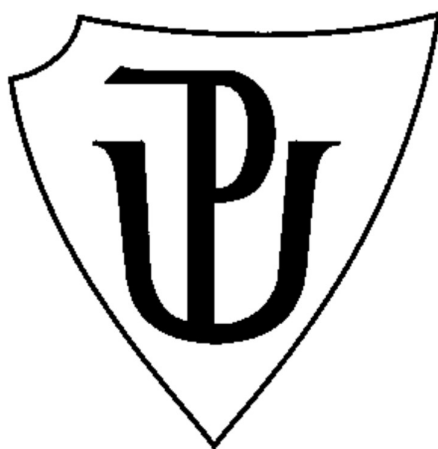


UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI  
PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Ústav pedagogiky a sociálních studií



**DIPLOMOVÁ PRÁCE**

Bc. Jana Voštová

**Netradiční sportovní aktivity jako nový koncept příměstského  
tábora v sociálně vyloučené oblasti**

Vedoucí práce: Mgr. Tereza Buchtová, Ph.D.

Olomouc 2022

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci na téma: Netradiční sportovní aktivity jako nový koncept příměstského tábora v sociálně vyloučené oblasti vypracovala samostatně pod dohledem vedoucího diplomové práce a že jsem použila jen uvedených pramenů a literatury.

V Olomouci dne 20. 6. 2022

---

## **Poděkování**

Ráda bych poděkovala své vedoucí diplomové práce Mgr. Tereze Buchtové, Ph.D. za skvělé vedení a vstřícný přístup. Velice si cením odborných rad a připomínek. Dále bych ráda poděkovala své rodině a přátelům za podporu při tvorbě.

## **Anotace**

Předkládaná diplomová práce se zabývá tématem netradičních sportovních aktivit jako nový koncept příměstského tábora v sociálně vyloučené oblasti. Příměstský tábor byl realizován v sociálně vyloučené lokalitě Frýdlantsko a je zkoumán jeho vliv na děti z této oblasti. Dále bylo zkoumáno, zdali nedojde u dětí k rizikovému chování ve sportu.

V teoretické části se nalézají kapitoly: Výchova a vzdělávání; Volný čas a mimoškolní vzdělávání a termíny s nimi související; Mladší školní období a jeho vývojové zvláštnosti; Zážitková pedagogika; Reflexe a sebereflexe; Sociálně vyloučená oblast a její obecná definice; Sport a rizikové chování ve sportu.

Praktická část analyzuje získaná data z rozhovoru a pozorování. Poskytuje informace o tom, jaký vliv měl příměstský tábor na děti a jak ovlivnil jejich chování.

**Klíčová slova:** Děti mladšího školního věku, netradiční sportovní hry, příměstský tábor, zážitková pedagogika; sportovní aktivity

## **Annotation**

The submitted diploma thesis deals with the topic of non-traditional sports activities as a new concept of suburban camp in a socially excluded area. The suburban camp was implemented in the socially excluded locality of Frýdlant and its impact on children from this area is being investigated. It was also investigated whether children engage in risky behaviour in sports.

In the theoretical part there are chapters: Education; Leisure and extracurricular education and related dates; The younger school period and its developmental peculiarities; Experiential pedagogy; Reflection and self-reflection; Socially excluded area and its general definition; Sport and risky behaviour in sport.

The practical part analyses the data obtained from the interview and observations. It provides information on how the suburban camp has affected children and how it has affected their behaviour.

**Key words:** Children of younger school age, non-traditional sports games, suburban camp, experiential pedagogy; sport activeities

# Obsah

Úvod.....	8
Teoretická část.....	10
1    Výchova a vzdělávání.....	10
1.1    Vychovatel.....	11
1.2    Výchovný (výukový) cíl.....	12
1.2.1    Komplexnost.....	12
1.2.2    Konzistentnost.....	13
1.2.3    Kontrolovatelnost.....	13
1.2.4    Přiměřenost.....	14
1.2.5    Taxonomie vzdělávacích (kognitivních) cílů.....	14
1.2.6    Taxonomie postojových (afektivních) cílů.....	14
1.2.7    Taxonomie výcvikových (psychomotorických) cílů.....	15
2    Volný čas a mimoškolní vzdělávání.....	16
2.1    Historický vývoj trávení volného času.....	16
2.1.1    Současná podoba trávení volného času.....	17
2.2    Funkce volného času.....	17
2.3    Činitele ovlivňující způsob trávení volného času.....	17
2.3.1    Vnitřní činitele.....	18
2.3.2    Vnější činitele.....	18
2.4    Volný čas dětí a mládeže.....	19
2.4.1    Problémy trávení volného času dětí a mládeže.....	20
2.5    Výchova ve volném čase.....	21
2.5.1    Funkce výchovy ve volném čase.....	22
2.5.2    Cíle, podmínky a prostředky výchovy ve volném čase.....	23
2.5.3    Specifické požadavky na výchovu ve volném čase.....	24
2.5.4    Školská výchovná zařízení podílející se na výchově ve volném čase.....	25
2.6    Pedagogika volného času.....	26
2.6.1    Pedagog volného času.....	26
3    Mladší školní období.....	27
3.1    Vývoj základních schopností a dovedností.....	27
3.1.1    Emoční vývoj a socializace.....	27
4    Zážitková pedagogika.....	29
4.1    Kolbův cyklus – zkušenostní učení.....	30
4.2    Flow.....	30
4.3    Komfortní zóny.....	31
4.4    Princip dobrovolnosti.....	31
4.5    Hra.....	32
4.6    Skupinová dynamika.....	33
5    Reflexe a sebereflexe.....	35
5.1    Podmínky pro zdárný průběh reflexe.....	36
5.2    Evaluace edukačních programů.....	36
6    Sociálně vyloučená oblast.....	38

6.1	Sociálně vyloučená oblast Frýdlantsko.....	38
7	Sport .....	40
7.1	Sport a výchova .....	41
7.1.1	Cíle a úkoly sportovní výchovy .....	41
7.1.2	Výchova osobnosti ve sportu .....	42
7.2	Diagnostika ve sportu .....	43
7.2.1	Diagnostické prostředky.....	44
7.3	Agrese, násilí a doping ve sportu.....	45
7.4	Netradiční sportovní hry .....	46
	Praktická část .....	48
8	Zásady pro vypracování diplomové práce.....	48
8.1	Cíl práce.....	48
8.2	Výzkumné otázky .....	48
8.3	Výzkumná strategie .....	48
8.4	Výzkumná metoda.....	49
8.5	Metody analýzy .....	49
8.6	Výzkumný soubor.....	49
8.7	Předvýzkum.....	49
8.7.1	Zhodnocení stavu aktuální problematiky .....	50
8.8	Program příměstského tábora .....	52
8.8.1	Den první – pondělí .....	52
8.8.2	Den druhý – úterý.....	55
8.8.3	Den třetí – středa.....	57
8.8.4	Den čtvrtý – čtvrtek .....	57
8.8.5	Den pátý – pátek .....	59
8.9	Analýza dat – případová studie.....	61
8.10	Diskuse .....	64
	Závěr .....	66
	Citovaná literatura .....	67
	Seznam obrázků .....	69
	Seznam tabulek.....	69
	Seznam použitých zkratk .....	69
	Seznam příloh.....	69

## Úvod

V diplomové práci se budu zabývat netradičními sportovními aktivitami jako nový koncept příměstského tábora v sociálně vyloučené oblasti.

Hlavní motivací pro volbu diplomové práce byl především můj vztah k netradičním sportovním aktivitám a vedení příměstských táborů. Téma diplomové práce jsem si zvolila, protože se již několikátým rokem věnuji příměstským táborům se zaměřením na netradiční sportovní aktivity v sociálně vyloučené lokalitě Frýdlantsko. Toto téma je mi blízké již

od bakalářského studia, kdy jsem na Univerzitě v Liberci poznala netradiční sportovní aktivity a rozhodla se je začít zprostředkovávat dětem. Tento nápad se u dětí uchytil a je velmi oblíbený.

Protože se v České republice zatím nikdo uceleně nevěnoval netradičním sportovním aktivitám jako téma příměstského tábora, přišlo mi zajímavé zaměřit se na tuto oblast a využít ji v sociálně vyloučené lokalitě Frýdlantsko, kde díky dotacím již několik let vedu příměstské tábory během letních prázdnin. Myslím si, že z této diplomové práce budou moci kolegové čerpat do svých vlastních volnočasových aktivit a rozvíjet tak netradiční sportovní aktivity po celé České republice. Ráda bych touto prací zdůraznila, že se někdo tomuto tématu v České republice věnuje a že to děti baví a naplňuje. Děti ze sociálně vyloučené oblasti bývají velmi vděčné za jakékoliv volnočasové aktivity, jelikož se jim téměř nikdo nevěnuje.

Cílem diplomové práce je v teoretické části ukotvit problematiku vztahující se k tématu práce, aby se čtenáři lépe orientovali a seznámili se základními pojmy, se kterými práce souvisí. Praktická část má za cíl zanalyzovat možnost využitelnosti nového volnočasového konceptu příměstského tábora zaměřeného na netradiční sportovní aktivity v sociálně vyloučené oblasti a jeho vliv na rozvoj jedince.

První kapitola je věnována základním pedagogickým a psychologickým termínům. Navazující kapitola se zaměřuje na pedagogiku volného času a odborné termíny s ní souvisejí. Třetí kapitola se věnuje vymezení mladšího školního věku, což je věková skupina, pro kterou je program příměstského tábora vytvořen. Následuje kapitola se základy zážitkové pedagogiky a vymezení například Kolbova cyklu nebo skupinové dynamiky. Pátá kapitola je věnována reflexi a sebereflexi, která je potřebná jako zpětná vazba pro vedoucí tábora a pochopení co účastníci během aktivit zažívají. V šesté kapitole je definována sociálně



vyloučená oblast obecně a konkrétně sociálně vyloučená lokalita Frýdlantsko. V poslední teoretické kapitole se věnuji vymezení sportu, sportovní výchovy, rizikového chování a netradičním sportovním hrám.

Praktická část obsahuje informace o provedeném výzkumu, metody sběru dat, metodu analýzy dat a zhodnocuje výsledky provedeného výzkumu.

## **Teoretická část**

### **1 Výchova a vzdělávání**

Dle psychologického slovníku je výchova: „*Více či méně systematické rozvíjení citových a rozumových schopností člověka, utváření jeho postojů, způsobů chování, v souladu s cíli dané skupiny a kultury.*“ (Hartl & Hartlová , 2010, s. 670)

Pedagogický slovník definuje výchovu jako: „*Proces záměrného působení na osobnost člověka s cílem dosáhnout pozitivních změn v jejím vývoji.*“ (Průcha , et al., 2009, s. 277)

Výchova a vzdělávání jsou základními pedagogickými jevy a jsou úzce propojené.

Výchova je činnost, při které dochází k předávání duchovního majetku z generace na generaci. Pomocí výchovy si jedinec osvojuje vzorce chování, společenské normy, komunikační rituály apod. Osvojování probíhá již od útlého věku dítěte. V pedagogice je výchova hlavní složkou socializace. Socializace je proces, při kterém dochází k začleňování člověka do společnosti, pomocí přejímání norem, kultury apod. Výchova je záměrné působení na osobnost jedince. Pomocí výchovy se snažíme formovat a utvářet osobnost jedince. Můžeme rozlišovat několik typů výchovy: rozumovou, mravní, citovou, tělesnou a další. Výchova je velice blízká vzdělávání, protože většinou oboje probíhá současně. (Průcha, 2015, s. 16)

Obsah výchovy není nikde pevně stanovený, a tak je na pedagogovi, jak k výchově přistoupí, měl by ovšem brát ohled na pedagogicko-psychologické požadavky, přání a potřeby vychovávaných. Jelikož obsah výchovy není pevně stanoven, musí být i její hodnocení individuální s ohledem na pokrok, snahu a radost z činnosti. (Průcha, 2015, s. 16-17)

Dle psychologického slovníku vzdělávání je: „*Učením zprostředkované přejímání dosavadních zkušeností lidstva, chování a hodnotových systémů.*“ (Hartl & Hartlová , 2010, s. 676)

Pedagogický slovník definuje vzdělávání jako: „*Zkonstruovaný systém informací a činností, které jsou plánovány v kurikulu různých škol a vyučovacích předmětů a realizovány ve výuce.*“ (Průcha , et al., 2009, s. 292)

Vzdělávání je proces, při kterém dochází k záměrnému osvojování poznatků, postojů a dovedností. Vzdelávání nejčastěji probíhá prostřednictvím školního vyučování. (Průcha, 2015, s. 16)

## 1.1 Vychovatel

Dle zákona č. 563/2004 Sb. o pedagogických pracovnících: *„Vychovatel, který vykonává přímou pedagogickou činnost ve školském výchovném a ubytovacím zařízení nebo v jeho oddělení zřízeném pro děti a žáky se speciálními vzdělávacími potřebami, ve školském zařízení pro výkon ústavní výchovy nebo ochranné výchovy, nebo ve středisku výchovné péče, získává odbornou kvalifikaci*

a) *vysokoškolským vzděláním získaným studiem v akreditovaném studijním programu v oblasti pedagogických věd zaměřené na speciální pedagogiku nebo sociální pedagogiku,*

b) *vyšším odborným vzděláním získaným ukončením akreditovaného vzdělávacího programu vyšší odborné školy v oboru vzdělání zaměřeném na speciální pedagogiku, nebo*

c) *vzděláním stanoveným pro vychovatele podle odstavce 1 a vzděláním v programu celoživotního vzdělávání uskutečňovaném vysokou školou a zaměřeném na speciální pedagogiku.“*  
(AION CS, 2022)

Dle Bendla: *„Posláním vychovatele je rozvíjet a pěstovat u dětí takové vlastnosti hodnoty a postoje, které prospívají jak vychovávaným (individuální výchovný cíl), tak ostatním lidem, společnosti (sociální výchovný cíl).“* (Bendl, 2015, s. 12)

Vychovatel se může uplatnit ve školní družině, školním klubu, domovech mládeže, školách v přírodě, internátech a zařízeních pro ústavní nebo ochrannou výchovu. Vychovatel by měl splňovat určité požadavky pro výkon své profese. Do těchto požadavků kromě odborného vzdělání spadá také schopnost empatie, komunikační dovednosti, odolnost vůči stresovým situacím, pozitivní naladění a pozitivní vztah k lidem. Dobrý vychovatel by měl umět jednat s lidmi, motivovat je a naslouchat jim. Obzvláště u dětí je empatie velmi důležitá, protože nám může pomoci odhalit skryté problémy. Volný čas je velmi proměnlivé prostředí, a proto by vychovatel měl umět improvizovat a přizpůsobovat se proměnlivým podmínkám. Vychovatel by měl být při svých aktivitách tvořivý a využívat co nejvíce svou fantazii. S tvořivostí a fantazií souvisí také hravost, radost ze hry a smysl pro humor. Jelikož vychovatel během své činnosti pro děti zprostředkovává pestré množství aktivit, měl by být fyzicky zdatný a být v dobrém zdravotním stavu, aby mohl aktivity provozovat se svými klienty. (Bendl, 2015, s. 12-14)

Vychovatel by měl být schopen u dětí rozvíjet takové hodnoty, postoje a vlastnosti, které jsou prospěšné pro ně samotné a také pro společnost. V procesu výchovy je aktivnější vychovatel, protože má zodpovědnost za průběh procesu. Vychovatel by měl být pro děti oporou a měl by je směřovat k sebevýchově, aby byly samostatné.

## **1.2 Výchovní (výukový) cíl**

Výchovní cíl patří mezi základní pedagogické kategorie a pomáhá nám poznat a pochopit koncepci výchovy. Z výchovního cíle můžeme odvodit prostředky, principy formy, ale i metody výchovy, které využijeme pro danou aktivitu či program. Výchovní cíl určuje směřování celého vzdělávacího programu. Pokud budeme při tvorbě programu sledovat vytyčený cíl, bude program účinný, funkční a efektivní. Výukové nebo také výchovní cíle by měli být komplexní, konzistentní, kontrolovatelné a přiměřené. Výchovní cíle můžeme dělit na: cíle individuální (zaměřené na osobnostní rozvoj jedince), sociální (rozvoj sociálních dovedností), obecné (cíle společné pro celou výchovu, mnohostranný rozvoj), specifické (rozvoj konkrétních vědomostí, dovedností nebo návyků), materiální (osvojení konkrétní učební látky ke zvládnutí teoretických nebo praktických úkolů), adaptační (uzpůsobený stávajícím podmínkám jedince), anticipační (příprava jedince pro budoucí společnost), autonomní (takový cíl, který si stanoví vychovávaný sám) a heteronomní (cíl stanovený někým jiným). (Obst, 2017, s. 43-44)

### **1.2.1 Komplexnost**

Pokud navrhujeme výukový cíl pro celý program, měli bychom dbát na to, aby obsahoval všechny tři složky: vzdělávací, postojovou a výcvikovou (psychomotorickou). Pokud navrhujeme cíl na jednotlivé lekce, nemusí vždy obsahovat všechny tři složky. Vzdělávací cíle směřují ke kognitivní oblasti osobnosti žáka. Tyto cíle nám definují, co a jak se má účastník programu naučit. Pokud by se například jednalo o vyučovací hodinu, mohl by nám výukový cíl definovat učební úlohy, které má žák umět vyřešit. U postojových cílů, by se měl učitel nebo vedoucí programu zamyslet nad aktivitou jako celkem a uvažovat jaké postoje žáka tato aktivita může ovlivnit. Můžeme ovlivňovat buď samotné postoje žáků, nebo hodnotovou orientaci, osobní schopnosti pro vzájemnou spolupráci a další. U výcvikových cílů bychom se měli zamyslet nad tím, jaké psychomotorické dovednosti bychom chtěli u svých svěřenců rozvíjet. Pomocí výcvikových cílů můžeme rozvíjet

například jemnou motoriku, pokud budeme chtít, aby naši svěřenci něco nakreslili nebo koordinaci pohybů. (Obst, 2017, s. 44)

### **1.2.2 Konzistentnost**

Konzistentnost znamená, že nižší cíle musí být podřízené vyšším cílům a musí vést k jejich splnění. Výukové aktivity by měly mít vždy stanovený hlavní obecný výukový cíl, od kterého se pak odvíjejí další nižší, dílčí cíle, které jsou konkrétnější. Například u půlročního kroužku bychom nejprve stanovili cíl celého kroužku, a poté stanovili dílčí konkrétnější cíle na jednotlivé hodiny kroužku. Pod těmito cíli by byly ještě definovány dílčí cíle jednotlivých aktivit, které v rámci hodiny odvedeme. Při tvorbě cílů je důležité dodržovat jejich konzistentnost, aby byly navzájem propojené a vedly ke splnění hlavního obecného cíle. To znamená, že cíle jednotlivých aktivit v hodině musí vést ke splnění cíle, který je na danou hodinu stanoven a cíle jednotlivých hodin musí vést ke splnění hlavního výukového cíle. (Obst, 2017, s. 45)

### **1.2.3 Kontrolovatelnost**

Správně stanovený výukový cíl by měl obsahovat požadovaný výkon, podmínky, za kterých má být tohoto výkonu dosaženo a normu výkonu. Díky těmto kritériím bude výukový cíl kontrolovatelný a ověřitelný. Kritéria kontrolovatelnosti výukových cílů využijeme především u cílů vzdělávacích a výcvikových, u postojoyých cílů nelze tato kritéria zajistit, a to především proto, že postojoyé cíle jsou dlouhodobé a míra zvnitřnění je těžko odhadnutelná. Požadovaný výkon by měl být dostatečně specificky vymezen, aby bylo možné tento výkon u svěřence pozorovat. K vymezení výkonu bychom měli používat aktivní slova (např. nakreslit, definovat apod.) spolu s předmětem činnosti (např. obrázek, rovnici apod.). Podmínky výkonu nám definují, jaké jsou předpoklady pro realizaci výkonu, např. samostatně za určitý čas s pomocí určitých pomůcek. Norma výkonu vyjadřuje kvalitu výkonu k určitému cíli, např. kolik dřepů by měl žák zvládnout udělat. Jednodušší je stanovit cíle pro předměty jako je matematika, fyzika apod., protože mají jasně stanovené učivo. Složitější je stanovit cíl pro předměty nebo aktivity, které nemají pevně dané učivo, jako jsou například společenské vědy. (Obst, 2017, s. 45-46)

#### **1.2.4 Přiměřenost**

Přiměřenost nám určuje, jak moc mají být výukové cíle náročné. Výukový cíl by měl být pro jedince náročný a splnitelný. Musíme tedy dbát na to, aby nebyl příliš náročný nebo naopak příliš jednoduchý. Pro stanovení přiměřenosti výukových cílů je nutné, abychom dobře znali jedince, kterým cíl definujeme. (Obst, 2017, s. 46)

#### **1.2.5 Taxonomie vzdělávacích (kognitivních) cílů**

Niemierko stanovil taxonomii vzdělávacích (kognitivních) cílů a rozdělil ji na dvě úrovně a každá z nich se dělí ještě na další dvě. První úroveň je úrovní vědomostí a dělíme ji ještě na úroveň zapamatování poznatků a úroveň porozumění poznatkům. U podúrovně zapamatování poznatků by měl být jedinec schopen vybavit si určitá fakta, teorie a tato fakta nezaměňovat a nezakreslovat. U této podúrovně využíváme při stanovení cílů tato aktivní slovesa: opakovat, napsat, znát, pojmenovat, vybrat, doplnit apod. U druhé podúrovně jedinec dokáže zapamatované vědomosti vysvětlit tak, jak si je zapamatoval, uspořádat je a zestručnit. Pro stanovení cíle na této podúrovní využijeme tato aktivní slovesa: dokázat, jinak formulovat, odhadnout, vypočítat, vysvětlit, vyjádřit vlastními slovy apod. Druhá hlavní úroveň se nazývá úroveň dovedností a dělíme ji ještě na úroveň používání vědomostí v typových situacích a na používání vědomostí v problémových situacích. Používání vědomostí v typových situacích znamená, že jedinec ovládá používání určitých vědomostí podle dříve připravených vzorů. Pro stanovení cíle na této podúrovní použijeme tato aktivní slovesa: aplikovat, načrtnout, použít, vyzkoušet. Používání vědomostí v problémových situacích znamená, že jedinec dokáže formulovat problémy, provádět analýzu, formulovat plán činností apod. U poslední podúrovně lze použít mnoho aktivní sloves jako například: provést rozbor, rozlišit, navrhnout, shrnout, zdůvodnit apod. U této taxonomie je důležité nejprve určit stupeň úrovně, na jaké si jedinci mají dané učivo osvojit. (Obst, 2017, s. 47-48)

#### **1.2.6 Taxonomie postojových (afektivních) cílů**

Taxonomie postojových cílů je na rozdíl od taxonomie kognitivních cílů postavená na zvnitřňování hodnot. Taxonomie je opět dělena na dvě úrovně, kdy každá úroveň je rozdělena na dvě. První úroveň v sobě skrývá účast na činnosti a podjímání se činnosti. Účast na činnosti znamená, že jedinec se danému druhu činnosti nevyhýbá, ale neúčastní se jí z vlastní vůle, pouze se přizpůsobuje dané aktivitě. Podjímání se činnosti můžeme vysvětlit jako samostatné zahájení určité činnosti, do které je jedinec vnitřně angažovaný.

Jedinec se na této úrovni pouze nepřizpůsobuje dané činnosti, ale sám ji organizuje, toto jednání je ovšem zatím málo zvnitřněné. Do druhé úrovně patří naladění k činnosti a systém činnosti. U naladění k činnosti je jedinec k činnosti nakloněn a snaží se k ní ostatní nalákat, chybí mu však zobecnění vlastního vztahu k této činnosti. U systému činnosti má jedinec uspořádaný soubor zásad jednání a v činnosti je jeho jednání osobně svérázné. Toto jednání lze považovat za rys osobnosti. (Obst, 2017, s. 51)

### **1.2.7 Taxonomie výcvikových (psychomotorických) cílů**

Taxonomii výcvikových cílů vytvořil R. H. Devey a obsahuje celkem pět kategorií. Tyto kategorie jsou odvozené od fází utváření pohybových dovedností. První kategorií je imitace (nápodoba). Jedinec nejprve pozoruje danou činnost a vědomě ji začíná napodobovat. Druhá kategorie je manipulace (praktická cvičení). Jedinec je v této fázi schopen vykonat určitý pohyb podle slovního návodu. V této fázi je jedinec schopen rozlišovat mezi různými činnostmi a je schopen se rozhodnout, která z nich bude nejvhodnější. Třetí kategorie je zpřesňování. V této fázi je jedinec schopen vykonávat zadaný pohyb přesněji a díky tomu i účinněji. Čtvrtá kategorie se nazývá koordinace. Jedinec je schopen vykonat několik různých pohybů řazených za sebou v určitém pořadí. Poslední kategorií je automatizace. V této fázi jedinec vykonává pohyb automatizovaně (co nejpřesněji a nejučinněji) bez vynaložení velkého množství energie. Tak jako u předchozích taxonomií není možné postoupit na vyšší úroveň bez zvládnutí té předchozí. (Obst, 2017, s. 52-53)

## 2 Volný čas a mimoškolní vzdělávání

Každodenní činnosti můžeme rozdělit to třech časových bloků, a to na čas pracovní, čas vázaný a čas volný. Čas pracovní představuje pro dospělé dobu, kterou stráví v práci a pro děti dobu, kterou stráví ve škole. Čas vázaný je čas, kdy uspokojujeme fyziologické potřeby, například spánek, přijímání potravy, pečujeme o chod rodiny a domácnosti, připravujeme

se na vyučování, dojíždíme do školy nebo práce. Do času vázaného spadají jakékoliv mimoškolní nebo mimopracovní povinnosti. Čas volný můžeme vymezit jako čas, který nám zbývá po splnění povinností a uspokojení fyziologických potřeb. (Vyhnálková, 2013, s. 8-9)

Volný čas lze také chápat jako dobu, kdy člověk vykonává to, pro co se svobodně rozhodl a k čemu ho nikdo nenutí. Volný čas je čas na relaxaci, rekreaci, regeneraci, uvolnění, společenská setkání, poznávání světa, seberealizaci a činnosti, které si vybíráme podle svých potřeb a zájmů.

### 2.1 Historický vývoj trávení volného času

Již ve středověku můžeme nalézt první počátky trávení volného času dětí a mládeže. Děti, které bydlely v konviktech, útulcích či sirotčincích pro opuštěné děti, dostávaly celodenní péči, jejíž součástí bylo i výchovné působení ve volném čase. Toto trávení volného času nemá s dnešní podobou téměř nic společného, ale můžeme jej považovat za počátek. Smysluplné trávení volného času dětí a mládeže můžeme nalézt u Jana Ámose Komenského. Učitelé se dětem věnovali po vyučování a během volných dnů, kdy děti doučovali nebo se také věnovali jejich zájmům a nadání. (Vyhnálková, 2013, s. 36)

Dalším milníkem pro trávení volného času je vliv spolků a zájmových sdružení pro dospělé. Tyto spolky také věnovaly svou pozornost dětem a mládeži, aby začaly formovat své budoucí členy již od dětství. Později začaly vznikat spolky a zájmová sdružení, které se přímo orientovaly na děti a mládež. Velký vliv na vývoj trávení volného času mají také církve a náboženská společenství, které realizují volnočasovou činnost ve farnostech nebo institucích, které spravují. (Vyhnálková, 2013, s. 37)

Volnému času dětí a mládeže se společnost začala systematicky věnovat teprve v 19. století a v dnešní době je již považován za samozřejmost.



### **2.1.1 Současná podoba trávení volného času**

V dnešní době je volný čas individualizovaný a jeho podobě se u každého člověka podílí velké množství proměnných. Na trhu existuje pestrá nabídka volnočasových aktivit, ze kterých si člověk může vybrat, díky tomu jsou lidé vybíravější a náročnější při volbě té správné volnočasové aktivity. Dnešní společnost se velmi často upíná k aktivitám, které nepřinášejí potěšení, ale pouze prázdnotu a nudu, jelikož společnost je více zaměřená na to něco vlastnit než něco prožít. Lidé, kteří bydlí a jsou zaměstnaní ve městech, velmi často vyhledávají volnočasové aktivity mimo město v přírodě nebo na venkově. (Vyhnálková, 2013, s. 10)

## **2.2 Funkce volného času**

Horst Opaschowski se nezmiňuje o funkcích ale potřebách volného času a stanovil jich celkem osm. Spadá sem rekreace (zotavení, uvolnění, odpočinek), kompenzace (rozptýlení a potěšení, doplnění nedostatků), edukace (vzdělávání, učení, rozvoj osobnosti), kontemplace (meditace a rozjímání), komunikace (sdílení, kontakt), integrace (společnost, bezpečí, sounáležitost), participace (účast, spoluodpovědnost, solidarita), enkulturace (účast na kulturním životě, fantazie, řešení problémů). (Vyhnálková, 2013, s. 12)

Emílie Kratochvílová definuje pět funkcí volného času. Její pohled je zaměřen pedagogicky. Jsou to: zdravotně hygienická funkce (odpočinek, rekreace), seberealizační funkce (rozvoj zájmů, nadání a schopností), formativně výchovná funkce (formování osobnosti, tvořivosti, mravních vlastností, charakteru aj.), preventivní funkce (předcházení vzniku sociálně patologických jevů). (Vyhnálková, 2013, s. 13)

## **2.3 Činitele ovlivňující způsob trávení volného času**

Způsob trávení volného času ovlivňuje v životě jedince řada činitelů a je také projevem životního stylu každého z nás. Tyto činitele můžeme rozdělit do dvou skupin, a to na činitele vnitřní a vnější. Vnitřní činitele vycházejí z naší osobnosti a vnější činitele existují nezávisle na nás.

### **2.3.1 Vnitřní činitele**

Mezi vnitřní činitele spadají demografické charakteristiky, zdravotní stav, psychické a fyzické charakteristiky. Jedním z nejdůležitějších vnitřních činitelů je věk. S postupem času se každý jedinec osamostatňuje a vyvíjí, a to na jaké je úrovni, významně ovlivňuje trávení volného času.

U předškolního dítěte jsou za způsob trávení volného času zcela zodpovědní rodiče. Děti mladšího školního věku potřebují podporu při hledání té správné volnočasové aktivity, jelikož má problém se zorientovat v tak velké nabídce aktivit. Při výběru volnočasové aktivity by mělo být dbáno na rozvoj nadání. Děti staršího školního věku jsou jednou z nejnáročnějších věkových skupin, jelikož v tomto věku hledají vlastní identitu a chtějí rozhodovat sami o sobě. U této věkové skupiny bychom měli dbát na to, aby se volný čas nestal časem, který vede rozvoji rizikového chování. Adolescence je obdobím, ve kterém dochází ke stabilizaci osobnosti a člověk za sebe začíná nést čím dál tím větší zodpovědnost. Zájmy adolescentů odpovídají tomu, jak je zaměřena jejich hodnotová orientace. U dospělých jedinců je volný čas ovlivněn kariérním a osobním životem a pro dospělého jedince většinou představuje čas, kdy se uvolní a nemusí myslet na povinnosti. Senioři se velmi často setkávají s tím, že po odchodu do důchodu neví, jak nabytý volný čas využít. Je důležité, aby volný čas seniorů přispíval k celkové pohodě a prospíval jim. (Vyhnálková, 2013, s. 15)

Dalším vnitřním činitelem je zdravotní stav. Jakékoliv onemocnění či znevýhodnění výrazným způsobem ovlivňuje trávení volného času. Proto je potřeba počítat s různými omezeními při plánování volnočasových aktivit. Stejně tak jako zdravotní stav, tak i ten psychický má na trávení volného času velký vliv. Emocionální stav a další kognitivní jevy, ovlivňují to, jakým způsobem budeme trávit volný čas a na jaké aktivity se zaměříme. (Vyhnálková, 2013, s. 15)

### **2.3.2 Vnější činitele**

Mezi vnější činitele řadíme rodinu, vrstevnickou skupinu, místo, kde bydlíme, společenské podmínky a masmédia.

Prvním vzorem trávení volného času pro jedince je rodina. Rodina ale ovlivňuje trávení volného času všech věkových skupin, jelikož je nejbližším sociálním kontaktem a většinou ji máme po celou dobu života v blízkosti, a tak nás ovlivňuje. Pro trávení volného času je také důležitá skupina přátel a blízkých, u dětí vrstevnická skupina. S touto skupinou můžeme trávit

volný čas a díky ní, jej trávíme určitým způsobem, dle zájmů skupiny. (Vyhnálková, 2013, s. 17-18)

Mezi vnější činitele řadíme taktéž celospolečenské podmínky. Mezi celospolečenské podmínky řadíme například kulturní, vzdělanostní a materiální úroveň.

Velký vliv na trávení volného času mají také masmédiá a informační a komunikační technologie, jelikož nás v dnešní moderní době ovlivňují každý den. Díky masmédiím můžeme podlehnout nabídce konkrétních aktivit nebo raději trávíme čas s pomocí technologií, které nás nemusí rozvíjet a jsou akorát takzvanými „žrouty času“. (Vyhnálková, 2013, s. 17-18)

## 2.4 Volný čas dětí a mládeže

Dle Úmluvy o právech dítěte se za dítě pokládá: *„každá lidská bytost mladší osmnácti let, pokud podle právního řádu, jenž se na dítě vztahuje, není zletilosti dosaženo dříve.“* (AION CS, s.r.o., 2022)

Z pohledu zákona je člověk dospělý dovršením osmnácti let věku a v tomto okamžiku přestává být dítětem. Pokud bychom to ale vnímali z hlediska psychologie, tak za dětství považujeme období zhruba do jedenácti let. Po tomto období následuje období adolescence. Pojem mládež je chápán různě. Někteří autoři uvádějí, že je to období od patnácti do osmnácti let, jiní autoři se přiklánějí k věkovému rozhraní osmnáct až dvacet šest let. Mládeží můžeme také označit ty jedince, kteří již jsou právně dospělí, ale ještě nejsou zapojeni do pracovního procesu a nezakládají rodinu. (Vyhnálková, 2013, s. 22)

Volný čas dětí a mládeže se v některých aspektech liší od volného času dospělých. Mezi tyto aspekty patří: rozsah volného času (děti a mládež mají oproti dospělým více volného času), obsah volného času (volnočasové aktivity určené pro děti a mládež bývají oproti těm pro dospělé zajímavější a jejich nabídka je pestrá) a míra samostatnosti ve volném čase (u nejmenších dětí je za volný čas zodpovědný rodič a pomáhá dítěti s jeho trávením. S přibývajícím věkem je dítě odpovědné samo za sebe a rodič nebo pedagog jsou jen oporou). (Vyhnálková, 2013, s. 23)

V úmluvě o právech dítěte je také zakotveno právo dětí na volný čas, a proto je potřeba je v tomto právu podporovat. Toto právo se vztahuje na: odpočinek, účast ve hře, oddechové činnosti a účast v kulturním životě a umělecké činnosti – to vše by mělo odpovídat

věku dítěte. Podle Úmluvy o právech dítěte je odpovědností státu zajistit podmínky pro rozvoj dětí a mládeže. (Vyhnálková, 2013, s. 24)

Působení státu na volný čas dětí probíhá ve dvou rovinách. První rovinou je podpora, což znamená, že stát vytváří podmínky pro to, aby se mládež mohla podílet na společenském a politickém životě, ale také podpora nestátních neziskových organizací, jejichž jsou děti a mládež členem nebo takové organizace, které s dětmi a mládeží pracují. Druhou rovinou je ochrana, která je potřebná, pokud jedinec není schopen bojovat s negativně působícím prostředím nebo společenskými jevy.

### **2.4.1 Problémy trávení volného času dětí a mládeže**

U trávení volného času dětí a mládeže můžeme narazit na několik problémů. Jedním z těchto problémů je například nadbytek volného času. Děti poté nevědí, jak tento čas využít, protože o ně nikdo nemá zájem a rodiče se nestarají o to, jak jejich děti tráví volný čas. Opakem tohoto problému jsou děti přetížené. Rodiče si přes své děti plní svoje sny a děti přetěžují nebo nemají na své děti čas, a tak musí děti trávit celé dny ve výchovných institucích. Díky tomu, že jsou děti přetěžované, mohou mít pocit, že mají volného času nedostatek. Ve spoustě měst mají děti problém, že volnočasová aktivita, které by se chtěly věnovat, a tím rozvíjet svůj talent, není v jejich blízkém okolí dostupná. Opačný problém je ve městech, kde je obrovská nabídka volnočasových aktivit, ale děti o tyto aktivity nejeví zájem, protože svůj čas raději tráví u počítačů, tabletů, telefonů anebo se jen tak prochází po městech nebo nákupních centrech. Dalším problémem v trávení volného času jsou finanční prostředky. Spousta rodin v České republice si nemůže dovolit volnočasovou aktivitu, která by jejich děti nejvíce bavila a rozvíjela. Děti rodičů, které mají finančních prostředků dostatek a mohou dětem zaplatit jakoukoliv aktivitu, trpí tím, že na ně jejich rodiče často nemají čas a pocit viny vykoupí tím, že dítěti koupí vše, na co jen pomyslí. (Vyhnálková, 2013, s. 26-27)

Mezi další problémy v trávení volného času dětí a mládeže můžeme zařadit nevhodné využívání počítačů, chytrých telefonů nebo tabletů. Pomocí této techniky mohou děti sledovat různá mediální sdělení, která jsou nepravdivá, agresivní či mravně nevhodná. Děti, které u techniky a médií tráví většinu nebo všechn svůj volný čas, mají sklony k obezitě a mívají zhoršené pohybové schopnosti a dovednosti. Sociální sítě jsou dalším problémem, který souvisí s využíváním médií. Děti, které tráví na sociálních sítích spoustu času, často nejsou schopny v reálném životě projevit emoce. Se sociálními sítěmi souvisí také problém virtuální šikany a zneužívání. (Vyhnálková, 2013, s. 27)

## 2.5 Výchova ve volném čase

Dle Hájka, Hofbauera a Pávkové Výchova ve volném čase: „*zvláště umožňuje uspokojovat a kultivovat potřeby, usměrňovat, uspokojovat, rozšiřovat prohlubovat zájmy, objevovat a rozvíjet specifické schopnosti vychovávaných jedinců.*“ (Hájek , et al., 2011, s. 70)

Dle pedagogického slovníku výchova pro volný čas: „*Rozvíjení schopnosti žáků oceňovat volný čas jako hodnotu, využívat ho smysluplně a racionálně pro svůj rozvoj, plánovat a vybírat si vhodné činnosti. Vztahuje se k intelektuálním, estetickým, tvořivým a výrazovým činnostem; k participaci a diváctví, k rekreaci a relaxaci.*“ (Průcha , et al., 2009, s. 278)

Volný čas, je nejdelším časovým úsekem, které dítě v průběhu dne má, a proto je důležité tomuto časovému úseku věnovat pozornost. Pokud budeme volný čas dětí a mládeže naplňovat kvalitně a smysluplně, můžeme pozitivně formovat a rozvíjet jejich osobnost. Pokud se nebudeme dostatečně věnovat způsobu, jak děti a mládež tráví svůj volný čas, může docházet ke vzniku rizikového chování a sociálně patologických jevů. S pojmem výchova ve volném čase souvisí ještě dva pojmy a to: výchova volným časem a výchova k volnému času. Tyto tři pojmy jsou úzce propojené. (Bendl , 2015, s. 121)

Výchova volným časem znamená, že prostřednictvím volného času působíme na děti a mládež. Volný čas u tohoto pojmu chápeme jako prostředek, který nám pomáhá výchovu uskutečnit. Volný čas v sobě ukrývá obrovský výchovný potenciál, jelikož tento časový úsek v sobě obsahuje svobodu, kooperaci, otevřenost, zvědavost, radost a tvořivost. Díky tomu je možné v dětech rozvíjet různé dovednosti a osobnostní rysy. (Vyhnálková, 2013, s. 35)

Výchova k volnému času znamená, že děti učíme, jak mají trávit svůj volný čas, takže je vychováváme takzvaně pro volný čas. Děti pomocí této výchovy vedeme ke správnému vyžívání volného času. Je důležité, aby se děti naučily smysluplně trávit svůj volný čas, jak ho efektivně využívat, plánovat a také jak správně odpočívat. Dítě je zapotřebí rozvíjet v jeho zájmech, aby mu později mohly být zdrojem seberealizace. (Vyhnálková, 2013, s. 35)

Pomocí výchovy ve volném čase můžeme motivovat děti, mládež, dospělé i seniory k žádoucímu využívání volného času, k získávání nových vědomostí a dovedností. Úspěch

při vedení volnočasových aktivit přináší pocit uspokojení, příležitost k seberealizaci a kladnému sebehodnocení.

### 2.5.1 Funkce výchovy ve volném čase

Výchova ve volném čase plní několik funkcí, a to: funkci výchovně vzdělávací, zdravotní, sociální a preventivní. Každá organizace nebo zařízení podílející se na trávení volného času plní tyto funkce různým způsobem a v různé míře. Některé mohou být více zaměřené na výchovně vzdělávací, některé na zdravotní, sociální nebo preventivní, záleží, o jakou volnočasovou aktivitu se jedná a jaký je její cíl. V průběhu dějin se měnil důraz na jednotlivé funkce. Dříve, kdy volnočasové aktivity probíhaly především v útulcích apod., se kladl důraz především na funkce sociální a preventivní, aby se děti vyhýbaly nežádoucímu chování. (Bendl , 2015, s. 122-123)

Dnes je největší důraz kladen na funkci výchovně vzdělávací. U volnočasových aktivit bychom se měli snažit o působení na všechny složky osobnosti (tělesnou, psychickou a sociální).

Velmi důležitá je také funkce zdravotní. Ve volném čase bychom měli rozvíjet zdravý tělesný, duševní a sociální vývoj. Zdravotní funkci u výchovy ve volném čase můžeme plnit několika způsoby, patří sem: usměrňování režimu dne (střídání různých aktivit – práce, odpočinek, duševní a tělesné činnosti), podněcování a poskytování příležitosti k pohybu, vedení ke zdravému stravování a vytváření zdravých stravovacích návyků, pěstování a upevňování hygienických návyků a dodržování zásad bezpečnosti práce. (Hájek , et al., 2011, s. 70-71)

Dle Hájka, Hofbauera a Pávkové se sociální funkce: *„chápe jako péče o děti, zajištění jejich bezpečnosti, dohledu a odpovídajícího zaměstnání v době, kdy skončilo vyučování a rodiče jsou v zaměstnání nebo jinak zaneprázdnění.“* (Hájek , et al., 2011, s. 72)

Sociální funkci můžeme ale také vnímat z pohledu trávení času na volnočasových aktivitách, kdy jsou klienti součástí specifické sociální skupiny, což se stává příležitostí pro rozvoj sociálních kompetencí, komunikačních dovedností apod. Účast na volnočasových aktivitách a trávení času v těchto specifických sociálních skupinách přispívá k socializaci člověka. (Bendl , 2015, s. 123)

## 2.5.2 Cíle, podmínky a prostředky výchovy ve volném čase

Hlavním cílem výchovy je, aby dítě bylo po stránkách tělesných, duševních, sociálních a duchovních připraveno na život. Dítě by si díky správné výchově mělo osvojit vědomosti, dovednosti, postoje a hodnoty potřebné pro život.

Výchova mimo vyučování má své specifické cíle. Mezi tyto cíle spadá: kompenzace fyzické a psychické zátěže, rozvoj zájmů a schopností, získávání praktických zkušeností, uspokojování potřeb sebeuplatnění a uznání, rozvoj mezilidských vztahů, formování mravních vlastností, vůle a charakteru a účast na rozvoji společnosti prostřednictvím dobrovolné prospěšné činnosti.

Výchova ve volném čase se od povinného vyučování liší. Volnočasové aktivity by měly splňovat určité podmínky. Mezi tyto podmínky patří: dobrovolnost (všechny aktivity by ve volném čase měly probíhat dobrovolně), motivace (pedagog volného času musí umět motivovat, aby děti měly o aktivitu zájem), autonomní charakter (respektování individuálních zájmů, potřeb a schopností), samostatnost, tvořivost, bohatý rejstřík organizačních forem (různorodé skupiny, rozmanité časové a prostorové podmínky), spontánnější a neformální vztahy (uvolněná atmosféra). (Bendl, 2015, s. 124-125)

Podmínky výchovy ve volném čase můžeme rozdělit na vnitřní a vnější. Mezi vnitřní podmínky patří příležitost pro respektování a rozvíjení individuálních znaků osobnosti, zájmů, schopností a potřeb a dále také věkové zvláštnosti a jejich specifika. Mezi vnější podmínky můžeme zařadit prostředí, v němž výchova probíhá a požadavky na prostory a vybavení. (Hájek, et al., 2011, s. 73)

Pro zjištění podmínek výchovy využíváme metody pedagogické diagnostiky, patří sem: pozorování, rozhovor a analýza výsledků činnosti.

K tomu, aby mohl pedagog volného času dosáhnout výchovných cílů, musí zvolit vhodné výchovné prostředky. Výchovné prostředky jsou všechny předměty a jevy, které vychovávající využívá k dosažení výchovných cílů. Mezi výchovné prostředky tedy patří činitelé výchovy (působení rodiny, školy a dalších výchovných institucí), obsah výchovy (výčet výchovně vzdělávacích činností – odpočinkové, rekreační, zájmové, veřejně prospěšné apod.), výchovné metody (slovní, názorné, praktických činností), formy (hry, soutěže, vycházky, exkurze, tréninkové jednotky apod.) a materiální prostředky (prostory a vybavení). (Bendl, 2015, s. 127)

### 2.5.3 Specifické požadavky na výchovu ve volném čase

Z charakteristiky výchovy ve volném čase nám vyplývají specifické požadavky, podle nichž lze posuzovat kvalitu výchovného působení u volnočasových aktivit. Mezi tyto požadavky patří: požadavek pedagogického ovlivňování volného času, požadavek jednoty a specifičnosti vyučování a výchovy mimo vyučování, požadavek dobrovolnosti, požadavek aktivity, požadavek seberealizace, požadavek pestrosti a přitažlivosti, požadavek zajímavosti a zájmovosti, požadavek citlivosti a citovosti, požadavek orientace na sociální kontakt, požadavek efektivity, požadavek kvality a evaluace. Požadavek pedagogického ovlivňování volného času můžeme chápat jako vedení klientů ke smysluplnému trávení volného času, které ovlivňujeme pomocí prostředí, činnosti, motivace. Požadavek jednoty a specifičnosti vyučování a výchovy mimo vyučování požaduje plnění výchovného cíle, kterým je celkový rozvoj osobnosti. Požadavek dobrovolnosti je pro práci ve volném čase jedním z nejpodstatnějších. Klient by měl mít na výběr, jestli se dané volnočasové aktivitě chce nebo nechce věnovat. Pedagog by měl ovšem vytvářet takové podmínky a prostředí a umět dostatečně motivovat, aby klienti dobrovolně přijímali účast na aktivitě a měli o ni zájem. Požadavek aktivity předpokládá, že pedagog je dostatečně schopen motivovat klienty, aby se aktivně podíleli na všech fázích činnosti (plánování, přípravě, realizaci a hodnocení). Požadavek seberealizace předpokládá, že jsme schopni klientům nabídnout takové činnosti, které umožní uplatnění jejich vloh a schopností a tím zažít pocit úspěchu. Požadavek pestrosti a přitažlivosti znamená, že pedagog by měl v průběhu aktivit volit různé metody a formy, aby byl program pestrý a přitažlivý a střídala se zátěž, kterou musí během aktivit klienti zvládat. Tyto metody a formy by měly také kompenzovat činnosti při výuce. Tento požadavek má v sobě ještě obsažen požadavek na odpočinek a rekreaci. Požadavek zajímavosti a zájmovosti požaduje, aby se ve volném čase rozvíjely zájmy klientů. Proto je potřeba nabízet různorodé aktivity z různých oblastí, aby naši klienti měli na výběr, čemu se chtějí věnovat. Požadavek citlivosti a citovosti znamená, že pedagog by měl být citlivý při vedení a motivování svých klientů, brát ohled na jejich emocionalitu a vytvářet v nich především kladné zážitky. Požadavek orientace na sociální kontakt požaduje, aby volný čas byl prožíván s ostatními lidmi, každý ve skupině by měl být přijímán a mít v ní své místo. Pedagog by měl ve skupině dbát na dobré vztahy a případně umět řešit konflikty. Požadavek efektivity znamená, že se snažíme pomocí vhodných prostředků a metod co nejhospodárněji plnit výchovné a výukové cíle tak, aby volnočasové aktivity měly co největší dopad na klienty. Posledním požadavkem je požadavek kvality a evaluace. Pedagogové volného



času by se měli pravidelně zamýšlet nad tím, jestli poskytovaná služba je dostatečně kvalitní a dosahuje svých cílů. Měli by být schopni prokázat výsledky své činnosti a doložit hospodárné využívání zdrojů. Vnitřní evaluaci provádějí pedagogové volného času sami, aby co nejvíce zkvalitnili služby, které poskytují, vnější evaluaci provádí zaměstnavatel nebo zřizovatel. (Bendl , 2015, s. 128-129)

#### **2.5.4 Školská výchovná zařízení podílející se na výchově ve volném čase**

Dle Bendla: *„V podmínkách České republiky se školská výchovná zařízení podílejí velmi výrazně na pedagogickém ovlivňování volného času dětí nebo i dospělých.“* (Bendl, 2015, s. 133)

Školská výchovná zařízení podílející se na výchově ve volném čase jsou součástí výchovně vzdělávacího systému. Pedagogičtí pracovníci, kteří pracují v těchto zařízeních, musí mít určité vzdělání a programy, které pro své klienty sestavují, musí být v souladu s pedagogicko-psychologickými poznatky. Účast na volnočasových aktivitách je v těchto zařízeních dobrovolná. Školská výchovná zařízení podílející se na výchově ve volném čase můžeme rozdělit do tří skupin: školská zařízení pro zájmové vzdělávání, školská výchovná a ubytovací zařízení a školská zařízení pro ústavní a ochrannou výchovu. (Bendl, 2015, s. 133)

Dle školského zákona: *„Školská zařízení pro zájmové vzdělávání zajišťují podle účelu, k němuž byla zřízena, výchovné, vzdělávací, zájmové, popřípadě tematické rekreační akce, zajišťují osvětovou činnost pro žáky, studenty a pedagogické pracovníky, popřípadě i další osoby.“* (AION CS, 2022)

Dle školského zákona: *„Školská výchovná a ubytovací zařízení zajišťují dětem, žákům a studentům podle účelu, k němuž byla zřízena a) vzdělávání, sportovní a zájmové činnosti v době mimo vyučování, b) celodenní výchovu, ubytování a stravování, popřípadě c) 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.“* (AION CS, 2022)

Mezi školská výchovná a ubytovací zařízení patří domovy mládeže, internáty a školy v přírodě. Školská zařízení pro ochrannou a ústavní výchovu jsou diagnostické ústavy, výchovné ústavy, dětské domovy a dětské domovy se školou. Do školských výchovných zařízení pro zájmové vzdělávání patří školní družiny, školní kluby a střediska volného času.

## 2.6 Pedagogika volného času

Dle pedagogického slovníku je pedagogika volného času: „*Disciplína pedagogiky, zaměřená na výchovné a vzdělávací prostředky, napomáhající autonomnímu a smysluplnému využívání volného času dětí, dospívajících i dospělých.*“ (Průcha , et al., 2009, s. 161)

Pedagogika volného času je vědecká aplikovaná disciplína. Pedagogika volného času se zabývá výchovou a vzděláváním ve volném čase. Předmětem pedagogiky volného času je výchovné působení mimo vyučování ve škole a mimo školu ve volném čase. Pedagogika volného času vychází z obecné pedagogiky a teorie výchovy a jejich principy aplikuje na volný čas. Pedagogika volného času spolupracuje také s andragogikou (práce s dospělými), gerontagogikou (práce se seniory), obecnou didaktikou (metody výukové cíle, organizační formy a zásady) a sociální pedagogikou (utváření zdravého životního stylu). (Vyhnálková, 2013, s. 39)

### 2.6.1 Pedagog volného času

Pedagogem je většinou člověk, který dosáhl určitého stupně vzdělání a jeho cílem je vychovávat jiné a vést je k poznání světa, druhých i sebe sama. Pedagogem volného času je každý, kdo ve volném čase výchovně působí na své klienty, s cílem vylepšovat a naplňovat jejich trávení volného času pomocí smysluplné aktivity a tím rozvíjí jejich osobnost. Pedagog volného času najde uplatnění v různých oblastech, například: vzdělávání, kultury, v zájmových spolcích, v církvích, v pobytových zařízeních, ve sportu apod. Pedagog volného času je podle zákona č. 563/2004 Sb. pedagogickým pracovníkem. Dle zákona o pedagogických pracovnících nalezneme pedagogy volného času nejčastěji v domech dětí a mládeže, střediscích volného času a ve školních klubech. (Vyhnálková, 2013, s. 44)

Pedagog volného času by měl splňovat určité předpoklady pro výkon profese, patří sem například určité znalosti, dovednosti a schopnosti. Pedagog volného času by měl mít znalosti z pedagogiky, psychologie, všeobecného vzdělání a kulturní a společenský přehled. Mezi jeho dovednosti můžeme zařadit zájmové činnosti (ovládat je na dostatečné úrovni, aby je mohl předávat ostatním), diagnostické, didaktické, organizační, komunikační apod. Pedagog volného času by měl být empatický a měl by mít otevřený přístup ke klientům. Dále by měl mít přirozenou autoritu, smysl pro humor, umět motivovat a vytvářet příjemnou atmosféru. (Vyhnálková, 2013, s. 44)

### 3 Mladší školní období

Dle Jedličky: „*Dosažením šestého roku v životě mladého jedince je zpravidla spojeno s velkou osudovou proměnou: dítě už není jen členem své rodiny, ale stává se nyní zároveň i příslušníkem nové, dosud neznámé lidské skupiny – žákem školy.*“ (Jedlička, 2017, s. 113)

Dle pedagogického slovníku je mladší školní období: „*Věk, který se dá vymezit jednak časově (přibližně od 6 do 10 let), jednak docházkou (1.-4. ročník školní docházky).*“ (Průcha, et al., 2009, s. 157)

Mladší školní období nebo také jinak označováno mladší školní věk, střední dětství, pozdní dětství nebo prepubescence je definován od nástupu do školy do 11 let věku dítěte. (Langmeier & Krejčířová, 2013, s. 117)

#### 3.1 Vývoj základních schopností a dovedností

V tomto období dochází v oblasti rozumových schopností k přechodu ke střízlivému realismu, kdy se jedinec zajímá o fakta a o to, jak věci doopravdy fungují. Zájmy jedince můžeme pozorovat v jeho mluvě, kresbě, písemném projevu i ve hře. Zpočátku je realismus jedince závislý na tom, co se dozví od autorit (tomuto realismu se říká realismus naivní), později se dítě stává kritičtější a díky tomu se i jeho vnímání okolního světa stává kriticky realistické. Jedinec v tomto období není zaměřen pouze na svá přání a potřeby. V oblasti inteligence přechází jedinec ke konkrétním logickým operacím, které se opírají o konkrétní nazírání na okolní svět. (Langmeier & Krejčířová, 2013, s. 118)

V průběhu tohoto období dochází ke zlepšování jemné i hrubé motoriky a také ke zvýšenému zájmu o pohybové hry, jelikož dochází k tělesnému vývoji, který je patrný v rychlejších pohybech, lepší koordinaci a svalové síle. Jedinec se stává pozornějším, vytrvalejším a více soustředěným.

Výrazný posun můžeme pozorovat také u vývoje řeči, dochází ke zvětšování slovní zásoby a projev je více kultivovaný. Vývoj řeči podporuje vývoj paměti.

##### 3.1.1 Emoční vývoj a socializace

V oblasti socializace nastává pro dítě po příchodu do školy složité období, kdy se musí přizpůsobovat novému prostředí a fungování. Dítě si zvyká na školní režim a kulturu. Školní prostředí vyžaduje, aby dítě cílevědomě plnilo zadané úkoly, a za svůj výkon bude

hodnoceno. Dítě navozuje nové sociální vazby se spolužáky a učiteli. (Langmeier & Krejčířová, 2013, s. 118)

*Dle Jedličky: „Je to zpočátku zejména hodnocení „jeho paní učitelkou“ a následná interiorizace jejich úsudků, pochval či kritik, která vede k sebereflexi a vytváření soudů o sobě jako školákovi. Takové socializační působení vede dítě k lepšímu sebepoznání a následně k spontánnímu rozvoji osobnosti.“ (Jedlička, 2017, s. 130-131)*

Školní kázeň předpokládá, že jedinec je schopen kontrolovat afekty a impulzy a zvládat tak školní práci. Ve vrstevnické skupině se jedinec učí porozumění různým názorům, přáním a potřebám lidí. Díky tomu je jedinec schopen sociálního porozumění. U jedince v tomto období také dochází ke zvyšování seberegulace a sebeřízení a díky tomu je schopen klást si vzdálenější cíle, ke kterým musí využít značné úsilí. (Langmeier & Krejčířová, 2013, s. 132)

## 4 Zážitková pedagogika

Dle Činčery: *„Prožitková pedagogika (zážitková pedagogika, experiential education) je jedním ze základních teoretických konceptů pro práci s hrou.“* (Činčera, 2007, s. 14)

Podle Pelánka: *„Základem zážitkové pedagogiky je vlastní aktivita, prostřednictvím které vychovávaný člověk získává zážitky. Čím víc vlastní energie musí člověk vynaložit, tím je zážitek intenzivnější, zapamatovatelnější a využitelnější pro výuku.“* (Pelánek, 2013, s. 21)

Dle R. Hanuše: *„V zážitkové pedagogice jde především o výchovu a proces učení, ve kterém se jednoznačně vyzdvihuje rozvoj a růst osobnosti (s důraznou orientací na výchovu pro život).“* (Hanuš, et al., 2016, s. 65)

Zážitková pedagogika rozvíjí pomocí nových silných zážitků osobnost jedince. Čím intenzivnější zážitek jedinec během aktivit získá, tím větší vliv na něho můžeme mít. Zážitková pedagogika se snaží jedince vychovávat pro život. U aktivit, které provádíme v rámci zážitkové pedagogiky, je důležitá následná reflexe, která pomáhá jedinci zážitek vstřebat. (Pelánek, 2013, s. 19)

Dle Jirásky: *„Zážitková pedagogika se hlásí k úplnosti, k holistickému působení, k celku směřující osobnosti.“* (Jirásek, 2019, s. 16)

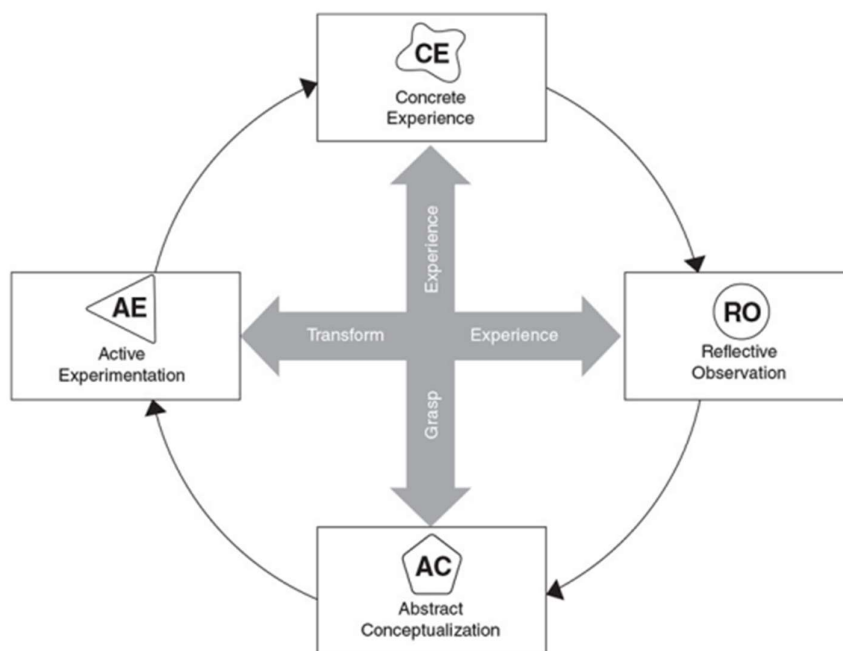
Prázdninová škola Lipnice stála v České republice u zrodu zážitkové pedagogiky. Je hlavním propagátorem tohoto směru. Spousta organizací právě zde našla svou inspiraci pro další činnost. Prázdninová škola Lipnice vytváří metodiku vedení zážitkových akcí, pořádá odborné konference a vydává různé publikace. Kurzy prázdninové školy Lipnice mají své specifické rysy. Mezi tyto rysy patří:

- Délka kurzu nejméně sedm dní
- Kurzu se účastní obvykle třicetičlenné skupiny včetně šesti instruktorů
- Program kurzu splňuje pravidla dramaturgie
- Kurz odpovídá cílům osobnostního rozvoje
- Prožitek bývá velmi silný a osobní
- Jedinec poznává sebe sama, díky následné reflexi
- Aktivity nutí jedince vystoupit ze své komfortní zóny (Jirásek, 2019, s. 21)

## 4.1 Kolbův cyklus – zkušenostní učení

Dle Činčery: „Základním východiskem prožitkové pedagogiky se stala teorie, podle které se lidé nejlépe učí z vlastních zkušeností, pokud ty nejsou destruktivního charakteru a je jim zpětně dobře porozuměno.“ (Činčera, 2007, s. 16)

Zkušenostní učení je způsob učení založený na Kolbově cyklu. Učení můžeme chápat jako proces, při kterém transformujeme zkušenosti. Zkušenostní učení probíhá ve čtyřech fázích: prožívání, reflektování, myšlení a jednání. Tyto fáze můžeme chápat tak, že jedinec nejdříve prožije určitou zkušenost, kterou později reflektuje (vyhodnotí), nad vyhodnocením se zamýšlí a vyvozuje z něho určité důsledky, které ovlivňují jeho další činnost. Důsledky jsou znovu testovány a slouží jedinci jako nová zkušenost. (Kolb, 2015, s. 100)



Obrázek 1 Kolbův cyklus (Kolb, 2015, s. 101)

## 4.2 Flow

Tento pojem zavedl Mihalyi Csikszentmihalyi a znamená, že jedinec je zcela ponořený pro prožívání určité aktivity, která jej vnitřně uspokojuje nebo odměňuje. Flow můžeme také jinak nazvat prožitek plynutí. Jedinec je natolik koncentrovaný do toho, co právě dělá, že přestává vnímat čas, zapomíná na své problémy a vlastní identitu, zkrátka nevnímá nic jiného kromě aktivity, kterou právě prožívá. Aby bylo dosaženo flow, musí úroveň aktivit odpovídat jedinci tak, aby neprožíval stres nebo naopak nudu. U aktivit se musí

postupně zvyšovat obtížnost, abychom u jedince nedosáhli na úroveň nudy, ale aby získával stále nové zkušenosti nebo dosahoval nových cílů. (Činčera, 2007, s. 17-18)

### **4.3 Komfortní zóny**

Komfortní zóna je oblast, ve které jedinec přijímá aktivity, u kterých cítí dobře a nepocituje z nich stres. U zážitkové pedagogiky se pracuje s tzv. rozšiřováním nebo také posouváním komfortní zóny, kdy jedinci postupně zvyšujeme obtížnost aktivit, aby musel opustit svou komfortní zónu a byl ochoten ji rozšířit, a ne se do ní jen vrátit. To zařídíme tak, že po aktivitě uděláme s jedinci reflexi, při které budou mít možnost mluvit o tom, jak se při aktivitě cítili a jak ji zvládli. Okolí komfortní zóny se nazývá zóna učení, protože když člověk opustí svou komfortní zónu, má možnost se něco nového naučit a tím ji také rozšířit. Můžeme tedy navrhnout tři různé obtížnosti aktivit a to: aktivity, které budou jedince bavit, ale nepředstavují pro něj žádnou výzvu, aktivity, které pro jedince představují výzvu (opouští svou komfortní zónu), ale jsou pro něj zvládnutelné a aktivity které, představují pro jedince výzvu, ale jsou pro něj nezvládnutelné (jsou příliš obtížné) a mohou komfortní zónu naopak zmenšovat. (Činčera, 2007, s. 19)

### **4.4 Princip dobrovolnosti**

Se zážitkovou pedagogikou souvisí také princip dobrovolnosti. Účastníci kurzu nebo volnočasového programu by nikdy neměli být nuceni se účastnit všech navrhovaných aktivit. Všechny aktivity by měli dělat pouze ze své vůle. Pokud bychom účastníky nutili do aktivit, neměli bychom šanci dosáhnout stanovených cílů, protože by tuto aktivitu mohli sabotovat a nic by jim nepřinesla. Účastníci by měli být na začátku kurzu zároveň poučeni, že některé aktivity pro ně mohou být fyzicky i psychicky náročné a měli by je alespoň vyzkoušet před tím, než je vzdají. Princip dobrovolnosti vychází ze tří zásad:

- Účastníci by si měli stanovit vlastní cíle, kterých chtějí dosáhnout vzhledem k nabízené výzvě.
- Účastníci by měli mít příležitost vybrat si, co a jakým způsobem z nabízené výzvy vyzkouší.
- Účastníci by měli mít dostatečné množství informací, aby se mohli rozhodnout.

Pokud se účastník rozhodne v průběhu aktivity skončit, měl by zůstat i po zbytek aktivity přítomen a sledovat, jak vše skončí. Pokud má účastník problém danou aktivitu

absolvovat, ale mohl by být skupině jinak nápomocný, měl by aktivitu prožít i jen jako pomocník nebo rádce, jelikož pořád zůstává v kontaktu se svou skupinou a může si i z této pomoci něco odnést. (Činčera, 2007, s. 20)

## 4.5 Hra

Dle psychologického slovníku je hra: „*Jedna ze základních lidských činností (vedle učení a práce); provázena pocity napětí a radosti, zpravidla motivována sama sebou a zdánlivě bez jiného cíle kromě sebe samotné, má ale blahodárné účinky jak na duševní vývoj a učení, zejména u dětí v raném věku (chápání sociálních rolí, rozvoj fantazie, dodržování pravidel), tak pro duševní zdraví, rekreaci a relaxaci dospělých.*“ (Hartl & Hartlová, 2010, s. 187)

Hra je nějaká činnost, při které se jedinec baví, proto jakákoliv činnost se může stát hrou. Pomocí hry se jedinec může také něčemu novému naučit. Dětskou hru můžeme dělit dle vývoje dítěte:

- Senzomotorická hra – odehrává se v prvních dvanácti měsících života, kdy dítě zkoumá předměty kolem sebe a různými způsoby se jich dotýká.
- První předstírává hra – projevuje se na počátku prvního roku života, kdy si dítě hraje s předměty tak, jak se správně používají, ale v předstírané kapacitě (dítě je zaměřeno na své tělo).
- Reorientace k objektům – mezi patnáctým až dvacátým prvním měsícem dítě není orientováno pouze na své tělo ale i na ostatní lidi, které kolem sebe má nebo na předměty.
- Náhražková předstírává hra – dítě okolo druhého až třetího roku života si již pod předměty představuje jiné předměty (například kostka je auto).
- Sociodramatická hra – ve věku pěti let je dítě schopno hrát si na někoho jiného
- Uvědomění rolí – okolo šestého roku života si dítě plně uvědomuje role a je schopno hru plánovat a přisuzovat role někomu jinému.
- Hry s pravidly – kolem sedmého až osmého roku dítě vyměňuje předstírávé hry za hry s pevně stanovenými pravidly. (Fontana, 2014, s. 52-53)



## 4.6 Skupinová dynamika

Skupinová dynamika je pojem, který zavedl Kurt Lewin. Do skupinové dynamiky patří vše, co se ve skupině děje. Skupinu můžeme považovat za živý organismus, který se vyvíjí a mění. Každá skupina je specifická a má své vlastní zákonitosti. Skupinová dynamika probíhá v každé skupině a jejím spouštěčem jsou sociální vztahy členů skupiny, jejich vzájemná interakce a komunikace. Každá sociální skupina by měla mít stanovené normy (pravidla), na kterých se jednotlivci shodnou. Ve skupině můžeme pozorovat její strukturu, pozice a role jejích členů a vztahy mezi nimi. Skupina by měla mít společný zájem a cíl. (Šolc, 2011, s. 40-46)

U skupinové dynamiky můžeme pozorovat několik fází vývoje:

- Forming fáze
  - Během této fáze dochází k prvnímu kontaktu mezi jednotlivci a postupně vzniká skupina. Ve skupině se postupně vytváří první vztahy mezi jednotlivci. V této fázi je instruktor vnímán jako autorita. Členové skupiny se snaží ukázat v co nejlepším světle. (Šolc, 2011, s. 40-46)
  - V této fázi by měl instruktor naplánovat pro skupinu aktivity, které jsou zaměřeny na vzájemné poznávání a mají jasně daná pravidla. Zařazujeme aktivity typu ledolamky, seznamovací hry apod. Nevhodné je zařadit aktivity, které jsou složité.
- Storming fáze
  - V této fázi dochází mezi členy k boji o moc. Skupina musí řešit problémy a konflikty mezi sebou. Členové jsou v této fázi schopni projevit svoji nespokojenost. Role jsou v této fázi přijímány, ale také opouštěny. Může také docházet k rozporu rolí. Instruktor je během storming fáze vnímán negativně. Jedinci mohou být nespokojeni s vůdcem skupiny. (Šolc, 2011, s. 40-46)
  - Instruktor by se měl snažit o vytvoření prostředí, které bude bezpečné pro řešení konfliktů. Během této fáze jsou potřebné aktivity na skupinovou práci a komunikaci.
- Norming fáze

- V této fázi dochází mezi členy skupiny ke shodě ohledně norem, cílů a rolí. Jedinci cítí pocit bezpečí a vypořádávají se se vzájemným ovlivňováním a přechodem k blízkosti. V norming fázi je skupina schopna spolupráce, výměny názorů a ujasnění potřeb a cílů. Instruktor se v této fázi stává partnerem. Skupina má pocit sounáležitosti a zaměřuje se na budování vztahů. Konflikty nejsou v této fázi zaměřeny na boj o moc ale na lepší dosahování vytyčených cílů. (Šolc, 2011, s. 40-46)
  - V této fázi je vhodné zařazovat aktivity, které jsou zaměřené na role a vedou ke splnění cílů. Měli bychom se snažit do aktivit zapojit všechny členy.
- Performing fáze
- Tato fáze je nejvýkonnější fází skupinové dynamiky. Členové skupiny jsou si v této fázi velmi blízcí a jsou schopni fungovat efektivně. Konflikt je v této fázi vnímán pouze jako příležitost k rozvoji a instruktor je vnímán jako osoba v pozadí. (Šolc, 2011, s. 40-46)
  - Skupina je schopná zvládat náročné úkoly. Vhodné je zařazovat aktivity, u kterých je nutná spolupráce i s jinými skupinami. Instruktor může zapojit skupinu do tvorby programu. Nevhodné by bylo zařazení aktivit s nízkou náročností.
- Fáze rozdělení a rozpuštění, odchod
- Poslední fáze celé skupinové dynamiky. Dochází k loučení mezi členy skupiny a odjezdu domů. Někteří členové dále zůstávají v kontaktu s ostatními, někteří se vrací ke svému běžnému životu. Zkušenosti a zážitky získané na programu s nějakou sociální skupinou mohou jednotlivci přenést do běžného života. (Šolc, 2011, s. 40-46)

## 5 Reflexe a sebereflexe

Dle psychologického slovníku reflexe: „*Následuje po učební zkušenosti, a také dovednosti jsou osvojovány interakcí mezi činností a jejím reflektováním, dokud není dovednost internalizována buď jako osvojená vědomost, nebo jako rutinní výkon.*“ (Hartl & Hartlová, 2010, s. 492)

Provádění reflexe je jedna z nejobtížnějších dovedností pedagoga. Dobře provedená reflexe může vytěžít spoustu užitečného i ze špatně provedené hry a účastníci si tak mohou odnést po špatné hře dobrý pocit. Reflexi můžeme provádět na různých úrovních:

- Dynamika skupiny – společné sdílení prožitků a hledání, co jsme se společně navzájem naučili.
- Dynamika meziosobních vztahů – diskuse o emocích ve skupině.
- Osobní rovina – diskuse o emocích na osobní rovině. Sdělování osobních prožitků.

Reflexi můžeme vést různými technikami a je vhodné tyto techniky střídat, aby účastníky reflexe nenudila. Celkem existuje sedm druhů technik: grafická, výtvarná, zvuková, verbální, předmětná, prostorová a tělesná. Grafická technika reflexe se využívá například, když mají účastníci kurzu zakreslit na přímku v grafu, jak se jim podle nich v aktivitě vedlo. Výtvarnou reflexi využijeme, když chceme, aby účastníci své pocity nakreslili. Pokud po účastnících chceme, aby vyjádřili své pocity pomocí různých zvuků, využíváme reflexi zvukovou. Verbální reflexe je pro účastníky tou nejtěžší ze všech, protože chceme, aby pojmenovali své pocity. Když chceme, aby účastníci v prostoru našli předmět a tím vyjádřili své pocity, jedná se o příklad předmětné reflexe. U prostorové reflexe můžeme využít cokoli (například lano natažené v prostoru) a účastníci si stoupnou na tu část, jak se cítí nebo palcem ukáží, jak se jim aktivita líbila. Poslední tělesnou reflexi použijeme, když chceme, aby účastníci vyjádřili reflexi pohybem (pantomimou). (Hanuš, et al., 2016, s. 170)

Dle pedagogického slovníku je sebereflexe: „*Obecně zamyšlení se jedince nad sebou samým, nad svou osobností, ohlédnutí se zpět za svými činy, myšlenkami, postoji, city, rekapitulování určitého úseku vlastního života či vlastního chování a rozhodování v situacích, které jsou pro daného člověka významné. Cílem je zhodnotit sebe sama, rozhodnout, co a jak změnit, zvolit strategii pro budoucnost.*“ (Průcha, et al., 2009, s. 209)

Sebereflexe je vědomé sebepoznávání a sebehodnocení na základě toho, jaký vztah má jedinec k sobě samému. Jedinec se při sebereflexi ohlíží zpět za svým jednáním, myšlenkami, postoji a pocity. Cílem sebereflexe je zhodnotit sebe sama a rozhodnout, co změním pro svoji budoucnost.

## **5.1 Podmínky pro zdárný průběh reflexe**

Aby byla reflexe úspěšná, je nutné dodržovat určité podmínky.

První podmínkou je čas. Reflexe by měla proběhnout ideálně hned po aktivitě, kdy jsou účastníci plní dojmů. Délka reflexe by měla být přizpůsobena věku, cílům a předchozím zkušenostem účastníků.

Druhou podmínkou je místo a organizace skupiny. Tato podmínka vyžaduje, aby reflexe byla prováděna na klidném a bezpečném místě a aby na sebe všichni dobře viděli (nejlépe sedět nebo stát v kruhu).

Třetí podmínkou je připravenost vedoucího reflexe. Vedoucí by si měl dopředu stanovit cíl diskuse a měl by dobře znát jedince, kteří se diskuse účastní a proběhlou aktivitu, aby věděl, o čem je řeč. Vedoucí by měl dobře pozorovat a vnímat, co se během reflexe děje, měl by si všimnout, co již bylo řečeno a co ne. (Hanuš, et al., 2016, s. 162-167)

## **5.2 Evaluace edukačních programů**

Evaluace edukačních programů je proces ověření programu, který obsahuje sběr a analýzu dat o aktivitách, charakteristikách a výsledcích. Evaluace si klade za cíl podat celistvou informaci o úspěšnosti programu. Kirkpatrickův čtyř úroňový model je nástrojem pro evaluaci vzdělávacích aktivit. Jednotlivé fáze modelu jsou:

- Reakce
  - První fáze modelu zkoumá, jakým způsobem reagují jednotlivci na vzdělávací program. První fáze probíhá většinou formou dotazníků, které jsou vyplňovány ihned po skončení programu.
- Poznání
  - V této fázi evaluace se snažíme zjistit, v jaké míře došlo u jedince ke změně postojů, zlepšení znalostí či schopností. Tato změna je předpokladem

pro změnu v chování jedince. V této fázi nejčastěji využijeme vědomostní či výkonnostní test.

- Chování
  - Ve třetí fázi zkoumáme, jakým způsobem je jedinec schopen nabyté poznatky převést do každodenní činnosti. Třetí fáze je oproti předchozím dvěma o dost složitější. Podle autora přenos poznatků vyžaduje alespoň tři měsíce času. Tohle hodnocení neprovádíme po týdenním programu.
- Výsledky
  - Poslední fáze modelu je zaměřena na celou organizaci. Hlavním cílem této fáze je porovnat stav určitého jevu před začátkem a po skončení školení. Evaluace závěrečné fáze se provádí pomocí kontrolní skupiny.

## 6 Sociálně vyloučená oblast

Dle ministerstva práce a sociálních věcí: *„Za sociálně vyloučené se považují osoby či skupiny osob, které se nacházejí v takové situaci, která je charakterizovaná trvalou nebo chronickou deprivací týkající se dosažitelnosti zdrojů, využití schopností, možností volby, bezpečí a moci, jež jsou nutné pro to, aby se mohly těšit slušné životní úrovni a užívat svých občanských, kulturních, hospodářských, politických a sociálních práv.“* (Ministerstvo práce a sociálních věcí, 2022)

Pedagogický slovník definuje sociálně znevýhodněného žáka: *„Za sociální znevýhodnění dětí, žáků a studentů se podle zákona č. 561/2004 Sb. považuje (§16): a) rodinné prostředí s nízkým sociálně kulturním postavením, ohrožení sociálně patologickými jevy, b) nařízená ústavní výchova nebo uložená ochranná výchova, c) postavení azyllanta a účastníka řízení o udělení azylu na území České republiky. Pro vzdělávání těchto žáků (stejně jako žáků se zdravotním znevýhodněním) je stanovena opatření týkající se naplňování jejich speciálních vzdělávacích potřeb. V praxi je situace taková, že zatímco pro žáky se zdravotním znevýhodněním funguje kvalitní síť speciálních škol, pro žáky se sociálním znevýhodněním je zatím toto znevýhodnění vyrovnáváno nedostatečně (s výjimkou přípravných tříd pro převážně romské děti).“* (Průcha, et al., 2009, s. 267)

Chudoba a sociální vyloučení jsou v České republice aktuálním problémem. Celkem 14,6 procent občanů České republiky je ohroženo chudobou nebo sociálním vyloučením, což je zhruba jeden a půl milionu lidí a z toho téměř sto tisíc dětí. Sociálně vyloučené oblasti jsou charakteristické tím, že občané v nich žijící jsou materiálně deprivováni a existují u nich bariéry, které je limitují při uplatnění na trhu práce, trhu s bydlením, mají omezený přístup k veřejným službám, nízkou politickou participací a často i prostorovou segregací. Analýza sociálně vyloučených lokalit v ČR, kterou zadalo ministerstvo práce a sociálních věcí identifikovala celkem 606 sociálně vyloučených lokalit. Celkový počet těchto lokalit se v porovnání s rokem 2006 zdvojnásobil. (Ministerstvo práce a sociálních věcí, 2022)

### 6.1 Sociálně vyloučená oblast Frýdlantsko

Sociálně vyloučená oblast Frýdlantsko se nachází ve Frýdlantském výběžku na sever od hřebenu Jizerských hor. Frýdlantsko se dlouhodobě vyznačuje vysokou nezaměstnaností, se kterou souvisí nízká kvalifikace obyvatel, špatnou dopravní dostupností a geografickou odlehlostí. V této oblasti můžeme zpozorovat dva hlavní problémy,

a to přeshraniční kriminalitu a drogovou kriminalitu. (Ministerstvo práce a sociálních věcí, 2022)

Sociálně vyloučená oblast Frýdlantsko obsahuje celkem osmnáct obcí, které jsou tímto vyloučením ohrožené. Celkem 8 997 domácností pobíralo v roce 2014 v této oblasti příspěvek na živobytí. Frýdlantsko bylo čtvrtou oblastí, ve které je nejvyšší podíl trestné činnosti nezletilých. (Ministerstvo práce a sociálních věcí, 2022)

Výsledky analýzy nám ukazují, že je potřeba se dětem v této oblasti věnovat ve volném čase a naučit je tento čas smysluplně trávit. Ministerstvo práce a sociálních věcí vypisuje pravidelné dotace pro sociálně vyloučené oblasti na volnočasové aktivity, aby mohly organizace poskytnout své služby i v těchto oblastech. (Ministerstvo práce a sociálních věcí, 2022)

## 7 Sport

Sport je fenomén, který je v dnešní době rozšířený po celém světě napříč všemi věkovými kategoriemi. Sport je pro lidi zábavou, ale i zaměstnáním. Přináší nám potěšení, peníze, slávu a umožňuje člověku vyniknout (být výjimečný) ale také přináší zklamání. Sport je proces aktivního zapojení do sportovních činností. Sport je jednou z nejrozšířenějších činností, a proto se stále rozvíjí a rozšiřuje. S postupem času se objevují zcela nová odvětví sportu, a to díky novým náčiním a technickým zařízením. Sport má pro lidi na zemi společenský charakter, jelikož během sportu dochází k setkávání, komunikování a sdružování lidí, kteří mají stejné zájmy. Sport v profesionálním i amatérském pojetí je především o zvyšování výkonnosti a zlepšování dovedností, které jsou na danou sportovní aktivitu potřebné. S tím souvisí vedení trenéra, který se snaží o pedagogické vedení sportovce. (Slepička, et al., 2018, s. 23-26)

Dle Evropské charty sportu se sportem:“ *rozumí všechny formy tělesné činnosti, které ať již prostřednictvím organizované účasti či nikoli, si kladou za cíl projevení či zdokonalení tělesné i psychické kondice, rozvoj společenských vztahů nebo dosažení výsledků v soutěžích na všech úrovních.*“ (MŠMT, 2022)

Celkem můžeme rozlišovat sedm druhů sportu:

1. Sport elitní – u elitního sportu se snažíme o absolutní výkon, vysoký sociální status a vysokou finanční odměnu. Hlavními znaky elitního sportu jsou komercializace a profesionalizace.
2. Sport soutěžní – sport soutěžní nebo také klubový se vyznačuje především vzrušením ze soutěží, sledováním subjektivního výkonu, uspokojením ze sociálního kontaktu a relaxací.
3. Sport rekreační – rekreační sport slouží především k relaxaci, která probíhá při činnostech provozovaných pro zdraví. Tento sport je podpořen soudržností ve skupině.
4. Fitness sport – fitness sport je aktivita, jejíž hlavním cílem je udržení nebo rozvoj fyzické zdatnosti.
5. Sport rizikový a dobrodružný – rizikový a dobrodružný sport se vyznačuje dobrodružstvím a napětím.



6. Lust sport – lust sport je spojen s hledáním něčeho příjemného. Nejčastěji bývá spojován s turistikou. Bývá také označen jako S-sport (sun, sand, snow, sex, speed a další.)
7. Kosmetický sport – cílem kosmetického sportu je dosažení vzhledu modelky nebo modelu. Jedná se o body building, body styling nebo body shaping. (Svoboda, 2000, s. 13-14)

## 7.1 Sport a výchova

Existují celkem tři oblasti poznání, které napomáhají vytvářet sportovní výkon. Dle Svobody sem patří: *„obecné i specifické poznatkové zázemí (věda a výzkum), vědomosti a zkušenosti trenérů a cvičitelů a dalších osob, které již přenášejí poznatky do praxe a zkušenosti samotného sportovce, který tato poznání přijímá a rozvíjí.“* (Svoboda, 2000, s. 23)

Výchovou ve sportu se zabývá pedagogika sportu, což je disciplína složená z obecné pedagogiky a kinantropologie. Kinantropologie je věda o člověku v pohybu. Kinantropologie se zabývá vlivem sportovní činnosti na tělesný i psychický stav člověka. Výchovu ve sportu můžeme najít všude tam, kde dochází k interakci mezi trenérem nebo učitelem a sportovcem nebo žákem. Jedná se o sociální interakci, při níž může docházet k výchovnému působení. Sport hraje v procesu socializace člověka důležitou roli, jelikož se jedná o proces, při kterém se jedinec učí dovednostem, hodnotám, postojům a chování které mu umožňuje začlenit se do společnosti. Jedinec díky sportu přenáší postoje osvojené během sportovní činnosti do běžného života. Můžeme nalézt celkem dva zdroje působení, pomocí nichž jedinec ve sportu přejímá postoje chování, které pak přenáší do svého běžného života. Patří sem motorická činnost, která jedinci přináší uspokojení z dosažení vytyčeného cíle, a specifické životní prostředí ve kterém sportovní aktivita probíhá, toto prostředí je specifické a na jedince mohou působit různé vnější vlivy, které jej ovlivňují, jako například trenér, spoluhráči apod. (Svoboda, 2000, s. 23-24)

### 7.1.1 Cíle a úkoly sportovní výchovy

Stejně jako jiná výchovná působení i sportovní výchova má své cíle a úkoly. Cílem sportu samotného je dosažení maximálního výkonu. Činnost trenéra se neobejde bez výchovného a vzdělávacího působení, jelikož by jeho činnost neměla smysl,

pokud by se nesnažil své svěřence něco naučit a někam je posunout. Je proto třeba mluvit o výchovných cílech ve sportu.

Dle Svobody: „*Cílem sportovní výchovy je přizpůsobení nárokům sportovního života s úsilím o maximální výkon a s přispíváním k rozvoji osobnosti sportovce.*“ (Svoboda, 2000, s. 32)

Cíl sportovní výchovy můžeme podrobněji vysvětlit v jednotlivých úkolech. Svoboda definoval celkem osm úkoly, pomocí kterých dochází k výchovnému působení:

1. Získávání vědomostí o sportu a sportovních činnostech – například technika, taktika apod.
2. Získávání sportovních dovedností
3. Rozvoj pohybových schopností, které jsou potřebné pro daný sport – rozvoj fyzické zdatnosti a výkonnosti
4. Vytvoření správných návyků – režim dne, hygiena, životospráva, odpočinek
5. Rozvoj specifických schopností potřebných pro daný sport – rozhodování, pozorovací schopnosti apod.
6. Regulace postojů k rozhodčímu, soupeři apod.
7. Ovlivňování interpersonálních vztahů – spolupráce, rovnováha apod.
8. Všestranné působení na osobnost sportovce (Svoboda, 2000, s. 32)

### **7.1.2 Výchova osobnosti ve sportu**

Trenér může své svěřence ovlivňovat ve třech oblastech. Mezi tyto oblasti patří:

- Oblast režimu dne a životosprávy (regenerace a psychohygiena)
- Oblast sportovního výkonu
- Oblast sociální

V oblasti režimu dne a životosprávy se trenér snaží vést své svěřence k pravidelnému celodennímu rytmu dne, do kterého spadá jídlo, pití, hygiena, spánek, regenerace a psychické uvolnění. Všechny tyto složky jsou nedílnou součástí dne sportovce a je zapotřebí, aby na všechny tyto složky sportovec myslel a dostatečně se jim věnoval. Dobrý trenér by měl vědět, že postoj k celodennímu rytmu dne a jeho složkám je důležitý. Jelikož trenér nemůže

kontrolovat své svěřence po celý den, měl by rozvíjet tyto složky osobnosti: sebeuvědomění, sebecit, sebehodnocení, sebeovládání a zodpovědnost, ty jsou klíčové pro správný rozvoj osobnosti sportovce. V oblasti sportovního výkonu by měl trenér působit především na tyto složky osobnosti: cílevědomost a houževnatost, sebevědomí a odvaha, čestné soutěžení a odolnost při neúspěchu. Tyto složky osobnosti jsou potřebné pro podávání sportovního výkonu dle pravidel a s ohledem na vlastní možnosti. Protože pokud si je sportovec vědom svých předností a nedostatků (má zdravé sebevědomí) dokáže podat co nejlepší výkon, aniž by se zranil. Čestné soutěžení souvisí s dodržováním pravidel a pro profesionální, ale také amatérský sport je fair play důležité. U oblasti sociální je důležité dbát na smysl pro spolupráci, toleranci k druhým a chápání sportu jako místa, kde se setkáváme s dalšími lidmi. Mladí sportovci si až s postupem působení trenéra uvědomí, jak důležitá je spolupráce a komunikace, pokud se jedná o týmový sport. Během sportovní činnosti se v týmu utváří přátelské vazby, které mohou trvat po celý život. Hlavním úkolem trenéra je udržet v týmu rovnováhu mezi soutěžením a spoluprací a podporovat toleranci. (Svoboda, 2000, s. 30-31)

## **7.2 Diagnostika ve sportu**

Pedagogická diagnostika je pro trenéra důležitým nástrojem při práci s jednotlivci i týmem. Pomáhá trenérovi přistupovat k jednotlivcům individuálně, dle jejich potřeb. Trenér se snaží co nejvíce porozumět sportovci. Většina trenérů provádí tuto diagnostiku nevědomě, jde o proces, při kterém analyzují sportovní výkon, pohybové dovednosti, příčiny špatného soustředění a přemýšlí nad nepřátelskou atmosférou v týmu. Ke každému jedinci je zapotřebí přistupovat jinak, protože každému může vyhovovat jiný přístup. A proto musí trenér dobře znát své svěřence, aby dokázal zvolit správný přístup pro každého a tím efektivně využíval čas, během kterého se může jedinci věnovat. Trenér nemůže provádět diagnózu bez hodnocení. Hodnoty, které trenér přiřadí, mohou mít různou povahu:

- Relativní (vzhledem k úrovni týmu)
- Absolutní (od začátečníka po nejlepšího na světě)
- Pozitivní nebo negativní (např. z hlediska morálky)
- Aktuální a potenciální (některé schopnosti se mohou projevit až na určité úrovni)

Hodnocení trenér uskutečňuje na základě určitého měřítka. Čím lépe je měřítko definováno, tím objektivnější získáme výsledky. Trenér by měl k pedagogické diagnóze

používat validní a spolehlivé prostředky nebo metody. Validita je u diagnózy ve sportu problémem, jelikož sama měřítka nemusí být plně validní, jelikož trenérovi může pomoci i taková diagnostická metoda, která nemá statistický charakter. (Svoboda, 2000, s. 183-185)

### **7.2.1 Diagnostické prostředky**

Dle Svobody: „*Pozorování charakterizujeme jako plánovité a metodické sledování založené na výběrovém a soustředěném vnímání. Patří k těm diagnostickým metodám, bez kterých se trenér neobejde.*“ (Svoboda, 2000, s. 186)

Výsledek pozorování zaleží na tom, jaké má trenér pozorovací schopnosti a zkušenosti, dále na předmětu a způsobu pozorování. Trenér může při svém pozorování vybírat ze dvou technik. Jednou z nich je snaha o relativně úplný záznam, to znamená, že trenér zachytí například na kameru komplexně celou situaci a druhou je selektivní pozorování, kdy se zaměří jen na vybranou situaci. Trenéři většinou využívají selektivní pozorování, jelikož je pro ně klíčový daný okamžik, který obsahuje bezprostřední sociální interakci, na kterou může trenér rovnou reagovat. Pokud ovšem trenér řeší nějaký zásadnější problém např. v taktice nebo kolektivu, je zapotřebí využít první zmíněnou techniku relativně úplného záznamu, kdy trenér opakovaně natáčí tým při sportovní činnosti a později může analyzovat chování a zjistit příčinu problému. (Svoboda, 2000, s. 186-188)

Z vědeckého hlediska nejsou posuzovací škály validní a spolehlivé. Z hlediska posuzování konkrétního problému na konkrétní skupině jsou pro trenéra užitečné, protože dostává relativní výsledky v rámci skupiny. Posuzování může být založeno buď na dlouhodobějším pozorování, nebo vícerázovém pozorování. Trenér může při své práci využít i sebeposuzování. Pro vytvoření posuzovací škály je zapotřebí vymezit předmět posuzování (např. úroveň spolupráce), určit rozměr (odkud kam, například od nejrychlejšího k nejpomalejšímu) a rozdělit dle potřeby tento rozměr na stupně (stupně musí být co nejpřesněji definované, přidáváme tím stupně mezi nejrychlejší a nejpomalejší, aby bylo možné přesně určit, na kterém stupni se jedinec nachází). Posuzovací škály může trenér využít k diagnostice kvalitativních znaků, např. technické provedení. (Svoboda, 2000, s. 188-192)

Trenér může k diagnostice využít metodu rozhovoru. Tato metoda mu může pomoci s upřesněním výsledků pozorování, jelikož si může přímo ověřit, jestli jsou jeho závěry správné. Rozhovor napomáhá rozpoznat příčiny projevů určitého chování (např. sportovci klesá výkonost, protože má v osobním životě trable a nedokáže se na sportovní aktivitu plně

soustředit). Pro rozhovor je důležité, aby trenér dokázal s jedincem navázat určitý vztah a přesvědčil ho, že je během rozhovoru v bezpečí a může se trenérovi s čímkoliv svěřit. Trenér by se měl snažit nepokládat uzavřené otázky, na které lze odpovědět ano/ne, otázky by měly jedince rozpovídat. (Svoboda, 2000, s. 194)

Dotazník je písemnou a neosobní formou rozhovoru, kdy dotazovaný písemně odpovídá na stanovené otázky. Pro některé jedince může být příjemnější dotazník než rozhovor. Například introverti budou radši odpovídat písemně v soukromí, než aby si museli s někým povídat. Předpokladem pro kvalitní data z dotazníku je umění posoudit sebe sama, aby jedinec dokázal odpovídat podle toho, jak na tom doopravdy je místo toho, jak by na tom chtěl být. (Svoboda, 2000, s. 195-197)

Testy jsou standardizovaným diagnostickým prostředkem, protože mají přesně vymezené podmínky a okolnosti, za kterých se mohou konat. Jedinec při testu reaguje na určitý podnět, určitým způsobem a za to získává body. Testy můžeme dělit na dva druhy a to: výkonové a projekční. Projekční testy jsou náročné a vyžadují proškoleného psychologa, proto může trenér využívat pouze testy výkonové. Trenéři mohou využívat testy schopností nebo testy osobnosti. Trenér nejčastěji během své praxe využije testy motorické. (Svoboda, 2000, s. 197-198)

### **7.3 Agrese, násilí a doping ve sportu**

Existují různé pohledy na agresi ve sportu. Lidé na agresi ve sportu nahlíží buď tím způsobem, že k němu patří a je nutné ji tolerovat a dále rozvíjet nebo tam nepatří a má za cíl ublížit jinému člověku, nebo jej vyřadit ze sportovní činnosti. Spolu s tímto chováním se také velmi často projevuje agresivní chování u diváků daného sportu. Projevy agrese jsou obecně chápány jako negativní chování, které má za cíl ublížit, ať už fyzicky nebo psychicky. Agresi nejčastěji vymezujeme pomocí tří specifických znaků: jedinec se snaží o škodlivé chování vůči druhému; toto chování je záměrné a má za cíl poškodit; jedinec očekává, že chování bude mít určitý efekt. Ve sportu můžeme najít různé projevy agrese, patří sem:

- Fyzická agrese aktivní přímá (uhodím někoho hokejkou).
- Fyzická agrese aktivní nepřímá (pověřím někoho, aby fyzicky napadl jinou osobu).
- Fyzická agrese pasivní přímá (fyzické brání někomu v dosahování vytyčeného cíle).

- Fyzická agrese pasivní nepřímá (odmítnu splnit požadavky).
- Verbální agrese aktivní přímá (slovní nadávky).
- Verbální agrese aktivní nepřímá (pomluvy).
- Verbální agrese pasivní přímá (odmítnutí s někým mluvit).
- Verbální agrese pasivní nepřímá (nezastat se někoho). (Slepička , et al., 2020, s. 169)

Dle Slepičky, Slepičkové a Mudráka: „*Pokud jde o sportující adolescenty, tak specifické podmínky a nároky sportovního prostředí, dále pak rodiče, trenéři a dospělí sportovci spoluvytvářejí vzorce chování mladých sportovců mechanismem posilování či trestání projevovaných způsobů chování. Rodiče, trenéři, funkcionáři působí jako socializační zprostředkovatelé buď přímo svými reakcemi na projevy sportujících, nebo i tím, že sami představují modely akceptovaného a očekávaného chování.*“ (Slepička, et al., 2018, s. 141)

Problematika dopingu úzce souvisí s problematikou drog a jejich rozšířením ve společnosti. Prostředí sportu je specifické sociální prostředí, ve kterém působí specifické vlivy, které ovlivňuje charakter sportovní činnosti a specifické sociální normy. Dalším vlivem, který působí na braní dopingu je zdůrazňování úspěchu v soutěžích jako celonárodní význam. Díky tomu je na sportovce kladen příliš velký tlak a může se stát, že sklouznou k braní dopingu. Také sociální prostředí jedince může ovlivňovat jeho postoj ku užívání dopingu. Jestliže jedinec pochází ze sociálního prostředí, kde jsou běžně užívány drogy, může se stát, že k tomuto chování také přistoupí, aby zlepšil svůj výkon. Dalším vlivem je společenský statut, sportovci, kteří jsou úspěšní a dosahují určité úrovně ve sportovní činnosti, bývají nadprůměrně ohodnoceni a je jim přisuzován určitý sociální statut, který s sebou přináší spoustu výhod. (Slepička, et al., 2018, s. 44-56)

## **7.4 Netradiční sportovní hry**

Mezi netradiční sportovní hry, můžeme zařadit takové hry, které nejsou běžně ve školách nebo při volnočasových aktivitách realizovány. Cílem netradičních sportovních her není dokonalé provedení dané sportovní činnosti, ale zážitek z této pohybové aktivity. Pro různé části světa budou netradiční sporty nebo sportovní hry různé, to, co je u nás považováno za běžné může být jinde bráno za netradiční (například u nás je za netradiční považován Americký fotbal nebo například Kriket). Za netradiční sportovní hru můžeme

považovat i modifikace tradičních sportů jako je například plážová házená. Tato modifikace dodává sportu netradiční rozměr. Netradiční sportovní hry můžeme dělit do tří kategorií: kontaktní, síťové a pálkovací. (Růžička , et al., 2013, s. 8-9)

Netradiční sportovní hry kontaktní bývají také nazývány hrami brankovými. Cílem těchto her je v určitém časovém úseku dosáhnout vyššího počtu bodů než druhý tým pomocí dopravení určitého sportovního náčiní (míč, talíř) na určité místo (branka, vymezené území). Netradiční sportovní hry síťové jsou hry, které jsou vymezeny získáním určitého počtu bodů. Hlavním znakem těchto her je využití sítě uprostřed hřiště. Hlavním cílem těchto her je dostat sportovní náčiní na soupeřovu polovinu hřiště tak, aby byla dodržena pravidla dané činnosti. Netradiční sportovní hry pálkovací jsou definovány tím, že využívají specifické náčiní (pálku), pomocí něhož manipulují s míčem. Cílem hry je získání bodů za dodržení všech pravidel dané hry. (Růžička , et al., 2013, s. 9-11)

## **Praktická část**

### **8 Zásady pro vypracování diplomové práce**

#### **8.1 Cíl práce**

Cílem teoretické části diplomové práce bylo teoretické ukotvení problematiky vztahující se k tématu diplomové práce, aby se čtenáři této práce orientovali a seznámili se základními pojmy, se kterými může tato práce souviset.

Cílem praktické části diplomové práce je zanalyzovat možnost využitelnosti nového volnočasového konceptu příměstského tábora zaměřeného na netradiční sportovní aktivity v sociálně vyloučené oblasti a jeho vliv na rozvoj jedince.

#### **8.2 Výzkumné otázky**

Výzkumné otázky jsem vybírala s ohledem na to, že se jedná o nový koncept, který v republice téměř nikdo v rámci volnočasových aktivit nerealizuje a proto, že se jedná o velmi specifickou skupinu dětí.

- Jaká byla spokojenost s realizací programu ve vybrané oblasti u dětí a rodičů?
- Jak se změnilo povědomí dětí o netradičních sportovních aktivitách a českých sportovcích?
- V jaké míře docházelo u dětí k rizikovému chování?
- Jakým způsobem se změnilo chování dětí v průběhu tábora?

#### **8.3 Výzkumná strategie**

Pro svou diplomovou práci jsem si vybrala kvalitativní výzkum s ohledem na zvolené výzkumné otázky. Velmi mě zajímalo, jak se projeví děti ze sociálně vyloučené oblasti v průběhu netradičních sportovních aktivit a zdali se povede změnit jejich povědomí o netradičních sportovních hrách a českých sportovcích.

Kvalitativní výzkum dbá na rozdíl od kvantitativního výzkumu na obsah dat, a ne na jejich množství. V kvalitativním výzkumu je důležité sledovat veškeré informace, které nám o sobě jedinci poskytnou a ta analyzovat.



## **8.4 Výzkumná metoda**

Pro sběr dat bylo využito několika metod. Jelikož se jedná o týdenní příměstský tábor, bylo vhodné využít na začátku tábora metodu skupinového polostrukturovaného rozhovoru, která byla doplněna o pozorování, aby bylo možné odpovědět na všechny stanovené výzkumné otázky. Výhodou polostrukturovaného rozhovoru je to, že v jeho průběhu můžeme pořadí otázek měnit vzhledem k tomu, jakých témat se s klienty dotkneme a případně tyto otázky doplňovat podle potřeby. (Řiháček, et al., 2013, s. 15)

## **8.5 Metody analýzy**

Pro analýzu získaných dat jsem využila případovou studii, která se zabývá detailním studiem jednoho nebo několika málo případů a snaží se popsat jejich vztahy a porozumět jim. Předmětem případové studie může být jedinec, komunita, sociální skupina či organizace. V mém případě jde o případovou studii, která se zaměřuje na určitou sociální skupinu a zkoumá její chování na příměstském táboře. Případovou studii může definovat jako úsilí o porozumění určitému objektu nebo jevu. (Řiháček & Roubal, 2018)

## **8.6 Výzkumný soubor**

Hlavní podmínkou pro informanty bylo to, že musí být ze sociálně vyloučené lokality. Konkrétně z lokality Frýdlantsko, kde byl tábor realizován. Jednalo se o skupinu devatenácti dětí z této oblasti ve věku sedm až dvanáct let.

## **8.7 Předvýzkum**

Pomocí předvýzkumu se výzkumník lépe orientuje v dané problematice a hlouběji pronikne do daného tématu. Předvýzkumem pro mě bylo samotné zpracování teoretické části, které mi pomohlo lépe pochopit souvislosti mezi jednotlivými termíny a připravit se na tvorbu programu příměstského tábora tak, aby byl pestrý a zajímavý. Současně jsem se dozvěděla, jaké rizikové chování může u dětí během sportu nastat, a tak jsem byla dopředu připravena různé konflikty řešit a snažit se děti nasměrovat tím správným směrem.

Během předvýzkumu jsem zjistila, že netradičním sportovním hrám se v České republice věnuje jen pár osob. Většinou jde o kroužky nebo skupiny lidí, které se scházejí a společně provozují jednu z netradičních sportovních her. Ucelený program, který by v sobě zahrnoval různé netradiční sportovní hry, jsem v České republice nenalezla.

### 8.7.1 Zhodnocení stavu aktuální problematiky

V České republice se v současné době této problematice nikdo soustavně a uceleně nevěnuje. Můžeme nalézt pouze několik prací, které se zaměřují na jednotlivé části této diplomové práce.

První diplomovou prací, u které jsem se mohla alespoň částečně informovat a inspirovat, byla práce z Univerzity Karlovy zaměřená na Analýzu trávení volného času dětí z vyloučených lokalit. Tato práce byla ovšem zaměřena pouze na způsob trávení volného času těchto dětí, nikoliv na vliv volnočasového programu na děti. Výzkum byl proveden na vzorku 48 dětí ze sociálně vyloučené lokality a výsledky provedeného výzkumu byly takové, že většina dotazovaných dětí ze sociálně vyloučené oblasti tráví svůj čas venku s kamarády. Z výzkumu vyplynulo, že celkem 15 % dotazovaných dětí chodí za školu. V porovnání škol ze sociálně vyloučené lokality a školy, která sídlí mimo tuto oblast, je zřejmé, že děti, které žijí mimo sociálně vyloučenou oblast, navštěvují mnohem více volnočasové instituce a kroužky ve škole. Můžeme tedy říct, že děti ze sociálně vyloučené oblasti nemají šanci trávit svůj volný čas smysluplně. (Gabicarová, 2019)

Jako další práci, ze které jsem mohla částečně čerpat inspiraci, mohu zmínit diplomovou práci Mapování a vývoj vybraných netradičních sportů na území České republiky (ultimate, famfrpál, jugger). Autor v této práci hodnotil vývoj vybraných netradičních sportů. Autor ve své práci zjistil, že tyto sporty nejsou v České republice příliš rozšířené a navrhoval pro ně nové směrování, díky kterému by se mohly dále rozšiřovat a vyvíjet. (Skalka, 2020)

U bakalářské práce Pravidla vybraných netradičních sportovních her z Technické univerzity v Liberci jsem mohla čerpat materiály a informace pro sestavení programu příměstského tábora. Bakalářská práce měla za cíl rozšířit databázi video učebnic netradičních sportovních her. (Ruprich, 2019)

Poslední prací, ze které jsem měla možnost se inspirovat, byla diplomová práce z Masarykovy univerzity v Brně s názvem Využití netradičních sportovních her ve výuce TV na 2. stupni ve vybraných základních školách v Brně. Autor diplomové práce získal data celkem od třiceti respondentů, kterými byli pedagogové základních škol v Brně. Výzkumem se podařilo zjistit, že většina respondentů zařazuje do výuky tělesné výchovy netradiční sportovní hry, a to dvakrát až třikrát měsíčně. Autor by ovšem pedagogům doporučil rozšiřovat povědomí o dalších netradičních sportovních hrách. Dále bylo zjištěno, že školy

nedostatečně zařizují sportovní potřeby pro výuku tělesné výchovy tak, aby bylo možné zařadit netradiční sportovní hry do běžné výuky. Respondenti také vypověděli, že netradiční sportovní hry jsou pro děti stejně atraktivní jako ty tradiční. (Pražák, 2010)

## 8.8 Program příměstského tábora

Níže jsou rozepsány jednotlivé dny programu příměstského tábora, který byl realizován v sociálně vyloučené lokalitě Frýdlantsko.

### 8.8.1 Den první – pondělí

První den tábora slouží k seznámení účastníků mezi sebou a s vedoucími tábora. Děti společně vytvoří táborová pravidla, která všichni podepíší. Podle prvních sportovních her jsou lektori schopni rozdělit děti do vyvážených týmů.

Čas	Aktivita	Cíl	Metoda	Prostředky	Popis aktivity
8:00 - 8:30	Přivítání na táboře a seznámení se s programem příměstského tábora	Děti se seznámí s programem příměstského tábora.	Výklad	-	Lektori přivítají děti na příměstském táboře a seznámí je s programem tábora.
8:30 - 9:30	Seznamovací hry – Jméno a zvíře, ANO x NE, Drákula	Děti se navzájem seznámí.	Didaktická hra, diskuse	-	Lektor nejprve začne s aktivitou Jméno a zvíře, kdy každý má za úkol říct své jméno a k němu vymyslet zvíře, kdy první písmeno jména a zvířete se musí shodovat (např. Jana jaguár). Při hře ANO x NE pokládá lektor otázky, na které lze odpověď ANO nebo Ne, děti, které odpovídají ANO jdou doprava, děti, které odpovídají NE jdou doleva a pokud někdo neví nebo se nemůže rozhodnout jde doprostřed. Při hře Drákula se všichni postaví do kruhu a jeden člen skupiny jde doprostřed (ten je Drákula) a má za úkol natáhnout ruce a jít pomalu k někomu kdo stojí v kruhu, ten, kdo je obětí Drákuly musí začít na někoho mrkat a ten na koho mrká má za úkol říct jeho jméno, pokud nestihne říct jméno včas a Drákula chytne svou oběť, stává se novým Drákulou.

Tabulka 1 Program příměstského tábora – pondělí 8:00 - 9:30

Čas	Aktivita	Cíl	Metoda	Prostředky	Popis aktivity
9:30 - 10:30	Tvorba pravidel a očekávání od tábora	Děti vytvoří pravidla, která budou celý týden dodržovat a sdělí své očekávání od tábora.	Diskuse, skupinový rozhovor	Otázky ke skupinovému rozhovoru	Lektor má za úkol s dětmi sepsat pravidla, která budou platit po celou dobu tábora a poté pokládá dětem otázky skupinového rozhovoru, aby zjistil, jaká mají děti očekávání od tábora a jaký je jejich vztah ke sportu.
10:30 - 11:00	Svačina	-	-	-	-
11:00 - 11:30	Vybíjená	Děti se naučí pravidla vybíjené a zahrají si ji. Děti rozvíjí hrubou motoriku.	Didaktická hra	Míč na vybíjenou	Lektor vysvětlí dětem pravidla hry a během hraní vybíjené kontroluje dodržování pravidel.
11:30 - 12:00	5 sportovců	Děti se seznámí s pěti českými sportovci.	Výklad, diskuse	Zalaminované fotky sportovců, zajímavosti o nich	Lektor ukáže dětem fotky sportovců a nejdříve je nechá hádat kdo to je a jaký sport provozuje, poté jim každého sportovce představí a řekne jim zajímavosti o něm.
12:00 - 12:30	Oběd	-	-	-	-
12:30 - 13:30	Polední klid – Interview	Děti se podrobněji seznámí.	Didaktická hra	Papír s okruhy	Lektor rozdělí děti do dvojic tak, aby spolu nebyl nikdo, kdo se zná. Děti pak mají za úkol si zahrát na reportéry a udělat interview se svojí dvojicí a zjistit o ní sepsané okruhy, které lektor viditelně vyvěsí.
13:30 - 14:00	Rozdělení do týmů	Děti se rozdělí do týmů.	Organizační pokyn	Truhličky s barvami	Lektor rozdělí děti do týmů tak, aby byli co nejvíce vyrovnané. Děti si poté vyberou barvu týmu a dostanou do týmu truhličku, do které budou sbírat body. Poté si ještě děti vymyslí název svého týmu.

Tabulka 2 Program příměstského tábora – pondělí 9:30 - 14:00

Čas	Aktivita	Cíl	Metoda	Prostředky	Popis aktivity
14:00 - 15:00	Házená	Děti se naučí pravidla házené a zahrají si ji. Děti rozvíjí spolupráci, komunikaci a jemnou i hrubou motoriku, koordinaci těla a strategické myšlení.	Didaktická hra	Míč na házenou, branky, rozlišovací dresy	Lektor vysvětlí dětem pravidla hry a během hraní házené kontroluje dodržování pravidel a dělá rozhodčího.
15:00-15:30	Svačina	-	-	-	-
15:30 - 15:50	Ovečky, vlci a bačové	Děti rozvíjí strategické myšlení a hrubou motoriku.	Didaktická hra	Zalaminované ovečky, kužely na vyznačení ohrady	Lektor vymezí prostor, kde bude ohrada s ovečkami a bačové. Poté určí několik bačů (záleží na počtu účastníků), zbytek dětí jsou vlci. Vlci mají za úkol krást bačům ovečky, pokud je bača chytí, musí si doběhnout k druhému lektorovi, aby se vyléčil, tam splní nějaký úkol a může jít zase krást. Vlk může vždy ukrást pouze jednu ovečku a bača nesmí opustit ohradu a dotýkat se oveček.
15:50 - 16:00	Reflexe	Děti zhodnotí první den tábora.	Diskuse	-	Lektor s dětmi shrne první den tábora. Každý řekne, co se mu ten den líbilo a co naopak ne.

Tabulka 3 Program příměstského tábora – pondělí 14:00 - 16:00

## 8.8.2 Den druhý – úterý

Čas	Aktivita	Cíl	Metoda	Prostředky	Popis aktivity
8:00 - 8:30	Rozběhání a rozcvička	Děti se zahřejí a rozcvičí.	-	-	Lektor nejprve nechá děti rozběhat (okolo hřiště) a poté s nimi udělá společnou rozcvičkou tak, že každý vymyslí jeden cvik a postupně se protáhne celé tělo od hlavy až k nohám.
8:30 - 10:00	Badminton a Ringo	Děti se naučí pravidla badmintonu a Ringa a zahrají si je. Děti rozvíjí spolupráci, komunikaci a jemnou a hrubou motoriku.	Didaktická hra	Rakety na badminton, badmintonový košíček a síť, Ringo kroužek, síť na volejbal	Lektor nejprve rozdělí děti a jednotlivá hřiště, jelikož oba sporty jdou hrát pouze v omezeném množství lidí a vysvětlí dětem pravidla hry a během hraní kontroluje dodržování pravidel a dělá rozhodčího.
10:00 - 10:30	Svačina	-	-	-	-
10:30 - 12:00	Frisbee ultimate	Děti se naučí pravidla Frisbee ultimate a zahrají si ho. Děti rozvíjí spolupráci, komunikaci a hrubou i jemnou motoriku.	Didaktická hra	Frisbee	Lektor vysvětlí dětem pravidla hry a během hraní kontroluje dodržování pravidel a dělá rozhodčího.
12:00 - 12:30	Oběd	-	-	-	-
12:30 - 13:30	Polední klid – vlajka týmu, 5 sportovců, Němá řada	Děti rozvíjí kreativitu, seznamují se s 5 sportovci a rozvíjí spolupráci a neverbální způsob komunikace.	Didaktická hra, výklad, diskuse	Papíry a pastelky, Zalamované fotky sportovců a zajímavosti o nich	Lektor nejprve zadá dětem tvorbu týmové vlajky. Poté s nimi projde nových 5 sportovců a na závěr dětem zadá, aby se seřadili podle výšky nebo data narození ale nesmí u toho promluvit.

Tabulka 4 Program příměstského tábora – úterý 8:00 - 13:30

Čas	Aktivita	Cíl	Metoda	Prostředky	Popis aktivity
13:30 - 14:15	Černý trh	Děti rozvíjí strategické myšlení, hrubou motoriku, spolupráci a komunikaci.	Didaktická hra	Zalaminované kartičky se sportovním vybavením, kužely na vyznačení prostoru.	Lektor nejprve vyznačí oblast černého trhu a po velkém území rozmístí kartičky sportovního vybavení, vždy a jedno místo jeden druh. Každé sportovní vybavení má jinou bodovou hodnotu od 10 do 150 bodů. Na černý trh umístí nejvýznamnější kartičky. Na černém trhu stojí lektor a různě se v jeho prostoru prochází. Děti mají v týmech za úkol posbírat co nejvíce kartiček, tak aby získali co nejvíce bodů. Z každého týmu smí do pole vždy jen 2 a všichni se musí střídát. V oblasti černého trhu se nesmí děti hýbat, pokud na ně zrovna kouká lektor (musí stát jako socha). Pokud lektor uvidí pohyb dítě se musí vrátit k týmu bez kartičky. Kartičky mohou děti odnést po jedné.
14:15 - 15:00	Bago	Děti se naučí pravidla Baga a zahrají si ho. Děti rozvíjí strategické myšlení a hrubou motoriku.	Didaktická hra	Míč na fotbal	Lektor vysvětlí dětem pravidla hry a během hraní kontroluje dodržování pravidel a dělá rozhodčího.
15:00 - 15:30	Svačina	-	-	-	-
15:30 - 15:50	Páv	Děti rozvíjí strategické myšlení a jemnou i hrubou motoriku.	Didaktická hra	Kolíčky a páska na oči	Lektor vybere jedno dítě, které bude páv. Páv má zavázané oči a jsou na něm navěšené kolíčky. Ostatní děti jsou lovci vzácného peří a mají za úkol pávovi ukrást všechny kolíčky. Pokud se jich páv dotkne vypadávají ze hry.
15:50 - 16:00	Reflexe	Děti zhodnotí druhý den tábora.	Diskuse	-	Lektor s dětmi shrne druhý den tábora. Každý řekne, co se mu ten den líbilo a co naopak ne.

Tabulka 5 Program příměstského tábora – úterý 13:30 - 16:00



### 8.8.3 Den třetí – středa

Ve středu byl pro děti naplánovaný výlet do Liberce do Jump arény a Severočeského muzea.

### 8.8.4 Den čtvrtý – čtvrtek

Čas	Aktivita	Cíl	Metoda	Prostředky	Popis aktivity
8:00 - 8:30	Rozběhání a rozcvička	Děti se zahřejí a rozcvičí.	-	-	Lektor nejprve nechá děti rozběhat (okolo hřiště) a poté s nimi udělá společnou rozcvičku tak, že každý vymyslí jeden cvik a postupně se protáhne celé tělo od hlavy až k nohám.
8:30 - 10:00	Netradiční pěti boj	Děti si vyzkouší různorodé disciplíny netradičního pěti boje. Děti rozvíjí jemnou i hrubou motoriku, spolupráci a komunikaci.	Didaktická hra	Stopky, lžice, pingpongové míčky, kužely, luk, šipy, terč, kyblík s vodou, kelímky, odměrky, lano	Lektor postupně s dětmi projde jednotlivé disciplíny. Běh na čas (lektor určí vzdálenost a měří čas), slalom se lžicí a pingpongovým míčkem, lukostřelba, přenášení vody z kyblíku odměrkou do kelímku, překážková dráha s kelímkem plným vody, podlézání pod provazem v záklonu.
10:00 - 10:30	Svačina	-	-	-	-
10:30 - 12:00	Fotbal	Děti se naučí pravidla fotbalu a zahrají si je. Děti rozvíjí spolupráci, komunikaci a hrubou motoriku.	Didaktická hra	Fotbalový míč, branky	Lektor vysvětlí dětem pravidla hry a během hraní kontroluje dodržování pravidel a dělá rozhodčího.
12:00 - 12:30	Oběd	-	-	-	-

Tabulka 6 Program příměstského tábora – čtvrtek 8:00 - 12:30

Čas	Aktivita	Cíl	Metoda	Prostředky	Popis aktivity
12:30 - 13:30	Polední klid – seznámení s 5 sportovci, přednáška o olympijských hodnotách	Děti se seznámí s 5 novými sportovci a naučí se co jsou to olympijské hodnoty.	Přednáška, diskuse	Zalaminované fotky sportovců, zajímavosti o nich	Lektor ukáže dětem fotky sportovců a nejdříve je nechá hádat kdo to je a jaký sport provozuje, poté jim každého sportovce představí a řekne jim zajímavosti o něm. Poté lektor odpřednáší přednášku o olympijských hodnotách.
13:30 - 15:00	Brännball	Děti se naučí pravidla Brännballu a zahrají si je. Děti rozvíjí spolupráci, komunikaci a hrubou motoriku i jemnou.	Didaktická hra	Pálka na Brännball, míček na Brännball, kužely	Lektor vysvětlí dětem pravidla hry a během hraní kontroluje dodržování pravidel a dělá rozhodčího.
15:00 - 15:30	Svačina	-	-	-	-
15:30 - 15:50	Liščí ocásky	Děti rozvíjí strategické myšlení a jemnou i hrubou motoriku.	Didaktická hra	Ocásky	Každý si vezme z provazu připravený liščí ocásek a dá si ho za uzlík za kalhoty. Úkolem je ukrást co nejvíce ocásků a nepřijít o ten svůj. Kdo přijde o ocásek tak vypadl. Ocásek se nesmí bránit rukama.
15:50 - 16:00	Reflexe	Děti zhodnotí čtvrtý den tábora.	Diskuse	-	Lektor s dětmi shrne třetí den tábora. Každý řekne, co se mu ten den líbilo a co naopak ne.

Tabulka 7 Program příměstského tábora – čtvrtek 12:30 - 16:00

### 8.8.5 Den pátý – pátek

Čas	Aktivita	Cíl	Metoda	Prostředky	Popis aktivity
8:00 - 8:30	Rozběhání a rozcvička	Děti se zahřejí a rozcvičí.	-	-	Lektor nejprve nechá děti rozběhat (okolo hřiště) a poté s nimi udělá společnou rozcvičkou tak, že každý vymyslí jeden cvik a postupně se protáhne celé tělo od hlavy až k nohám.
8:30 - 10:00	Přehazovaná, volejbal	Děti se naučí pravidla přehazované a volejbalu a zahrají si je. Děti rozvíjí spolupráci, komunikaci a hrubou i jemnou motoriku.	Didaktická hra	Volejbalový míč, síť	Lektor vysvětlí dětem pravidla hry a během hraní kontroluje dodržování pravidel a dělá rozhodčího.
10:00 - 10:30	Svačina	-	-	-	-
10:30 - 12:00	Banditi	Děti rozvíjí hrubou motoriku, spolupráci, komunikaci a paměť.	Didaktická hra	Obrázky zločinců, identifikační karty, záznamové archy	Po daném území se nachází 40 zločinců, každý má jméno, tvář a spadá do určitého gangu. Úkolem dětí je některého z nich najít, poté si co nejlépe zapamatovat jeho obličej a podle papíru pro identifikaci určit hlavní rysy zločince. Tedy tvar hlavy, pusy, nos, oči, uši, vlasy a fousy a poté údaje zanést do záznamového archu. Až bude dostatek informací, mohou určit kápa celého gangu.
12:00 - 12:30	Oběd	-	-	-	-

Tabulka 8 Program příměstského tábora – pátek 8:00 - 12:30

Čas	Aktivita	Cíl	Metoda	Prostředky	Popis aktivity
12:30 - 13:30	Polední klid – seznámení s 5 sportovci a gordický uzel	Děti se seznámí s 5 novými sportovci a rozvíjí spolupráci a komunikaci.	Didaktická hra	Zalaminované fotky sportovců, zajímavosti o nich	Lektor ukáže dětem fotky sportovců a nejdříve je nechá hádat kdo to je a jaký sport provozuje, poté jim každého sportovce představí a řekne jim zajímavosti o něm. Poté se děti postaví do kolečka, čelem k sobě. Zavřou oči, na daný povel dají levou ruku dovnitř kruhu a snaží se někoho chytnout za ruku. Až jsou všichni chycení, udělají totéž s pravou rukou. Poté otevřou oči a zjistí, že jsou beznadějně zapletení. Druhá fáze hry spočívá v rozpletení tohoto lidského uzlu, aniž by se ruce rozpojily. Jediné, co hráči nesmí je rozpojit ruce.
13:30 - 15:30	Bojovka	Děti rozvíjí komunikaci, spolupráci, paměť, jemnou i hrubou motoriku a rovnováhu.	Didaktická hra	-	Děti mají za úkol jít podle fáborků a cestou plnit úkoly. Za každý splněný úkol získají části skládaček portrétů známých sportovců a jejich jmen. Na konci poskládají portréty a k nim přiřadí jejich jména. Lektor, který děti doprovází tak má bodovací kartičku a zapisuje body za splnění úkolů. Úkoly: Trefit šíškou (míčkem) strom (kyblík) Každý má 5 pokusů a počet zásahů = počet bodů. Kvíz – jednoduché otázky na téma olympiáda Transport raněného a obvázání končetiny Tangram poskládat základní čtverec, plusové body za složení těžších tvarů. Čáp na čas – děti si stoupnou tak že jednu nohu opřou chodidlem o druhou, dají ruce v bok a zavřou oči. Přejít překážku. Mlčení – Po přečtení tohoto vzkazu musí všechny týmy mlčet až do chvíle, dokud jim nebude povoleno znovu mluvit. Překážková dráha poslepu – celý tým má zavázané oči kromě 1. který naviguje
15:30 - 15:50	Reflexe	Děti zhodnotí pátý den tábora a celkově celý týden.	Diskuse	-	Lektor s dětmi shrne pátý den tábora. Každý řekne, co se mu ten den líbilo a co naopak ne. Poté ještě děti poprosí o hodnocení, jak se jim líbil celý tábor, co bylo nejlepší a co by vynechaly.
15:50 - 16:00	Vyhlášení celotáborové hry	Děti se dozví výsledky celotáborové hry.	Výklad	-	Lektor vyhodnotí celotáborovou hru a řekne výsledky dětem. Předá dětem odměny a pamětní listy, na kterých má každé dítě unikátní ocenění za celý týden (např. Jana – nejlepší chytač míčků apod.).

Tabulka 9 Program příměstského tábora – pátek 12:30 - 16:00

## 8.9 Analýza dat – případová studie

Jedná se o skupinu celkem devatenácti dětí, z toho šest dívek a třináct chlapců. Ve skupině byly děti ve věku od sedmi do dvanácti let pocházející z různých částí sociálně vyloučené lokality Frýdlantsko.

Ze získaných dat počátečního rozhovoru je patrné, že děti v sociálně vyloučené lokalitě Frýdlantsko nemají velké povědomí o sportu a nemají o něj tak velký zájem. Všichni informanti vypověděli, že znají alespoň jeden sport, ať už tradiční nebo netradiční. Nejčastěji se vyskytoval mezi odpověďmi fotbal nebo volejbal. Mezi odpověďmi se také vyskytovaly sporty, které bych od této věkové kategorie informantů nečekala, například rugby nebo MMA. Informanti navrhovali velmi zajímavé sporty na olympijské hry. Mezi zajímavými odpověďmi byla třeba jízda na slonovi nebo jízda na býkovi – rodeo. S povědomím o sportovcích je to u výzkumného vzorku ještě horší. Celkem sedm informantů si nevzpomnělo ani na jednoho z našich českých sportovců. Někteří si vzpomněli alespoň na jedno jméno jako je například Jágr, ale zazněly tam i jména, které jsem do realizace příměstského tábora sama neznala a musela jsem si hledat, jestli si jen nevymýšlí jména, aby mohli něco říct. Ze získaných dat je patrné, že většina informantů, má ke sportu kladný vztah a provozuje jej ve volném čase. Celkem devět z devatenácti respondentů provozuje sportovní činnost v rámci klubu. Ve volném čase sportuje celkem sedmnáct z devatenácti dotázaných respondentů ze sociálně vyloučené lokality Frýdlantsko. Úspěchu ve sportu dosáhlo celkem osm z dotazovaných respondentů.

Z pozorování prvního dne příměstského tábora je patrné, že část dětí není ochotna ani schopna dodržovat předem stanovená pravidla a hrát dle fair play. Děti, které se před příchodem na příměstský tábor neznaly, jsou při seznamování dost odtažité a při prvních aktivitách se nechtěly více zapojovat. Při tvorbě pravidel se nejvíce projevovali chlapci, kteří navrhovali nesmyslná pravidla pro příměstský tábor jako například: „nebudeme poslouchat vedoucí“ nebo „budeme chodit po ruce“. Tyto projevy byly jasným vzdorem vůči autoritám. Po přihlídnutí k datům ze skupinového rozhovoru vyplynulo, že nesmyslná pravidla navrhovali chlapci, kteří se přiznali k nedodržování pravidel během sportovních aktivit. Více jak polovina dětí, neměla jasné očekávání od tábora, některé děti zmiňovaly, že by si rády zahrály v průběhu tábora fotbal, jiné děti by byly vděčné za klidové aktivity spojené s tvorbou. V průběhu vybíjení se opět projeví chlapci, kteří nebrali ohled na menší děti a děvčata, bylo proto potřeba je více hlídat a regulovat jejich chování. Při prvním

přestavování pěti českých sportovců byly děti překvapivě nadšené, protože tyto sportovce před tím neznaly a velmi je bavilo hádat, o jaký sport se jedná. Fotografie byly zvolené tak, aby bylo na první pohled jasné, který sport daný sportovec provozuje. Po obědě následovala další seznamovací aktivita, do které se již povedlo zapojit všechny děti. Při rozdělení dětí do týmů, byl nejprve problém s chlapci, kteří nechtěli být s nikým jiným, nakonec se povedlo jim vysvětlit, že rozdělení je z důvodu vyváženosti týmů a oni sami nakonec uznali, že by nebylo fér soutěžit společně proti ostatním. Při odpoledních aktivitách děti pracovaly, jak měly a nedošlo k žádnému konfliktu nebo situaci, kterou by bylo potřeba akutně řešit. Při reflexi zhruba polovina dětí vyjádřila svůj postoj vůči chlapcům, kteří nechtěli první den poslouchat a dodržovat pravidla. Chlapci s tímto názorem měli problém a nehodlali jej přijmout, bohužel se jim to nepovedlo vysvětlit a z prvního dne příměstského tábora odcházeli naštvaní.

Druhý den ráno jsem dětem představila plán středního výletu s tím, že kdo bude do středy porušovat pravidla, nemusí na výlet jet s námi. Děti díky tomu měly motivaci, aby se snažily o dobré chování. Během dopoledních aktivit se děti snažily získat co největší počet bodů pro svůj tým. Bohužel se znovu objevily pokusy o podvádění a porušování pravidel sportovních her. Hry bylo nutné několikrát přerušovat a znovu vysvětlovat pravidla. Děti měly problém s tím, aby si uvědomily, že je potřeba v průběhu aktivit pracovat jako tým, proto jsme se já a druhý vedoucí tábora zapojili do sportovních aktivit s dětmi, aby viděly, že bez spolupráce není možné dosáhnout bodu. Děti byly nadšené ze zapojení vedoucích tábora do sportovních aktivit. Po obědě proběhla první klidová, která u dětí sklidila plusové body, jelikož se jednalo o tvorbu týmové vlajky, protože většina těchto dětí byla orientována na výkon a vítězství, proto pro ně bylo důležité získávání bodů, aby mohly vyhrát. Děti dokonce projevíly zájem o zopakování pěti sportovců z předchozího dne, aby si je mohly lépe zapamatovat. U aktivity Černý trh jsem dětem vysvětlila, že není vždy důležité získávat co největší počet bodů, ale že lepší je zaměřit se na sbírání věcí s menším počtem bodů. Všechny děti během aktivity běhaly pro nejdražší kartičky, které ovšem bylo nejobtížnější získat. Jen jeden tým napadlo po polovině aktivity rozložit síly a posílat na černý trh jen jednoho člověka a druhý mohl běhat pro ostatní kartičky. Tým, který po polovině aktivity upravil svou strategii, tak vyhrál. Po vysvětlení strategie této hry a zdůraznění, že nejvyšší kartičky jsou jediné důležité, projevíly děti zájem o znovu zahrání této hry. Po druhém dni tábora, byly děti nadšené z nových her a sportovních aktivit, které do tohoto dne neznaly.

Několik z nich zmínilo, že se jim líbí přístup nás vedoucích a že se těší na další aktivity, které pro ně máme nachystané.

Třetí den na výletě byl z pohledu chování dětí velmi ukázněný a poklidný. Překvapilo mě, že více jak polovina těchto dětí nebyla nikdy v krajském městě Liberci (Liberec je od Frýdlantu vzdálený 25,6 kilometrů). Třetina dětí, již znala místo, kam jsme s nimi vyrazili, a to Jump arénu, ale nikdo z nich neznal Severočeské muzeum. Jediný konflikt, který jsme v průběhu tohoto dne řešili, bylo, když se chlapci začali na trampolínách strkat a hádat se o jednu konkrétní trampolínu.

Čtvrtý den příměstského tábora byly již všechny děti schopné se naplno zapojit do všech nabízených aktivit. Děti, které byly zpočátku odtažité vůči seznamování se s ostatními, se již plně zapojily do týmové komunikace a spolupráce. Je tedy patrné, že mezi nimi vznikají jistá přátelství, která mohou pokračovat i mimo příměstský tábor. Některé maminky si kvůli dětem při ranním předávání vyměňovaly svá telefonní čísla. Děti byly ráno nadšené a připravené na nové aktivity. Čtvrtek byl prvním dnem, kdy jsme nemuseli několikrát vysvětlovat pravidla sportovní aktivity nebo hry a děti byly schopné tato pravidla dodržet. Jeden z týmů dokonce změnil svoji orientaci na vítězství na orientaci na to si dané aktivity především užít. Tato změna nás jako vedoucí velmi překvapila, protože to není ve volném čase častý jev, že by děti samy od sebe změnilы tímto způsobem svůj názor. Skupinka se i dále snažila o zisk co největšího počtu bodů, ale pokud se dětem nedařilo, nebyly z toho našťvané, ale snažily se užít si aktivitu, co nejvíce to šlo. Čtvrtý den tábora děti hodnotily velmi kladně, nejvíce je zaujal mezi sporty Bränball.

Poslední den příměstského tábora čekala na děti jedna z nejdelších aktivit, a to hra, při které musely identifikovat bandity jednotlivých gangů a podle nápovědy určit šéfa gangu. Obávali jsme se, že děti nevydrží tak dlouhou dobu motivované k hledání a zjišťování informací. Děti ovšem znovu překvapily a nadšeně hledaly bandity a zapisovaly si jejich údaje. Na konci dne po dokončení bojovky jsme s dětmi udělali velkou závěrečnou reflexi. Nejlepší aktivitou za celý týden pro některé bylo poznávání českých sportovců a pro některé zase netradiční sporty, ze kterých si nedokázaly vybrat ten nejlepší. V závěrečném hodnocení od dětí zaznívaly také připomínky k průběhu tábora. Nelíbilo se jim například, že musely pracovat celý týden ve stejných týmech, děvčata tam zmiňovala, že se jim nelíbilo, jak se chlapci občas chovali. Více jak polovina všech dětí řekla, že je to jejich jediný tábor za celé letní prázdniny a že by na něj chtěly znovu, i když by byl program zcela totožný.

Jedna z dívek se po skončení tábora přihlásila na další zcela totožný turnus. Ptala jsem se také znovu děti, jaké sporty na konci tábora znají a společně byly schopné vyjmenovat většinu ze sportů, které si v průběhu tábora vyzkoušely a některé i navíc, které neměly možnost vyzkoušet, ale seznámily se s nimi v rámci seznamování s českými sportovci. Stejně tak byly schopné vyjmenovat mnohem více českých sportovců než na začátku tábora. Snažili jsme se děti nalákat na sledování olympijských her, které v únoru probíhaly v Pekingu, spousta z nich řekla, že se budou dívat, fandit a naučí se do příštího roku nová jména sportovců. Chlapců, kteří na začátku tábora vypověděli, že nedodržují pravidla, jsem se zeptala, zdali teď začnou dodržovat pravidla a budou hrát fair play, celkem pět z osmi, co původně řekli, že pravidla nedodržují nebo občas nedodržují, slíbili, že již budou hrát fair play a že chtějí být jako naši čeští reprezentanti. Z hodnocení rodičů je patrné, že i oni byli s průběhem tábora spokojeni. Rodiče si moc chválili, že se děti celé dny hýbaly a byly i na čerstvém vzduchu. Maminka dvou chlapců, kteří byli mezi těmi osmi, co nechtěli dodržovat pravidla, nám moc děkovala a prosila nás, abychom příští rok tábor znovu pořádali. Jeden z tatínků vyjádřil svou nespokojenost s programem tábora s tím, že jeho synovi pleteme hlavu s tím, co je v životě důležité, protože podle něj musí o vše bojovat a být nejlepší.

## **8.10 Diskuse**

Z analýzy dat získaných v průběhu příměstského tábora, který proběhl v sociálně vyloučené lokalitě Frýdlantsko je patrné, že se razantně změnilo povědomí dětí o netradičních i tradičních sportovních aktivitách a českých sportovcích. Zatímco na začátku tábora většina z nich nebyla schopna vyjmenovat alespoň dva až tři sportovce, na konci tábora jmenovaly hned několik a na další si samy ještě vzpomínaly. Co se týče netradičních sportů, tak většina dětí na začátku příměstského tábora netušila, co to netradiční sport je. V průběhu tábora ovšem nabýly nové vědomosti a zkušenosti a na konci již věděly, jaký je rozdíl mezi tradičním a netradičním sportem a z obou kategorií dokázaly vyjmenovat hned několik sportů. Je možné tedy konstatovat, že povědomí o netradičních sportech a českých sportovcích se u dětí změnilo razantním způsobem.

V průběhu příměstského tábora docházelo u několika dětí až téměř k rizikovému chování ve sportu. K tomuto chování docházelo u chlapců (nikoli u dívek). Chlapci měli tendence projevovat agresivní chování a porušovat pravidla v průběhu sportovních aktivit. Mimo tyto aktivity byli chlapci poměrně klidní. Je patrné, že jsou chlapci v průběhu svého života vedeni k orientaci na výkon a vítězství a chtějí jej dosáhnout za každou cenu,



i když poruší pravidla nebo zraní protihráče. Naštěstí k tomuto chování docházelo jen v prvních dnech tábora, kdy bylo chlapcům jasně a pevně vysvětleno, že takhle se správný sportovec nechová a že vítězství není vše. Překvapilo mě, jak snadno se chlapcům povedlo vysvětlit, že se takto chovat nemohou a získat si u nich respekt vůči autoritě. Původně jsem se obávala toho, že v této lokalitě bude k rizikovému chování docházet častěji a nebude tak snadné tento problém vyřešit.

Změnu v chování můžeme pozorovat především u skupinky chlapců, kteří byli ochotni změnit své chování. Bylo znát, že chlapci v běžném životě nenarážejí na jedince, kteří by je učili dodržovat pravidla a hrát fair play. U těchto chlapců, jak již bylo výše zmíněno, došlo k razantní změně chování od porušování pravidel k jejich dodržování. Změnu v chování bylo možné pozorovat i u dětí, které byly na začátku tábora hodně uzavřené a nechtěly se do aktivit zapojovat. Chvilí jim trvalo, než sebraly odvalu a k aktivitám se přidaly. K tomuto přidávání docházelo postupně v průběhu dne, kdy jsme dětem nabízeli, ať se alespoň dívají, co dělají ostatní, poté ať si to vyzkouší s námi a později již samy chtěly mezi svůj tým a svou skupinu.

Spokojenost s programem příměstského tábora byla patrná jak u dětí, které chtěly na další turnus, tak u rodičů, kteří nás chválili a prosili o další tábory, jelikož v této lokalitě je velmi omezený výběr volnočasových aktivit. Mezi rodiči se ovšem vyskytoval jeden tatínek, který nesouhlasil s naším pojetím tábora. Snažili jsme se tomuto tatínkovi vysvětlit, co jsme v průběhu týdne s dětmi dělali a proč, ale on měl svou hlavu a odmítal o tom s námi diskutovat, i když jeho syn byl z programu příměstského tábora nadšený.

## Závěr

Cílem této diplomové práce bylo v teoretické práci zpracovat problematiku vztahující se k tématu této práce pro lepší orientaci v základních pojmech, které mohly s touto prací souviset. V praktické části bylo cílem zanalyzovat možnost využitelnosti nového volnočasového konceptu příměstského tábora zaměřeného na netradiční sportovní činnosti v sociálně vyloučené lokalitě a jeho vliv na rozvoj jedince.

V teoretické části byly charakterizovány základní pojmy výchova a vzdělávání. Další kapitola byla věnována problematice volného času a mimoškolního vzdělávání a pojmy s nimi souvisejícími, například funkce volného času, výchova ve volném čase, cíle, podmínky a prostředky výchovy ve volném čase. Byla vymezena charakteristika dětí mladšího školního věku, ale také zážitková pedagogika, Kolbův cyklus a teorie skupinové dynamiky. Dále byla popsána sociálně vyloučená lokalita Frýdlantsko a v neposlední řadě definován sport a netradiční sportovní aktivity.

V praktické části byl navržen koncept volnočasového příměstského tábora zaměřeného na netradiční sportovní činnosti v sociálně vyloučené lokalitě, který byl poté zrealizován, a v průběhu jeho realizace byla sbírána data k analýze. V diskusi této diplomové práce jsou shrnuty odpovědi na výzkumné otázky. Na všechny výzkumné otázky se podařilo odpovědět, ovšem nepodařilo se zcela jasně definovat, jak velký vliv měl tento nový koncept na děti ze sociálně vyloučené oblasti, jelikož byl koncept testován pouze na jednom výzkumném vzorku a k jeho ověření by bylo potřeba opakované testování. Co se týče využitelnosti, myslím si, že tento koncept je do budoucna využitelný v sociálně vyloučené lokalitě i mimo ni, jelikož se jedná o propracovaný koncept, který může děti naučit, jak hrát dle pravidel fair play a může přivést spoustu dětí ke sportu.

Dle reflexe na konci tábora je patrné, že děti byly z programu příměstského tábora velmi nadšené a byly by ochotné na něj jít znovu. Stejně tak převládalo nadšení u rodičů, kteří byli rádi, že jejich děti mohli smysluplně trávit volný čas pohybem. Jediná výjimka byl tatínek, kterému se můj program nelíbil, jelikož neodpovídal jeho ideálům.

Podle autorky této diplomové práce byl její cíl splněn.

## Citovaná literatura

- AION CS, s.r.o., 2022. *Sdělení č. 104/1991 Sb.* [Online] Available at: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/1991-104> [Přístup získán 2022].
- AION CS, 2022. *Zákon č. 561/2004 Sb.* [Online] Available at: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2004-561?text=z%C3%A1jmov%C3%A9%20vzd%C4%9B%C3%A1v%C3%A1n%C3%AD> [Přístup získán 15 06 2022].
- AION CS, 2022. *Zákon č. 563/2004 Sb.* [Online] Available at: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2004-563?text=vychovatel> [Přístup získán 14 01 2022].
- Bendl, S., 2015. *Vychovatelství: učebnice teoretických základů oboru*. Praha: Grada.
- Činčera, J., 2007. *Práce s hrou pro profesionály*. Praha: Grada.
- Fontana, D., 2014. *Psychologie ve školní praxi*. Praha: Portál.
- Gabicarová, T., 2019. *Analýza trávení volného času dětí*, Praha: Univerzita Karlova.
- Hájek, B., Hofbauer, B. & Pávková, J., 2011. *Pedagogické ovlivňování volného času*. Praha: Portál.
- Hanuš, M. a další, 2016. *Instruktorský slabikář - metodická příručka pro všechny kdo organizují kurzy zážitkové pedagogiky*. Praha: Nadační fond Gymnasion.
- Hartl, P. & Hartlová, H., 2010. *Velký psychologický slovník*. Praha: Portál.
- Hofbauer, B., Hájek, B. & Pávková, J., 2010. *Pedagogika volného času*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, pedagogická fakulta.
- Jedlička, R., 2017. *Psychický vývoj dítěte a výchova*. Praha: Grada.
- Jirásek, I., 2019. *Zážitková pedagogika*. Praha: Portál.
- Jůva, V., 1999. *Úvod do pedagogiky*. Brno: Paido.
- Kolb, D. A., 2015. *Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development*. New Jersey: Pearson Education.
- Kratochvílová, E., 2004. *Pedagogika volného času: výchova v ase mimo vyučování v pedagogické teorii a v praxi*. Bratislava: Univerzita Komenského.
- Langmeier, J. & Krejčířová, D., 2013. *Vývojová psychologie*. Praha: Grada.
- Ministerstvo práce a sociálních věcí, 2022. *Sociální začleňování*. [Online] Available at: <https://www.mpsv.cz/socialni-zaclenovani> [Přístup získán 21 05 2022].
- MŠMT, 2022. *Evropská charta sportu*. [Online] Available at: [msmt.cz/file/38361](https://msmt.cz/file/38361) [Přístup získán 3 2022].
- Němec et al., J., 2002. *Kapioly ze sociální pedagogiky a pedagogiky volného času*. Brno: Paido.
- Pávková, J., 2014. *Pedagogika volného času*. Praha: Univerzita Karlova v Praze.

- Pelánek, R., 2013. *Příručka instruktora zážitkových akcí*. Praha: Portál.
- Piaget, J. & Inhelder, B., 2014. *Psychologie dítěte*. Praha: Portal.
- Pražák, B. R., 2010. *Využití netradičních sportovních her ve výuce TV*, Brno: Masarykova univerzita.
- Průcha, J., Walterová, E. & Mareš, J., 2009. *Pedagogický slovník*. Praha : Portál.
- Průcha, J., 2015. *Přehled pedagogiky*. Praha: Portál.
- Ruprich, T., 2019. *Pravidla vybraných netradičních*, Liberec: Technická univerzita v Liberci.
- Růžička, I., Růžičková, K. & Šmíd, P., 2013. *Netradiční sportovní hry*. Praha: Portál.
- Říčan, P., 2009. *Psychologie*. Praha : Portál.
- Řiháček, T. & Roubal, J., 2018. *Jak na případové studie*. [Online] Available at: [https://psychotherapyresearch.fss.muni.cz/media/3078379/pripadove\\_studie.pdf](https://psychotherapyresearch.fss.muni.cz/media/3078379/pripadove_studie.pdf) [Přístup získán 8 6 2022].
- Řiháček, T., Čermán, I. & Hytych, R., 2013. *Kvalitativní analýza textů: čtyři přístupy*. Brno: Masarykova univerzita .
- Skalka, B. P., 2020. *Mapování a vývoj vybraných netradičních sportů na území České republiky (ultimate, famfrpál, jugger)*, Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Slepička, P., Hošek, V. & Hátlová, B., 2020. *Psychologie sportu*. Praha: Nakladatelství Karolinum.
- Slepička, P., Slepičková, I. & Mudrák, J., 2018. *Rizikové chování ve sportu dětí a mládeže*. Praha: Karolinum.
- Spousta et al., V., 1994. *Teoretické základy výchovy ve volném čase*. Brno: Masarykova univerzita, fakulta pedagogická.
- Svoboda, B., 2000. *Pedagogika sportu*. Praha: Nakladatelství Karolinum.
- Trunda, M. & Šimáček, P., 2014. *Zákon o pedagogických pracovnících s odborným výkladem*. Třinec: RESK .
- Vyhnálková, P., 2013. *Základy pedagogiky volného času*. Olomouc: Agentura Gevak s. r. o..

## Seznam obrázků

Obrázek 1 Kolbův cyklus (Kolb, 2015 str. 101) .....	30
---	----

## Seznam tabulek

Tabulka 1 Program příměstského tábora – pondělí 8:00 - 9:30 .....	52
Tabulka 2 Program příměstského tábora – pondělí 9:30 - 14:00.....	53
Tabulka 3 Program příměstského tábora – pondělí 14:00 - 16:00 .....	54
Tabulka 4 Program příměstského tábora – úterý 8:00 - 13:30 .....	55
Tabulka 5 Program příměstského tábora – úterý 13:30 - 16:00 .....	56
Tabulka 6 Program příměstského tábora – čtvrtek 8:00 - 12:30.....	57
Tabulka 7 Program příměstského tábora – čtvrtek 12:30 - 16:00 .....	58
Tabulka 8 Program příměstského tábora – pátek 8:00 - 12:30.....	59
Tabulka 9 Program příměstského tábora – pátek 12:30 - 16:00 .....	60

## Seznam použitých zkratk

aj. – a jiné

apod. – a podobně

č. – číslo

et al. - a kolektiv

např. – například

s. – strana

## Seznam příloh

Příloha č. 1 - Otázky k rozhovoru a témata k pozorování

Příloha č. 2 - Přepis skupinového rozhovoru

Příloha č. 1 – Otázky k rozhovoru a témata k pozorování

- Baví vás sportovat?
- Jaké sporty znáte? (tradiční a netradiční)
- Jaký sport se vám líbí? (Může to být i sport který neznají ostatní)
- Jaké české sportovce znáte?
- Dodržujete u sportů všechna pravidla?
- Navštěvujete nějaký klub?
- Sportujete ve volném čase?
- Jak často sportujete?
- Jak dlouho obvykle sportujete?
- Máte ve sportu nějaké úspěchy?
- Jaké sporty provozujete?
- Jaký sport byste přidaly na olympijské hry?

Pozorování

- Jestli nedojde k projevům rizikového chování u dětí
- Pokrok v chování a získávání nových dovedností)
- Zlepšení spolupráce a komunikace
- Zlepšení jemné i hrubé motoriky
- Vztah ke sportu
- Získání nových znalostí z oblasti sportu a významných českých sportovců

## Příloha č. 2 – přepis skupinového rozhovoru

### Informant č. 1

1. Baví tě sportovat
  - a. Ano baví.
2. Jaké sporty znáte? (tradiční a netradiční)
  - a. Zním box, plavání a skoky do vody.
3. Jaký sport se vám líbí? (Může to být i sport který neznají ostatní)
  - a. Nejradši mám box.
4. Jaké české sportovce znáte?
  - a. Ted' mě nikdo nenapadá.
5. Dodržujete u sportů všechna pravidla?
  - a. Ano snažím se o to.
6. Navštěvujete nějaký klub?
  - a. Nenavštěvuji.
7. Sportujete ve volném čase?
  - a. Ano sportuji.
8. Jak často sportujete?
  - a. Občas.
9. Jak dlouho obvykle sportujete?
  - a. Asi hodinu.
10. Máte ve sportu nějaké úspěchy?
  - a. Nemám žádný úspěch.
11. Jaké sporty provozujete?
  - a. Žádný.
12. Jaký sport byste přidaly na olympijské hry?
  - a. Asi nic.

### Informantka č. 2

1. Baví tě sportovat
  - a. Ano baví.
2. Jaké sporty znáte? (tradiční a netradiční)
  - a. Běh, skok s tyčí, parkour, skok do písku, skoky do vody, plavání.
3. Jaký sport se vám líbí? (Může to být i sport který neznají ostatní)
  - a. Nejvíc se mi líbí plavání.
4. Jaké české sportovce znáte?
  - a. Zním Jágra.
5. Dodržujete u sportů všechna pravidla?
  - a. Ano vždycky.
6. Navštěvujete nějaký klub?
  - a. Ne.
7. Sportujete ve volném čase?
  - a. Ano, chodím s rodiči plavat.
8. Jak často sportujete?
  - a. Občas.
9. Jak dlouho obvykle sportujete?

- a. Asi hodinu týdně.
- 10. Máte ve sportu nějaké úspěchy?
  - a. Nemám.
- 11. Jaké sporty provozujete?
  - a. Cvičení a plavání.
- 12. Jaký sport byste přidaly na olympijské hry?
  - a. Vybíjenou.

Informantka č. 3

- 1. Baví tě sportovat
  - a. Ano baví.
- 2. Jaké sporty znáte? (tradiční a netradiční)
  - a. Kolo a skok o tyči.
- 3. Jaký sport se vám líbí? (Může to být i sport který neznají ostatní)
  - a. Líbí se mi běh a běh přes překážky.
- 4. Jaké české sportovce znáte?
  - a. Sáblíkovou.
- 5. Dodržujete u sportů všechna pravidla?
  - a. Ano, ale občas je i poruším.
- 6. Navštěvujete nějaký klub?
  - a. Ne.
- 7. Sportujete ve volném čase?
  - a. Ano.
- 8. Jak často sportujete?
  - a. Často s kamarády.
- 9. Jak dlouho obvykle sportujete?
  - a. Celé odpoledne.
- 10. Máte ve sportu nějaké úspěchy?
  - a. Nemám.
- 11. Jaké sporty provozujete?
  - a. Cvičení.
- 12. Jaký sport byste přidaly na olympijské hry?
  - a. Jízdu na slonovi.

Informantka č. 4

- 1. Baví tě sportovat
  - a. Ano baví.
- 2. Jaké sporty znáte? (tradiční a netradiční)
  - a. Nohejbal, gymnastiku, volejbal, házenou, karate.
- 3. Jaký sport se vám líbí? (Může to být i sport který neznají ostatní)
  - a. MMA, pozemní hokej, brännball.
- 4. Jaké české sportovce znáte?
  - a. Tomáš Klus, Sáblíková, Satoranský a Ledecká.
- 5. Dodržujete u sportů všechna pravidla?
  - a. Ano snažím se o to.
- 6. Navštěvujete nějaký klub?
  - a. Ano, navštěvuji volejbalový klub.



7. Sportujete ve volném čase?
  - a. Ano sportuji.
8. Jak často sportujete?
  - a. Někdy i víckrát za den. Každý den běhám tři kilometry a třikrát týdně chodím na volejbal.
9. Jak dlouho obvykle sportujete?
  - a. Hodinu až dvě.
10. Máte ve sportu nějaké úspěchy?
  - a. Medaili z volejbalu.
11. Jaké sporty provozujete?
  - a. Volejbal a běh.
12. Jaký sport byste přidaly na olympijské hry?
  - a. Parkour.

Informantka č. 5

1. Baví tě sportovat
  - a. Ano baví
2. Jaké sporty znáte? (tradiční a netradiční)
  - a. Skok do dálky, fotbal, tenis a plavání.
3. Jaký sport se vám líbí? (Může to být i sport který neznají ostatní)
  - a. Fotbal.
4. Jaké české sportovce znáte?
  - a. Baroš, Jágr.
5. Dodržujete u sportů všechna pravidla?
  - a. Skoro ano.
6. Navštěvujete nějaký klub?
  - a. Ano, chodím na koně a gymnastiku.
7. Sportujete ve volném čase?
  - a. Ano se ségrou.
8. Jak často sportujete?
  - a. Pětkrát týdně.
9. Jak dlouho obvykle sportujete?
  - a. Hodinu.
10. Máte ve sportu nějaké úspěchy?
  - a. Nemám.
11. Jaké sporty provozujete?
  - a. Koně a gymnastiku.
12. Jaký sport byste přidaly na olympijské hry?
  - a. Žádný.

Informantka č. 6

1. Baví tě sportovat
  - a. Ano baví.
2. Jaké sporty znáte? (tradiční a netradiční)
  - a. Plavání a fotbal.
3. Jaký sport se vám líbí? (Může to být i sport který neznají ostatní)

- a. Plavání.
- 4. Jaké české sportovce znáte?
  - a. Nikoho.
- 5. Dodržujete u sportů všechna pravidla?
  - a. Ano, jinak se na mě maminka zlobí.
- 6. Navštěvujete nějaký klub?
  - a. Ano.
- 7. Sportujete ve volném čase?
  - a. Ano.
- 8. Jak často sportujete?
  - a. Dvakrát týdně.
- 9. Jak dlouho obvykle sportujete?
  - a. Asi hodinu.
- 10. Máte ve sportu nějaké úspěchy?
  - a. Ano mám.
- 11. Jaké sporty provozujete?
  - a. Gymnastiku.
- 12. Jaký sport byste přidaly na olympijské hry?
  - a. Nic

Informant č. 7

- 1. Baví tě sportovat
  - a. Ano baví.
- 2. Jaké sporty znáte? (tradiční a netradiční)
  - a. Skok do písku, florbal, skok do dálky.
- 3. Jaký sport se vám líbí? (Může to být i sport který neznají ostatní)
  - a. Nejvíc se mi líbí florbal.
- 4. Jaké české sportovce znáte?
  - a. Žádné.
- 5. Dodržujete u sportů všechna pravidla?
  - a. Ne nedodržuji.
- 6. Navštěvujete nějaký klub?
  - a. Ano.
- 7. Sportujete ve volném čase?
  - a. Ano.
- 8. Jak často sportujete?
  - a. Občas.
- 9. Jak dlouho obvykle sportujete?
  - a. Půl hodiny.
- 10. Máte ve sportu nějaké úspěchy?
  - a. Nemám.
- 11. Jaké sporty provozujete?
  - a. Florbal.
- 12. Jaký sport byste přidaly na olympijské hry?
  - a. Hraní na počítači.

Informant č. 8

1. Baví tě sportovat
  - a. Ano baví.
2. Jaké sporty znáte? (tradiční a netradiční)
  - a. Basket, baseball, fotbal, tenis a vybika.
3. Jaký sport se vám líbí? (Může to být i sport který neznají ostatní)
  - a. Fotbal.
4. Jaké české sportovce znáte?
  - a. Kovář, Souček, Ledecká.
5. Dodržujete u sportů všechna pravidla?
  - a. Ne.
6. Navštěvujete nějaký klub?
  - a. Ano.
7. Sportujete ve volném čase?
  - a. Ano.
8. Jak často sportujete?
  - a. Dvakrát týdně.
9. Jak dlouho obvykle sportujete?
  - a. Asi hodinu a půl.
10. Máte ve sportu nějaké úspěchy?
  - a. Mám ve fotbale asi tři medaile.
11. Jaké sporty provozujete?
  - a. Fotbal, badminton, florbal
12. Jaký sport byste přidaly na olympijské hry?
  - a. Jízda na koloběžce a e-sporty.

Informant č. 9

1. Baví tě sportovat
  - a. Ano baví.
2. Jaké sporty znáte? (tradiční a netradiční)
  - a. Florbal a vybiku
3. Jaký sport se vám líbí? (Může to být i sport který neznají ostatní)
  - a. Florbal.
4. Jaké české sportovce znáte?
  - a. Teď si nemůžu na nikoho vzpomenout.
5. Dodržujete u sportů všechna pravidla?
  - a. Ne.
6. Navštěvujete nějaký klub?
  - a. Ne.
7. Sportujete ve volném čase?
  - a. Ano.
8. Jak často sportujete?
  - a. Někdy, podle toho, jak se mi chce a jestli můžu na počítač.
9. Jak dlouho obvykle sportujete?
  - a. Nevím.
10. Máte ve sportu nějaké úspěchy?

- a. Nemám.
- 11. Jaké sporty provozujete?
  - a. Lezení, ping pong a fotbal.
- 12. Jaký sport byste přidaly na olympijské hry?
  - a. Nic.

Informant č. 10

- 1. Baví tě sportovat
  - a. Ano baví.
- 2. Jaké sporty znáte? (tradiční a netradiční)
  - a. Rugby.
- 3. Jaký sport se vám líbí? (Může to být i sport který neznají ostatní)
  - a. Fotbal.
- 4. Jaké české sportovce znáte?
  - a. Šablíková.
- 5. Dodržujete u sportů všechna pravidla?
  - a. Občas ne.
- 6. Navštěvujete nějaký klub?
  - a. Ne.
- 7. Sportujete ve volném čase?
  - a. Ano.
- 8. Jak často sportujete?
  - a. Často.
- 9. Jak dlouho obvykle sportujete?
  - a. Asi půlku dne.
- 10. Máte ve sportu nějaké úspěchy?
  - a. Jednu medaili ve fotbale
- 11. Jaké sporty provozujete?
  - a. Fotbal.
- 12. Jaký sport byste přidaly na olympijské hry?
  - a. Schovávanou.

Informant č. 11

- 1. Baví tě sportovat
  - a. Ano baví.
- 2. Jaké sporty znáte? (tradiční a netradiční)
  - a. Badminton, fotbal, hokej a lezení.
- 3. Jaký sport se vám líbí? (Může to být i sport který neznají ostatní)
  - a. Hokej.
- 4. Jaké české sportovce znáte?
  - a. Jágr, Pastrňák, Adam Ondra.
- 5. Dodržujete u sportů všechna pravidla?
  - a. Ano, snažím se o to.
- 6. Navštěvujete nějaký klub?
  - a. Ano.
- 7. Sportujete ve volném čase?

- a. Ano.
- 8. Jak často sportujete?
  - a. Často.
- 9. Jak dlouho obvykle sportujete?
  - a. Občas hodinu a občas i tři hodiny.
- 10. Máte ve sportu nějaké úspěchy?
  - a. U hasičů spoustu.
- 11. Jaké sporty provozujete?
  - a. Hasiče a hokej.
- 12. Jaký sport byste přidaly na olympijské hry?
  - a. Tanec, hasiče a e-sporty.

Informant č. 12

- 1. Baví tě sportovat
  - a. Ano baví.
- 2. Jaké sporty znáte? (tradiční a netradiční)
  - a. Tenis a stolní tenis.
- 3. Jaký sport se vám líbí? (Může to být i sport který neznají ostatní)
  - a. Asi žádný.
- 4. Jaké české sportovce znáte?
  - a. Jágr.
- 5. Dodržujete u sportů všechna pravidla?
  - a. Ne, nebaví mě to.
- 6. Navštěvujete nějaký klub?
  - a. Ne.
- 7. Sportujete ve volném čase?
  - a. Ne.
- 8. Jak často sportujete?
  - a. Vůbec.
- 9. Jak dlouho obvykle sportujete?
  - a. Nesportuji.
- 10. Máte ve sportu nějaké úspěchy?
  - a. Nemám.
- 11. Jaké sporty provozujete?
  - a. Žádné.
- 12. Jaký sport byste přidaly na olympijské hry?
  - a. Minigolf.

Informant č. 13

- 1. Baví tě sportovat
  - a. Ano baví.
- 2. Jaké sporty znáte? (tradiční a netradiční)
  - a. Badminton a vybíjená.
- 3. Jaký sport se vám líbí? (Může to být i sport který neznají ostatní)
  - a. Rybaření.
- 4. Jaké české sportovce znáte?
  - a. Ted' nevím.

5. Dodržujete u sportů všechna pravidla?
  - a. Ano.
6. Navštěvujete nějaký klub?
  - a. Ne.
7. Sportujete ve volném čase?
  - a. Ano.
8. Jak často sportujete?
  - a. Každý den běhám.
9. Jak dlouho obvykle sportujete?
  - a. Asi hodinu ale někdy i déle.
10. Máte ve sportu nějaké úspěchy?
  - a. První místo ve školní olympiádě a třetí místo v rybaření.
11. Jaké sporty provozujete?
  - a. Badminton a běh.
12. Jaký sport byste přidaly na olympijské hry?
  - a. Rybaření.

Informant č. 14

1. Baví tě sportovat
  - a. Ano baví.
2. Jaké sporty znáte? (tradiční a netradiční)
  - a. Badminton.
3. Jaký sport se vám líbí? (Může to být i sport který neznají ostatní)
  - a. Žádný se mi nelíbí.
4. Jaké české sportovce znáte?
  - a. Asi nikoho, já na sport nekoukám.
5. Dodržujete u sportů všechna pravidla?
  - a. Ano
6. Navštěvujete nějaký klub?
  - a. Nenavštěvuji.
7. Sportujete ve volném čase?
  - a. Ne.
8. Jak často sportujete?
  - a. Maximálně jednou měsíčně.
9. Jak dlouho obvykle sportujete?
  - a. Nesportuji.
10. Máte ve sportu nějaké úspěchy?
  - a. Nemám.
11. Jaké sporty provozujete?
  - a. Žádné.
12. Jaký sport byste přidaly na olympijské hry?
  - a. Jízdu na býkovi – rodeo.

Informant č. 15

1. Baví tě sportovat
  - a. Ano baví.
2. Jaké sporty znáte? (tradiční a netradiční)
  - a. Házená a basketbal.
3. Jaký sport se vám líbí? (Může to být i sport který neznají ostatní)
  - a. Formule 1, fotbal a tenis.
4. Jaké české sportovce znáte?
  - a. Shick, Souček, Voráček, Pastrňák, Kvitová, Muchová.
5. Dodržujete u sportů všechna pravidla?
  - a. Občas ne.
6. Navštěvujete nějaký klub?
  - a. Ano.
7. Sportujete ve volném čase?
  - a. Ano.
8. Jak často sportujete?
  - a. Dvakrát týdně.
9. Jak dlouho obvykle sportujete?
  - a. Asi tři hodiny.
10. Máte ve sportu nějaké úspěchy?
  - a. Čtvrté místo v pongu.
11. Jaké sporty provozujete?
  - a. Ping pong.
12. Jaký sport byste přidaly na olympijské hry?
  - a. Gaučing.

Informant č. 16

1. Baví tě sportovat
  - a. Ano baví.
2. Jaké sporty znáte? (tradiční a netradiční)
  - a. Volejbal a florbal.
3. Jaký sport se vám líbí? (Může to být i sport který neznají ostatní)
  - a. Volejbal.
4. Jaké české sportovce znáte?
  - a. Petra Čecha
5. Dodržujete u sportů všechna pravidla?
  - a. Ne.
6. Navštěvujete nějaký klub?
  - a. Ano.
7. Sportujete ve volném čase?
  - a. Ano.
8. Jak často sportujete?
  - a. Občas.
9. Jak dlouho obvykle sportujete?
  - a. Nevím.

10. Máte ve sportu nějaké úspěchy?
  - a. Medaile z hasičů.
11. Jaké sporty provozujete?
  - a. Hasiče a e-sport.
12. Jaký sport byste přidaly na olympijské hry?
  - a. Florbal a opičí dráhu.

Informant č. 17

1. Baví tě sportovat
  - a. Ano baví.
2. Jaké sporty znáte? (tradiční a netradiční)
  - a. Fotbal.
3. Jaký sport se vám líbí? (Může to být i sport který neznají ostatní)
  - a. Asi žádný.
4. Jaké české sportovce znáte?
  - a. Nikoho.
5. Dodržujete u sportů všechna pravidla?
  - a. Ne.
6. Navštěvujete nějaký klub?
  - a. Ne.
7. Sportujete ve volném čase?
  - a. Ano.
8. Jak často sportujete?
  - a. Občas.
9. Jak dlouho obvykle sportujete?
  - a. Nevím.
10. Máte ve sportu nějaké úspěchy?
  - a. Ne.
11. Jaké sporty provozujete?
  - a. Gaučing.
12. Jaký sport byste přidaly na olympijské hry?
  - a. Žádný.

Informantka č. 18



1. Baví tě sportovat
  - a. Ano baví.
2. Jaké sporty znáte? (tradiční a netradiční)
  - a. Badminton, basketbal, karate, judo, hod oštěpem.
3. Jaký sport se vám líbí? (Může to být i sport který neznají ostatní)
  - a. Karate a judo.
4. Jaké české sportovce znáte?
  - a. Krpálka.
5. Dodržujete u sportů všechna pravidla?
  - a. Ano.
6. Navštěvujete nějaký klub?
  - a. Ano.
7. Sportujete ve volném čase?
  - a. Ano s bráchou.
8. Jak často sportujete?
  - a. Každý den.
9. Jak dlouho obvykle sportujete?
  - a. Asi dvě hodiny.
10. Máte ve sportu nějaké úspěchy?
  - a. Nemám.
11. Jaké sporty provozujete?
  - a. Badminton.
12. Jaký sport byste přidaly na olympijské hry?
  - a. Nic mi tam nechybí.

Informant č. 19

1. Baví tě sportovat
  - a. Ano baví.
2. Jaké sporty znáte? (tradiční a netradiční)
  - a. Snowboarding.
3. Jaký sport se vám líbí? (Může to být i sport který neznají ostatní)
  - a. Fotbal.
4. Jaké české sportovce znáte?
  - a. Jágr, Ledecká, Souček.
5. Dodržujete u sportů všechna pravidla?
  - a. Občas ano.
6. Navštěvujete nějaký klub?
  - a. Ne.
7. Sportujete ve volném čase?
  - a. Ano.
8. Jak často sportujete?
  - a. Třikrát týdně.
9. Jak dlouho obvykle sportujete?
  - a. Asi třičtvrtě hodiny.
10. Máte ve sportu nějaké úspěchy?
  - a. Ne.

11. Jaké sporty provozujete?

a. Kolo.

12. Jaký sport byste přidaly na olympijské hry?