak ve školách, tak v rodinách (Pávková, 2014, s. 116).

Současným trendem, který se uplatňuje v oblasti výchovy ve volném čase je i výchova zážitkem. Pro výchovu zážitkem je důležitá bezprostřední zkušenost a poznání. Tato zkušenost a poznání by měla být uskutečněna smyslem ne slovy. Pro děti a mladistvé je podstatné objevování nových schopností, protože je to pro ně velkým výchovným zážitkem.

Čím dál více se v posledních letech prosazuje i výchova ve volném čase v terénu. Podstatou této práce je kontaktovat děti či mládež v jejich přirozeném prostředí. Skupiny, které se v takovém případě vytvářejí, jsou neformální. Jedná se například o party, herní či jiné skupiny. Tento styl výchovy se hodí především pro jedince, kteří nemají zájem o pravidelné volnočasové aktivity, které jsou provozovány organizovanou formou. Streetworkeři, jak

se říká terénním pracovníkům, kteří nabízejí tento způsob trávení volného času, pracují velmi často s dětmi či mladistvými, kteří jsou ohroženi sociálně patologickými jevy. Umí poskytovat pomoc při řešení obtížných životních situací, případně doporučit odbornou pomoc v poradnách (Pávková, 2014, s. 119).

„Z výchovných postupů se považují za žádoucí také společné aktivity rodičů nebo jiných dospělých osob a dětí.“ Možností jak propojit volný čas dětí a dospělých je velké množství. Jako příklad mohu uvést dny otevřených dveří, besídky, výlety atd. Je žádoucí a také velmi vhodné, aby dospělí uplatnili své dovednosti a ukázali je svým dětem. Děti tímto způsobem získají mnoho nových podnětů. Pro výchovu ve volném čase je také vhodná metoda a forma tvořivé dramatiky, globální či ekologické výchovy. V této tématice se nabízí celá řada her, průpravných cvičení, modelových situací, které dávají možnost rozvoje jednotlivých složek osobnosti zajímavým a přitažlivým způsobem (Pávková 2014, s. 120, 121).

5 Subjekty podílející se na výchově ve volném času

Subjekty podílející se na výchově ve volném času můžeme rozdělit podle různých klíčů. Pro účely této práce je uvedeno rozdělení na rodinu, školu, školská výchovná zařízení a volnočasové instituce.

5.1 Rodina

Rodina je subjekt, u kterého bychom měli náš výčet začít. S rodinou stráví jedinec nejvíce svého volného času. Děti z rodinné výchovy pochyty různé návyky a tak tomu je i u volného času. Rodina může ovlivnit, jaký návyk na trávení volného času bude dítě a později i mladistvý mít. Je pro něj vzorem. Je proto důležité naučit dítě jak s volným časem zacházet a jak ho naplňovat. Špatná výuka může vést v dospělosti k špatnému vývoji a v nejhorším případě až k totálnímu nezájmu o volnočasové aktivity (Ruiderová, 2016, s. 14).

Rodiče by měli dítě či mladistvého vést k tomu, že jeho čas má být rozdělen do pracovní části dne, kdy musí plnit své úkoly a odpočinkové části dne, kdy by se měl věnovat volnočasovým aktivitám. Velmi špatný vzor si děti mohou vzít, pokud jim rodiče ukážou, že volný čas se tráví nicneděláním, ale také pokud je rodič celý den v práci a na volnočasové aktivity mu již nezbývá čas.

5.2 Škola

Škola zabezpečuje především vzdělání dětí, z části se však zaměřuje i na výchovu ve volném čase. Její snahou je propojit výuku se zájmovou činností tak, aby to děti bavilo a lákalo. Podle nabídky volnočasových činností se mnozí rodiče i rozhodují, když vybírají pro své dítě základní či střední školu. Nabídka zájmových činností ve školách je v dnešní době velmi pestrá. Vopěnková (2011, s. 22) navíc tvrdí, že *„dobrovolná účast na volnočasových aktivitách školy vytváří prostor pro rozvoj individuálních předpokladů účastníků a jejich zájmového vzdělávání jako souhrnu jednorázových i pravidelných činností. Plní funkci vzdělávací a výchovnou, kulturní a sociálně-preventivní, zdravotní (regenerační a relaxační), oddechovou a kompenzační. Ve spolupráci s rodiči, institucemi volného času a obce rozvíjí a kultivuje zájmy a nadání a sociální vztahy“*.

Současné trendy stále více napomáhají tomu, aby čas na vzdělání a čas na volnočasové aktivity nebyl od sebe rozdělen, ale naopak aby se navzájem překrýval. Ne ve všech oblastech je to možné, ale v podmínkách základního nebo středoškolského vzdělávání je možné toho dosáhnout. Velmi vhodné je tento systém použít například ve výuce jazyků či výuce

počítačových dovedností. Proto jsou tyto kurzy velmi často školami nabízeny. Žáci si nejenom rozšiřují své znalosti, ale také se baví.

Škola v rámci svých volnočasových aktivit pomáhá odhalit nadání a talent žáků. Nadání může být dále rozvíjeno, jelikož se žákovi dostává důležitých podnětů. Prostřednictvím těchto školních volnočasových aktivit dochází k utváření pozitivního vztahu žáků k různým způsobům vzdělávání. To jim následně pomáhá i v budoucí profesi a celém životě.

Velkou oblibu mezi studenty mají jednorázové či příležitostné volnočasové aktivity. Mezi tyto aktivity řadíme např. soutěže, výstavy, exkurze, plesy atd. Některé z nich navíc pomáhají i navozovat dobrý vztah mezi školou a rodiči žáků.

5.3 Školská výchovná zařízení

„Školské zařízení poskytuje služby a vzdělávání, které doplňují nebo podporují vzdělávání ve školách nebo s ním přímo souvisejí, nebo zajišťuje ústavní a ochrannou výchovu anebo preventivně výchovnou péči (dále jen "školské služby"). Školské zařízení uskutečňuje vzdělávání podle školního vzdělávacího programu uvedeného v § 5 odst. 2“ (Školské zařízení a druhy školských zařízení, 2014).

Rozlišujeme tři skupiny školských výchovných zařízení, které mají určitý podíl na výchově ve volném čase. Jedná se o školská zařízení pro zájmové vzdělávání (např. školní družina či středisko volného času), školská výchovná a ubytovací zařízení (např. domovy mládeže) a školská zařízení pro ústavní a ochrannou výchovu (např. diagnostické ústavy, dětské domovy) (Bendl, 2015, s. 133).

Všechna tři školská zařízení mají svá specifika. Liší se hlavně posláním či funkcemi, které mají plnit. Níže budou jednotlivá zařízení blíže specifikována.

5.3.1 Školská výchovná zařízení pro zájmové vzdělávání

Do této skupiny zařízení řadíme školní družiny, školní kluby a střediska volného času. Školní družiny jsou zřízeny u většiny základních škol. Jelikož se práce zaměřuje na středoškolské studenty, bude se školními družinami zabývat pouze okrajově. Školní družina bývá nejčastěji využívána žáky nižšího stupně základní školy. Za její hlavní poslání je označován odpočinek a příprava na další školní vyučování. Odpočinek však není pouze klidová činnost, ale také pohybové aktivity. Odpočinek je možný i při vykonávání zájmových činností. Každá družina má svůj program, v rámci kterého je možné čas v družině využít. Družina staví svůj program také na seznámení dítěte se zájmovými činnostmi, aby si poté dítě mohlo v budoucnu vybrat

a zvolit svou zájmovou činnost. Co se týče přípravy na další školní vyučování, je to rozmanité. Rozhodnutí se ponechává v kompetenci jednotlivých družin při základních školách. Některé družiny dovolují vypracovávání domácích úkolů a jiné naopak dbají na odpočinek a hraní dětí. Školní družina také přihlíží k přání rodičů (Bendl, 2015, s. 134).

„Školní klub je jedním ze školských zařízení pro zájmové vzdělávání. Je zřizován při školách. Jeho činnost je rámcově určena příslušnou vyhláškou. Klub poskytuje zájmové vzdělávání přednostně žákům druhého stupně základní školy nebo žákům odpovídajících ročníků gymnázia či konzervatoře“ (Bendl, 2015, s. 134, 135).

Školní klub může poskytovat několik forem činností. Jednak se jedná o pravidelnou zájmovou činnost v zájmových útvarech, příležitostnou zájmovou či rekreační činnost, otevřenou nabídkou samovolných činností či organizování skupin žáků s určitým zaměřením. Nabídka činností vychází z možností školy, ale i z přání žáků. Školní klub však může sloužit i jako prostor neformálního setkávání mládeže či jako místo k odpočinku. Součástí klubu bývá knihovna, počítače i hry. Docházka do klubu je dobrovolná, ale samotný školní klub je poskytován za úplatu. Výše úplaty je stanovena vyhláškou.

Středisko volného času je speciální zařízení pro zájmové vzdělávání. Jeho činnost určuje vyhláška. Středisko nabízí své služby jak malým dětem, tak starším žákům i dospělým. Tím jak má středisko volného času velký věkový rozptyl má většinou i velmi bohatý program. Středisko volného času může mít dva typy. Prvním typem je Dům dětí a mládeže, který má rozsáhlou nabídku zájmových činností. Druhý typ je Stanice zájmových činností, která se zaměřuje na jednu zájmovou oblast např. vědu.

Bendl (2015, s. 136) uvádí, že: *středisko poskytuje zájmové vzdělávání rozmanitými formami. Základní formou činnosti většiny středisek je pravidelná zájmová činnost v zájmových útvarech. Nabídka druhů zájmových činností vychází z přání a potřeb účastníků, z možností personálního a materiálního zajištění (vhodní vedoucí, vhodné prostory)*“. Střediska navíc poskytují i příležitostné aktivity a zájmové činnosti. Toto se týká např. besídek, oslav svátků či významných dnů. Střediska poskytují také nabídky táborových činností. Zaměstnanci středisek jsou školení také na práci s jedinci se specifickými vzdělávacími potřebami i s talentovanými jedinci.

5.3.2 Školská výchovná a ubytovací zařízení

Mezi školská výchovná a ubytovací zařízení řadíme domovy mládeže, internáty a školy v přírodě. Tato zařízení jsou provozována především pro výchovu ve volném čase, ale i k volnému času. Proto je jejich forma specifická.

„Školská výchovná a ubytovací zařízení zajišťují dětem, žákům a studentům podle účelu, k němuž byla zřízena, vzdělávání, sportovní a zájmové činnosti v době mimo vyučování, celodenní výchovu, ubytování a stravování, popřípadě zotavovací pobyty dětí a žáků ve zdravotně příznivém prostředí bez přerušování vzdělávání. Školská výchovná a ubytovací zařízení mohou provozovat svou činnost i ve dnech pracovního volna nebo v období školních prázdnin“ (Beldík, 2014).

Málo známý je rozdíl mezi domovy mládeže a internáty. Domovy mládeže slouží studentům středních škol či vyšších odborných škol. Studenti domovy mládeže využívají z důvodu nemožnosti dojíždět do školy. Internáty slouží dětem, které mají zdravotní postižení a navštěvují kvůli tomu určitou speciální školu, jež se vyskytuje dále od místa bydliště. Dítě tedy využije internátu, kde může od předškolního věku přes týden bydlet. Obě zařízení poskytují jak ubytování a stravování, tak i výchově vzdělávací činnosti (Hájek, 2016).

Škola v přírodě zajišťuje zotavovací pobyt ve zdravotně příznivém prostředí. Škola v přírodě je však určena pouze mateřským a základním školám. Během školy v přírodě docházka nebývá přerušena, ale pokračuje. Škola v přírodě bývá určena především dětem, které žijí ve znečištěném prostředí. Na škole v přírodě dostávají vždy přednost venkovní aktivity a činnosti vykonávané se ve volné přírodě. Časté jsou i procházky či kratší túry.

5.3.3 Školská zařízení pro ústavní a ochrannou výchovu

Do této skupiny zařízení patří diagnostické ústavy, dětské domovy, dětské domovy se školou a výchovné ústavy. Zřízení jsou určena pro děti a mladistvé, mající problémy v rodině či svou vlastní rodinu nemají, anebo se potýkají s výchovnými problémy. I jim je však zapotřebí nabízet a poskytovat volnočasové aktivity.

První zařízení, které tato práce blíže specifikuje, se nazývá diagnostický ústav. *„Diagnostický ústav je zařízení, ve kterém může být pobyt nařízený buď soudem, nebo dobrovolný. Diagnostický ústav přijímá děti na základě výsledků komplexního vyšetření, zdravotního stavu dětí a volné kapacity jednotlivých zařízení a umísťuje je do dětských domovů, dětských*

domovů se školou nebo výchovných ústavů. Pobyt v diagnostickém ústavu trvá zpravidla osm týdnů“ (Sociální práce, 2008).

V týdnech, kdy je dítě přítomné v diagnostickém ústavu, mu je poskytována péče po stránce vzdělávací, výchovné, terapeutické, sociální, zdravotní, ale také diagnostické. Děti se zde učí racionálně využívat volný čas, aby své nabyté znalosti a zkušenosti mohly aplikovat v dalším životě.

Dětské domovy se školou či bez školy jsou zařízení, které poskytují velké množství sdružených funkcí. Počínaje funkcí výchovnou a vzdělávací a konče funkcí zdravotní. Pracovníci v dětských domovech se o děti, zpravidla tří až osmnáctileté, starají před odchodem do školy a po návratu ze školy. Pomáhají jim s přípravou na nový školní den, ale mnohé musí naučit i péči o sebe samé. V dětských domovech je kladen také důraz na volný čas. Děti mají prostor pro odpočinek, pohybovou aktivitu, ale i pro jinou zábavu či zájmy (Bendl, 2015, s. 143).

Různé náplně volného času jsou poskytovány pravidelnou i nepravidelnou formou činností a aktivit. Zájmové aktivity mohou děti navštěvovat jak přímo v dětských domovech tak i v zařízeních mimo dětský domov. Tento způsob náplně volného času má totiž velký vliv na jejich socializaci.

„Zapojení dětí do zájmové činnosti a vytváření žádoucích postojů k volnočasovým aktivitám naráží v podmínkách dětských domovů na určité bariéry. Mnohé děti přicházejí do dětského domova z nepodnětného prostředí, jsou rozumově opožděné, přinášejí si některé psychické odchylky, mají nedostatečně rozvinuté volní vlastnosti a omezenou sféru osobních zájmů. Proto je tak důležité, aby vychovatel dokázal vhodně dítě zaměstnat a podněcovat jeho zájem o rozmanité druhy činnosti“ (Klepková, 2010, s. 33, 34).

K zapojení dětí do volnočasových aktivit je proto vhodné využít všechny možnosti a způsoby, které má dětský domov k dispozici. Především by se nemělo zapomínat na skupinové rozvíjení zájmů, individuální rozvoj zájmů, účast na soutěžích a akcích, účast na akcích pořádaných dětským domovem a zájmovou činností v jiných zařízeních (Klepková, 2010, s. 34).

Poslední, ještě nezmíněné školské zařízení pro ústavní a ochrannou výchovu, jsou výchovné ústavy. Výchovný ústav je specifický tím, že poskytuje péči dětem zpravidla starším 15 let, které trpí poruchami chování v té míře, že jim byla nařízena ústavní výchova či ochranná

výchova. Součástí každého výchovného ústavu je i základní či střední škola. Ve výchovném ústavu je kladen důraz na volný čas a jeho smysluplné využití. Mládež může volný čas trávit nekoordinovanými vycházkami, ale i účastí na plánovaných akcích. Součástí ústavů jsou hřiště, kde mohou mladiství trávit svůj volný čas. Plánované akce jako např. návštěva bazénu či sauny jsou také častou záležitostí. V běžném týdnu je odpolední čas z velké části vymezen přípravě na vyučování a úklidu. Volný čas na běžné aktivity však nechybí. Výchovné ústavy věnují často čas i skupinovým aktivitám, při kterých odborníci diskutují s mladistvými o různé problematice např. závislosti či sexu (Mimoškolní výchova, 2015).

5.4 Volnočasové instituce nestátního charakteru

Pod pojmem volnočasové instituce nestátního charakteru se ukrývají občanská sdružení dětí a mládeže, různé tělovýchovné a sportovní spolky či další sdružení dětí a mládeže.

„V poslední době vzrůstá podíl církve a církevních spolků, prostřednictvím nichž se děti a mládež zapojují i do společensky prospěšných aktivit. Činnost ve všech uvedených sdruženích a v jejich klubech pro mládež je různorodá (cestování, sport, tábornictví, kultura, zájmové technické činnosti apod.“ (Volný čas a prevence u dětí a mládeže, 2002, s. 36).

Mezi nejznámější takovéto instituce patří organizace Junák, organizace Pionýr, spolek Sokol, různé sportovní oddíly či nízkoprahové zařízení pro děti a mládež.

5.4.1 Junák

Junák je českým ekvivalentem mezinárodního slova skaut. Jedná se o výchovnou organizaci, která sdružuje mnoho mladých i dospělých dobrovolníků. Výchovné metody jsou specifické. Skládají se z uceleného souboru hodnot. Mezi hlavní patří týmová práce, mravní hodnoty, motivace, sebevýchova, příroda a pobyt v ní, kamarádství (Skauting, Hlavní principy skautského programu, 2018).

Velkou výhodou skautingu je jak všestranně působí na rozvoj osobnosti dětí a mladých lidí. Působí na ně totiž nejenom prostřednictvím her, ale i zážitků a aktivit. Organizace funguje na základě stanovené organizační struktury. Ta začíná u středisek, které sdružují jednotlivé oddíly. Celá organizace je zaštitována lidmi, kteří jsou dlouholetými skauty a mají ke skautingu vybudovaný osobní vztah. Dítě nebo mladistvý, který se rozhodne „chodit do skautu“ navštěvuje jednou týdně běžné oddílové setkání, na kterém se hrají různé hry ať už zaměřené na přírodu nebo klasické. Děti se učí dovednostem, které by se jim mohly hodit ve volné přírodě, ale také sportují. Téměř každý oddíl pořádá jednou za čtrnáct dní, o víkendu,

jednodenní výpravu do okolní přírody. V průběhu roku se účastní různých her, které spojují skauty z celého města, okolí či republiky. V neposlední řadě je v létě čeká zpravidla čtrnáctidenní táborová akce. Program je pestrý a mísí se vněm jak výuka o přírodě, tak sportovní vyžití (Skauting, Současné vedení junáka, 2018).

5.4.2 Pionýr

Spolek Pionýr je postaven na stejném základu jako Junák. Zaměřuje se na práci s dětmi a mládeží ve volném čase. Funguje na základě oddílů a klubů, které nabízejí různé činnosti jak dívkám, tak chlapcům. Pionýři chodí na výpravy, sportují, hrají hry, jezdí na kolech a účastní se různých soutěží. Rádi zpívají, hrají na hudební nástroje. Přes týden se scházejí na oddílových schůzkách. Vyvrcholením roční činnosti je letní táborová akce.

5.4.3 Sportovní kluby

Sportovní kluby mají v naší republice bohatou historii a těší se dodnes velké oblibě. „*Velkou tradici a stále masový dopad mají zejména tělovýchovné organizace. Nejdelší tradici má SOKOL, založený z iniciativy Dr. Miroslava Tyrše v r. 1862. Usiloval o harmonický rozvoj tělesné, duševní i morální stránky osobnosti a následně ideálu zdravého všestranně vyspělého národa. Sokol kromě tělesných cvičení vyvíjel i osvětovou činnost (zřizoval vlastní knihovny, organizoval vzdělávací činnost, provozoval loutková divadla)*“ (Pávková, 1999, s. 151).

Sokol nabízí sportovní činnost na více úrovních. Pro děti a mládež je určen program Sport pro všechny. Tento program má za cíl cvičení pro zdraví a radost z pohybu. Cvičební program je pestrý. Objevují se vněm základy gymnastiky, aerobiku, tance, atletiky, míčových her, ale i jógy či bojových umění. Další úrovně, které Sokol nabízí, jsou výkonnostní a vzdělávací. V celé České republice však existuje velké množství dalších sportovních klubů, které se zaměřují především na rozvoj tělesné stránky člověka. Působnost je zpravidla lokálního charakteru.

5.4.4 Nízkoprahové zařízení

Nízkoprahové zařízení své označení získalo pro svou snadnou přístupnost. Zájemce o volnočasovou aktivitu nabízenou nízkoprahovým zařízením se nemusí nikde přihlašovat a ani uvádět své jméno. Tento způsob využití volnočasových aktivit využívají nejčastěji děti a mládež z problémových rodin či s osobními problémy. Volnočasové aktivity zde nejsou nijak organizovány. Děti či mládež se zde v teple a světle mohou věnovat četbě, přípravě do školy či práci na počítači (Bendl, 2015, s. 146, 147).

6 Výchovné a vzdělávací činnosti v době mimo vyučování

V této kapitole jsou uvedeny činnosti, kterými lze zaplnit volný čas dětí a mladistvých. Jednotlivé durhy činností jsou rozděleny do čtyř kategorií. Podrobnější charakteristika je věnována sportovním činnostem, které jsou zařazeny v rámci zájmových činností.

6.1 Odpočinkové a rekreační činnosti ve výchově mimo vyučování

Odpočinek a rekreační činnosti bezesporu patří do běžného dne dětí a mladistvých. Je však důležité naučit je racionálně odpočívat. Děti i mladistvé je třeba vést k tomu, aby odpočinkové a rekreační činnosti byly součástí dne, ale aby ho nezaplňovaly celý.

Charakteristika odpočinkových činností je postavená na klidu a psychickém uvolnění. Pohybově jsou tyto činnosti nenáročné. Obsahem těchto činností může být poslech hudby, sledování televizních pořadů, klid na lůžku, rozhovory, hry např. společenské či deskové, pomalé vycházky. Naopak rekreační činnosti bývají aktivnější a pohybově náročnější. Jejich základ může být jak sportovní tak manuální. Zde můžeme jmenovat činnosti jako např. tělovýchovné cviky, pohybové činnosti (taneční apod.), rekreační sportování, péče o zeleň či objekty, hry na hřišti (Pávková, 1999, s. 89-91).

Odpočinkové i rekreační činnosti musí být zařazeny do běžného dne v souladu s kolísající výkonností dětí a mladistvých a s přihlédnutím na jejich věk. Všeobecně známým faktem je, že odpočínuté a zrekreované děti a mladiství dosahují lepších výsledků v pracovních a výchovných záměrech.

6.2 Zájmové činnosti jako součást výchovy mimo vyučování

„Zájmové činnosti chápeme jako cílevědomé aktivity zaměřené na uspokojování a rozvíjení individuálních potřeb, zájmů a schopností. Mají silný vliv na rozvoj osobnosti i na správnou společenskou orientaci“ (Pávková, 1999, s. 96).

Zájmy můžeme dělit podle různých hledisek. Jedno z nejužívanějších dělení je podle obsahu zájmových činností. Rozlišujeme zájmové činnosti společenskovední, pracovně-technické, přírodovědně-ekologické, esteticko-výchovné, tělovýchovné, sportovní aturistické. Mnohé zájmové činnosti se vyskytují na hraně skupin, a proto není jednoduché je rozdělit.

6.2.1 Společenskovední zájmové činnosti

Do skupiny společenskovedních zájmových činností začleňujeme činnosti vedoucí k poznání aktuálního společenského dění i historických souvislostí. Patří sem poznávání významných

objektů v místě bydliště, návštěvy historických objektů, sledování událostí a to jak společenských tak politických, ale i zájmové studium cizích jazyků či účast na setkáních a společných akcích (Pávková, 1999, s. 98).

6.2.2 Pracovně-technické zájmové činnosti

Řadíme sem jak manuální dovednosti, tak získávání vědomostí v technických oblastech. Uvedené činnosti prohlubují zájem žáků o tvořivou práci. Oblast techniky přitahuje především mužské jedince, ale také dívky jsou vítány. Do okruhů pracovně-technických zájmových činností řadíme modelářské práce, manuální práce s materiály (např. papír, dřevo či textil), práce se stavebnicemi či činnosti elektrotechnické.

6.2.3 Přírodovědně-ekologické zájmové činnosti

Již samotný název těchto činností napovídá, že mezi přírodovědně-ekologické zájmové činnosti řadíme takové činnosti, které vedou k prohlubování vědomostí o přírodě a její ochraně. Přírodovědně-ekologické zájmové činnosti vedou při správném vedení k vytváření správných postojů k životním hodnotám. Mezi takové činnosti můžeme zařadit pozorování přírody, pěstitelské práce či chovatelství (Pávková, 1999, s. 99, 100).

6.2.4 Esteticko-výchovné zájmové činnosti

Esteticko-výchovné zájmové činnosti pomáhají dětem vytvořit vztah k přírodě, ale také ke kulturním hodnotám. *„Činnosti jsou zaměřeny na rozvíjení výtvarného, hudebního, literárního, dramatického a hudebně-pohybového projevu, na kulturu chování a výchovu vkusu, rozvoj tvořivosti“* (Pávková, 1999, s. 100). Příkladem těchto zájmových činností mohou být např. sborový či sólový zpěv, hra na hudební nástroj, tvořivé dramatické činnosti, ale i návštěvy kulturních představení.

6.2.5 Tělovýchovné, sportovní a turistické zájmové činnosti

Zájmové činnosti obohacují především fyzickou zdatnost jedince. Zdokonalit se však může i jeho psychická odolnost. Záleží na typu zájmové činnosti. Tělovýchovné, sportovní a turistické zájmové činnosti jsou dětmi a mládeží považovány za přitažlivé, i když lze v posledních letech sledovat ústup zájmu dětí o sport. Do okruhu těchto činností patří např. gymnastika a tanec, atletika a jiné sporty, turistika, akrobacie či branné sporty. Blíže se budu sportovním činnostem věnovat v samostatné podkapitole (Pávková, 1999, s. 100).

6.3 Sebeobslužné činnosti ve výchově mimo vyučování

„Sebeobslužné činnosti se zaměřují na vedení dětí k samostatnosti v péči o vlastní osobu, o osobní věci, při vyřizování osobních záležitostí a vystupování ve společnosti. Podstatou je získání žádoucích vědomostí, zejména však dovedností a návyků. Vytvoření návyků v příslušných oblastech činností vede k jejich usnadnění, k automatickému vykonávání“ (Pávková, 2014, s. 79).

Sebeobslužné návyky se děti učí vykonávat již od raného dětství. Důležité je právě upevnění návyků, což vyžaduje dlouhou dobu. Pedagog, který dítě v tomto směru ovlivňuje, musí dbát na důslednost a pravidelnou kontrolu. Činnosti musí být pravidelně opakovány a procvičovány v reálných, ale i modelových situacích.

Za sebeobslužné návyky považujeme například návyky osobní hygieny, návyky kulturního stolování, návyky v oblasti oblékání, návyky v oblasti péče o zevnějšek, návyky v oblasti udržování pořádku okolního prostředí, návyky společenského chování, návyky respektování ostatních, ale i sebespazování a návyky práce s informacemi. Za sebeobslužné návyky se také považují specifické návyky potřebné při jednání na úradech, nebo například hospodaření s penězi a zacházení s platebními kartami (Pávková, 2014, s. 79, 80).

Oblast sebeobslužných návyků je velmi rozmanitá a hodně záleží na prostředí, ve kterém se jedinec vyskytuje. Podle toho se liší práce vychovatelů při jejich utváření. Pro sebeobslužné návyky je nejlepší trvalá rodina a rodinné prostředí.

„Vedení sebeobslužných činností patří v práci vychovatele k méně atraktivním a zajímavým povinnostem. Předpokládá velkou trpělivost a vytrvalost, přináší však pro vychovávané velký výchovný efekt“ (Pávková, 2014, s. 80).

6.4 Příprava na vyučování ve výchově mimo vyučování

Přípravou na vyučování ve výchově mimo vyučování se rozumí činnosti vykonávané mimo vyučování, které pomáhají žákům s plněním školních úkolů. Míra času stráveného těmito přípravami je dána různými podmínkami, například provozními možnostmi instituce (Pávková, 1999, s. 110).

Příprava na vyučování je považována za uzavření vyučovacího cyklu. Pedagog při stanovení obsahu přípravy musí přihlídnout k různým aspektům, jako je například věková skupina dětí. Obsah přípravy na vyučování je dán obsahem samotného vyučování. Příprava se různí také

podle vyučovací látky. Některé předměty vyžadují přípravu ústní jiné písemnou a jiné kombinaci obou forem (Pávková, 1999, s. 111).

Každý typ přípravy vyžaduje jiné nároky. Jedno je ale stejné. Pedagog musí bezpodmínečně ovládat znalosti vhodných metod práce s žáky. Metody této práce mohou být různé. Často je využíváno např. pozorování, předvádění či slovní metody jako jsou např. vysvětlování. Za základní formy přípravy na vyučování se považují písemné přípravy, procvičování hrou a ověřování učiva v praxi. Za nejpřitažlivější je žáky považována forma procvičování hrou (Pávková, 1999, s. 111).

„Příprava na vyučování vyžaduje co nečastější spolupráci všech, kteří se na ní podílejí. Uvědomění si styčných bodů i specifiky činností umožňuje uskutečňování přípravy na vyučování jako jednotné součásti pedagogického systému. Jedině tak lze dosáhnout v této oblasti požadovaných výsledků“ (Pávková, 1999, s. 111).

Velmi důležité je správné zařazení přípravy do denního režimu. Příprava by měla být vždy zařazena až po důsledném odpočinku. Příprava by nikdy neměla probíhat před třetí hodinou odpolední. Při vypracovávání úkolů je nutné, ze strany vychovatele, pozorovat, podněcovat a poskytovat pomoc v případě potřeby.

Přípravy na vyučování jsou vychovateli poskytovány v různých institucích. Nalezneme je například v odděleních školních družin, školních klubů, v dětských domovech či v domovech mládeže.

6.5 Volnočasové aktivity se zaměřením na sportovní činnosti

Pohyb je aktivita, která je lidstvu vlastní již od samého počátku. Již u pravěkých lidí bylo možno pozorovat jisté znaky tělesného cvičení. Dobrá kondice byla pro lidi v minulosti nutností. V současné době již tomu tak není a na lidech to je bohužel poznat. Tělesné cvičení však uskutečňovala společnost starověká i středověká. V novověku patřila tělesná aktivita k symbolu pokroku a moudrosti.

V novověku lze vidět tělesné cvičení jako masové aktivity ve volném čase jednotlivců. Důvod k jejich vykonávání lze spatřit v různých tendencích, které se snaží uspokojit potřeby přirozené, rekreační či soutěživé.

„20. století (a zvláště jeho druhá polovina) vnáší do života lidí a do jejich volného času, jakož i do pohybové lidské aktivity, nové podmínky a zvláštnosti. Především se stále více jako běžné

ukazuje, že převážná část populace žije v solidních sociálních standardech“ (Spousta, 1996, s. 26).

Materiální spokojenost, vysoké sociální standarty i dobrá zdravotní péče, to vše jsou důvody k rychlému rozvoji a k dobrým podmínkám pohybových aktivit ve dvacátém a dvacátém prvním století. Na druhé straně jsou však závažné a rozsáhlé nedostatky naší doby, které můžeme spatřit v ústupu intenzity pohybových činností, neracionálnost v životním stylu, nezájem populace o aktivující formy pohybu, konzumní způsob života zaměřený na nesportovní akce atd. (Spousta, 1996, s. 27).

6.5.1 Obsah tělesné výchovy ve volném čase

Různorodá tělesná cvičení jsou základem zájmové tělesné výchovy ve volném čase. Můžeme jmenovat gymnastická, atletická, tančení, turistická a mnohá další. Vybírány jsou podle kritérií, jako jsou např. zájmy a předpoklady jednotlivců, věk, zdraví či pohybová úroveň.

„ Hlavní náplní volnočasového tělovýchovného procesu je provozování různorodých cvičení, činností, formování rozličných dovedností“ (Spousta, 1996, s. 28).

Tělesná cvičení mají vliv na formování pohybových schopností, tělesné zdatnosti i tělesného zdraví. Pohybovými schopnostmi rozumíme základní všeobecné psychomotorické způsobilosti člověka. Tělesná zdatnost zase vyjadřuje souhrn předpokladů člověka pro optimální reakce na pohybové úlohy. Tělesným zdravím se rozumí stav organismu, v němž fungují všechny lidské orgány (Spousta, 1996, s. 28).

6.5.2 Formy tělesné výchovy ve volném čase

Formy tělesné výchovy mohou být členěny podle různých skutečností. Velmi účelné je rozdělení na základní tělesnou výchovu, rekreační tělesnou výchovu a sportovní výchovu.

Základní zájmová tělesná výchova je postavena na umožňování zájemcům utvářet základní přirozené i umělé pohybové dovednosti. Na mysli máme např. gymnastické, turistické, sportovní či herní. Jejím účelem je dbát o rozvoj pohybových vlastností, tělesné zdatnosti a zdraví. Na organizaci zájmové tělesné výchovy se podílí různé organizace např. škola, školská zařízení, střediska volného času, společenské organizace i firmy s placenou nabídkou služeb (Spousta, 1996, s. 29).

Konkrétní organizační formy můžeme rozdělit na:

- pravidelné tělovýchovné zaměstnání – tím se rozumí pravidelné cvičení hodiny např. jóga v tělocvičně,
- tělovýchovné vycházky – jedná se o výlety, které jsou spjaty s pobytem v přírodě či s kulturně poznávacím zaměřením,
- prázdninové tábory – mohou mít podobu kurzů, zájezdů či soustředění, mimořádně vhodné pro děti a mládež,
- tělovýchovné soutěže – jedná se o soutěže v jednotlivých sportovních disciplínách, jak ve sportovních klubech, tak i ve školách a jiných institucích,
- veřejné tělovýchovné vystoupení – do nich patří veřejné cvičební hodiny, besedy či masová vystoupení (Spousta, 1996, s. 29, 30).

„Účelem rekreační tělesné výchovy je umožnit všem účastníkům nenáročný, pestrý, a přitom aktivní pohybový odpočinek ve volném čase. Evidentní jsou zde aktivity zdravotně kompenzační, rehabilitační. Nesporně jsou zde utvářeny nové pohybové tělovýchovné a sportovní vědomosti, dovednosti a schopnosti, zdatnost a zdraví“ (Spousta, 1996, s. 30).

Hranice mezi základní tělesnou výchovou a výkonnostním sportem není příkrá, sféry se navzájem prolínají. Úkoly rekreační tělesné výchovy jsou jako i úkoly tělesné výchovy. Navíc se zde vyskytují např. příležitostné akce či ranní cvičení (Spousta, 1996, s. 30).

Sportovní výchova neboli v našem případě sportovní zájmová činnost představuje nadstavbu nad obě předcházející tělesné výchovy. Je často uskutečňována mladou generací, která se snaží o maximální výkon. Může být zaměřena na jeden i více sportovních odvětví. Pro sportovní zájmovou činnost je typické dlouhodobé trénování, zacílené na dosažení maximálního výkonu. Tato forma je považována za nejefektivnější (Spousta, 1996, s. 30).

Mimořádné místo má na poli sportovních činností turistika. *„Je to komplexní forma pohybové aktivity, která je organicky spjata pohybem v přírodě a s kulturně poznávací činností lidí. Tato činnost je provozovatelná v nespočetných formách. Intenzita a rozsah pohybu se volí variabilně, podle dispozic a zájmu každého jednotlivce“ (Spousta, 1996, s. 30).*

Výhoda turistiky tkví v tom, že se při ní rozvíjí obecná tělesná zdatnost, získávají se speciální znalosti a dovednosti, ale i poznávají kulturně-historické souvislosti různých událostí.

Po analýze současného stavu pedagogiky volného času a volnočasových aktivit se práce zaměřuje na výzkum, ve kterém se sledují volnočasové aktivity středoškoláků, se zvláštním zaměřením na sportovní činnosti.

Empirická část

7 Výzkumné šetření

Záměrem šetření je zmapovat sportovní aktivity žáků vybrané střední školy a verifikovat stanované hypotézy.

7.1 Definování výzkumného problému

Sportovní činnost mládeže je tématem, o kterém se často diskutuje. Společnost však svůj pohled směřuje na mladší či starší děti, které navštěvují základní školu. Žáci středních škol již nejsou pod takovým drobnohledem. Přitom stále více jich tráví čas sedavým způsobem života bez patřičného sportovního vyžití. Společnost Člověk v tísni uskutečnila na jaře 2014 celorepublikové dotazníkové šetření mezi středoškoláky. Výzkum zjišťoval hodnoty a postoje studentů na různých typech středních škol. Jedno z hlavních zjištění byli také to, že pouze polovina studentů často sportuje a pokračuje trend přesunu volnočasových aktivit do online světa (Vodáková, 2019).

Empirický výzkum této bakalářské práce zaměřuji na průzkum volnočasových a to především sportovních aktivit středoškoláků.

7.2 Cíl výzkumu

Cílem práce je snaha o zmapování sportovních aktivit vybrané skupiny žáků středních škol v jejich volném čase. Sportují žáci SŠ ve svém volném čase? Existuje rozdíl v oblasti sportovních aktivit u dívek a chlapců? A hraje roli ročník, ve kterém žáci studují?

7.3 Definování hypotéz

Čábalová o hypotéze tvrdí: „*Hypotéza (domněnka) je určitý vědecký předpoklad, který ještě dále zkonkretizuje výzkumný problém. Vychází z poznatků o daném jevu nebo z praktických zkušeností výzkumníka*“ (Čábalová, 2011, s. 95).

S přihlédnutím k tématu bakalářské práce a k jeho výzkumnému šetření jsem stanovil dvě hypotézy, které budou testovány.

H1: Rozdíl mezi sportovními volnočasovými aktivitami dívek a chlapců vybrané střední školy není větší než 10%.

H2: Žáci prvního ročníku vybrané střední školy mají o 25 % více sportovních volnočasových aktivit než žáci čtvrtého ročníku stejné střední školy.

Zda se hypotézy potvrdí či ne se dozvíme z výsledků anketního šetření. Výsledky budou uvedeny v podkapitole výsledky šetření a hypotéz.

7.4 Anketní šetření

Anketní šetření lze popsat jako kladení otázek respondentům, díky kterým získám jednotlivé odpovědi. Navíc mohou být otázky kladeny tak, aby jejich formulace pomohla k získání konkrétního cíle.

Samotnou anketu jsem koncipoval tak, aby byl rozdělen do tří částí. V první části respondenty seznamuji s anketou, s důvodem vzniku ankety, s pokyny k vyplnění ankety apod. Druhá část patří vyplňování otázek a třetí část obsahuje poděkování za vyplnění ankety.

Důležitým úkolem je zvolit styl jakým budou pokládány anketní otázky. Mohu vybírat z otázek otevřených, polouzavřených a uzavřených. Na otevřené otázky je nutno odpovídat celými větami. Polouzavřené otázky mají podobu odpovědi ano či ne a s doplněním a na uzavřené otázky lze odpovědět pouze ano či ne. Zvolit mohu i kombinaci uvedených. Vybrat mohu i škálové otázky a to typu a) b) c) či d). Ve své anketě budu využívat škálové otázky a otázky polouzavřeného typu. První otázka „Jste muž nebo žena?“ slouží pouze k rozčlenění středoškolských studentů.

Na začátku každého výzkumného šetření by měl být proveden i předvýzkum, který jsem provedl. Proveden byl na pěti studentech, kteří dostali anketu k dispozici jako první a mohli mi sdělit riziková místa či nejasné oblasti. Předvýzkum dopadl dobře, neboť se prokázalo, že všechny otázky jsou jasně a zřetelně stanoveny a při jejich vyplňování nebyl zaznamenán žádný problém.

Samotný výzkum byl proveden na Obchodní akademii, Střední odborné škole a Jazykové škole s právem státní jazykové zkoušky, Pospíšilova 365 v Hradci Králové, 500 03. A to u žáků prvního, druhého, třetího i čtvrtého ročníku. Z každého ročníku byla vybrána jedna třída. Ve třídě 1. A odpovídalo na anketu 23 žáků, ve 2. A odpovídalo 22 žáků, ve 3. A odpovídalo 24 žáků a v poslední dotazované třídě 4. A odpovídalo 23 žáků.

Vzor ankety je přiložen v příloze.

7.4.1 Výsledky šetření a hypotéz

Takto část práce je věnována vyhodnocení ankety. Každá otázka je samostatně vyhodnocena a k ní vytvořena tabulka, která slouží k lepší přehlednosti problematiky. Otázky týkající se hypotéz jsou zobrazeny i graficky.

Jste muž nebo žena?

Z celkového počtu 92 žáků bylo 40 mužů a 52 žen.

Tabulka č. 1: Jste muž nebo žena

	Muž	Žena
Jste muž nebo žena?	40	52

Zdroj: vlastní zpracování

1. Věnuješ se nějaké sportovní volnočasové aktivitě?

Na první otázku, týkající se tématu, mohli žáci odpovědět ano nebo ne. Odpověď ano zvolilo 73 žáků. Odpověď ne, pouze 19 žáků. Odpověď ano zvolilo 31 mužů a 42 žen. Odpověď ne si vybralo pouze 9 mužů a 10 žen. Výsledky mi potvrdily první hypotézu, že rozdíl mezi sportovními volnočasovými aktivitami dívek a chlapců vybrané střední školy není větší než 10%. O tom vypovídá i následující tabulka.

Tabulka č. 2: Rozdíl mezi sportovními volnočasovými aktivitami dívek a chlapců

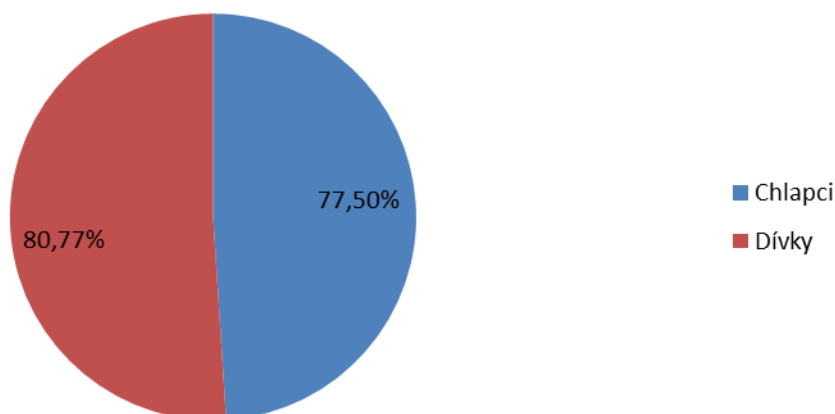
	Ano		Ne	
	Muž	Žena	Muž	Žena
Věnuješ se nějaké sportovní volnočasové aktivitě?	31	42	9	10
	77,50%	80,77%	22,50%	19,23%

Zdroj: vlastní zpracování

Výsledek první hypotézy jsem zaznamenal i do grafu.

Graf č. 1: Rozdíl mezi sportovními volnočasovými aktivitami dívek a chlapců

Rozdíl mezi sportovními volnočasovými aktivitami dívek a chlapců



Zdroj: vlastní zpracování

Z první otázky jsem si ověřil pravdivost i na druhou hypotézu, která byla stanovena takto: Žáci prvního ročníku vybrané střední školy mají o 25 % více sportovních volnočasových aktivit než žáci čtvrtého ročníku stejné střední školy. Z prvního ročníku odpovědělo 18 žáků, že se věnují sportovní volnočasové aktivitě. Ve čtvrtém ročníku takto odpovědělo pouze 12 žáků. Na základě výsledku mohu říci, že se potvrdila i druhá hypotéza.

Tabulka č. 3: Počet žáků věnujících se sportovní volnočasové aktivitě v prvním a čtvrtém ročníku

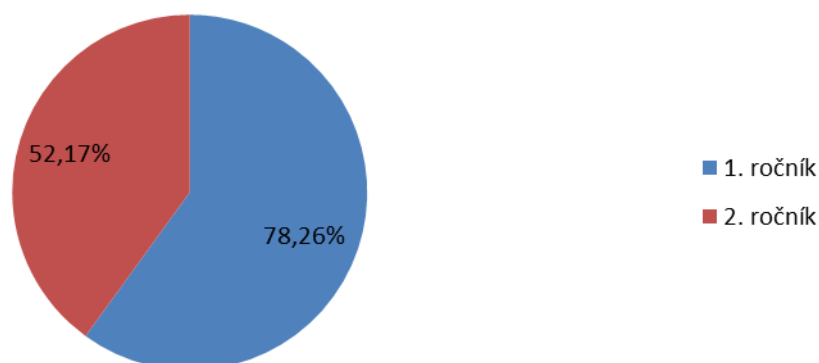
	Ano		Ne	
	1.ročník	4.ročník	1.ročník	4.ročník
Věnuješ se nějaké sportovní volnočasové aktivitě?	18	12	5	10
	78,26%	52,17%	21,74%	43,48%

Zdroj: vlastní zpracování

Pro lepší přehlednost je odpověď na hypotézu zformovaná i do grafické podoby.

Graf č. 2: Počet žáků věnujících se sportovní volnočasové aktivitě v prvním a čtvrtém ročníku

Počet žáků věnujících se sportovní volnočasové aktivitě v prvním a čtvrtém ročníku



Zdroj: vlastní zpracování

2. Jaká je tvoje nejčastější mimoškolní aktivita?

Ve druhé otázce jsem se zajímal o nejčastější mimoškolní aktivity žáků. Žáci mohli zvolit z těchto variant: a) chodím do kroužků či mám trénink, b) dívám se na televizi, c) čtu si, d) pracuji s počítačem, e) hraji hry na počítač, f) jsem venku. První variantu zvolilo 27 žáků, druhou 19 žáků, třetí pouze 6 žáků, čtvrtou 10 žáků, pátou 13 žáků a šestou 17 žáků.

Tabulka č. 4: Jaká je tvoje nejčastější mimoškolní aktivita

Jaká je tvá nejčastější mimoškolní aktivita	
a) chodím do kroužků či mám trénink	27
b) koukám na televizi	19
c) čtu si	6
d) pracuji s počítačem	10
e) hraji hry na počítač	13
f) jsem venku	17

Zdroj: vlastní zpracování

3. Chodíš do nějakého pravidelného kroužku či klubu? Pokud ano, kam?

Třetí otázka nabízela možnost odpovědi ano s bližším určením, o jaký kroužek či klub se jedná a také odpověď ne. Z celkového počtu 92 respondentů zvolilo odpověď ano 39 žáků. Vypsány byly kroužky fotbal, plavání, basketbal, florbal, gymnastika, skauting, judo,

tancování, cyklistika, tenis, jízda na koni, atletika, mažoretky, jazykový kroužek, recitační kroužek, počítačový kroužek a keramický kroužek. Odpověď ne zakroužkovalo 53 dětí.

Tabulka č. 5: Chodíš do nějakého pravidelného kroužku či klubu

	Ano	Ne
Chodíš do nějakého pravidelného kroužku či klubu	39	53

Zdroj: vlastní zpracování

4. Jaký je důvod tvého chození do kroužku?

Čtvrtá otázka se zabírala důvody návštěvy kroužků. Žáci mohli zvolit ze čtyř nabízených odpovědí a to a) chodí tam i kamarádi, b) chtěli to rodiče, c) chtěl/a jsem to zkusit, d) jiný důvod. Nejčastěji žáci volili hned první odpověď. Celkem tak učinilo 39 žáků. Druhou možnost zvolilo 14 žáků, třetí variantu zakroužkovalo 22 žáků a poslední variantu vybralo 17 žáků.

Tabulka č. 6: Jaký je důvod tvého chození do kroužku

Jaký je důvod tvého chození do kroužku	
a) chodí tam i kamarádi	39
b) chtěli to rodiče	14
c) chtěl/a jsem to zkusit	22
d) jiný důvod	17

Zdroj: vlastní zpracování

5. Která místa využíváš ke své volnočasové aktivitě?

Pátá otázka se zajímala o místa, která žáci využívají k volnočasovým aktivitám. Žáci mohli zakroužkovat jednu z pěti nabízených možností. Nabídnuto jim bylo středisko volného času, školní prostory, sportovní kluby, prostory zájmových kroužků a jiné prostory. První variantu zvolilo 31 žáků, druhou variantu označilo 19 žáků, třetí variantu vybralo 32 žáků, čtvrtou variantu označilo 9 žáků a jeden žák zvolil odpověď jiné prostory.

Tabulka č. 7: Která místa využíváš ke své volnočasové aktivitě

Která místa využíváš ke své volnočasové aktivitě	
a) středisko volného času	31
b) školní prostory	19
c) sportovní kluby	32
d) prostory zájmových kroužků	9
e) jiné prostory	1

Zdroj: vlastní zpracování

6. Myslíš si, že máš denně dostatek pohybu?

Šestá otázka byla zaměřena na sebehodnocení. Žáci mohli sami rozhodnout, zda mají denně dostatek pohybu nebo ne. Odpověď ano zvolilo 59 žáků. Odpověď ne zakroužkovalo 33 žáků.

Tabulka č. 8: Myslíš si, že máš denně dostatek pohybu

	Ano	Ne
Myslíš si, že máš denně dostatek pohybu	59	33

Zdroj: vlastní zpracování

7. Máš více pohybu ve všední dny nebo o víkendu?

Na otázku máš více pohybu ve všední dny nebo o víkendu mohli žáci zvolit odpověď ze tří nabízených možností. Všední dny si vybralo za svou odpověď 41 žáků, víkend si za svou odpověď zvolilo 22 žáků a stejně odpovědělo 29 žáků.

Tabulka č. 9: Máš více pohybu ve všední dny nebo o víkendu

	Všední dny	Víkend	Stejně
Máš více pohybu ve všední dny nebo o víkendu	41	22	29

Zdroj: vlastní zpracování

8. Absolvuješ volnočasové aktivity spíše sám nebo s rodinou?

Osmá otázka se zajímala o to, s kým volnočasové aktivity jedince vykonává. Z nabízených možností mohl zvolit: a) spíše sám, b) s rodinou, c) sám i s rodinou a za d) s kamarády. Z nabízených odpovědí byla ta nejčastější za d) s kamarády. Odpovědělo tak 38 žáků. Druhou nejčastější odpovědí bylo za a) spíše sám. Takto odpovědělo 29 žáků. Předposlední skončila odpověď s rodinou, kdy tak odpovědělo 15 žáků a pouze 10 žáků zvolilo za svou odpověď za c) sám i s rodinou.

Tabulka č. 10: Absolvuješ volnočasové aktivity spíše sám nebo s rodinou

Absolvuješ volnočasové aktivity spíše sám nebo s rodinou	
a) spíše sám	10
b) s rodinou	15
c) sám i s rodinou	32
d) s kamarády	38

Zdroj: vlastní zpracování

9. Máš rád pohyb?

Předposlední otázka byla jednoduchá. Žáků se ptala, zda mají rádi pohyb. Ano odpovědělo 66 žáků a ne si vybralo za svou odpověď 26 žáků.

Tabulka č. 11: Máš rád pohyb

	Ano	Ne
Máš rád pohyb	66	26

Zdroj: vlastní zpracování

10. Myslíš, že je pohyb důležitý? Pokud ano, proč?

Poslední otázka směřovala k tomu, zjistit žákův názor na to, jestli si myslí, že je pohyb důležitý. Pokud ano, tak proč. Odpověď ano zvolilo 63 žáků. Příliš se jim však nechtělo dále vyjadřovat svůj názor. Svou odpověď rozšířilo pouze 11 žáků. Zazněly odpovědi typu: pohyb je důležitý kvůli udržení váhy, zabraňuje tloustnutí, je dobrý na odreagování, bez něj by byla nuda atd. Odpověď ne zakroužkovalo 29 žáků.

Tabulka č. 12: Myslíš, že je pohyb důležitý

	Ano	Ne
Máš rád pohyb	63	29

Zdroj: vlastní zpracování

8 Shrnutí a diskuze výsledků

V anketním šetření bylo studentům položeno deset otázek. Kromě toho, že jsem s pomocí odpovědí žáků určil, zda se potvrdily či vyvrátily hypotézy, zjistil jsem také mnoho užitečných a podstatných odpovědí k problematice volnočasových aktivit.

Hned první otázka, která se žáků ptala, zda se věnují nějaké sportovní volnočasové aktivitě, přinesla zajímavé výsledky. Zjištěno bylo, že rozdíl mezi sportovními volnočasovými aktivitami dívek a chlapců vybrané střední školy není větší než 10%, a proto se první hypotéza potvrdila. Z následného porovnání odpovědí žáků prvního a čtvrtého ročníku vyplynulo, že žáci prvního ročníku vybrané střední školy mají o 25 % více sportovních volnočasových aktivit než žáci čtvrtého ročníku stejné střední školy. Potvrdila se i druhá hypotéza.

Velmi překvapivý výsledek přinesla otázka č. 2, která se zabírala nejčastějšími mimoškolními aktivitami žáků. Žáci nejčastěji kroužkovali variantu, že chodí do kroužků či mají trénink. Nejhuře dopadlo, jako mimoškolní aktivita, čtení. Jemu se ve svém volném čase věnuje pouze šest žáků.

Ve třetí otázce se žáci mohli rozepsat, zda chodí pravidelně do nějakého kroužku. Počet žáků, kteří navštěvují takový kroužek, nebyl nijak vysoký. Pouze 39 žáků z 92. Vypsány byly kroužky jako např. fotbal, plavání, basketbal, florbal, gymnastika, skauting, judo, tancování, cyklistika, tenis, jízda na koni, atletika, mažoretky, jazykový kroužek, recitační kroužek, počítačový kroužek a keramický kroužek.

Čtvrtá otázka dopadla podle očekávání. Žáci měli napsat důvod návštěvy kroužku. Nejčastěji volili hned první odpověď, tj. chodí tam i kamarádi. Ostatní důvody byly zastoupeny o dost nižšími počty hlasů.

Pátá otázka hledala odpověď na to, na kterých místech se nejčastěji konají volnočasové aktivity, které žáci provozují. Nejvíce žáci odpovídali, že ve středisku volného času a ve sportovních klubech.

Šestá otázka byla položena jednoduše. Ptala se, zda si žák myslí, že má dostatek pohybu. Žákovým úkolem bylo upřímně se zamyslet nad svou situací a provést sebehodnocení. Celkem 59 žáků z 92 si myslí, že mají pohybu dost. K tomuto vysokému číslu jsme se asi

dostali díky nekvalitně provedenému sebehodnocení. Mnozí žáci se podle mého názoru přecenili.

Další otázka směřovala k zjištění, kdy se žáci více pohybují. Zda ve všední dny, či o víkendu. Nejvíce respondentů zvolilo odpověď všední dny.

Osmá otázka se zajímala o to, s kým volnočasové aktivity žák vykonává. Volit mohl z variant spíše sám, s rodinou, sám i s rodinou a s kamarády. Žáci nejčastěji zakroužkovali variantu za d) s kamarády. Odpověď plně vypovídá o potřebách mladistvých. Kamarádi jsou pro ně velmi důležití a při volnočasové aktivitě s nimi chtějí trávit čas.

Devátá otázka byla položena prostě, avšak její význam je podstatný. Žáků se ptala, zda mají rádi pohyb. Ano odpovědělo 66 žáků a ne si vybralo za svou odpověď pouze 26 žáků. Z výsledku jasně vyplývá, že žákům pohyb není cizí a nalézají při něm pocit uspokojení, ale musí mít k němu příležitost.

Poslední otázka se zaměřila na hloubavost mladých studentů. Odpovědět měli na to, zda je pohyb důležitý. Odpověď ano zvolilo 63 žáků. Proč však zveřejňovat nechtěli. Rozšiřujících názorů bylo velmi málo. Z toho mála mohu uvést např. pohyb je důležitý kvůli udržení váhy, zabraňuje tloustnutí či je dobrý na odreagování. Odpovědi na danou otázku dokázaly, že většina žáků je uvědomělá a ví, že pohyb je důležitý. Otázkou zůstává, proč jsou tedy tak často spatřováni u stolu s počítačem nebo jinou elektronikou místo, toho, aby byli venku a věnovali se sportu.

Podle mého názoru je důležité se dětem věnovat a vést je k pohybu. I když si mnozí myslí, že 15 až 19 let je dostatečný věk pro to, aby mladiství rozhodovali o svém volném čase, není tomu tak. Právě mladistvé v tomto věku je potřeba edukovat a vést, aby jejich dosavadní pohybové aktivity neskončily, ale pokračovaly i na střední škole.

9 Závěr

Bakalářská práce Volnočasové aktivity středoškoláků se zaměřením na sportovní aktivity přinesla v teoretické části literární rešerši problematiky volného času a volnočasových aktivit. V empirické části pak navazovalo výzkumné šetření za pomoci anketního průzkumu, jehož cílem bylo získat aktuální poznatky o volnočasových aktivitách středoškoláků s bližším zaměřením na ty sportovní.

Výzkumné šetření bylo provedeno na Obchodní akademii, Střední odborné škole a Jazykové škole s právem státní jazykové zkoušky v Hradci Králové. A to u žáků prvního, druhého, třetího i čtvrtého ročníku. Z každého ročníku byla vybrána jedna třída. Na základě toho byly získány aktuální poznatky o volnočasových aktivitách středoškoláků na vybrané střední škole. Stanoveny byly dvě hypotézy:

H1: Rozdíl mezi sportovními volnočasovými aktivitami dívek a chlapců vybrané střední školy není větší než 10%.

H2: Žáci prvního ročníku vybrané střední školy mají o 25 % více sportovních volnočasových aktivit než žáci čtvrtého ročníku stejné střední školy.

Hypotézy byly potvrzeny anketním šetřením a cílů empirické části práce bylo dosaženo. Práce má tedy definovatelný přínos. Průzkum i s hypotézami byl proveden v rámci čtvrté kapitoly bakalářské práce.

Celkově mohu konstatovat, že určité výsledky anketního šetření byly pro mě překvapující a některé se daly očekávat. Z průzkumu je patrné, že žáci mají pohyb rádi a vědí, že je důležitou součástí běžného života, ale méně z nich se mu pravidelně věnuje. Chybu vidím hlavně v přístupu rodiny, která dětem nedává dostatečný příklad, a tak děti nejsou k pohybu vedeny.

Pozitivně vidím i výsledky týkající se nejčastější mimoškolní aktivity žáků. Žáci sami uvedli, že nejčastěji tráví volný čas chozením do kroužků či na trénink. Hned za tímto výsledkem se umístilo sledování televize, což bylo následováno pobytem venku.

Závěrem bych chtěl říci, že podle mého názoru patří žáci, kteří odpovídali na anketní šetření, k těm uvědomělejším z dnešní mladé generace a dá se s nimi do budoucna pracovat.

V rámci zvoleného tématu jsou zřejmé i možnosti dalšího zkoumání. V rámci zpracování diplomové práce bych se rád zaměřil na rozšíření zkoumaného vzorku a porovnání různých typů škol.

Použitá literatura

Knižní publikace

BENDL, Stanislav. *Vychovatelství: učebnice teoretických základů oboru*. Praha: Grada, 2015. Pedagogika (Grada). ISBN 97880-247-4248-9.

ČÁBALOVÁ, Dagmar. *Pedagogika*. Praha: Grada, 2011. 272 s. ISBN 978-80-247-2993-0.

HÁJEK, Bedřich, Břetislav HOFBAUER a Jiřina PÁVKOVÁ. *Pedagogické ovlivňování volného času: trendy pedagogiky volného času*. Vyd. 2., aktualiz. [i.e. 3. vyd.]. Praha: Portál, 2011.

KOLÁŘ, Zdeněk. *Výkladový slovník z pedagogiky: 583 vybraných hesel*. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3710-2.

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, odbor pro mládež. *Volný čas a prevence u dětí a mládeže*. Praha, 2002. ČIHÁK TISK.

PÁVKOVÁ, Jiřina. *Pedagogika volného času*. V Praze: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2014. ISBN 978-80-7290-666-6.

PÁVKOVÁ, Jiřina. *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času*. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-295-5.

SPOUSTA, Vladimír. *Kapitoly z pedagogiky volného času*. Brno: Masarykova univerzita, 1996. ISBN 80-210-1274-9.

VYHNÁLKOVÁ, Pavla. *Základy pedagogiky volného času*. V Olomouci: Univerzita Palackého, Pedagogická fakulta, 2013. ISBN 978-80-86768-73-1.

Časopisy

HOFBAUER, Břetislav. Volný čas a jeho pedagogické zhodnocení. *PEDAGOGIKA*. Časopis pro vědy o vzdělání a výchově. Praha: Pedagogická fakulta Univerzity Karlovy, 2003, 1951-. ISSN 3330-3815.

Kvalifikační práce

JURTÍKOVÁ, Hana. *Výchova dětí ve volném čase*. Brno, 2011. Bakalářská práce. Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně. Vedoucí práce: PaedDr. Libuše Mazánková, Dr.

KLEPKOVÁ, Iveta. *Volný čas a zájmové aktivity v dětských domovech*. Olomouc: Univerzita Palackého, Pedagogická fakulta, 2010. Vedoucí práce: PhDr. Zuzana Tichá, Ph.D.

RUIDEROVÁ, Simona. *Volnočasové aktivity dětí a mládeže v oblasti polymerových hmot: bakalářská práce*. Brno: Masarykova univerzita, Fakulta pedagogická, Katedra fyziky, chemie a odborného vzdělávání, 2016. 65s. Vedoucí práce Mgr. Pavel Pecina, Ph.D.

VOPĚNKOVÁ, Tereza. *Volnočasové aktivity žáků ve 3. až 5. ročníku základní školy a jejich vztah k alkoholu a tabáku*. Praha: Karlova univerzita, Pedagogická fakulta, Katedra školní a sociální pedagogiky, 2011. Vedoucí práce PhDr. Jarmila Mojžíšová, Ph.D.

Internetové stránky

BELDÍK, Stanislav. Školství a volný čas: Školská výchovná a ubytovací zařízení. *Školství a volný čas* [online]. Copyright © 2007 [cit. 18.01.2018]. Dostupné z: <http://skoly.praha.eu/Prehled-skolstvi/Skolska-vychovna-a-ubytovaci-zarizeni>.

Diagnostický ústav: Sociální práce. *Sociální práce* [online]. Copyright © 2008 Všechna práva vyhrazena. [cit. 19.01.2018]. Dostupné z: <http://socialni-prace.webnode.cz/diagnosticky-ustav/>.

HÁJEK, Bedřich. Paragrafy pro vychovatele - Asociace domovů mládeže a internátů České republiky. *O nás - Asociace domovů mládeže a internátů České republiky* [online]. Copyright © 2011 [cit. 23.04.2019]. Dostupné z: <http://www.domovy-mladeze.cz/index.php?p=38>.

Hlavní principy skautského programu | Skaut.cz. *Úvodní stránka | Skaut.cz* [online]. Copyright © 2018 [cit. 19.01.2018]. Dostupné z: <https://www.skaut.cz/skauting/skautsky-program/hlavni-principy-programu>.

Mimoškolní výchova: VUVM. *Výchovný ústav Velké Meziříčí: VUVM* [online]. Copyright © 2015 [cit. 19.01.2018]. Dostupné z: <http://www.vuvm.cz/vychovny-ustav-zdar-nad-sazavou-mimoskolni-vychova>.

Přibývá stále více obézních dětí, upozorňuje Dětská nemocnice FN Brno - Fakultní nemocnice Brno. *Fakultní nemocnice Brno* [online]. Copyright © Fakultní nemocnice Brno. Všechna práva vyhrazena. [cit. 23.04.2019]. Dostupné z: <https://www.fnbrno.cz/pribyva-stale-vice-obeznich-deti-upozornuje-detska-nemocnice-fn-brno/t6346>.

Současné vedení Junáka - českého skauta | Skaut.cz. *Úvodní stránka* | *Skaut.cz* [online]. Copyright © 2018 [cit. 19.01.2018]. Dostupné z: <https://www.skaut.cz/skauting/o-skautingu/vedeni-organizace>.

Školské zařízení a druhy školských zařízení (školský zákon) | Lewik. *Lewik* [online]. Copyright © MD 2014 [cit. 20.02.2018]. Dostupné z: <https://www.lewik.org/term/10900/skolske-zarizeni-a-druhy-skolskych-zarizeni-skolsky-zakon/>.

VODÁKOVÁ, Jana. Jak žijí naši středoškoláci. *Document Moved* [online]. Copyright © 2003 [cit. 24.04.2019]. Dostupné z: <https://www.zkola.cz/rodice/zajimaveclanky/Stranky/Jak-ziji-nasi-stredoskolaci.aspx>.

Seznam grafů

Graf č. 1: Rozdíl mezi sportovními volnočasovými aktivitami dívek a chlapců28

Graf č. 2: Počet žáků věnující se sport. volnočas. aktivitě v prvním a čtvrtém ročníku29

Seznam tabulek

Tabulka č. 1: Jste muž nebo žena.....27

Tabulka č. 2: Rozdíl mezi sportovními volnočasovými aktivitami dívek a chlapců.....28

Tabulka č. 3: Počet žáků věnující se sportovní volnočasové aktivitě v prvním a čtvrtém ročníku.....29

Tabulka č. 4: Jaká je tvoje nejčastější mimoškolní aktivita30

Tabulka č. 5: Chodíš do nějakého pravidelného kroužku či klubu30

Tabulka č. 6: Jaký je důvod tvého chození do kroužku30

Tabulka č. 7: Která místa využíváš ke své volnočasové aktivitě31

Tabulka č. 8: Myslíš si, že máš denně dostatek pohybu31

Tabulka č. 9: Máš více pohybu ve všední dny nebo o víkendu31

Tabulka č. 10: Absolvuješ volnočasové aktivity spíše sám nebo s rodinou32

Tabulka č. 11: Máš rád pohyb32

Tabulka č. 12: Myslíš, že je pohyb důležitý33

Přílohy

Příloha č. 1: Anketa

Dobrý den,

jsem studentem Univerzity Hradec Králové, Pedagogické fakulty, 3. ročníku studijního oboru Učitelství praktického vyučování a rád bych Vás požádal o vyplnění ankety.

Píši bakalářskou práci na téma Volnočasové aktivity středoškoláků se zaměřením na sportovní aktivity a obracím se na Vás s prosbou o sdělení Vašich názorů na tuto problematiku. Váš názor je velmi důležitý a přínosný, jelikož díky němu zjistím skutečný stav problematiky.

Anketu tvoří deset otázek. Většina je škálového typu. Anketu však tvoří i otázky polozavřené, kde můžete vyjádřit Váš názor. Vaši zvolenou odpověď označte zakroužkováním vybrané odpovědi. Zakroužkujte prosím vždy jen jednu odpověď. První otázka slouží pouze k Vašemu rozčlenění.

Vyplněním této ankety mi pomůžete při tvorbě bakalářské práce a za to vám velmi děkuji.

Anketa je anonymní, nemusíte se tedy bát zneužití vašich odpovědí.

Děkuji za spolupráci.

Petr Martinek

- 1. Jste muž nebo žena?**
 - a) muž
 - b) žena
- 2. Věnuješ se nějaké sportovní volnočasové aktivitě?**
 - a) ano
 - b) ne
- 3. Jaká je tvoje nejčastější mimoškolní aktivita?**
 - a) chodím do kroužků či mám trénink
 - b) dívám se na televizi
 - c) čtu si
 - d) pracuji s počítačem (využívám pro školu či hledání informací)
 - e) hraji hry na počítači
 - f) jsem venku (hraji si s kamarády, kolo,.....)
- 4. Chodíš do nějakého pravidelného kroužku či klubu? Pokud ano, kam?**
 - a) ano, _____
 - b) ne
- 5. Jaký je důvod tvého chození do kroužku?**
 - a) chodí tam i kamarádi
 - b) chtěli to rodiče
 - c) chtěl/a jsem to zkusit
 - d) jiný důvod
- 6. Která místa využíváš ke své volnočasové aktivitě?**
 - a) středisko volného času
 - b) školní prostory
 - c) sportovní kluby
 - d) prostory zájmových kroužků
 - e) jiné prostory
- 7. Myslíš si, že máš denně dostatek pohybu?**
 - a) ano
 - b) ne
- 8. Máš více pohybu ve všední dny nebo o víkendu?**
 - a) všední dny
 - b) víkend
 - c) stejně

9. Absolvuješ volnočasové aktivity spíše sám nebo s rodinou?

- a) spíše sám
- b) s rodinou
- c) sám i s rodinou
- d) s kamarády

10. Máš rád pohyb?

- a) ano
- b)) ne

11. Myslíš, že je pohyb důležitý? Pokud ano, proč?

- a) ano, _____
- b) ne

Děkuji za Váš čas!