

UNIVERZITA JANA AMOSE KOMENSKÉHO PRAHA

Magisterské kombinované studium

2013 - 2015

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Jana Št'ávoová

Volnočasové aktivity jako prostředek prevence rizikového
chování mládeže

Praha 2015

Vedoucí diplomové práce:

PhDr. Aleš Zoubek, Ph.D.

JAN AMOS KOMENSKY UNIVERSITY PRAGUE

Master Combined Studies
2013 - 2015

DIPLOMA THESIS

Jana Šťávová

Leisure time activities as a way of prevention of risk behavior of
adolescents

Prague 2015

The Diploma Thesis Supervisor:

PhDr. Aleš Zoubek, Ph.D.

Prohlášení

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

Souhlasím s prezenčním zpřístupněním své práce v univerzitní knihovně.

V Praze dne

Jana Šťávová

Poděkování

Touto cestou bych ráda vyjádřila poděkování PhDr. Aleši Zoubkovi, Ph.D. za vstřícný přístup během psaní této diplomové práce.

Anotace

Diplomová práce je zaměřena na prevenci rizikové chování mládeže prostřednictvím volnočasových aktivit.

Teoretická část práce je věnována problematice vztahující se k danému tématu. Zahrnuje základní pojmy jako rizikové chování, mládež, volnočasové aktivity. Praktická část práce obsahuje návrh využití projektu ve volnočasových aktivitách pro snížení rizikového chování mládeže na druhém stupni základní školy. Závěry práce byly podloženy hodnocením ve formě dotazníkového šetření.

Klíčová slova:

Prevence, rizikové chování, volný čas, volnočasové aktivity, mládež, projekt, návykové látky, základní škola.

Annotation

The diploma thesis is focused on a prevention of risk behavior of adolescents with using of leisure time.

The theoretical part includes aspects related to the topic of the thesis. It covers terms as risk behaviour, adolescents, leisure time. Practical part of the thesis shows possibility of use a project for leisure time activities for lowering of risk behavior of adolescents at upper primary school. Conclusions of the thesis were confirmed with the evaluation in the form of a questionnaire survey.

Key words

Prevention, risk behavior, leisure time, leisure time activities, adolescents, project, addictive substances, primary school.

OBSAH

ÚVOD	8
I. TEORETICKÁ ČÁST	9
1. ZÁKLADNÍ ŠKOLA-DRUHÝ STUPEŇ	10
1.1. Základní škola.....	10
1.1.1. Druhý stupeň základní školy.....	11
1.2. Mládež	11
2. RIZIKOVÉ CHOVÁNÍ	12
2.1. Podstata rizikového chování	13
2.1.1. Faktory ovlivňující vznik rizikového chování	14
2.2. Rizikové chování u žáků druhého stupně základní školy	21
2.3. Následky rizikového chování.....	27
2.4. Prevence rizikového chování mládeže.....	30
3. VOLNÝ ČAS A VOLNOČASOVÉ AKTIVITY	31
3.1. Definice volného času.....	31
3.2. Historie volného času.....	33
3.3. Funkce volného času.....	34
4. VÝCHOVNÉ PŮSOBNÍ MIMO VYUČOVÁNÍ	36
4.1. Požadavky na realizaci mimoškolní výchovy.....	38
5. MOŽNOSTI VYUŽÍVÁNÍ A TRÁVENÍ VOLNÉHO ČASU	39
6. VZTAH MLÁDEŽE K VOLNÉMU ČASU	41
II. PRAKTICKÁ ČÁST	43
7. PRAKTICKÁ ČÁST-PROJEKT „VOLNÝ ČAS“	44
7.1. Úvod do projektu „Volný čas“	44
7.1.1. Cíl praktické části	44
7.1.2. Metodický postup	45
7.2. Návrh projektu	45
7.3. Realizace projektu.....	49
7.3.1. Charakteristika skupiny	49
7.3.2. Průběh projektu.....	49
7.4. Zhodnocení projektu	67
7.4.1. Sebereflexe.....	67

7.4.2.	Výsledky dotazníkového šetření.....	68
7.4.3.	Vyhodnocení hypotéz	72
ZÁVĚR	74
SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ	76
SEZNAM OBRÁZKŮ, GRAFŮ A TABULEK	81
SEZNAM PŘÍLOH	83

ÚVOD

Téma diplomové práce jsem si vybrala proto, že problematika rizikového chování je v celosvětovém měřítku velice diskutovaným tématem, kterým se zabývá řada odborníků. V souvislosti s rizikovým chováním se velice často mluví o jakési „nové morbiditě“ mládeže, kterou současní adolescenti trpí. S problematikou rizikového chování jsem se poprvé blíže setkala při své práci učitelky na základní škole.

Životní etapa, která je s obdobím dospívání spojena, bývá doprovázena celou řadou projevů. Mezi ně patří touha a sklony k předvádění se, riskování a zkoušení nových věcí. Vzhledem k tomu, že mládežnický věk je spjat s dostatečnou volností, mohou být tito jedinci ohroženi ve svém volném čase řadou rizikových situací, jako je například touha vyzkoušet návykové látky, získat sexuální zkušenosti apod.

Cílem diplomové práce je ukázat, že vhodně zvolené volnočasové aktivity mohou plnit velmi důležitou roli při prevenci rizikového chování.

Diplomová práce se skládá ze dvou částí. První část práce obsahuje základní terminologii vztahující se k dané problematice. Jednotlivé části teoretické práce jsou řazeny do příslušných kapitol a podkapitol, které přináší další upřesnění vysvětlovaných pojmů.

Druhou část práce tvoří praktická část. V ní je zpracován preventivní projekt „Volný čas“ zaměřený na volnočasové aktivity mládeže. Součástí praktické části je výzkumná část, jejímž obsahem je dotazníkové šetření.

Tato práce, zejména její praktická část, může posloužit jako příručka pro učitele základních škol, kteří se chtějí problematikou volnočasových aktivit a rizikového chování zabývat.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1. ZÁKLADNÍ ŠKOLA-DRUHÝ STUPEŇ

Pro začátek této práce je dle mého názoru žádoucí objasnit určité důležité souvislosti, které jsou stěžejní a následně se prolínají s praktickou částí. Vzhledem k tomu, že je práce zaměřena na žáky druhého stupně základní školy, je třeba si hned ze začátku objasnit a připomenout některé z důležitých pojmů.

1.1. Základní škola

V České republice se povinná školní docházka zahajuje v šesti letech věku dítěte a celkově je určena pro studium po dobu devíti let. Základní škola je pro děti a mládež místem, kde se jim dostává základní vzdělání. Samotné označení „základní škola“ se zde uplatňuje již od roku 1960, přičemž postupem času byla rozdělena do dvou stupňů. První stupeň děti navštěvují do páté třídy a stupeň druhý je od šesté třídy do deváté.

Základní škola, potažmo systém vzdělávání na základní škole, podléhá Standardu základního vzdělávání. Z něj také vycházejí vzdělávací programy, které určují, co se bude na školách učit.

Základní škola je místem, které má žákům zabezpečit rozumovou výchovu, kterou je myšleno zejména vědecké poznání, ale také výchovu estetickou, mravní, pracovní, ekologickou a tělesnou. Jednou ze základních činností, na které je zaměřena, je poté příprava dětí na jejich další studium či povolání.

Za zmínku jistě stojí také Zákon o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání č. 561/2004 Sb., který je základním legislativním dokumentem v této oblasti.¹

¹ PRŮCHA, Jan. *Pedagogická encyklopedie*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2009, 935 s. ISBN 978-80-7367-546-2.

1.1.1. Druhý stupeň základní školy

Vzhledem k tomu, že je tato práce zaměřena na žáky sedmých a osmých tříd základní školy, je dle mého názoru vhodné věnovat se krátkému popisu druhého stupně. Toto rozpětí odpovídá věkové kategorii dvanácti až čtrnácti let.

Co se týče obsahu, je již vzdělávání strukturováno do více předmětů, přičemž je zapotřebí podchytit rozvoj individuálních předpokladů a možností žáků. Jde zde zejména o rozvoj rozumových, psychických, tělesných a mnohých dalších dovedností. Žáky tohoto věku je nutné vést ke zdravému sebevědomí, ke vztahu k přírodě, technice a také k pozitivnímu vztahu k ostatním lidem. Je důležité zaměřením na umění správně se rozhodovat v důležitých situacích, orientovat se v širokém spektru možností, které dnešní svět nabízí, ale také umět řešit a zvládat rizika, která jsou s těmito možnostmi spojená. Nepochybnou součástí základního vzdělávání je také motivace žáku k dalšímu studiu či hledání perspektivního zaměstnání.²

1.2. Mládež

Pojem mládež odborná literatura vymezuje mnoha popisy. Odborníci se však shodují na tom, že při jeho vysvětlení je dobré se nejdříve zaměřit na pojem mládí, se kterým je pojem mládež často zaměňován.

Mládí je popisováno jako životní fáze, ve které probíhají významné biologické, psychické a sociální změny. V tomto období vrcholí jedincova příprava na budoucí roli dospělého člověka, současně je opouštěna role dětská a hrána je role typická pro mládež v dané kultuře (student, partner, apod.).

² PRŮCHA, Jan. *Pedagogická encyklopedie*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2009, 935 s. ISBN 978-80-7367-546-2.

Pojem mládež je oproti tomu popisován jako určitá kategorie, která má spojovat věkový prostor mezi dětstvím a dospělostí. V tomto období již jedinec není dítětem, ale stále není přijat do profesních, rodinných či občanských rolí světa dospělých lidí.³

Německá sociologie se na pojem mládež dívá z velmi zajímavého hlediska, přičemž jej vnímá jako pojem relativně nový. Původně se zde tento pojem užíval v ambivalentním spojení s pojmy typu opilost či opojení, nebo se také používal pro distancování od osob, které byly považovány za narušené. Tyto negativní názory byly nahrazeny pozitivními až v roce 1900, a to díky mládežnickému hnutí.⁴

Mládí se tedy dá definovat jako určitá životní etapa, do níž patří fáze puberty, konec školní docházky, začátek profesního vzdělávání, a to vše je spojeno s hledáním vlastní identity.

Mládež lze definovat jako osoby ve věku mezi patnácti a čtyřiceti lety, přičemž jde o věkovou skupinu, která se vyznačuje svými specifickými biologickými, psychologickými a sociálními znaky.⁵

2. RIZIKOVÉ CHOVÁNÍ

Pojem „rizikové chování“ bývá všeobecně užíván jako souhrnný název pro jakýkoliv typ jednání, které je v rozporu se společenskými zájmy, ale zejména s právními i obecně platnými normami. Takové chování má negativní důsledky jak na svého nositele, tak také na společnost jako celek.

³ SEKOT, Aleš. *Sport a mládež: pro a proti*. Brno, 2006. Dostupné také z: https://is.muni.cz/th/64649/fsps_m/Diplom_do_isu.txt. Diplomová práce.

⁴ Jürgen Reulecke: *Bürgerliche Sozialreformer und Arbeiterjugend im Kaiserreich*. In: *Archiv für Sozialgeschichte*. XXII. Band. Bonn 1982, S. 99

⁵ SEKOT, Aleš. *Sport a společnost*. Brno: Paido, 2003, 191 s., [8] s. barev. obr. příl. ISBN 80-731-5047-6.

Funkce společenských norem bývá vymezována jako určitý stav „normality“, kdy jedinci, skupiny či celé národy v dostatečné míře uznávají a respektují systémy hodnot, které byly danou společností postupem času nastaveny.⁶

Nad tím, co je „normální chování“ se postupem času zamýšlela již spousta odborníků a autorů, nicméně i dle mého názoru se jedná o v podstatě nevymezitelné spojení. Autoři se shodují na tom, že neexistuje žádný konkrétní výčet rizikového (či problémového) chování, který by se dal pojmout tak univerzálně, aby následně vyplynula charakteristika chování normálního. Vždy záleží na posouzení jednotlivce a společnosti a jedná se bohužel pouze o subjektivní pohledy zúčastněných. O problémovém chování většinou tedy rozhoduje běžná společenská norma a komunita, v níž se chování odehrává.⁷

2.1. Podstata rizikového chování

Dětství, potažmo tedy mládí, představuje velmi důležitou etapu v životě každého člověka. Právě na tom, jaké měl člověk dětství, či co v něm prožíval, záleží jeho budoucí kvalita života v dospělosti. Je velmi důležité, aby se dítěti dostalo podpory, aby se naučilo prožívat jak úspěchy, tak i neúspěchy, aby bylo oceňováno a motivováno a tak učeno začleňovat se do společnosti

V životě každého jedince se ale objevují jisté překážky či rizika, které jsou podstatou jeho rizikového chování. Tato rizika či překážky poté velmi stěžují jedincovu integraci do socializované společnosti. Jsou jak interního, tak externího charakteru a objevují se zejména u těch jedinců, kteří jsou k nevhodnému chování určitým způsobem náchylnější než ostatní.

⁶ DOLEJŠ, Martin. *Efektivní včasná diagnostika rizikového chování u adolescentů*. 1. vydání. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2010, 189 pages. ISBN 978-802-4426-426.

⁷ Tamtéž, str. 16

2.1.1. Faktory ovlivňující vznik rizikového chování

Někteří autoři uvádějí, že jako rizikové jsou vnímány ty děti (a mládež), které se chovají v určitých ohledech zvláště, mají zvláštní povahu a určité zvláštní sklony, kterým je často těžké porozumět. Takové zvláštnosti mohou být podmíněny organicky, psychicky, společensky, výchovně, atd.⁸

Osobně se ztotožňuji s názorem autora, který hovoří o tom, že problémové či rizikové chování je výsledkem interakce osobnosti člověka s prostředím, ve kterém žije.⁹

V této souvislosti postupem času vyšly najevo určité faktory, které jsou vnímány jako klíčové právě při vzniku takového chování. Těmito faktory jsou:

1. Rodina

Je všeobecně známo, že z rodiny si toho jedinec donáší nejvíce. Ať už jde o různé zvyky, tradice, o vnímání hodnot, prožité zážitky a mnoho dalšího. Dle odborníků je možno rozlišovat dvě funkce rodiny (potažmo rodinného prostředí), a to funkci socializační a kulturní.

Hlavním úkolem socializační funkce je připravovat děti do budoucna, do dospělého života. Rodiče by zde měli figurovat v pozici určitého „mentora“, který by měl dětem předávat informace o fungování společnosti, ale také určitý status nebo roli, které mají na život ve společnosti značný vliv. Součástí by měla být také výchova k demokracii a učení selektovat informace.

Funkce kontrolní má poté napomáhat uvědomovat si své vlastní místo v životě. To vše by se mělo dít v souvislosti a vztahům k historii, tradicím, zvykům a kultuře

⁸ MATĚJČEK, Zdeněk. *Co, kdy a jak ve výchově dětí*. Vyd. 1. Praha: Portál, 1996, 143 s. Rádcí pro rodiče a vychovatele. ISBN 80-717-8085-5.

⁹ MIOVSKÝ, Michal a Pavel BARTÍK. *Primární prevence rizikového chování ve školství*. Vydání první. Praha: Togga, 2010, 253 pages. ISBN 978-808-7258-477.

dané společnosti, v níž se jedinec nachází. Kulturní funkce má také sloužit k rozvoji citové oblasti člověka a jeho postojů ke kultuře.¹⁰

Splňuje-li rodina výše zmíněné funkce, jedná se o rodinu stabilní či takovou, která bývá označována za „zdravou rodinu“. Odborníci potvrzují, že pro určitou predikci rizikového chování má význam také vzdělání a způsob obživy obou rodičů, dále jejich začlenění do sociálních struktur (respektive do určitých hodnotových skupin, kterými mohou být různá náboženská společenství apod.). Se vznikem či projevy rizikového chování mládeže velmi souvisí takzvané rodinné klima, které přetrvává a na dítě působí z dlouhodobého hlediska. S ním jsou spojeny názory, přesvědčení a obecné postoje rodičů, stejně tak jako případná náboženská orientace. Odborníci se shodují na tom, že značným ovlivňujícím faktorem je zde tolerance k nevhodnému až deviantnímu způsobu chování dítěte ze strany rodičů, zejména pak ze strany matky.¹¹

Důležitost se příkládá takzvané stabilitě rodiny a jejího prostředí, což má na dítě (potažmo mladistvého) obrovský vliv. Je velmi důležité, jak rodina funguje a dnes již bohužel nejsou ojedinělé jisté druhy rodin dysfunkčních, které velmi napomáhají k rizikovému chování dítěte. Dysfunkční rodiny se dělí např. na rodiny¹²:

- Nezralé (rodiče jsou příliš mladí a nevyzrálí)
- Přetížené (zde se jedná převážně o workoholické rodiče, kteří upřednostňují pracovní příležitosti před rodinou)
- Perfekcionistické (rodiče zde požadují po dítěti výkony bez ohledu na to, jaké má zájmy a většinou se jedná o výkony takřka nemožné)
- Autoritářské (v těchto rodinách jsou časté příkazy a nepřiměřené tresty)

¹⁰ CHUDÝ, Štefan. *Studijní opory pro sociální pedagogiku I: vybrané kapitoly ze společenských věd*. Vyd. 1. Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, 2007, 162 s. ISBN 978-80-7318-608-1.

¹¹ MACEK, Petr. *Adolescence: Psychologické a sociální charakteristiky dospívajících*. 1. vyd. Praha: Portál, 1999, 207 s. ISBN 80-717-8348-X.

¹² ŠRAMATÁ, Veronika. *Postoje a názory mládeže na rizikové chování vrstevníků ů*. Brno, 2009.

Dostupné také z:

http://digilib.k.utb.cz/bitstream/handle/10563/8687/%C5%A1ramat%C3%A1_2009_dp.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Diplomová práce.

- Rozmazlující (což je opakem rodiny autoritářské, kdy se rodiče snaží vyhovět dítěti za každou cenu)
- Liberální či improvizující (rodiče dávají dítěti přemíru volnosti, dítě nemá program a „trpí“ nedostatkem řádu), apod.

Bohužel, rodin, ve kterých je možno se setkat s některými z výše zmíněných „extrémů“, dle mého názoru za poslední dobu přibylo. S dětmi, které z takových rodin pocházejí, se poté musí jednat na bázi malinko odlišného přístupu, nicméně je nutno zdůraznit, že rodina jako taková má na chování dítěte naprosto zásadní vliv.

2. Školní prostředí

Škola a její prostředí má na žáka nepochybně velký vliv, a to zejména tím, jaká zde panuje atmosféra, jaké má jedinec vztahy s ostatními spolužáky, ale také učiteli, do jakého se dostal kolektivu apod.

Odborníci velmi často upozorňují na základní souvislost ve vztahu škola – ředitel – učitel – třída, přičemž důraz je přikládán na to, že jedno je odrazem druhého. Škola a třída jako taková jsou podle nich živým systémem, který je v mnoha rovinách provázán a ačkoli nevědomky, všichni členové se vzájemně ovlivňují, stejně jako je tomu v rodině.

Autoři odborných publikací také přikládají velký význam atmosféře, kterou ve třídě utváří žáci společně s učitelem. Základním úkolem učitele je dle mého názoru všeobecně přispívat ke zlepšení sociálního klimatu ve třídě (či škole jako celku), čemuž má napomáhat i to, že udělá něco sám pro sebe, svůj rozvoj, svoji vyrovnanost a pohodu, která je poté šířena mezi žáky.¹³ Konkrétně je vhodné využívat některé z mnoha nabídek sociálně-psychologického výcviku či psychoterapeutického výcviku, které bývají na bázi dlouhodobého profesionálního vedení, přičemž se uvádí, že vhodné mohou být i individuální psychoterapie u vhodně zvoleného odborníka.¹⁴ Záleží pak na

¹³ ŠIMANOVSKÝ, Zdeněk a Barbara ŠIMANOVSKÁ. *Hry pro posílení zdravé osobnosti*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2005, 159 s. ISBN 80-736-7024-0.

¹⁴ KŘÍŽ, Petr. *Kdo jsem, jaký jsem: aktivity pro osobnostní a sociální výchovu k podpoře sebepoznání a sebepojetí*. 1. vyd. Kladno: AISIS, 2005, 132 s. Dokážu to? ISBN 80-239-4669-2.

každém učiteli, zda se takovýmito výcvikům či terapiím věnují, nicméně osobně si myslím, že práce pedagoga je velmi náročná, zejména pak psychicky a tyto aktivity pomáhají nejen k tvorbě příznivého klimatu ve škole (třídě), ale k udržení psychického zdraví daného pedagoga.

Mezi faktory, které ovlivňují sociální klima ve třídě (škole) patří zejména návyky, které si děti nesou z domova, dále vztahy mezi rodiči a školou, své opodstatnění zde má i počet žáků ve třídě, klima v učitelském sboru, přítomnost či nepřítomnost mužů pedagogů, ale i architektura budovy školy a mnohé další aspekty. Co se týče architektury školy, mohlo by to znít jako zavádějící, nicméně odborníci upozorňují na nevhodnost takzvaných megaškol, které se staly poslední dobou trendem. Jedná se především o zmíněnou tvorbu vhodného klimatu ve školním prostředí, která se dle autorů v institucích obřího rozměru (tisíc a více žáků) tvoří jen těžko. Autoři se také shodují na tom, že v tak velkých institucích jsou přímo vybízející podmínky pro tvorbu různých typů sociální patologie.¹⁵

Přestože školní prostředí osobně vnímám jako druhý nejvýznamnější faktor v oblasti vzniku rizikového chování, je nutno zdůraznit, že profese pedagoga je po této stránce velmi náročná a bohužel, v podmínkách, které současné školství udává, nelze uhlídat všechny žáky a patřičně se jim věnovat.

3. Sociální skupina

Vedle školního prostředí se na jistém morálním vývoji podílí také další skupiny, ve kterých se mladistvý pohybuje. Jedná se především o kamarády, se kterými se jedinec stýká a tráví s nimi volný čas, od čehož se také odvozují zvolené aktivity, kterým se daná skupina nebo chceme-li „parta“ věnuje. I zde je samozřejmě mnoho důležitých aspektů, jako je např. velikost skupiny, věková kategorie jednotlivých členů, její zájmy apod.

¹⁵ ŠIMANOVSKÝ, Zdeněk a Barbara ŠIMANOVSKÁ. *Hry pro posílení zdravé osobnosti*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2005, 159 s. ISBN 80-736-7024-0

Osobně se přikláním k názorům autorů, kteří hovoří o jistém formování morální osobnosti a činnosti jedince. To se má odehrávat především prostřednictvím sociálních styků mezi lidmi, zvláště pak v malých sociálních skupinách. Takové skupiny mají na jedince silný formativní vliv, který je dán již samotnou společenskou podstatou člověka. Díky sociálním skupinám může jedinec uspokojovat mnohé své potřeby, proto není ojedinělé, že se mezi požadavky skupiny řadí přejímání jejích názorů a postojů či norem. Postupem času, chce-li jedinec do takové skupiny patřit, musí tyto požadavky přijmout a přizpůsobit se jejímu fungování.¹⁶

Ačkoli z výše uvedené vyplývá, že skupina značně přispívá k tvorbě rizikového chování, nutno dodat, že ne vždy musí mít pouze negativní aspekty. Důkazem toho jsou různé terapeutické skupiny, které naopak přispívají k „převýchově“ špatného chování, apod.

4. Skupiny vrstevníků

Zmínka o vrstevnících jde ve své podstatě ruku v ruce s výše zmíněnými sociálními skupinami. Přesto je mezi těmito skupinami poměrně dosti odlišností, a proto jedle mého názoru potřeba věnovat část samotným vrstevníkům, aby nedocházelo k milnému splývání.

V jedné své publikaci autor zmiňuje, co to vlastně vrstevnická skupina je, přičemž hovoří o tom, že se jedná o děti či mladistvé, kteří jsou přibližně stejně staří. Zde shledávám zásadní rozdíl mezi skupinami vrstevnickými a sociálními, jelikož u sociálních skupin věk nehraje žádnou roli. Když se řekne „skupina vrstevníků“, jedná se často skupinu referenční, neformální a převážně malou. Jednak se může jednat o kolektiv se společensky schvalovanými cíli či normami, ale bohužel se také často stává, že jde o skupinu společensky a výchovně nežádoucí, v extrémním případě delikventní.¹⁷

¹⁶ ČÁP, Jan. *Psychologie výchovy a vyučování*. 1. vyd. Praha: Univerzita Karlova, 1993, 415 p. ISBN 80-706-6534-3.

¹⁷ ČÁP, Jan. *Psychologie výchovy a vyučování*. 1. vyd. Praha: Univerzita Karlova, 1993, 415 p. ISBN 80-706-6534-3.

Ačkoli své hlavní postavení ve výchově má rodina, neměl by být vliv vrstevníků podceňován. Odborníci uvádějí, že v období puberty je vrstevnická skupina vlastně to jediné, na co mládež „slyší“. Možná také proto literatura uvádí, že již v minulosti bylo na některé vrstevnické skupiny pohlíženo spíše negativně, ve smyslu jejich nepříliš příznivého působení na výchovu jedince. Přestože jsou v této práci (a všeobecně) vrstevnické skupiny spojovány s mnohými negativními vlivy, je nutno vyzdvihnout také jejich příznivé působení, zejména v období dospívání. V souvislosti s těmito příznivými vlivy bývá zmiňováno, že zde dospívající jedinci mohou rozvíjet svoji nezávislost, učit se prosazovat určité názory či je korigovat, řešit konflikty, plnit rozmanité sociální role a spoustu dalších věcí. Je tedy třeba myslet na to, že vrstevnické skupiny sebou nesou spoustu rizik, ale také se zasazují o zdravý vývoj osobnosti jedince.¹⁸

5. Masmédia

V dnešní společnosti je vliv médií na člověka naprosto nediskutabilní. I kdyby se o to člověk snažil sebevíc, musel by žít v naprosté izolaci, aby se mohl médiím vyhnout. Každý bezpochyby ví, co se pojmem média myslí, nicméně pro příklad to může být internet, televize, noviny, ale i filmy apod.

V současné společnosti mají média poměrně vysoké postavení a s přihlédnutím k masovému užívání sociálních sítí je jejich vliv na mládež zcela nevyhnutelný. Odborníci se shodují na tom, že ať už se jedná o vliv pozitivní či negativní, není pochyb, že se na vývoji osobnosti jedince a jeho chování značně podílejí. Bohužel, dnešní mládež stráví spoustu svého volného času sledováním televize či věnováním se různým činnostem na počítači a ani si neuvědomují, jaký vliv to na ně má. Mnoho lidí (a teď je již zmínka i o dospělých jedincích) si vůbec neuvědomuje, že média jsou tak mocná, že si mohou pečlivě selektovat informace, které do světa vypouští, čímž lidi nepochybně ovlivňují. Média si tedy nenápadně přizpůsobují realitu podle toho, co do světa „vypustí“ za informace, čímž bezpochyby určitým způsobem člověka formují a určují, jakým způsobem bude vnímat realitu. Často si informace přibarvují, zveličují, vytrhují z kontextu, ale to lidé „na druhé straně“ bohužel mnohdy nevnímají. Právě

¹⁸ DÖRNER, Klaus a Ursula PLOG. *Bláznit je lidské: učebnice psychiatrie a psychoterapie*. Vyd. 1. Praha: Grada, 1999, 353 s. Psyché (Grada Publishing). ISBN 80-716-9628-5.

z tohoto důvodu je velmi žádoucí naučit děti vnímat média trochu s rezervou, je potřeba je na tyto skutečnosti nějak připravit a naučit je užívat média ke svému prospěchu. Tomuto se říká také „mediální gramotnost“, což odborníci popisují jako znalost funkce médií, ale také umění je užívat v pozitivním slova smyslu.¹⁹

Vzhledem k tomu, jak moc jsou dnešní děti a mládež ovlivněni výpočetní technikou, je důležitost mediální gramotnosti přímo žádoucí, nicméně realita je bohužel často někde jinde.

6. Vrozené dispozice

Stejně tak jako v mnoha jiných oblastech, také při vzniku rizikového chování mají vliv vrozené dispozice daného jedince. Většinou lze s těmito vlohami do určité míry pracovat za pomoci různých psychologických či psychiatrických technik apod., nicméně osobně se domnívám, že v kombinaci s některými výše zmíněnými faktory (např. dysfunkční rodinou) je velmi pravděpodobné, že rizikové chování plně rozvine. Genetické vlohy totiž snižují, respektive zvyšují práh pro působení ostatních vlivů prostředí. Dalším konstitučním faktorem je poté pohlaví jedince. Dostupné statistiky totiž potvrzují, že muži se dopouštějí trestné činnosti o něco častěji než ženy

Kromě abnormit, které z medicínského hlediska rizikové či kriminální chování doprovázejí a jimiž mohou být například nižší hladina serotoninu či adrenalinu nebo třeba poškození frontální mozkové kůry apod., jsou poté vrozenými dispozicemi např. syndrom hyperaktivity, ke kterému se pojí impulzivita jedince nebo třeba vyšší psychopatie.²⁰

Faktorů, které jsou významné při či proti vzniku rizikového chování je samozřejmě celá řada, nicméně osobně shledávám výše jmenované těmi nejpodstatnějšími. Jak již bylo výše zmíněno, příkládán je důraz na vrozené dispozice

¹⁹ CHUDÝ, Štefan. *Studijní opory pro sociální pedagogiku I: vybrané kapitoly ze společenských věd.*

Vyd. 1. Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, 2007, 162 s. ISBN 978-80-7318-608-1.

²⁰ MATOUŠEK, Oldřich a Andrea KROFTOVÁ. *Mládež a delikvence.* Vyd. 1. Praha: Portál, 1998, 335 p. ISBN 80-717-8226-2.

jedince, které v kombinaci např. s nefunkčním rodinným či školním prostředím podněcují vznik jedincova rizikového chování.

2.2. Rizikové chování u žáků druhého stupně základní školy

V předešlé kapitole byly popsány faktory, které vznik rizikového chování podmiňují. Vzhledem k tomu, že je praktická část této práce věnována žákům druhého stupně základní školy, konkrétně tedy sedmé a osmé třídy, považuji za vhodné zmínit se o některých konkrétních druzích rizikového chování, které se této skupiny přímo týkají.

Rizikové chování těchto žáků jde ruku v ruce s popsanými faktory, zejména pak v souvislosti s²¹:

- Školou – zde hrají roli školní neúspěch, špatně zvolené metody výuky učitele, vtahy se spolužáky, ...
- Rodinou – vlivem nevhodné výchovy, nedostatku volnočasových aktivit, malé podpory dítěte, ...
- Se společností, v níž dítě vyrůstá – jedná se o společenské či kulturní normy či vliv komunity na život dítěte, ...
- Individuálními riziky dítěte – kterými je myšlena především inteligence, temperament, psychické zdraví, ...

Odborníci se shodují na tom, že s jednotlivými riziky se setkává téměř každé dítě. Rozdíl je ovšem v tom, jak na dané faktory reaguje a zda některému z nich nakonec podlehne či ne. Nutno dodat, že žáci druhého stupně základní školy jsou velmi kritickou skupinou, která má ke skluzu k rizikovému chování velké dispozice, jelikož se jedná o období puberty, ve kterém jedinec hledá sám sebe a bohužel to může vzít takříkajíc za špatný konec.

²¹ PRŮCHA, Jan, Eliška WALTEROVÁ a Jiří MAREŠ. 2013. *Pedagogický slovník*. 7., aktualiz. a rozš. vyd. Praha: Portál, 395 s. ISBN 978-80-262-0403-9.

Zde je několik příkladů aktivit, které jsou pro tuto skupinu typické:

Záškoláctví – je považováno za základní formu rizikového chování u mládeže. Záškoláctví je jistě všeobecně známou aktivitou, zvláště pak co se týče dětí druhého stupně základní školy. Zkráceně se jedná o vědomé zanedbávání povinné školní docházky. Mnozí autoři poté přikládají důraz tomu, že zde nejde o pouhé porušení školního řádu, nicméně se jedná především o porušení školského zákona, ve kterém jsou ustanovení o povinné školní docházce dítěte obsažena.²²

V problematice záškoláctví si lze také povšimnout jasné provázanosti mnohých faktorů, které vznik tohoto problému podněcují. Může jít o nepříznivé školní prostředí, špatné rodinné prostředí, ale také o kvalitu tráveného volného času a mnohé další. Odborníci přesto upozorňují na problematiku, se kterou je záškoláctví spjato, a to určité kategorie, do kterých je záškoláctví členěno²³:

- Právě záškoláctví, které spočívá v tom, že rodiče si myslí, že je dítě ve škole, zatímco dítě se ve škole neukazuje.
- Záškoláctví s vědomím rodičů, přičemž zde hrají roli určité typy rodičů, a to ti, kteří mají buď odmítavý postoj ke škole, nebo třeba ti, kteří jsou ve vztahu se svým dítětem příliš slabí anebo například ti, kteří jsou závislí na pomoci dítěte v domácnosti, apod.
- Záškoláctví s klamáním rodičů, kdy je prokázána existence dětí, kteří své rodiče dokáží jednoznačně přesvědčit o fiktivních zdravotních obtížích atd., nicméně zde se odborníci shodují na to, že je poměrně těžké rozlišit záškoláctví s klamáním od záškoláctví s vědomím rodičů.

²² *Studie z teorie a metodiky výchovy*. 2. vyd. Brno: MSD, 2004, 155 s. ISBN 80-866-3321-7.

²³ CO DĚLAT, KDYŽ- INTERVENCE PEDAGOGA: Rizikové chování ve školním prostředí - rámcový koncept. *Www.msmt.cz* [online]. 2010 [cit. 2015-05-18]. Dostupné z: http://www.google.cz/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=2&ved=0CCcQFjAB&url=http%3A%2F%2Fwww.msmt.cz%2Fuploads%2FPriloha_11_Zaskolactvi.doc&ei=UQNaVbSCD6v7ygOy9YDgBg&usg=AFQjCNHsk1Q7EPSrMMxmIVACqwkrrMf03A&bvm=bv.93564037,d.bGQ

- Útěky ze školy, nebo takzvané interní záškoláctví, kdy si žáci po příchodu do školy nechají zapsat docházku a během vyučování na několik hodin odejdou, přičemž zůstávají v prostorách školy nebo ji opustí jen na krátkou dobu.
- Odmítání školy jako takové, kdy některým žákům činí představa pravidelné školní docházky psychické obtíže, což se většinou děje v důsledku problémů, které ve škole vyvstávají, jako je například obtížnost učiva, strach z šikany, či výskyt školní fobie, deprese, apod.

Problém záškoláctví je má i své extrémní formy, kdy se může jednat o to, že dítě zůstává doma a rodiče o tom vědí. V takových případech je nutné zmínit opět faktor, který takovému rizikovému chování dosti napomáhá, a tím je trávení volného času na počítači či u televize, bez sebemenšího smyslu.

Šikana – patří mezi další rizikové aktivity a je provozována právě a především na druhém stupni základní školy. Je to určitá forma psychického či fyzického ubližování ostatním, nicméně aby se takové chování dalo označit jako šikana, musí být systematické, opakované a průběžné. Autoři šikanu popisují jako ohrožování, které kolísá od přímého k nepřímému, od nevelkého dráždění oběti až k útoku, přičemž v extrémních případech může dojít až k ohrožení na životě.²⁴

Šikana je riziková hlavně v tom, že mnohdy trvá poměrně dlouho, než dojde k jejímu rozpoznání, přičemž její odhalení závisí dle mého názoru především na pozornosti rodičů a učitelů.

Mezi určité specifikum dnešní doby patří takzvaná **kyberšikana**, která se mezi dětmi objevila s nárůstem využívání informačních technologií. Jedná se vlastně o specifickou formu šikany, kterou někteří autoři charakterizují jako užití informačních a komunikačních technologií k úmyslnému, opakovanému a nepřátelskému chování

²⁴ KOUKOLÍK, František a Jana DRTILOVÁ. *Vzpouřa deprivantů: nestvůry, nástroje, obrana*. Nové, přeprac. vyd. Praha: Galén, 2006, 327 s. Makropulos. ISBN 978-807-4921-209.

jedince, přičemž se může jednat buď o jednotlivce, nebo o celou skupinu, a toto chování vede k ublížení či poškození někoho jiného.²⁵

Jiný autor kyberšikanu definuje jako agresivní čin, který je prováděn úmyslně, skupinou či jednotlivcem, prostřednictvím elektronického kontaktu. Tento čin je pak prováděn opakovaně a je zaměřen vůči oběti, která se mu nedokáže po delší časové období efektivně bránit.²⁶

Osobně vnímám kyberšikanu jako zvláště zákeřnou formu úmyslného ubližování, jelikož se jedná o prostředky komunikace, které jedinci umožňují zachování anonymity. O to psychicky trýznivější jsou následky oběti, jelikož vlastně vůbec nemusí mít tušení, kdo je pachatelem tohoto chování a ačkoli může jít o určitý typ zvrhlé legrace, u oběti se mohou začít vytvářet různé psychické obtíže, zejména pak sklony k paranoie.

Různé druhy závislosti – vzhledem k tomu, že závislostí je celá řada, je dle mého názoru vhodné uvést napřed nějakou definici. Mezinárodní klasifikace nemocí o závislosti mluví jako o užívání nějaké látky, které dá jedinec přednost před jiným jednáním, jehož si dříve cenil více. Zdůrazněn je zde pocit touhy takovou látku (či látky) užívat, ať už se jedná o drogy, alkohol, tabák či něco dalšího, přičemž je přikládán důraz na sílu touhy k takovému jednání, kterou odborníci přirovnávají ke chtíči či žádostivosti. I přesto, že si to jedinec nemusí přiznávat, si touhu po užití drogy uvědomuje a často se snaží užívání kontrolovat nebo i zastavit, ale mnohdy neúspěšně.²⁷

Dle mého názoru se žáků druhého stupně základní školy týká především **závislost na návykových látkách**. Jde tedy zejména o závislost na alkoholu, tabáku a různých typech drog, ke kterým mají děti tohoto věku přístup. Návykové látky jsou

²⁵ BELSEY, Catherine. *Culture and the real: theorizing cultural criticism*. New York: Routledge, 2005, xv, 172 p. New accents (Routledge (Firm)). ISBN 04-152-5289-X.

²⁶ SVOBODA, Mojmir. *Psychodiagnostika dětí a dospívajících*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2001, 791 s. ISBN 80-7178-545-8.

²⁷ MINAŘÍK, Jakub. Definice závislosti. *Www.icm.cz* [online]. 2014 [cit. 2015-05-18]. Dostupné z: <http://www.icm.cz/definice-zavislosti>

obvykle charakterizovány jako látky, po jejichž užití se mění psychický stav jedince žádoucím způsobem, nicméně subjektivně.²⁸

Užívání návykových látek se pojí s určitými specifiky, mezi které patří následující²⁹:

- Závislost na nich je tvořena podstatně rychleji, což znamená, že to, k čemu dospělý člověk potřebuje často až desítky let, zvládne dospívající jedinec během několika málo měsíců.
- Je zde prokázána existence vyššího rizika těžkých otrav, a to zejména v souvislosti s nižší tolerancí, menší zkušeností a případný sklon k riskování, který se v dospívání často objevuje.
- V období dospívání je poté také vyšší riziko, že pod vlivem návykové látky dojde ještě k dalšímu nebezpečnému jednání.
- S požíváním návykových látek v dětství či během dospívání, se často pojí zřetelné zaostávání v psychickém vývoji jedince, kam se řadí oblast citového vyzrávání, oblast vzdělávání, sebekontroly, sociálních dovedností, apod.
- Ačkoliv se to může zdát neškodným, i pouhé experimentování s návykovými látkami je poté u dětí a dospívajících spojeno s mnohem většími problémy, ať už v rodině, ve škole, či kdekoli jinde.
- Mládež má také o dost větší tendence ke zneužívání širšího spektra návykových látek, přičemž často přechází z užívání jedné na druhou, či více látek současně, což se opět podílí na zvýšeném riziku otrav a dalších komplikací.
- V neposlední řadě je třeba zmínit problematiku recidivy, která je u mládeže velmi častá.

Z výše zmíněného je tedy patrné, že má mládež k užívání návykových látek sklon možná právě proto, že na jejich užívání reagují poměrně odlišným způsobem než

²⁸ *Studie z teorie a metodiky výchovy*. 2. vyd. Brno: MSD, 2004, 155 s. ISBN 80-866-3321-7.

²⁹ NEŠPOR, Karel. *Návykové chování a závislost: současné poznatky a perspektivy léčby*. 2. vyd. Praha: Portál, 2000, 150 p. ISBN 80-717-8432-X.

dospělí jedinci. Jejich těla jsou v jistých ohledech sice o něco slabší a náchylnější k různým otravám či důsledkům užívání těchto látek, nicméně na druhou stranu rychleji regenerují a mohou tedy vyzkoušet mnohem více než lidé staršího věku.

Rizikové chování v oblasti sexu je v dnešní době u mládeže stále častější. Z různých průzkumů, které jsou mezi mladými lidmi prováděny, vyplývá, že začátek pohlavního života, náhodné známosti, časté střídání partnerů či náznaky prostitučního chování, jsou čím dál častější u čím dál mladších jedinců. Není tedy divu, že v současnosti narůstá počet nezletilých dívek, které si nechávají předepsat hormonální antikoncepci anebo jsou v horším případě již těhotné.

Autoři uvádějí, že čeští adolescenti jsou ve srovnání s vrstevníky jiných zemí mnohem promiskuitnější. Výzkumy poté prokázaly, že pouhá desetina sexuálně aktivních adolescentů při pohlavním styku používá pravidelně kondom.³⁰ Alarmující však je to, že pokud se tato situace nezačne měnit, je zde reálná hrozba masivního přenosu pohlavních chorob již mezi mladistvými nebo také nárůst interrupcí či nechtěných těhotenství v případě dívek.

V neposlední řadě je zapotřebí zmínit se také o **vandalismu**, jelikož ten se dle mého názoru mezi mladistvými dosti rozšířil. Osobně si myslím, že právě vandalismus se šíří takovou rychlostí z důvody nevyplněného času a nudy, kterou mnohé děti prožívají místo smysluplného využívání volného času.

Vandalismus se projevuje nesmyslností ničení materiální i duchovní kultury. Podívá-li se člověk ven, vidí dopady vandalismu prakticky na každém rohu, ať již ve formě zničených laviček, posprejovaných omítek atd. Vandalismus se ovšem čím dál tím víc projevuje také například ve formě sofistikovaných počítačových virů. Autoři upozorňují na to, že se nejedná o programovou trestnou činnost, a je tedy nutné jej odlišit od programového, instrumentálního násilí, kde ničení kulturních hodnot či

³⁰ MACEK, Petr. *Adolescence: Psychologické a sociální charakteristiky dospívajících*. 1.vyd. Praha: Portál, 1999, 207 s. ISBN 80-717-8348-X.

civilizačních výtvorů není cílem jako takovým, nicméně pouze doprovodným jevem jinak motivovaného chování.³¹

2.3. Následky rizikového chování

Dospívající jedinci si mnohdy neuvědomují, že jimi provozované rizikové chování zahrnuje také následky, které se k takovému chování váží. Často potom mohou dopadat i na budoucnost jedince, jelikož se může dostat do „oplétaček“ s policií, s odborem sociální péče apod. Nutno také dodat, že dopady takového chování se samozřejmě podepíší i na sociálních vztazích, ať už s vlastní rodinou, kamarády, či dalšími lidmi.

Autoři se shodují na určitých kategoriích, do kterých se následky rizikového chování člení³²:

Zdravotní komplikace, ke kterým jsou řazeny především časté úrazy či jiná zdravotní poškození jedince, k nimž dochází hlavně kvůli nedodržování zásad bezpečnosti, podceněním podmínek, špatně odhadnuté situaci či z pouhopouhé nedbalosti. Zdraví je ohroženo při různých sportovních aktivitách, extrémních sportech, ke kterým má mládež jisté sklony (natož pod vlivem návykové látky), ale také při experimentování s vlastním tělem, kdy se zejména mnohé dívky v průběhu dospívání snaží o dodržování různých diet či zneužívání všemožných návykových látek v souvislosti s hubnutím apod. Samozřejmě se nabízí problematika výše zmíněné šikany, která sebou většinou zdravotní následky přináší a dále různé formy násilí, agresivity apod.

Psychické následky jsou velmi zrádnou kategorií, a to zejména proto, že často nejsou přímo viditelné. O to větší důležitost a závažnost jim ale odborníci přikládají. U

³¹ Vandalismus a kriminalita mládeže. *Studentka.sms.cz* [online]. 2008 [cit. 2015-05-18]. Dostupné z: <http://studentka.sms.cz/referat/vandalismus-a-kriminalita-mladeze>

³² AMBROŽOVÁ, Kateřina, Lenka COUFALOVÁ, a kol.. Rizikové chování dětí a mladistvých: příčiny / následky / prevence. *Www.urazydeti.cz* [online]. Praha [cit. 2015-05-18]. Dostupné z: http://www.urazydeti.cz/download/publikace_rizikove_chovani.pdf

děti a mládeže často dochází k následkům ve formě psychických traumat, které mohou mít spojitost s různými úrazy, prožitým násilím, zanedbávání ze strany rodičů, šikany a dalších, přičemž všechny tyto činnosti mohou velmi poznamenat jedincův budoucí dospělý život. Takovými psychickými následky, které si sebou jedinec nese mnohdy i po zbytek svého života, mohou být například:

- Úzkostné stavy
- Deprese
- Nízké sebevědomí
- Psychosomatické poruchy v podobě bolestí břicha, poruchy příjmu potravy či spánkové poruchy...
- Narušení mravního vývoje
- Sebeпоškozování nebo dokonce sebevražedné sklony a mnoho dalších

Další kategorií jsou **psychosociální následky**, které stěžují zapojení jedince do běžné společnosti. Podobně jako u psychických následků, také psychosociální následky mohou dospívajícího jedince provázet až do konce života, čímž může být narušena jedincova motivace k uskutečnění vlastních životních cílů. Mezi psychosociální následky poté řadí třeba:

- Vyloučení ze skupiny vrstevníků
- Osamělost
- Narušení jedincova image a jeho dobré pověsti
- Oslabená schopnost navazovat a následně udržet sociální vztahy
- Zhoršení školních či pracovních výsledků
- Nedůvěra v ostatní lidi
- Snížené společenské a pracovní uplatnění

Ekonomické následky se pojí nejčastěji s problémem vandalizmu, kdy se jedná o poškozování věcí a majetku, různé hmotné škody, apod. Do této kategorie ovšem spadají také celospolečenské výdaje na sociální a zdravotní péči a také na terciální prevenci. Proto se sem řadí také například výdaje na léčbu úrazů, závislostí či různých

onemocnění, které se pojí k rizikovému způsobu života. A jelikož se jedná o záležitosti, které se bohužel dotknout celé společnosti, je tedy namístě vyzdvižení celospolečenské finanční újmy, protože všemožné úrazy či onemocnění výrazně snižují produktivní období jedince, s čímž se pojí „ožebračování“ státu ve formě různých finančních pomoci, dále následkem „odpadávající“ produktivní populace trpí jedinci, kterým nemá kdo „vydělávat na důchody“ apod.

V neposlední řadě se s rizikových chování pojí také následky ve formě **sociálně-právní** či **trestně-právní**. V našich podmínkách jsou děti a dospívající jedinci chráněni zákonem, který jim neukládá trestní odpovědnost. V případě, že ale takový jedinec poruší zákon, poškodí veřejný majetek nebo třeba ohrozí život (ať svůj či cizí), spadá do péče sociálně-právních institucí. Konkrétně se jedná o odbor sociálně-právní ochrany dětí, kde se kurátoři či sociální pracovníci snaží takové případy delikventního jednání či rizikového chování řešit. To, že zákon dětem a mládeži neukládá trestní odpovědnost ovšem neznamená, že se takovýto jedinec nemůže dostat do rukou policie či dokonce k soudu.

Byl-li zákon (či společensky uznávané normy) dospívajícími jedinci porušen zvláště závažným způsobem, nabízejí možnosti řešení takového chování, kterými jsou většinou:

- Umístění do diagnostického ústavu
- Nařízení ústavní nebo alespoň ochranné výchovy
- Vyšetřování, výslech, vliv na oběti či svědky, apod.

Výše zmíněné kategorie jsou dle mého názoru těmi nejpodstatnějšími, které rizikové chování jedince provázejí. Smutným faktem zůstává, že si mnoho z nich neuvědomuje, že svými činy nepůsobí pouze na svoji osobu, ale mnohdy mnohem více na své blízké, na rodinu, přátele, ale i na celou společnost.

2.4. Prevence rizikového chování mládeže

Prevence rizikového chování, zejména tedy co se týče mládeže a dospívajících jedinců, je považována za stěžejní pilíř vhodně fungující společnosti. Všeobecně panuje názor, k němuž se přikláním i já, a to že není nad prevenci.

Strategie prevence rizikového chování funguje na principu výchovy dětí a mládeže ke zdravému životnímu stylu, k osvojení pozitivního sociálního chování a ke zdravému rozvoji osobnosti.³³ Tato strategie si dává za cíl zabránit výskytu rizikového chování nebo alespoň co nejvíce omezit škody, které jsou napáchány jeho výskytem mezi žáky. Preventivní opatření jsou poté rozdělena na prevenci:

- Primární, která se snaží problémům předcházet,
- Sekundární, která nastupuje v době, kdy již vznikl nějaký problém, ale stále ještě nezpůsobil žádná poškození
- Terciální, která se snaží předejít dalším škodám, které daný problém způsobil

Dále existuje ještě jiné dělení prevence, které se v našich podmínkách užívá málokdy, nicméně pro zajímavost se domnívám, že je vhodné uvést i toto dělení³⁴:

- Všeobecná prevence, která se týká celé populace, např. celé třídy
- Selektivní prevence, ta se zaměřuje na osoby se zvýšeným rizikem, například na výše zmíněné uživatele návykových látek, ale také třeba na poruchy chování apod.
- Indikovaná prevence je zaměřena na ty, u nichž není možné diagnostikovat škodlivé užívání či závislost na návykových látkách, ale u nichž jsou vykazovány známky takového užívání

³³ MALACH, Josef. *Teorie metodiky výchovy*. Vyd. 1. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2007, 228 s. ISBN 978-808-6723-297.

³⁴ NEŠPOR, Karel. *Návykové chování a závislost: současné poznatky a perspektivy léčby*. Vyd. 2., upr. Praha: Portál, 2003, 151 s. ISBN 80-717-8831-7.

- Léčba je poté určena těm, kteří návykové látky užívají nebo jsou na nich už závislí
- Udržování stavu a prevence recidiv se poté týká jedinců, kteří jsou na návykových látkách závislí nebo je zneužívají a jsou ve stabilizovaném stavu.

3. VOLNÝ ČAS A VOLNOČASOVÉ AKTIVITY

Způsob, kterým člověk tráví volný čas, hraje v životě každého jedince významnou roli. Volný čas je nedílnou součástí života každého z nás a je pouze na konkrétním člověku, jak se k jeho využití postaví. Díky němu má člověk prostor pro zábavu, pro činnosti, které ho baví, zajímají, naplňují a jejichž konáním může být člověk spokojenější se svými představami o životě. Prostřednictvím trávení volného času se člověk zkrátka věnuje aktivitám, které ho naplňují, přinášejí mu příjemné pocity a zážitky, a také relax a odpočinek. Není snad ani nutno zdůrazňovat, že má každý člověk o trávení volného času odlišné představy a každého napadnou jiné aktivity, kterými svůj volný čas vyplní. Zatímco pro jednoho může být nejpříjemnější představou nicnedělání, pro druhého to může být četba, sport, kultura či mnoho dalších aktivit.

3.1. Definice volného času

V odborné literatuře lze najít mnoho definic, které se snaží popsat, co to vlastně volný čas je, a to ať z pohledu pozitivního, kdy jedinec svůj čas tráví smysluplnými aktivitami nebo dokonce něčím, co je prospěšné i pro druhé, ale také z pohledu negativního, který se zaobírá důsledky neefektivního využívání volného času. Definic, které se o popis tohoto pojmu snaží je spousta, lze si povšimnout, že v každé z nich se objeví nějaký nový aspekt a dalo by se říci, že většinou záleží na tom, z jakého pohledu autor tento pojem popisuje.

Jedna z mnoha definic volný čas popisuje jako dobu, ve které člověk koná činnosti dle vlastní vůle, a to takovou intenzitou, aby si u toho odpočinul, bez záměru produktivity pro prospěch společnosti. Je to ve své podstatě soubor aktivit, které se dějí

mimo pracovní či společenské závazky a jejichž prostřednictvím se člověk zabývá ze své vlastní vůle. Koná tak proto, aby si buď odpočinul, pobavil se nebo svobodně zdokonaloval svoji tvůrčí kapacitu.³⁵

Další autoři vnímají volný čas jako ten, se kterým může jedinec nakládat plně dle svého uvážení, které závisí převážně na osobních preferencích a zájmech. Podle těchto autorů je volný čas doba, která člověku zůstane z běžného dne, jenž má 24 hodin, přičemž odečte-li se doba, kterou jedinec věnuje práci (např. 8 – 10 hodin), péči o rodinu a domácnost a také péči o vlastní fyzické potřeby, mezi něž se řadí zejména spánek, zbylý čas se poté rovná času volnému, ve kterém má jedinec prostor pro osobní zábavu a tvořivost.³⁶

Další definice hovoří o volném čase jako o době nutné k reprodukci sil jedince. V této definici se na rozdíl od výše zmíněných objevuje také zmínka o volném čase dětí, které si k takovým činnostem vybírají různé prostředí. Může se jednat o domov, školu nebo také o rozličné společenské organizace či instituce. Pravdou ovšem zůstává, že mnoho dětí tráví svůj volný čas na veřejných prostranstvích, venku či na ulicích.³⁷

Definování volného času z pohledu dětí a dospělých má svá specifika a rozdíly, na které je potřeba se u jednotlivých skupin zaměřit. Volný čas dětí a mládeže má dle odborníků mnoho různých specifik, které jej od trávení volného času dospělými osobami velmi odlišují. Významným hlediskem zůstává, že děti mají oproti dospělým volného času mnohem více, přičemž je rozdíl také v pestrosti činností, kterým se jednotlivé skupiny věnují. Odborníci také zmiňují míru samostatnosti, kdy děti často potřebují k činnosti ještě někoho dalšího. Volný čas dětí a mládeže je také charakteristický důležitým psychologicko-pedagogickým aspektem, který hovoří o

³⁵ ODPOČINEK – VOLNÝ ČAS – REKREACE A REKREOLOGIE. 2006. *Www.fsps.muni.cz* [online]. [cit. 2015-05-13]. Dostupné z:

http://www.fsps.muni.cz/~kse/vyuka/vyuka_dokumenty/rekreologie/rekre_002_odpocinek.pdf

³⁶ PRŮCHA, Jan, Eliška WALTEROVÁ a Jiří MAREŠ. 2013. *Pedagogický slovník*. 7., aktualiz. a rozš. vyd. Praha: Portál, 395 s. ISBN 978-80-262-0403-9.

³⁷ PÁVKOVÁ, Jiřina. 2002. *Pedagogika volného času*. Vyd. 3. Praha: Portál, 231 s. ISBN 80-717-8711-6.

neustálé potřebě pedagogického působení i při těchto aktivitách, díky čemuž je dítě do určité míry neustále vychováváno. Do způsobu výchovy tedy zasahuje i volný čas.³⁸

To, jak lidé tráví svůj volný čas, ať už se tedy jedná o děti, mládež či dospělé osoby, se dle mého názoru následně odráží také v jejich osobnosti, přičemž je přikládán velký důraz na následnou spojitost se studijními či pracovními výkony jedince. Přestože se všechny definice neshodují na konkrétním popisu tohoto pojmu, shodují se minimálně na jedné základní věci, a to že jedinec si činnosti, kterými vyplňuje svůj volný čas, volí dobrovolně na základě vlastního uvážení.

3.2. Historie volného času

Z hlediska minulosti je dle mého názoru poměrně těžké hovořit o volném čase v takovém ohledu, v jakém je na něj nazíráno dnes. Podle mě byl volný čas v minulosti poměrně „drahou“ zábavou, už jen z pohledu nutnosti vlastního hospodářství a naprosto odlišného vnímání hodnot než jak jsou vnímány dnes.

Jedny z prvních zmínek a pokusů o definování či snahu o vymezení volného času pochází až ze starověkého Řecka. Konkrétně se o to pokoušel filozof Aristoteles, který na volný čas pohlížel jako na období vhodné pro rozhovory, čtení veršů, setkávání se s přáteli či poslouchání muziky. I přesto, že se v tomto období jednalo o čas volný, stejně byl chápán v jistém nesouladu s lenošením a určitou formou nicnedělání.³⁹

Samotné pojmy „volný“ a „čas“ prošly v průběhu historie dost podstatnými změnami. Z počátku šlo o pouhé vnímání či poznání pravidelně se opakujících jevů, jako je střídání dne a noci či ročních období. Poté byly tyto pojmy spojovány s proměnlivostí životních fází člověka a postupně přišlo na chápání času jako objektivně měřitelného a subjektivně prožívaného jevu. Co se týče filozofie takzvaně novověké,

³⁸ HÁJEK, Bedřich, Břetislav HOFBAUER a Jiřina PÁVKOVÁ. 2008. *Pedagogické ovlivňování volného času: současné trendy*. Vyd. 1. Praha: Portál, 239 s. ISBN 978-80-7367-473-1.

³⁹ HOFBAUER, Břetislav. *Děti, mládež a volný čas*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2004, 176 s. ISBN 80-717-8927-5.

zde čas stal základní podmínkou veškerých smyslových zkušeností a zahrnuje v sobě minulé, současné i budoucí. Z pohledu současné vědy (či popularizační literatury) jsou chápány již mnohé aspekty času, jako například čas života (různé etapy, včetně stárnutí), dále času komunikace, prezentace světa či času v oblasti vědecké i s jeho měřením).⁴⁰

Vnímání času se postupně měnilo spolu s aktivními změnami sociální struktury obyvatelstva a její věkové skladby. Spolu se zvyšováním úrovně zdravotní péče se prodlužovala délka života obyvatel, čímž také docházelo k masivním přesunům obyvatelstva z venkova do větších měst. Důsledkem toho začal narůstat volný čas, už jen z toho hlediska, že lidem odpadla spousta povinností, které se pojily s životem na venkově a trvaly většinou od rána až do večera. Ve městech se lidem začalo dostávat více času pro jejich vlastní užitek a začali se věnovat vzdělání a zábavě.⁴¹ Vše bylo samozřejmě formováno také s nástupem povinné školní docházky a „tvorbou“ pracovní doby, nicméně právě zde dle mého názoru vznikl pravý pojem volného času, který by se dal přirovnat k pojetí, v jakém je chápán dnes.

3.3.Funkce volného času

Pedagogické ovlivňování volného času je významnou oblastí výchovného působení a zejména pak výchovné působení na děti a mládež v době mimo vyučování. Volnočasové aktivity nabízejí jedinečnou příležitost k nasměrování jedince k vhodnému způsobu využívání volného času. Je to způsob, kterým lze formovat jedincovy zájmy, uspokojovat jeho významné potřeby, rozvíjet specifické schopnosti a upevňovat v něm žádoucí morální vlastnosti.⁴²

⁴⁰ HÁJEK, Bedřich, Břetislav HOFBAUER a Jiřina PÁVKOVÁ. 2008. *Pedagogické ovlivňování volného času: současné trendy*. Vyd. 1. Praha: Portál, 239 s. ISBN 978-80-7367-473-1.

⁴¹ PÁVKOVÁ, Jiřina, Břetislav HOFBAUER a Jiřina PÁVKOVÁ. *Pedagogika volného času: [teorie, praxe a perspektivy výchovy mimo vyučování a zařízení volného času]*. Vyd. 4. Praha: Portál, 2008, 221 s. ISBN 978-80-7367-423-6.

⁴² PÁVKOVÁ, Jiřina. 2002. *Pedagogika volného času*. Vyd. 3. Praha: Portál, 231 s. ISBN 80-717-8711-

Z pedagogického hlediska je volný čas chápán jako doba, ve které je místo nicnedělání prostor pro tvorbu činnosti, na které člověk v průběhu pracovního vytížení nemá čas. Odborníci hovoří o tom, že by tyto aktivity měly zajímat nejen člověka jako individuálního jedince, ale i společnost jako celek.⁴³

Dle mého názoru je problémem dnešních dětí a mládeže zejména to, že jim téměř veškerá výplň volného času chybí. Je-li totiž volný čas vyplňován bezúčelně a bezvýznamně, je nasnadě výskyt všemožných problémů.

Odborníci se postupem času shodli na hlavních funkcích, které podle nich volný čas plní. Jednou z nejdůležitějších funkcí a součástí lidského života je podle nich odpočinek, jehož prostřednictvím se člověk regeneruje. Záleží už pak na jedinci, zda upřednostňuje odpočinek aktivní, kdy se může jednat o sportovní vybití, či pasivní, ke kterému se řadí například četba apod. Zdůrazňována je poté funkce zábavy, která má za úkol jedince pozitivně naladit. Mnoho autorů ovšem apeluje na funkci rozvoje osobnosti, která je podle nich volným časem velmi formována a díky níž dochází k rozšiřování jedincova vzdělání.⁴⁴

Z pohledu jiného autora se nabízí také zdravotně hygienická funkce volného času, jejímž úkolem je kompenzace zátěže a zajištění odpočinku. Dále má také funkci seberealizační, prostřednictvím níž může člověk rozvíjet své zájmy a většinou zde vyjde najevo také jedincovo nadání. Zmínka je také o formativně výchovné funkci, která má za úkol formovat osobnost jedince a jeho socializační schopnosti, jelikož ve volném čase často dochází k navazování sociálních kontaktů a vztahů s dalšími lidmi. A v neposlední řadě se objevuje zmínka také o klíčové funkci preventivní, která má napomáhat vzniku sociálně patologických jevů. Mezi tyto jevy se řadí především užívání návykových látek či agresivita.⁴⁵

⁴³ HÁJEK, Bedřich. *Děti, vedoucí, volný čas*. Praha: IDM MŠMT, 2004, 120 s. ISBN 80-867-8406-1.

⁴⁴ HOFBAUER, Břetislav. *Děti, mládež a volný čas*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2004, 176 s. ISBN 80-717-8927-5.

⁴⁵ KRATOCHVÍLOVÁ, Emília. *Pedagogika voľného času: výchova v čase mimo vyučovania v pedagogickej teórii a v praxi*. 1. vyd. Bratislava: Univerzita Komenského, 2004, 307 s. ISBN 80-223-1930-9.

Jelikož tato práce pojednává o mládeži, nejdůležitější funkcí volného času je tedy dle mého názoru výše zmíněné formování osobnostních rysů, která podle mě jde v podstatě ruku v ruce s funkcí preventivní. Ne nadarmo se říká, že např. díky sportu se člověk naučí jednat v zájmu kolektivu, pracovat s ostatními, ale také naučit se k ostatním chovat, osvojit si pravidla fair play apod.

4. VÝCHOVNÉ PŮSOBENÍ MIMO VYUČOVÁNÍ

Hlavním společenským cílem v této oblasti, je vést dospívající mládež k vytváření pozitivního vztahu k volnému času. Je potřeba mladé lidi naučit osobní a společenské hodnotě, které se k volnému času váží a k jeho pozitivnímu a smysluplnému využívání.⁴⁶

Odborníci se shodují, že výchovné působení mimo vyučování má významné postavení v prevenci společensky nevhodných či škodlivých forem chování. To je významné právě v dnešní době, v této společenské situaci, kdy se zvyšuje kriminalita mladistvých, přičemž věk delikventů je stále nižší. Jak již bylo zmíněno výše, jednou z nejvýznamnějších funkcí volného času je funkce preventivní, která se ukazuje jako velmi účinná v boji proti závažným výchovným problémům, jako jsou např. agresivita, drogová závislost, záškoláctví, gamblerství a mnoho dalších.⁴⁷

Výchova, která je uskutečňována mimo vyučování, má fungovat na velmi důležitém principu rozvíjení potřeby celoživotního vzdělávání, především pak v souvislosti se zájmovou orientací jedince. Obecně platí, že tato oblast výchovy plní

⁴⁶ KRATOCHVÍLOVÁ, Emília. *Pedagogika volného času: výchova v čase mimo vyučování v pedagogické teorii a v praxi*. 1. vyd. Bratislava: Univerzita Komenského, 2004, 307 s. ISBN 80-223-1930-9.

⁴⁷ PÁVKOVÁ, Jiřina. 2002. *Pedagogika volného času*. Vyd. 3. Praha: Portál, 231 s. ISBN 80-717-8711-6.

čtyři základní funkce, které podle svého charakteru v různé míře plní volnočasové instituce či organizace. Jedná se o funkce⁴⁸:

- **Výchovně-vzdělávací** – na kterou je kladen obzvláště velký důraz. Dané instituce zde působí zejména v oblasti rozvoji schopností dětí a mládeže, a snaží se uspokojovat jejich zájmy a potřeby, přičemž snahou je jejich usměrňování a kultivace, s důrazem na formování žádoucích postojů a morálních vlastností.
- **Zdravotní** – jak již název napovídá, zde je snahou působit prostřednictvím režimu, který je usměrňován tak, aby napomáhal vytvářet zdravý životní styl jedince. Důraz je kladen na aktivity, které jsou provozovány na čerstvém vzduchu, přičemž režim dne je rozplánován pokud možno tak, aby se střídaly činnosti různého charakteru.
- **Sociální** – je velmi důležitá ve své možnosti vyrovnat sociální rozdíly, ať už co se jedná odlišných materiálních či psychologických podmínek v rodinách. To je žádoucí zejména u dětí z nepříliš podnětného či konfliktního rodinného prostředí. Díky této funkci dochází k utváření sociálních vztahů, přičemž důležitou součástí bývá také rozvíjení sociálních kompetencí a osvojování si pravidel společenského chování.
- **Preventivní a rozvojová** – právě tato funkce se zaslouhuje o prevenci rizikového chování nebo chceme-li prevenci sociálně-patologických jevů u mládeže. Zmíněná prevence je obvykle chápána ve třech rovinách, a to jako primární, která se vztahuje na celou populaci (zvláště pak na tu část, která není kriminálně riziková ani narušená). Sekundární prevence je již zaměřena na kriminálně rizikové jedince či skupiny (u nichž je zvýšená pravděpodobnost, že se stanou buď nositeli závadové činnosti, nebo také jejichmi oběťmi) a terciální prevence se pak snaží o léčení. Stručně shrnuto se

⁴⁸ tamtéž

preventivní a rozvojová funkce projevuje ve snaze hledání příčin a podmínek vzniku závadového chování jedince.

Ideální by samozřejmě bylo, kdyby výše zmíněné funkce kooperovaly ve vzájemném propojení, aby se určitým způsobem doplňovaly a prolínaly, což bohužel ne vždy lze zaručit.

4.1. Požadavky na realizaci mimoškolní výchovy

Postupem času byly zformulovány jisté požadavky, které jsou z pohledu pedagogických zásad potřebné k tomu, aby bylo působení na děti a mládež úspěšné. Jedná se o zásady, kterými jsou⁴⁹:

- **Zásada soustavnosti a cílevědomosti**, která jednotlivé dílčí kroky, jenž na sebe navazují a následně směřují k vytyčenému dlouhodobému cíli.
- **Zásada posloupnosti**, která spočívá na principu postupu od jednoduchého ke složitějšímu, známého k neznámému, apod.
- **Zásada aktivity**, která pomáhá ve výběru činností, díky nimž se mohou zapojit všichni účastníci, přičemž na míře jejich zapojení nezáleží. Důraz je zde ovšem stále kladen na dobrovolnost.
- **Zásada přiměřenosti** apeluje na zohledňování věku účastníků a jejich momentálního stavu (ať už fyzického či psychického). Není-li tahle zásada dodržena, stává se, že jsou jedinci danými aktivitami již tak vyčerpáni, že je nejen omrzí, ale také si příště zvolí své vlastní.

⁴⁹ PÁVKOVÁ, Jiřina. *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času*. Vyd. 1. Praha: Portál, 1999, 229 p. ISBN 80-717-8295-5.

- **Zásada vyzdvihování kladných rysů osobnosti jedince** vychází ze známého přesvědčení, že tou nejlepší motivací k jakékoliv činnosti je pochvala či uznání.
- **Zásada dodržování požadavku seberealizace** má za úkol zajistit, aby se každý jedinec mohl realizovat a mohl uplatnit své specifické vlohy či schopnosti. To zaručí, že může být v nějaké činnosti úspěšný, což se také pozitivně podepisuje na zdravém duševním vývoji jedince.
- **Zásada respektování požadavku citlivosti a citovosti** by poté měla být nedílnou součástí každé činnosti, jelikož v nemalé míře působí na emocionální složku jedince.

Různých požadavků či zásad pro realizaci volnočasových aktivit mimo školní výchovu je samozřejmě mnohem více, nicméně výše zmíněné jsou odborníky považovány za klíčové.

5. MOŽNOSTI VYUŽÍVÁNÍ A TRÁVENÍ VOLNÉHO ČASU

Jak již bylo zmíněno výše, záleží pouze na jednotlivci a jeho uvážení, jak bude volný čas trávit a kterou činností jej vyplní. Dnes již existuje spousta možností, ať už se jedná o placené aktivity nebo činnosti, které jsou zdarma, může jít o aktivity doma či venku, ve škole nebo jiných institucích apod. Bohužel, problémem dnešní doby, dle mého názoru, zůstává bezvýznamné vysedávání u televize či počítače, ať už se tedy jedná o hraní počítačových her, užívání sociálních sítí či jiných věcí, které se místo smysluplného trávení volného času většinou zvrhnou v naprosté nicnedělání.

Dle některých autorů se může trávení volného času projevit pozitivně, ale také negativně. Vše přitom záleží na způsobu, jakým je volný čas využit a kterým aktivitám

se jedinec věnuje. To vše souvisí s tím, jak moc efektivně a plnohodnotně se jedinec naučil s časem nakládat⁵⁰, což je zmíněno výše.

Pojetí volného času je odborníky vymezeno z pohledu optimistického, skeptického či realistického. Z optimistického hlediska je volný čas pro člověka určitý smysl a cíl života. Skeptický pohled se zabývá jeho riziky a negativními stránkami a realistické pojetí se poté zaměřuje na tvorbu hodnot v tomto volném čase.⁵¹

Bohužel, jak je nastíněno v začátku této kapitoly, volnému času bývají přiřazeny také pocity nudy, osamělosti či stresu, které poté vedou právě k činnostem jako je bezcílné sledování televize, vysedávání u počítače apod., což v mnoha případech nudu ještě více prohloubí. Spousta dětí, zejména pak v dnešní době, neumí či nedokáže využívat svůj volný čas aktivně a smysluplně a bohužel ani neví, z čeho by měly radost či co by je pobavilo.⁵²

Ačkoli jsou jako základní forma využití volného času nejčastější činnosti, kterým se člověk věnuje v domácím prostředí, dnes je již možné využít široké nabídky z řad organizací, které zajišťují volnočasové činnosti. V současné době je takových institucí celá řada, přičemž se mezi ně řadí např.⁵³:

- Občanská sdružení dětí a mládeže
- Tělovýchovné spolky
- Školní družiny
- Střediska pro volný čas
- Komerční organizace, apod.

⁵⁰ HOFBAUER, Břetislav. *Děti, mládež a volný čas*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2004, 176 s. ISBN 80-717-8927-5.

⁵¹ KNOTOVÁ, Dana. *Pedagogické dimenze volného času*. Vyd. 1. Brno: Paido, 2011, 101 s. ISBN 978-807-3152-239.

⁵² BAUMAN, Petr, Tomáš ČECH, Michal KAPLÁNEK a Zuzana SVOBODOVÁ. Volný čas a jeho různá pojetí v minulosti a v současnosti. In Kaplánek, M. (ed.). *Čas volnosti - čas výchovy. Pedagogické úvahy o volném čase*. 1. vyd. Praha: Portál, 2012. s. 15-56, 42 s. ISBN 978-80-262-0450-3.

⁵³ Volný čas a prevence u dětí a mládeže. *Www.msmt.cz* [online]. Praha: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, odbor pro mládež, 2002 [cit. 2015-05-17]. Dostupné z: www.msmt.cz/uploads/soubory/prevence/olnycas.pdf

6. VZTAH MLÁDEŽE K VOLNÉMU ČASU

Je více než jasné, že každé dítě vyrůstá v naprosto odlišném prostředí a podmínkách, a tudíž není divu, že má každé úplně jiné hodnoty a způsob využívání volného času. Obecně se hovoří o tom, že je-li mládež schopna svůj volný čas využívat k určité seberealizaci, směřuje tím k plnohodnotnému životu. Jak již ale bylo výše nastíněno, ne všichni jedinci tuto schopnost mají a ti, kteří ji nemají, spadají do velmi rizikové skupiny.

Důvodů, proč si mládež (a troufám si říci „dnešní“) neváží svého volného času, je celá řada. Zkráceně je možno říci, že děti buď nemohou, nechtějí nebo neumějí tento čas zužitkovat efektivně. Nabízí se mnoho důvodů, které jsou různého charakteru, osobně si ale myslím, že se nejčastěji jedná o přenášení negativních vzorů z rodiny, často také o nedostatek finančních prostředků nebo třeba o pouhý nezájem. V dnešní době také žije mnoho rodin, které jsou neúplné, což bohužel také sehrává svoji roli, především tedy po stránce finanční, kdy jeden rodič (většinou matka samoživitelka) není schopen finančně zajistit volnočasové činnosti svých dětí.⁵⁴

Faktem zůstává, že dnes mají děti po skončení vyučování mnoho volného času a stále je zde spousta těch, které jej chtějí využívat smysluplně. Občas se ale jako problematické jeví to, že některé děti nejsou dostatečně informované (ať už z domu či ze školy či odjinud) nebo se samy nedokáží zorientovat v rozsáhlé nabídce volnočasových aktivit, či jednoduše nevědí, jak se mohou zapojit. Odborníci v tomto ohledu apelují na informovanost dětí a na to, aby byla mládež dostatečným způsobem motivována, aby zájem o nabízené činnosti vzrostl. Zde je ovšem zapotřebí značná kooperace ze strany dospělých jedinců, ať už se jedná o rodiče, učitele či kohokoli jiného, kdo může na děti pozitivně působit. V opačném případě se mládež totiž velmi často uchyluje k negativnímu působení, kterým víceméně uniká ze světa nudy a nicnedělání. Jedním z mnoha takových úniků je např. sprejerství, což mládež charakterizuje jako způsob vyjádření umělecké kreativity, jejímž prostřednictvím o sobě

⁵⁴ HOFBAUER, Břetislav. *Děti, mládež a volný čas*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2004, 176 s. ISBN 80-717-8927-5.

chtějí dát vědět a trochu také protestovat proti společenským pravidlům.⁵⁵ To ovšem nemění nic na tom, že se jedná o činnost trestnou, jelikož je ničem veřejný majetek.

Autoři hovoří také o potřebě motivace dětí, zejména tedy v období adolescence, kdy by se zejména rodiče či pedagogové měli snažit při každé volnočasové aktivitě či činnosti ve volném čase, probudit a prozkoumat pokaždé jinou oblast lidské dimenze. Mají tím na mysli střídání činností tak, aby dětem nepřipadalo, že dělají pokaždé ty samé monotónní věci, aby měly samy zájem o své zapojení, apod. Mělo by se tedy dbát na střídání psychické a fyzické aktivity.

Význam motivaci při volnočasových aktivitách je také přikládán z toho ohledu, že je nejen velmi důležitý pro dítě a pro jeho prožitky, které ve spojení s danou aktivitou vnímá, ale samozřejmě také pro pedagoga, rodinu a ostatní. Jak dítě, tak i pedagog by měl při těchto aktivitách pociťovat pocit sebeuspokojení a seberealizace.⁵⁶

⁵⁵ HOFBAUER, Břetislav. *Děti, mládež a volný čas*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2004, 176 s. ISBN 80-717-8927-5.

⁵⁶ HANUŠ, Radek a Lenka CHYTILOVÁ. 2009. *Zážitkově pedagogické učení*. Vyd. 1. Praha: Grada, 192 s. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-2816-2.

II. PRAKTICKÁ ČÁST

7. PRAKTICKÁ ČÁST-PROJEKT „VOLNÝ ČAS“

7.1. Úvod do projektu „Volný čas“

Ve své diplomové práci zpracovávám preventivní projekt „Volný čas“ zaměřený na prevenci vzniku rizikového chování mládeže. Rizikové chování v dnešní době velice často znamená pro řadu základních škol velký problém, s kterým se musí potýkat a musí proti němu bojovat. S problematikou rizikového chování se nejčastěji můžeme setkat na druhém stupni základních škol. Proto je velmi nutné včasné zakročení, aby se problémy nestaly patologickými. Osvěta a preventivní přístup formou zábavy konaných prostřednictvím volnočasových aktivit může být jednou z možností, jak se problémům vyhýbat a předcházet jim.

7.1.1. Cíl praktické části

Cílem praktické části práce je vytvoření preventivního projektu pro základní školy. Projekt je zaměřen na prevenci rizikového chování mládeže na druhém stupni základních škol. Preventivní projekt je svými částmi rozdělen do čtyř týdnů, přičemž každý týden je svými aktivitami zaměřen na určité téma. Součástí praktické části je výzkum provedený na základě dotazníkové šetření. Informace z šetření poslouží k ověření úspěšnosti projektu „Volný čas“. Výzkumná část má dále za úkol posoudit efektivitu projektu, jeho prospěšnost a užitečnost ve školní praxi v rámci prevence rizikového chování mládeže.

Před zahájením projektu jsem si položila několik otázek, na jejichž základě jsem poté formulovala několik hypotéz. Pravdivost hypotéz by měly potvrdit či vyvrátit výsledky dotazníkového šetření.

Je preventivní projekt svou volbou volnočasových aktivit pro mládež přínosný?

H1 Žáci, kteří se preventivního projektu zúčastní, získají nové informace, zkušenosti, dovednosti.

Účastnili by se žáci řízených projektů zaměřených na volnočasové aktivity?

H2 Žáci se budou volnočasových aktivit účastnit dobrovolně za předpokladu, že pedagog zvolí takový program a činnosti, které dokážou žáky v jejich volném čase zaujmout.

Lze prostřednictvím nabídky volnočasových aktivit konaných v rámci projektu zamezit vzniku rizikového chování mládeže?

H3 Vhodně zvolené volnočasové aktivity mohou pozitivně ovlivnit to, jakým způsobem mládež tráví svůj volný čas a tak snížit možnost vzniku rizikového chování.

7.1.2. Metodický postup

Oporou ve výzkumné části práce je dotazníkové šetření. Metodu strukturovaného dotazníku jsem zvolila jako nejvíce vyhovující metodu pro následné vyhodnocení šetření.

V dotazníku bylo položeno deset otázek převážně hodnotícího charakteru. Byly použity uzavřené otázky, v jedné otázce byla použita škálová forma hodnocení. Tohoto šetření stejně jako realizovaného projektu se zúčastnili žáci druhého stupně základní školy. Cílovou skupinu tvořili žáci sedmých a osmých tříd, kteří se do preventivního projektu dobrovolně přihlásili.

Výzkumný vzorek tvoří 22 respondentů. Věk respondentů je v rozmezí dvanácti až třinácti let.

7.2. Návrh projektu

Název: „Volný čas mládeže,“

Smysl projektu: Zabezpečení volného času pro mládež (žáky 7. a 8. třídy). Prezentace problematiky rizikového chování zábavnou formou.

Realizace: ZŠ Novoborská, Novoborská 371, 190 00 Praha 9 – Střížkov

Délka trvání projektu:

1 měsíc (listopad 2014)

20 všedních dnů v čase od 14.hod do 16.-16:30 hod.

Harmonogram projektu:

- říjen: plánování
- listopad: začátek projektu, realizace projektu
- prosinec-leden: vyhodnocení projektu

Realizační tým projektu tvoří:

Koordinátorka: Bc. Jana Šťávová
Spolupráce: třídní učitelé 7. a 8. tříd
Účastníci projektu: žáci 7. a 8.třídy

Typ projektu:

Podle délky: krátkodobý (jeden měsíc)

Podle prostředí: školní

Podle počtu zúčastněných: kolektivní (školní)

Podle způsobu organizace: vícepředmětový

Podle informačních zdrojů: kombinace vázaného a volného typu

Podle účelu: problémový, směřující k získání nových informací a dovedností

Podle navrhovatele: uměle připravený

Účastníci:

počet účastníků: - celkový počet účastníků: 22 dětí

- 9 žáků navštěvujících 7.třídu

- 13 žáků navštěvujících 8.třídu

Předpokládané cíle:

zisk nových informací, zkušeností, dovedností, kamarádů; zdokonalení komunikačních schopností, tvořivých činností, individuální a kolektivní práce; prosazení vlastního názoru, návrhu

Předpokládané činnosti:

pracovní a výtvarné činnosti, sběr a třídění informací, prezentace informací, sportovní činnosti

Organizace: individuální a skupinová práce v areálu školy za využití odborných učeben a tělocvičny školy

Předpokládané výukové metody: - metoda slovního projevu (výklad, vysvětlení, vyprávění, rozhovor)

- metoda názornosti (pozorování)

- metoda pracovní (práce s pomůckami, kreativní činnosti, práce na PC)

- metoda aktivizační (dramatická inscenace, diskuze, brainstorming)

Předpokládané pomůcky: PC, DVD přehrávač, kopírka, scanner, pohledy, papíry různých formátů a barev, časopisy, nůžky, lepidla, temperové a vodové barvy, psací potřeby, fixy, sportovní náčiní.

Způsob prezentace projektu: výstava prací žáků, prezentace fotek a popisků ze společně strávených dnů na nástěnce v prostorách školy

Způsob hodnocení: - v rámci skupiny (společné hodnocení; hodnocení vedoucího projektu)

- hodnocení práce žáků (aktivita, ochota, pečlivost)

- verbální (slovní hodnocení)

- neverbální (gesta, mimika)

- ocenění výkonu (pověření vedením týmu, náročnějším úkolem)

- kvantitativní hodnocení (bodová škála)

- odměny

Rozvíjené klíčové kompetence:

- Kompetence k učení

Žáci se v průběhu projektu učí přijímat informace z různých zdrojů, učí se s těmito informacemi vhodně pracovat. Při práci a učení využíváme různé metody. Své výsledky práce a učení dokážeme zhodnotit.

- Kompetence k řešení problémů

Vzniklé problémy, konflikty se učíme řešit, volíme vhodný způsob řešení. Své řešení se učíme zdůvodnit a obhájit.

- Kompetence komunikativní

V rámci projektových dnů se žáci aktivně a účinně zapojí do diskuze, naučí se sdělit a obhájit svůj vlastní názor vhodnými argumenty. Zdokonalíme se v naslouchání druhých lidí, budeme dbát na neskákání ostatním lidem do řeči. V komunikaci se zaměříme na souvislé vyjadřování. V případě nesrovnalostí požádáme o vyjasnění. Využíváme verbální i neverbální komunikaci ke sdělování pocitů.

- Kompetence sociální a personální

Žáci se učí respektovat názory druhých, spolupracují při práci s ostatními. Svě kamarády neupřednostňujeme, posměšků vůči druhým se vzdáváme. Při projektových dnech oceníme zkušenosti druhých.

- Kompetence občanské a pracovní

V rámci kolektivní práce se svojí činností aktivně zapojujeme do práce. Při skupinové práci je úspěch skupiny pro nás důležitý. V rámci skupiny pracuji afektivně a dodržuji příslušné občanské zásady.

7.3. Realizace projektu

7.3.1. Charakteristika skupiny

Do projektu se dobrovolně přihlásilo 22 dětí navštěvující 2. stupeň ZŠ. Z celkového počtu bylo 9 dětí žáky 7.třídy (4 dívky a 5 chlapců) a 13 dětí žáky 8.třídy (8 chlapců a 5 dívek).

S projektem tohoto charakteru nemají žáci 2. stupně dosud zkušenosti.

7.3.2. Průběh projektu

Říjen

Měsíc říjen jsem využila na promyšlení organizace projektu. Během tohoto měsíce jsem se věnovala studiu odborné literatury zabývající se převážně tematikou tvorby projektů. V rámci přípravy na vytvoření samotného projektu jsem vycházela z kritérií, které jsou doporučovány odborníky, kteří se touto tematikou zabývají. Velice náročné bylo vybrat a zvolit vhodné volnočasové aktivity, které v rámci projektu mají žáci sedmé a osmé třídy absolvovat. Při výběru činností jsem volila aktivity zaměřené na problematiku rizikového chování. Do projektu jsem zařadila činnosti vzdělávací, sportovní a tvořivé. Obtížnost úkolů v jednotlivých aktivitách jsem se snažila vybrat tak, aby odpovídala věkové kategorii, daným dovednostem a schopnostem cílové skupiny, pro kterou byl projekt koncipován.

Hlavním cílem, při kterém jsem při plánování a sestavování projektu vycházela, bylo, aby projekt v žácích vzbudil zájem, byl pro ně přínosný, bavil je.

Listopad

Měsíc listopad byl měsícem, kdy byl projekt „Volný čas“ spuštěn a probíhala jeho realizace. Celý projektový měsíc jsem rozdělila do čtyř týdnů. Pro každý týden jsem zvolila určité tematické zaměření, s nímž jsem s žáky v rámci projektových dnů pracovala. Pro přehlednost jsem vypracovala harmonogram celého projektu. S ním byli žáci seznámeni v úvodní části zahajovacího projektového dne. Každý z účastníků tento harmonogram dále obdržel i ve vytištěné formě pro své účely. Harmonogram byl také připevněn v učebně na nástěnku pro případné nahlédnutí.

Harmonogram projektu

- I. týden- Poruchy příjmu potravy
- II. týden- Sportovní týden
- III. týden- Návykové látky
- IV. týden- Filmový týden

I. týden: Poruchy příjmu potravy

1. projektový den

Do projektu se přihlásilo 22 dobrovolných účastníků. Po předchozí domluvě jsem si žáky vyzvedla ve 14. hod ve vestibulu školy, odkud jsme společně zamířili do učebny, kterou jsem si pro realizaci projektu vybrala jako kmenovou. Úvodní den přišlo 20 žáků. Po přivítání účastníků a poděkování jim za jejich rozhodnutí zúčastnit se projektu „Volný čas“ jsem žákům představila, co je v nadcházejícím měsíci čeká. Po řadě dotazů jsme přešli na stanovení si pravidel, které budeme během realizace projektových dnů dodržovat. První projektový den jsme zahájili výběrem několika společných aktivit.

Pravidla chování v průběhu realizace projektu „Volný čas“:

1. Projektových dnů se budu aktivně účastnit.
2. Neúčast a její důvod předem oznámím.
3. Vzájemně se respektujeme.
4. Názory druhých nebereme jako kritiku.
5. Zachováváme mlčenlivost v rámci skupiny.
6. Dodržujeme zásady slušného chování a komunikace.

1. Já, ty, my

Cíl: Vzájemné seznámení, pozitivní naladění účastníků

Pomůcky: -

Popis: Účastníci se posadí do kruhu. Vedoucí skupiny začne aktivitu slovy: „Já jsem Anna Vopršálková.“ Žák sedící po pravici pokračuje. Představí se ostatním a zopakuje jméno předchozí účastníka. Postup se stále opakuje, až nakonec poslední musí

zopakovat všechna jména skupiny. Poté pokračuje druhé kolo, ve kterém každý ke svému jménu přidá přívlastek vystihující momentální náladu. Např. „Já jsem zvědavá Anna.“ Poté opět pokračuje sedící napravo, až se vystřídá celý kruh. Aktivita vypadá následovně: „Já jsem zvědavá Anna a vedle je unavený Lukáš, vedle Lukáše sedí našťvaná Petra.“

Reflexe: Tuto hru jsem zařadila pro vzájemné seznámení. Řada žáků měla problémy určit svoji momentální náladu a zapamatovat si přívlastky dané osoby. Komolení jednotlivých účastníků vedlo žáky ke smíchu a dosažení uvolněnější atmosféry.

2. Poznáváme se

Cíl: Poznávání druhého člověka, výměna informací

Pomůcky: papír, psací potřeby

Popis: Účastníci jsou rozděleni náhodně vedoucím do dvojic. Každý obdrží papír se seznamem několika otázek. Tyto otázky klade druhému ze dvojice a přitom si zaznamenává odpovědi. Po zodpovězení stanovených otázek má dotazující možnost položit tři libovolné otázky, které by chtěl, aby mu dotyčný zodpověděl. Poté se dvojice vymění. Až všechny dvojice ve svém dotazování skončí, postupně všichni účastníci představí daného člena skupiny.

Reflexe: Tato činnost u ostatní vzbudila veliké nadšení. Doporučuji, aby na otázky odpověděl i vedoucí skupiny z důvodu budování zájmu žáků a jejich důvěry.

Chlapci/dívky

Cíl: zamyšlení se nad rolí chlapce a dívky, vedení rozhovoru, vzájemné respektování názorů

Pomůcky: -

Popis: Aktivita probíhá formou diskuze. Před zahájením diskuze je zapotřebí upozornit mládež na to, že v tomto cvičení nejde o stanovení pravd, pouze o konstatování svého názoru, který se může u každého z nás na danou problematiku lišit. Je vhodné zvolit posezení, které pro děti bude příjemné, židle v kruhu, sezení na koberci/na lavici. Cílem této činnosti je vést společnou diskuzi o rolích chlapců a dívek v životě. Pro zahájení společné komunikace můžeme využít následujících otázek: „Chovají se kluci a děvčata stejně? Co mají společného? Co mají dělat chlapci a co dívky? Mají být kluci velcí a

silní? Mají si holky nosit sukně a šaty, vypadají v nich lépe? Mají holky a kluci společně sportovat?” Diskuzi se snažíme rozvést, iniciujeme, aby děti samy kladly otázky a zamýšlely se nad výroky druhých. Na závěr aktivity probíhá zhodnocení diskuze. Jak se diskuze líbila, o čem teď žáci přemýšlí apod.

Reflexe: Účastníci měli zpočátku strach se do diskuze zapojit. Bylo nutné, abych nejprve diskuzi rozvedla sama. Naštěstí se poté zapojili první odvážlivci, které přidávali své komentáře. Po chvíli se vedla rozsáhlá diskuze plná různých názorů. Je nutné žáky během diskuze upozorňovat, že odlišnost názorů neznamena, že je některý z nich špatný.

Tělo

Cíl: Popis sebe sama, kreativita

Pomůcky: papíry velkého formátu (balící papír), psací potřeby, pastelky, fixy, noviny, časopisy, lepidla, nůžky

Popis: Žáci se rozdělí do dvojic. Každá z dvojice obdrží dva balící papíry. Jeden z dvojice si lehne na papír a druhý obkreslí kontury jeho těla. Poté se vymění. Každému účastníky tak vznik obrys svého těla. Jeho úkolem je vytvořit koláž, která vystihuje jeho osobnost. Žáci mohou do svého obtisku těla kreslit, psát.

Reflexe: Žáci se zapojili aktivně, někdo byl více kreativní, někdo méně. Díla vytvořili všichni.

Probuzení ze snu

Cíl: zamyšlení se nad opačným pohlavím

Pomůcky: papír, psací potřeby

Popis: Každý z účastníků obdrží papír. Jejich úkolem je si představit situaci, že se jednoho dne probudí jako osoba druhého pohlaví. Z dívek se stanou chlapci, z chlapců naopak dívky. Na arch papíru každý zaznamená, jak by reagoval po takovém zjištění. Co by pro ně tato změna znamenala, co by dělali, jak by reagovalo jejich okolí, v čem by pro ně byla změna přínosná, čeho by se museli vzdát apod. Žáci napíší vše, co je k této situaci napadá. Na závěr se celá aktivita zhodnotí. Případně, kdo by chtěl svůj příspěvek přečíst, dáme mu možnost.

Reflexe: Zprvu žáci nad situací hodně přemýšleli, bylo vidět, že není lehké si takovou situaci představit. Avšak po chvíli se pustili do zběsilého psaní. Některé reakce byly vytržené z kontextu, ale ve většině případů se žáci drželi zadání úkolu.

2. projektový den

Já jako tloušťka a hubeňour

Cíl: vžít se do role osoby se zažívacími problémy

Pomůcky: různé oblečení, obrys hubené postavy na tvrdém kartonu

Popis: Smyslem této činnosti je vžít se do osoby, která trpí zažívacími problémy (anorexií, bulimií). Jednotliví členové skupiny se rozdělí do jednotlivých rolí (osoba s problémem, agresor, neaktivní přihlížejíci, diváci). Po rozdělení rolí poprosíme žáky o sehrání scénky, ve které bude osoba s anorexií/bulimií čelit nevhodným a posměšným útokům ze strany agresorů. Do scénky jsou zapojeni i tzv. pasivní agresor (přihlížejíci), kteří jsou na straně agresorů, avšak jejich chování jim je nepříjemné, ale přesto do situace nezasahují. Diváci mají za úkol celou scénku pozorně sledovat a všimnout si různých detailů, co je zaujmou. Po sehrání scénky si žáci jednotlivé role vymění a scénka se opakuje. Po ukončení scének si s žáky sedneme a rozebereme jednotlivé role. Co bylo žákům nepříjemné, co jim vadilo a proč?

Reflexe: Tato aktivita mládež velice bavila. V mnohých případech se žáci natolik vžili do role, že bylo zapotřebí jejich usměrnění. Při závěrečné diskuzi se všichni shodli, že role osoby, která čelí atakům ze strany agresorů, jim byla nejméně příjemná.

Asociace

Cíl: zápis asociací ke sloům bulimie, anorexie

Pomůcky: 2 velké archy papíru, psací potřeby

Popis: Skupinu účastníků rozdělíme na dvě skupiny. Každá skupina obdrží jeden arch papíru, na který si zaznamená veliký nápis ANOREXIE nebo BULIMIE. Úkolem skupin je na arch papíru zaznamenat veškeré asociace, které je se slovem anorexie/bulimie napadají. Po uplynutí určitého času, zapisování asociací ukončíme. Poté jedna skupina seznámí druhou skupinu s jejich výběrem asociací. Během prezentace úkolu můžeme rozvést diskuzi k jednotlivým bodům.

Reflexe: Činnost zaměřená na asociace byla vydařená. Někteří žáci se zapojili svoji aktivitou více, jiní méně, přesto tato činnost proběhla bez větších problémů.

Prezentace-bulimie, anorexie

Cíl: podání základních informací o dané problematice

Pomůcky: prezentace na PC (bulimie, anorexie)

Popis: Pro tuto aktivitu je nutné mít zapotřebí předem sestavenou prezentaci v powerpointu na PC. Tato činnost slouží k informování o základních informacích vztahujících se na bulimii a anorexii.

Reflexe: Studenti řadu informací z prezentace znali již předem, proto jsem výklad následně zaměřila na oblast, která žákům nebyla až tak známá (zdravotní následky, léčba, reakce rodin a okolí).

City

Cíl: Zamyšlení se nad city druhých

Pomůcky: kartičky s různými city (pozitivní x záporné)

Popis: Účastníky projektu rozdělíme do 4 skupiny. Každá skupina obdrží shodný balíček kartiček, který obsahuje jednotlivé city. Členové skupiny musí vybrat 3 kartičky, které si myslí, že nejvíce odpovídají prožitkům, které zažívá mladiství trpící některou z poruch příjmu potravy. Poté, co každá skupina ukončí svůj výběr, přejdeme na následnou prezentaci. Jednotlivé skupiny se vyjádří ke svému výběru, jaké city vybraly a proč.

Reflexe: Tato hra při výběru kartiček u žáků v jednotlivých skupinách vyvolala velkou diskuzi a někdy také dohadování. Při závěrečné reflexi, děti přiznaly, že největší problém jim činil, se vzájemně shodnout na výběru citů.

3. projektový den

Beseda

Cíl: osobní setkání s vyléčenou bulimičkou

Pomůcky: -

Popis: Pro žáky jsem domluvila osobní setkání s mojí kamarádkou, která se dva roky potýkala s bulimií. Schůzku probíhala formou besedy. V závěru společného sezení byl prostor pro diskuze.

Reflexe: Beseda u dětí vzbudila veliký ohlas. Celé dvě hodiny jsme strávili společným povídáním o poruše příjmu potravy a všech různých problémech, které tato problematika skrývá. Pro všechny účastníky se jednalo o prvotní setkání s osobou, které dříve trpěla jednou z poruch příjmu potravy. Všichni ocenili velice osobitý a vstřícný postoj, kterým nás přednášející během našeho setkání provázela.

4. projektový den

Jídelníček

Cíl: Sestavení jídelníčku

Pomůcky: tvrdé papíry formátu A3, psací potřeby, fixy, letáky, časopisy

Popis: Každý obdrží čtvrtku ve formátu A3. Cílem této aktivity je sestavení dvou druhů jídelníčku. Nejprve žáci zapíší jídelníček, který bude shrnutí veškeré stravy z předchozího dne. Druhý jídelníček žáci sestaví tak, jak si dle svého uvážení myslí, že by měl vypadat zdravý a vyvážený jídelníček vypadat. Jídelníčky mohou být obohaceny o výstřižky jídel z časopisů, letáků apod.. Jednotlivé jídelníčky se poté vystaví na nástěnku/tabuli a provede se závěrečné zhodnocení.

Reflexe: Sestavování jídelníčků hodnotím kladně. Žáci pracovali samostatně, při práci byli někteří velice kreativní. Jediné co mne překvapilo, byly určité druhy jídel a výběr pití, které obsahovaly některé jídelníčky žáků z předchozího dne.

Happy day

Cíl: Zhotovení zeleninového/ovocného salátu

Pomůcky: různé druhy ovoce, zeleniny, kuchyňské náčiní

Popis: Činnost je zaměřena na přípravu malého ovocného nebo zeleninového salátu.

K dispozici mají děti několik druhů ovoce, zeleniny a různá dochucovadla, které si na tento den měly přinést. Úkolem každého žáka je připravit ovocný nebo zeleninový salát. Na závěr uspořádáme společnou ochutnávku výtvorů a jejich zhodnocení.

Reflexe: Zhotovení salátů bylo odpočinkovou aktivitou, která byla účastníky projektu pozitivně hodnocena. Větší úspěch sklidily ovocné saláty, zelenina u mládeže zřejmě nepatří mezi příliš oblíbené jídlo.

5. projektový den

Když přátelství zabíjí

Cíl: Ukázka poruchy příjmu potravy

Pomůcky: film Když přátelství zabíjí

Popis: Náplní této aktivity je shlédnutí filmu, který je svým dějem zaměřený na problematiku dvou dívek, které trpí bulimií.

Reflexe: Tento film jsem vybrala jako možnou ukázkou jedné z příjmu poruch příjmu potravy. Film byl dětmi kladně hodnocen, i přes jeho smutný děj. Na závěr této aktivity jsem si pro odlehčení situace pro mládež připravila zmrzlinu posypanou lentilkami.

Tato odměna byla velice mile všemi přijata.

II.týden: Sportovní týden

Druhý projektový týden jsem zaměřila na sportovní aktivity. V rámci jednotlivých dnů si žáci vyzkoušeli různé sporty, jeden projektový den si žáci měli možnost vyzkoušet i jeden netradiční sport, který provozují zrakově postižení.

6. projektový den

Florbal

Cíl: vybití energie, kolektivní souhra

Pomůcky: florbalové hole, 2 florbalové brány, florbalové míčky, mantinely (nemusí být)

Popis: Žáci hru florbal dobře znají z tělesné výchovy, proto není potřeba žáky podrobněji seznamovat s pravidly. Pouze stanovíme čas jednotlivé hry. Poté si mládež zvolí dva kapitány. Ti si poté volí 5 hráčů do svého týmu. Při standardní hře je z každého družstva na hřišti v jednu chvíli pět hráčů a jeden brankář. Jednotlivá družstva mezi sebou sehrají zápasy. Družstvo, které porazí nejvíce soupeřů v odehraných utkáních, se stává vítězem. Na závěr provedeme vyhlášení výsledků, předáme diplomy a drobné odměny.

Reflexe: Naše projektová skupina vytvořila 4 družstva. Účastníci projektu s sebou na florbalový turnaj přivedli některé své spolužáky. Vstup do naše projektu jim byl umožněn. Byla jsem velmi ráda a potěšena, že i ostatní (neúčastníci projektu) tato možnost využití trávení volného času zaujala. Herní čas jsme po domluvě stanovili na 20 minut. Tuto aktivitu ocenili z našeho projektu převážně chlapci.

7. projektový den

Výšlap na Petřín

Cíl: Společný výstup na Petřín, utužení vzájemných vztahů ve skupině

Pomůcky: sportovní obuv a oblečení, peníze

Popis: Vydáme se na výlet na Petřín. Čeká nás společná cesta metrem a poté pěší výšlap k Petřínské rozhledně. Po úspěšném výstupu nás čeká výstup na rozhlednu a návštěva zrcadlového bludiště.

Reflexe: Výšlapu na Petřín se zúčastnilo 16 dětí. Cesta i výšlap na Petřín se nám úspěšně podařil. Zrcadlové bludiště nám bylo po fyzické námaze zaslouženou odměnou, kde jsme se rozptýlili a hodně zasmáli.

8. projektový den

Stolní tenis (ping-pong)

Cíl: sportovní vyžití, odreagování, podpora fair play

Pomůcky: náčiní na stolní tenis (pálky, míčky), psací potřeby papír

Popis: Žáci se zdokonalí ve hře- stolní tenis. Nejprve žákům necháme nějaký čas na rozehraní, rozcinkání. Poté žáky vyzveme ke hře „kolotoč“. Dětem, které neznají pravidla, je vysvětlíme. Po několika kolech a střídáních hry „kolotoč“ přejdeme na turnaj v ping-pongu. Nejprve žákům přiblížíme pravidla, kterými se musí při hře řídit. Poté zahájíme turnaj. Po finálovém zápase, vyhlásíme výsledky a rozdáme diplomy včetně drobných odměn.

Reflexe: Ping-pong mládež velice bavil. Všichni se aktivně zapojili do hry. Za bujarého fandění se odehrály zápasy o první tři místa. Tuto aktivitu hodnotím jako velice zdařilou.

9. projektový den

Goalball

Cíl: seznámení se s netradiční hrou, soustředění, aktivizace sluchového ústrojí

Pomůcky: sportovní oblečení a obuv, speciální míč na goalball

Popis: Účastníci aktivity se seznámí s novou hrou, která je typickou hrou pro zrakově postižené jedince. Žáky rozdělíme do týmu po třech členech. Hru proti sobě vždy odehrávají dvě tříčlenná družstva. Podrobnější pravidla dětem podrobně vysvětlíme. Cílem hry je dopravit míč za koncovou čáru na straně protivníka. Při hře se využívají klapky na oči, lze zajistit zavázáním očí šátkem. Hra se odehrává se speciálním míčem, který má uvnitř rolničky, které při pohybu zvoní. Při hře je tedy zapotřebí naprostý klid.

Reflexe: Goalball u žáků vzbudil rozpačité emoce. Jeho hra byla pro žáky náročná. Přes nevlídné komentáře žáci uznali, že být slepý a hrát jakoukoliv hru je velice těžké a náročné na soustředění.

10. projektový den

Volejbal

Cíl: sportovní vyžití, podpora kolektivní hry a soutěživosti

Pomůcky: náčiní pro volejbal (volejbalové míče, síť, kůly)

Popis: Žáci se seznámí s kolektivním míčovým sportem. Nejprve se žáci rozběhají, rozcvičí a poté jim ujasníme základní údery odbití míče. Údery si nacvičíme při několika cvičeních. Dohlédíme na správné odbití míče. V závěru (30-45min) společného odpoledne zkusíme samotnou hru mezi dvěma týmy.

Reflexe: Volejbal žáky bavil, i přes několik neúspěchů se nikdo nenechal odradit od hry. Každý hráč se snažil svému týmu při hře pomoci, jak nejlépe uměl. Pro efektivnější hru by bylo potřeba tuto činnost několikrát opakovat.

III. týden- Návykové látky

11. projektový den

Tento den se projekt nekonal z důvodu státního svátku.

12. projektový den

Hledání slov

Cíl: uvedení do problematiky, rozvoj představivosti, paměti

Pomůcky: -

Popis: Úkolem účastníků v této aktivitě je nalézt slovo (vztahující se k problematice návykových látek), jehož písmena jsou libovolně přeházena (TAFEMINAM = amfetamin, UMIPO = opium, RETIVPIN = pervitin). Žáci soutěží ve třech skupinkách (po řadách). Řada, která slovo vyluští první dostává bod. Vyhrává družstvo (řada) s nejvyšším počtem bodů.

Reflexe: Aktivita vhodná na rozehtání dětí. V této aktivitě se potvrzuje že soutěživost žáků je vždy cílem k úspěchu. Žáci byli velice aktivní, tato činnost se mi líbila.

Co vím, to ti povím

Cíl: vytvoření informačního plakátu, získání a předání informací ostatním, práce v kolektivu

Pomůcky: psací potřeby, pastelky, fixy, papíry velkého formátu, PC, knihy, časopisy o návykových látkách

Popis: Při této aktivitě děti budou pracovat s různými zdroji informací (Pc, odborné časopisy a knihy). Účastníky rozdělíme do 4 skupin. Každá skupina obdrží jedno z témat (drogy; stimulační a povzbuzující drogy; uklidňující, tišící drogy; halucinogenní drogy) Úkolem každé skupiny je zpracovat dané téma na arch papíru. Způsob zpracování tématu každé skupiny je libovolné. Do aktivity nezasahujeme.

Reflexe: Touto činností nám vznikly čtyři originální informační plakáty a jednotlivých kategoriích drog. Žáci se při tvorbě plakátů vyřadili. Jednotlivé úkoly při tvorbě plakátu si žáci sami rozdělili. Děvčata měla na starost výtvarnou a písemnou část, chlapeci naopak vyhledávali podstatné informace. Úkol této aktivity byl splněn nad očekávání.

Procházka důvěry

Cíl: budování a zkouška důvěry v druhé osoby, odreagování

Pomůcky: šátky/šály

Popis: Žáci si zvolí partnera, s kterým budou tvořit dvojici. Jeden z dvojice si zaváže oči tak, aby nic neviděl. Druhý se stává pro „nevidomého“ průvodcem po procházce důvěry. Celá skupinka se vydá v dostatečných rozestupech na procházku po areálu školy. Průvodce má za úkol dávat svému partnerovi jasné pokyny k možným překážkám (schody, dveře, kolemjdoucí). Po 7-10 minutách se dvojice vymění. V závěru aktivity se provede diskuze o této činnosti. Můžeme klást otázky: Co žákům vadilo? Co by příště udělali jinak? Na co by si dali pozor? Jak se cítili v roli průvodce, „nevidomého“ ?

Reflexe: Děti si trénovaly schopnost druhým důvěřovat. V této činnosti neměly větší obtíže děti, jejichž dvojice se skládala ze dvou blízkých kamarádů. Naopak tato aktivita byla náročnější pro dvojice, které se vzájemně tolik neznaly (žák 7.třídy a žák 8.třídy).

13.projektový den

Vyber a přiřad

Cíl: prohloubení si zapamatování informací

Pomůcky: kartičky s návykovými látkami, magnetky

Popis: Žáci si formou hry zopakují a prohloubí informace o návykových látkách. Žákům se rozdají předem připravené kartičky s názvy návykových látek. Jejich úkolem je svoji kartičku správně umístit na tabuli ke skupině, do které patří. Po přiřazení všech kartiček provedeme kontrolu správnosti a doplníme dalšími informacemi, které o dané droze známe.

Reflexe: Tato aktivita je vhodná na zopakování si základních informací a na vtažení do tématu. Žáci pracovali bez problémů.

Katka

Cíl: filmový pohled na život narkomanky

Pomůcky: zpracování filmu na dvd

Popis: V rámci projektového týdne zaměřeného na návykové látky promítáme žákům film Katka, který vypráví o čtrnácti letech mladé narkomanky a jejím zápasení se závislostí. Po skončení filmu provedeme společné zhodnocení.

Reflexe: Filmové zpracování drogové problematiky žáky zaujalo. Reakce dětí byly velice emotivní. Tento film jsem zvolila jako jednu z možností preventivního opatření pro mládež, kterou lze žákům poskytnout.

Tanec s koštětem

Cíl: rozptýlení, odreagování, navození veselé nálady orientace v prostoru

Pomůcky: koště

Popis: Skupina se rozdělí do dvojic (párů), jedna osoba zůstává sama (může pedagog). Tato osoba má jako partnera velké koště. Pustíme hudbu a jednotlivé páry tancují. Tanečník s koštětem může kdykoliv při tanci pustit koště na zem. Poté se musí páry vyměnit. Tanečník s koštětem se snaží ulovit živého partnera. Osoba, která zůstane sama, se stává tanečníkem/tanečnicí s koštětem a hra tak pokračuje.

Reflexe: Tato hra byla pro žáky zábavná. Skupina se pobavila, odreagovala. Pro úspěšnost jsme zvolil i obměněnou verzi s židličkami.

14. projektový den

Důvody

Cíl: zamyšlení se nad důvody, proč nedělat určité věci

Pomůcky: prázdné papírové kartičky, psací potřeby

Popis: Žákům rozdáme prázdné kartičky. Jejich úkolem je zaznamenat na jednu kartičku jeden důvod proč nebrat drogy a proč nekouřit. Až budou mít všichni dopsáno, vyzveme žáky, aby jednotlivé důvody přečetli. Poté společně s dětmi vybereme deset kartiček s „nej důvody“. Tyto kartičky připevníme na nástěnku k informačním plakátům o návykových látkách.

Reflexe: Aktivita mládež bavila, všichni pracovali aktivně. Největší oříšek pro skupinu byl shodnout se ve výběru deseti kartiček s „nej důvody“.

Příběhy

Cíl: ukázka autentických příběhů lidí, kteří mají zkušenosti s drogou

Pomůcky: materiály s příběhy lidí

Popis: Pro tuto aktivitu zvolíme pohodlné posezení. Seznámíme žáky s činností, která je čeká. Poté požádáme žáky, kteří jsou ochotni číst, aby námi předložené příběhy osob přečetli. Smyslem této aktivity je žáky seznámit s osobními příběhy lidí, kteří mají jakékoliv zkušenosti s drogou. Po přečtení následuje společná diskuze.

Reflexe: Některé příběhy byly mládeží hodně komentovány. Dle reakcí žáků věřím, že názorné ukázky jsou dětem odstrašujícími příklady.

Ne, já nechci

Cíl: učíme se říkat ne, nechci

Pomůcky: -

Popis: Účastníci projektu se rozdělí do skupinek. Maximální počet ve skupince může být čtyři. Úkolem skupinky je sehrát scénku, ve které si účastníci vyzkouší roli uživatele a prodejce drog, který drogy nabízí a prodává. Proti němu ve scénce bude vystupovat

nezávislý, kterému jsou drogy nabízeny, chváleny a je přemlouván k jejich užití, tato osoba však nesmí podlehnout. Skupinky mají volnost při jejich volbě scénáře. Do modelových scének nezasahujeme.

Reflexe: Žáci se svých rolí zhostili opravdu svědomitě. Někteří pro dodání opravdovosti upravili i svůj zevnějšek a vytvořili si různé rekvizity. Při odmítání drog, byli „herci“ nekompromisní.

15. projektový den

Pomoc

Cíl: vyhledání kontaktů na instituce, kam se v případě potřeby o pomoc obrátit

Pomůcky: PC s internetem, psací potřeby, papíry

Popis: Žáci při této činnosti pracují s počítačem a internetem. Úkolem každého je vyhledat na počítači 3 kontakty na instituce, na které se lze v případě nutnosti obrátit o pomoc. Získané informace sjednotíme, ohodnotíme, přidáme bližší informace. Na závěr z těchto kontaktů utvoříme informační plakát.

Reflexe: Při této aktivitě žáci získali nové poznatky, dozvěděli se informace o institucích, o kterých doposud nevěděli, že existují a jak fungují. Jako přínos této aktivity vidím ve vytvoření informačního plakátu s důležitými telefonními čísly.

Plechovky

Cíl: vybití energie, odreagování

Pomůcky: bílé a černé plechovky, míčky z měkkého materiálu

Popis: Na lavici jsou libovolně rozestaveny bílé a černé plechovky. Bílé plechovky symbolizují vše zdravé, dobré, oproti tomu černé plechovky symbolizují vše škodlivé, nedobré. Smyslem hry je v co nejkratší čas shodit všechny černé plechovky. Žák s nejlepším časem vyhrává. Za shození bílé plechovky se připočítává k výslednému času 5 sekund.

Reflexe: Výborná aktivita na odreagování, vybití energie. Aktivita měla velký úspěch.

Noviny

Cíl: tvorba novin, kolektivní práce, kreativita

Pomůcky: psací a kreslicí potřeby, papíry, časopisy

Popis: Účastníci skupiny musí vytvořit první výtisk nového novinového plátku „DROGA“. Žákům je ponechána volná ruka při tvorbě, pouze jsou informováni o tom, že tyto noviny mají informovat dnešní mládež o drogové problematice.

Reflexe: Výborná aktivita především pro starší žáky.

Maxibubliny

Cíl: odpočinutí, relaxace, zábava

Pomůcky: pánev, jar, kukuřičný sirup, silnější drát, voda

Popis: Z ingrediencí vytvoříme směs (nejlépe 4 hodiny předem) na maxibubliny. Z drátu vytvoříme očko s držátkem. Poté tyčku z drátku namočíme do připravené směsi a jemně mávne rukou, aby se nám uvolnily bubliny. Když se nám budou bubliny dařit, můžeme s bublinami provádět různé hry, např. kdo bublinu dofouká do odpadkového koše apod.

Reflexe: Tato aktivita je velice oblíbená u menších dětí, ale velký ohlas vzbudila i u žáků 7. a 8. třídy.

IV. týden- Filmový týden

Poslední projektový týden byl pro účastníky projektu zvolen jako oddechový. V rámci tohoto týdne měli žáci možnost zhlédnout čtyři filmy. Během tohoto týdne si žáci ke sledování filmů mohli přinést různé pochutiny.

16. projektový den

August Rush-Melodie mého srdce

Cíl: zamyšlení nad krásou a silou hudby

Pomůcky: film na dvd

Popis: Smyslem této činnosti je žákům promítnout film o malém chlapci, který po svým rodičích zdědil obrovský hudební talent. Hudbu chlapec slyší všude okolo sebe.

Jednoho dne ho hudba přivede až do New Yorku, kde se později stává studentem prestižní hudební konzervatoře. Jedna z filmových písní v roce 2008 obdržela Oscara.

Reflexe: Po skončení filmu jsme s žáky provedli celkové zhodnocení. Nikdo z nich tento film doposud neviděl, proto celý film sledovali se zaujetím. Film žáci ohodnotili jako velice povedený.

17. projektový den

Spálené vzpomínky

Cíl: zamyšlení nad životem, který náhle změní tragická událost, uvědomění si životních hodnot

Pomůcky: film na dvd

Popis: Žákům promítáme film osudu rodiny, která se musí vyrovnat s nečekanou smrtí jednoho z členů rodiny. Do děje vstupuje nejlepší kamarád zemřelého otce, který je závislý na heroinu. Film je o boji s těžkými životními situacemi.

Reflexe: Film jsem do projektových dnů zvolila záměrně. Děj filmu je zaměřen na rodinné a drogové problémy, které patří do problematiky, s níž se mládež ve svém věku může setkat či se s ní dokonce často potýká. Film měl u dětí úspěch.

18. projektový den

Život je krásný

Cíl: zamyšlení se nad příběhem lásky ke svému dítěti a snaze ho ochránit za každou cenu

Pomůcky: film na dvd

Popis: Promítnutím filmu žákům přiblížíme období 2. světové války, kdy se italský energický a vždy veselý číšník ožení s půvabnou učitelkou. Šťastný život i s jejich synem jim však naruší deportace do koncentračního tábora. Vždy pozitivní Guido ve snaze uchránit svého syna před hrůzami nacismu, předstírá, že všech v nacistickém táboře je pouhá hra, která je připravená k jeho narozeninám.

Reflexe: Přes počáteční nezájem o děj ze strany žáků, sklidil film velký úspěch.

19. projektový den

Nedotknutelní

Cíl: zhlédnutí komedie s dramatickou zápletkou

Pomůcky: film na dvd

Popis: Zpracování filmu Nedotknutelní žáky seznámí s životem bohatého kvadruplegika a jeho opatrovníkem propuštěného z vězení. Vzájemná odlišnost je natolik sblíží, že se stanou přáteli.

Reflexe: Tento film u dětí vzbudil veliký úspěch, závěr filmu byl dokonce ohodnocen U dětí nadšeným spontánním potleskem.

20. projektový den

Evaluační hodnocení

Cíl: vyplnění dotazníku, zhodnocení projektu, činnosti a aktivity žáků

Pomůcky: psací potřeby, evaluační dotazník, odměna (nanuky)

Popis: V rámci ukončení projektu „Volný čas“ žáky poprosíme o vyplnění závěrečného dotazníku, který slouží jako zpětná vazba na tento projekt. Po odevzdání dotazníku následuje formou diskuze shrnutí a zhodnocení celého projektu. Jako poděkování můžeme žáky odměnit nějakou drobností.

Reflexe: Vyplnění dotazníku proběhlo bez problémů. Všechny dotazníky byly navraceny a řádně vyplněny. Závěrečné zhodnocení bylo velice příjemné, žáci byli milí, komunikativní.

Dobití baterek

Cíl: poděkování, vyzdvihnutí schopností, získaných znalostí

Pomůcky: papíry, psací potřeby

Popis: Účastníkům projektu jsou rozdány papíry formátu A4. Studenti si na papír namalují velkou tužkovou baterku. Do pravého rohu svého papíru se každý podepíše. Poté žáky vyzveme, aby svoji baterku poslaly svému sousedovi. Každý z účastníků projektu se musí kladně vyjádřit k osobě, jejichž papír dostal. Negativní hodnocení je

přísně zakázáno. Svou baterku si může udělat i pedagog. Po návratu vlastního papíru, si každý může přečíst, co jednotlivý žák o něm pozitivního napsal.

Reflexe: Tato aktivita byla zvolena na úplný závěr projektu. Tuto činnost jsem vybrala proto, aby si každý z nás ze společně strávených dní odnesl na památku něco pěkného a povzbudivého. Mládeži jsem doporučila, aby si tyto papíry uschovali a vzpomněli si na ně a přečetli si je ve chvílích, kdy se jim nebude dařit, budou smutní. Dobití baterek se určitě dostaví.

7.4. Zhodnocení projektu

Tato podkapitola obsahuje závěrečné zhodnocení průběhu celého projektu. Hodnocení projektu obsahuje vlastní sebereflexi, obsahuje poznatky, které jsem v rámci realizace projektu zaznamenala. Součástí závěrečného zhodnocení jsou též výsledky dotazníkového šetření. Výsledky šetření přispívají k dalšímu hodnocení úspěšnosti celého preventivního projektu.

7.4.1. Sebereflexe

Žáci se v rámci volnočasových aktivit s metodou projektu doposud nesešli. Smyslem tohoto preventivního projektu bylo, se blíže seznámit formou různých her a činností s vybranou problematikou a informovat žáky o možných problémech, s kterými je tato oblast spojena. Dílčím cílem této práce byl také rozvoj komunikace, sociálního chování a citění mezi žáky. Domnívám se, že tento cíl a smysl práce se mi podařilo naplnit. Tyto skutečnosti plynou z vyhodnocení reakcí žáků, z jejich průběžného, ale i závěrečného hodnocení celého projektu. Především však ze závěrečného evaluačního dotazníku, který žáci vyplňovali na samotném konci projektových dní.

Při závěrečném ukončení celého preventivního projektu provedli všichni jeho účastníci zhodnocení formou společné diskuze. Žáci byli vyzváni ke konstatování pozitiv a negativ celého projektu, ale také své práce, práce ostatních. Cílem diskuze bylo zjistit, co se žákům líbilo nejen na projektu, ale i na jejich společném působení, co se jim povedlo a naopak. Jaký přístup či metody by zvolili pro příště. Dále jsem formou diskuze zjišťovala informace o aktivitách, které žáky nejvíce bavili, které úkoly plnili s radostí, které méně radostněji.

Při celkovém zhodnocení celého projektu musím konstatovat, že tato práce má své klady i zápory. I přes všechna úskalí, která tvorbu a realizaci projektu provázely, mě práce v rámci projektu velice bavila. Aktivnost žáků a jejich zájem v průběhu projektu mě natolik potěšily a přesvědčily o tom, že čas a práce, který jsem tomuto projektu věnovala, měly svůj smysl.

Žáci svojí účastí v projektu získali nové zkušenosti, informace. Měli možnost zdokonalovat své vědomosti, schopnosti a dovednosti.

Vzhledem k tomu, že se jedná o můj druhý projekt takového rozsahu, musím říci, že náročnost tvorby a realizace projektu je pro mne i nadále náročná. Přesto jsem s realizací preventivního projektu převážně spokojena.

7.4.2. Výsledky dotazníkového šetření

V této podkapitole se věnuji formulaci a následnému vyhodnocení jednotlivých otázek, které byly zpracovány v dotazníkovém šetření. Metoda dotazníku byla zvolena jako výzkumný nástroj sloužící pro ověření úspěšnosti a efektivnosti projektu. Získaná data jsou v práci znázorněna formou tabulek a grafů. Podrobnější popis výsledků je také součástí této podkapitoly.

V dotazníku bylo formulováno 10 otázek, které byly rozčleněny do dvou částí. Žáci výběrem volili z několika možností uzavřených otázek, v jedné otázce byla využita škálová forma.

Dotazníkového šetření se zúčastnilo všech 22 žáků, kteří rovněž absolvovali preventivní projekt.

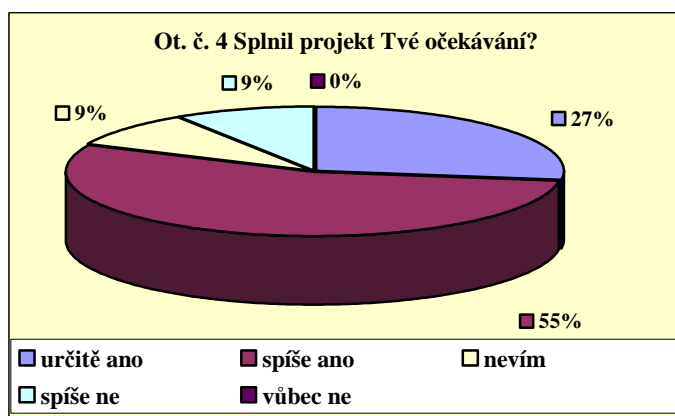
Výzkumný vzorek tvoří 22 respondentů, žáků 7. a 8. třídy ZŠ Novoborská.

První část dotazníku zjišťovala informace o pohlaví, věku žáků a navštěvované třídě na základní škole. Z celkového počtu 22 žáků bylo 9 dívek (z toho 4 dívky navštěvují 7. třídu a 5 dívek 8. třídu) a 13 chlapců (5 chlapců navštěvuje 7. třídu a 8 chlapců 8. třídu). Věková kategorie respondentů byla v rozmezí 12-14 let.

Druhá část dotazníkového šetření byla svými otázkami zaměřena na zhodnocení průběhu a přínosu projektu.

Otázka č.4 zjišťovala, zda projekt splnil očekávání žáků. Z celkového počtu respondentů 55% zvolilo variantu spíše ano, 27% volilo variantu určitě ano a 9% odpovědělo spíše ne a nevím. Odpověď vůbec ne nevybral žádný z respondentů.

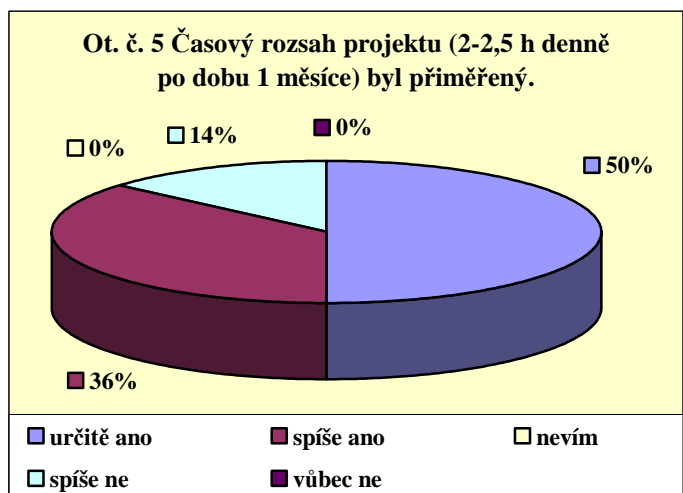
Graf 1-Ot. č. 4 Splnil projekt Tvé očekávání?



Zdroj: Autor práce (vlastní šetření)

Odpověď určitě ano v otázce č. 5, která zjišťovala informaci ohledně přiměřenosti časového rozsahu projektu, zvolilo 50% dotazovaných. Odpověď spíše ano se ve výsledcích dotazníku objevila u 8 žáků (36%). Varianta spíše ne se ukázala u 14%.

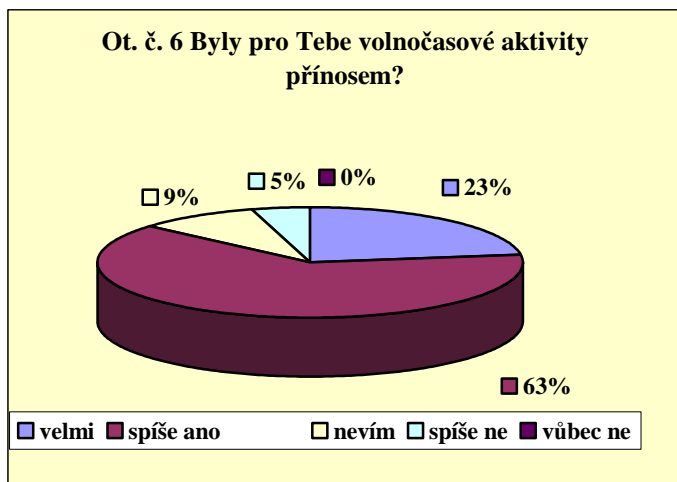
Graf 2-Ot. č. 5 Časový rozsah projektu byl přiměřený.



Zdroj: Autor práce (vlastní šetření)

Otázka č. 6 sledovala odpovědi na přínos volnočasových aktivit. Jak je patrné z grafu č.3, pro 63% byly volnočasové aktivity spíše přínosem. Typ odpovědi vůbec ne ne zvolil žádný respondent. Podle odpovědí lze předpokládat, že pro většinu účastníků byl preventivní projekt přínosný.

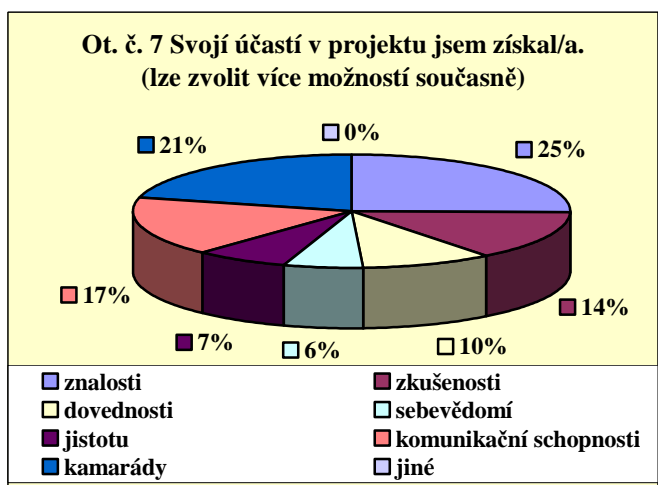
Graf 3-Ot. č. 6 Byly pro Tebe volnočasové aktivity přínosem?



Zdroj: Autor práce (vlastní šetření)

Položením otázky č. 7 jsem chtěla zjistit, co žáci svojí účastí v projektu získali. I v této otázce žáci vybírali z uzavřených odpovědí, přičemž poslední variantou nabízené odpovědi byla možnost „jiné“ s volbou libovolné odpovědi. Jednotlivé odpovědi jsou znázorněny v grafu č.4.

Graf 4-Ot. č. 7 Svojí účastí v projektu jsem získal/a.



Zdroj: Autor práce (vlastní šetření)

Graf 5-Ot. č. 8 Zúčastnil/a by ses podobných volnočasových aktivit znovu kdybys měl/a tu možnost?



Zdroj: Autor práce (vlastní šetření)

Na grafu č. 5 jsou patrné odpovědi, jejímž záměrem bylo zjistit, zda by se respondenti zúčastnili podobných volnočasových aktivit znovu, kdyby k tomu měli možnost. Z 22 dotazovaných 64% (14 žáků) zaškrtno možnost ano, další 4 (18%) zvolili vyhybavou odpověď nevím a opět 18% (4 žáci) vybralo možnost ne. Z těchto výsledků lze usuzovat, že žáci by se obdobných volnočasových aktivit do budoucna zúčastnili.

Graf 6-Ot. č. 9 Doporučil/a bych tento projekt i ostatním spolužákům.



Zdroj: Autor práce (vlastní šetření)

Při analýze otázky č. 9 výsledky hodnocení prokázaly, že všichni respondenti (100% zúčastněných) dotazníkového šetření by tento projekt ostatním spolužákům doporučili. Z tohoto výsledku můžeme předpokládat, že projekt děti bavil, projektových dní se účastnily rádi.

Poslední otázkou č.10 měli žáci zhodnotit celkový projekt. Pro tuto otázku bylo vybráno škálové bodování (škála: 1-5), přičemž 1=velmi dobrý, 2=dobry, 3=průměrný, 4=nepříliš dobrý, 5=špatný. Jak je zřejmé z níže uvedené tabulky č.1, 90,9% dotazovaných účastníků zhodnotila projekt prvními třemi variantami odpovědí, z čehož plyne, že většina žáků projekt jako celkově hodnotí kladně.

Tabulka 1-Jak celkově hodnotíš projekt?

	1	2	3	4	5	celkem
absolutní četnost	3	8	9	2	0	22
relativní četnost	13,6%	36,4%	40,9%	9,1%	0,0%	100,0%

Zdroj: Autor práce (vlastní šetření)

7.4.3. Vyhodnocení hypotéz

V úvodu praktické části byly formulovány základní hypotézy pro tuto práci. Jejich potvrzení či vyvrácení představovalo jeden z primárních cílů této práce. Pro přehlednost zde jednotlivé hypotézy znovu uvádím.

H1 Žáci, kteří se preventivního projektu zúčastní, získají nové informace, zkušenosti, dovednosti.

H2 Žáci se budou volnočasových aktivit účastnit dobrovolně za předpokladu, že pedagog zvolí takový program a činnosti, které dokážou žáky v jejich volném čase zaujmout.

H3 Vhodně zvolené volnočasové aktivity mohou pozitivně ovlivnit to, jakým způsobem mládež tráví svůj volný čas a tak snížit možnost vzniku rizikového chování.

Hypotéza č.1 byla potvrzena na základě získaných výsledků z dotazníkového šetření. Jako důkaz posloužila závěrečná diskuze s dětmi a otázka č.7 z evaluačního dotazníku, která zjišťovala, co žáci projektem získali. Do vyhodnocení této hypotézy lze dále zařadit otázku č.6, jejímž cílem bylo zjistit, zda byly volnočasové aktivity pro žáky přínosem.

Hypotéza č.2 byla částečně potvrzena. Dle informací získaných z otázek č. 8 a 9 můžeme konstatovat, že se žáci se mohou volnočasových aktivit účastnit dobrovolně za předpokladu, že pedagog zvolí takový program a činnosti, které dokážou žáky v jejich volném čase zaujmout.

Hypotéza č.3 zda vhodně zvolené volnočasové aktivity mohou pozitivně ovlivnit způsob, jakým tráví mládež svůj volný čas a mohou tak snížit možnost vzniku rizikového chování byla potvrzena částečně. Pro úplné potvrzení této hypotézy by bylo zapotřebí další sledování těchto aktivit v delším časovém horizontu.

ZÁVĚR

Cílem diplomové práce bylo ukázat, jaká je role volnočasových aktivit při prevenci rizikového chování. Každý žák druhého stupně základní školy má vedle svých školních povinností i velké množství volného času. Způsob, jakým tráví svůj volný čas, tak může velmi ovlivnit jeho budoucí vývoj a chování. V rámci práce byl proto zpracován měsíční preventivní projekt zaměřený na volnočasové aktivity žáků druhého stupně základních škol.

V první části této práce jsou objasněny pojmy z oblasti rizikového chování, volného času a s ním souvisejících volnočasových aktivit. Pozornost v teoretické části je dále věnována výchovnému působení mimo vyučování a možnostem využívání a trávení volného času. Poslední kapitola informuje o vztahu mládeže k volnému času.

Na teoretickou část volně navazuje praktická část, která je pro tuto práci stěžejní. V praktické části je zpracován projekt, který je východiskem celé práce. Součástí je výzkum provedený formou dotazníkového šetření.

Celý projekt byl realizován za účasti žáků 7. a 8. tříd základní školy na Praze 9, kde působím jako učitelka na prvním i druhém stupni.

Dotazníkové šetření provedené v závěru projektu potvrdilo hypotézy, které byly při návrhu projektu formulovány. Celý průběh projektu byl zúčastněnými žáky hodnocen kladně. Při závěrečném shrnutí a následné diskusi se potvrdilo, že činnosti, které byly v rámci projektu absolvovány, se žákům velmi líbily a že ze znalostí a zkušeností při nich získaných mohou těžit i v budoucnu.

Velmi důležité je nastavit celý projekt způsobem, který bude pro žáky atraktivní a bude je motivovat zúčastnit se dané činnosti v rámci volnočasových aktivit dobrovolně a ne proto, že jim to někdo nařídil. Zájem žáků a jejich aktivní přístup je možný pouze v případě, kdy pedagog zvolí takový program a činnosti, které dokážou žáky v jejich volném čase zaujmout. Zkušenosti dokazují, že to možné je a žáci mohou trávit svůj volný čas i jinak než doma před televizní obrazovkou, počítačem či poflakováním se v nákupních centrech. Volnočasové aktivity tak mohou pozitivním způsobem ovlivnit to, jak žáci tráví svůj volný čas a snížit možnost vzniku rizikového chování, protože prvním předpokladem pro vznik všech negativních jevů je nuda. Důležité je ovšem i to, aby takovéto projekty nebyly prováděny pouze jednorázově, ale aby měly formu soustavné činnosti, která bude s žáky realizována po celou dobu jejich studia. Za další

zkoumání by potom stálo, porovnat výsledky jiných dílčích projektů a porovnat tak jejich vliv na chování žáků.

Domnívám se tedy, že vhodnou prací s žáky nad rámec jejich povinné školní docházky lze dosáhnout kýženého efektu, kterým je zabránění vzniku rizikového chování u dětí školního věku.

SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

Seznam použitých českých zdrojů:

BAUMAN, P., T. ČECH, M. KAPLÁNEK, a Z. SVOBODOVÁ. Volný čas a jeho různá pojetí v minulosti a v současnosti. In Kaplánek, M. (ed.). *Čas volnosti - čas výchovy. Pedagogické úvahy o volném čase*. 1. vyd. Praha: Portál, 2012. s. 15-56, 42 s. ISBN 978-80-262-0450-3.

BELZ, H., M. SIEGRIST. *Klíčové kompetence a jejich rozvíjení*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2001, 376 s. ISBN 80-7178-479-6.

ČÁP, J. *Psychologie výchovy a vyučování*. 1. vyd. Praha: Univerzita Karlova, 1993, 415 p. ISBN 80-706-6534-3.

DOLEJŠ, M. *Efektivní včasná diagnostika rizikového chování u adolescentů*. 1. vydání. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2010, 189 pages. ISBN 978-802-4426-426.

DÖRNER, K., a U. PLOG. *Bláznit je lidské: učebnice psychiatrie a psychoterapie*. Vyd. 1. Praha: Grada, 1999, 353 s. Psyché (Grada Publishing). ISBN 80-716-9628-5.

HÁJEK, B. *Děti, vedoucí, volný čas*. Praha: IDM MŠMT, 2004, 120 s. ISBN 80-867-8406-1.

HÁJEK, B., B. HOFBAUER, a J.PÁVKOVÁ. 2008. *Pedagogické ovlivňování volného času: současné trendy*. Vyd. 1. Praha: Portál, 239 s. ISBN 978-80-7367-473-1.

HANUŠ, R., a L. CHYTILOVÁ. 2009. *Zážitkově pedagogické učení*. Vyd. 1. Praha: Grada, 192 s. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-2816-2.

HOFBAUER, B. *Děti, mládež a volný čas*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2004, 176 s. ISBN 80-717-8927-5.

KNOTOVÁ, D. *Pedagogické dimenze volného času*. Vyd. 1. Brno: Paido, 2011, 101 s. ISBN 978-807-3152-239.

KOUKOLÍK, F., a J. DRTILOVÁ. *Vzpouora deprivantů: nestvůry, nástroje, obrana*. Nové, přeprac. vyd. Praha: Galén, 2006, 327 s. Makropulos. ISBN 978-807-4921-209.

KRATOCHVÍLOVÁ, E. *Pedagogika voľného času: výchova v čase mimo vyučovania v pedagogickej teórii a v praxi*. 1. vyd. Bratislava: Univerzita Komenského, 2004, 307 s. ISBN 80-223-1930-9.

KŘÍŽ, P. *Kdo jsem, jaký jsem: aktivity pro osobnostní a sociální výchovu k podpoře sebepoznání a sebepojetí*. 1. vyd. Kladno: AISIS, 2005, 132 s. Dokážu to? ISBN 80-239-4669-2.

MACEK, P. *Adolescence: Psychologické a sociální charakteristiky dospívajících*. 1.vyd. Praha: Portál, 1999, 207 s. ISBN 80-717-8348-X.

MALACH, J. *Teorie metodiky výchovy*. Vyd. 1. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2007, 228 s. ISBN 978-808-6723-297.

MATĚJČEK, Z. *Co, kdy a jak ve výchově dětí*. Vyd. 1. Praha: Portál, 1996, 143 s. Rádcí pro rodiče a vychovatele. ISBN 80-717-8085-5.

MATĚJČEK, Z., a Z. DYTRYCH. *Děti, rodina a stres: [vybrané kapitoly z prevence psychické zátěže u dětí]*. Praha: Galén, 1994. ISBN 80-858-2406-X.

MATOUŠEK, O., a A. KROFTOVÁ. *Mládež a delikvence*. Vyd. 1. Praha: Portál, 1998, 335 p. ISBN 80-717-8226-2.

MIOVSKÝ, M., a P. BARTÍK. *Primární prevence rizikového chování ve školství*. Vydání první. Praha: Togga, 2010, 253 pages. ISBN 978-808-7258-477.

NEŠPOR, K. *Návykové chování a závislost: současné poznatky a perspektivy léčby*. 2. vyd. Praha: Portál, 2000, 150 p. ISBN 80-717-8432-X.

NEŠPOR, K. *Návykové chování a závislost: současné poznatky a perspektivy léčby*. Vyd. 2., upr. Praha: Portál, 2003, 151 s. ISBN 80-717-8831-7.

PÁVKOVÁ, J. 2002. *Pedagogika volného času*. Vyd. 3. Praha: Portál, 231 s. ISBN 80-717-8711-6.

PÁVKOVÁ, J. *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času*. Vyd. 1. Praha: Portál, 1999, 229 p. ISBN 80-717-8295-5.

PÁVKOVÁ, J., Břetislav HOFBAUER a Jiřina PÁVKOVÁ. *Pedagogika volného času: [teorie, praxe a perspektivy výchovy mimo vyučování a zařízení volného času]*. Vyd. 4. Praha: Portál, 2008, 221 s. ISBN 978-80-7367-423-6.

PRŮCHA, J. *Pedagogická encyklopedie*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2009, 935 s. ISBN 978-80-7367-546-2.

PRŮCHA, J. *Pedagogický slovník*. 2., rozš. a preprac. vyd. Praha: Portál, 1998, 328 s. ISBN 80-717-8252-1.

PRŮCHA, J., E. WALTEROVÁ, a J. MAREŠ. 2013. *Pedagogický slovník*. 7., aktualiz. a rozš. vyd. Praha: Portál, 395 s. ISBN 978-80-262-0403-9.

SEKOT, A. *Sport a společnost*. Brno: Paido, 2003, 191 s., [8] s. barev. obr. příl. ISBN 80-731-5047-6.

SEKOT, A.. *Sport a mládež: pro a proti*. Brno, 2006. Dostupné také z: https://is.muni.cz/th/64649/fsps_m/Diplom_do_isu.txt. Diplomová práce.

Studie z teorie a metodiky výchovy. 2. vyd. Brno: MSD, 2004, 155 s. ISBN 80-866-3321-7.

SVOBODA, M. *Psychodiagnostika dětí a dospívajících*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2001, 791 s. ISBN 80-7178-545-8.

ŠIMANOVSKÝ, Z., a B. ŠIMANOVSKÁ. *Hry pro posílení zdravé osobnosti*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2005, 159 s. ISBN 80-736-7024-0.

Seznam použitých zahraničních zdrojů

BELSEY, Cather. *Culture and the real: theorizing cultural criticism*. New York: Routledge, 2005, xv, 172 p. New accents (Routledge (Firm)). ISBN 04-152-5289-X.

GAVORA, P. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Univerzita Komenského Bratislava: 2008. 272 s. ISBN 978 – 80 – 223 – 2391 - 8

REULECKE J. *Bürgerliche Sozialreformer und Arbeiterjugend im Kaiserreich*. In: Archiv für Sozialgeschichte. XXII. Band. Bonn 1982, S. 99

Seznam použitých internetových zdrojů

AMBROŽOVÁ, Kateřina, Lenka COUFALOVÁ, a kol.. Rizikové chování dětí a mladistvých: příčiny / následky / prevence. *Www.uracydeti.cz* [online]. Praha [cit. 2015-05-18]. Dostupné z: http://www.uracydeti.cz/download/publikace_rizikove_chovani.pdf

CO DĚLAT, KDYŽ- INTERVENCE PEDAGOGA: Rizikové chování ve školním prostředí - rámcový koncept. *Www.msmt.cz* [online]. 2010 [cit. 2015-05-18]. Dostupné z: http://www.google.cz/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=2&ved=0CCcQFjAB&url=http%3A%2F%2Fwww.msmt.cz%2Fuploads%2FPriloha_11_Zaskolactvi.doc&ei=UQNaVbSCD6v7ygOy9YDgBg&usg=AFQjCNHsk1Q7EPSrMMxmIVACqwkrMf03A&bvm=bv.93564037,d.bGQ

MINAŘÍK, Jakub. Definice závislosti. *Www.icm.cz* [online]. 2014 [cit. 2015-05-18]. Dostupné z: <http://www.icm.cz/definice-zavislosti>

ODPOČINEK – VOLNÝ ČAS – REKREACE A REKREOLOGIE. 2006.
Www.fsps.muni.cz [online]. [cit. 2015-05-13]. Dostupné z:
http://www.fsps.muni.cz/~kse/vyuka/vyuka_dokumenty/rekreologie/rekre_002_odpocinek.pdf

ŠRAMATÁ, Veronika. *Postoje a názory mládeže na rizikové chování vrstevník ů*. Brno, 2009. Dostupné také
z:http://digilib.k.utb.cz/bitstream/handle/10563/8687/%C5%A1ramat%C3%A1_2009_dp.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Diplomová práce.

Vandalismus a kriminalita mládeže. *Studentka.sms.cz* [online]. 2008 [cit. 2015-05-18].
Dostupné z: <http://studentka.sms.cz/referat/vandalismus-a-kriminalita-mladeze>

Volný čas a prevence u dětí a mládeže. *Www.msmt.cz* [online]. Praha: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, odbor pro mládež, 2002 [cit. 2015-05-17]. Dostupné z:
www.msmt.cz/uploads/soubory/prevence/olnycas.pdf

SEZNAM OBRÁZKŮ, GRAFŮ A TABULEK

Seznam obrázků

Obrázek 1: Noviny	81
Obrázek 2: Florbal	81
Obrázek 3: Filmový týden	82

Obrázek 1 - Noviny



Obrázek 2 - Florbal



Obrázek 3 - Filmový týden



Seznam grafů

Graf 1: Ot. č. 4 Splnil projekt Tvé očekávání?	69
Graf 2: Ot. č. 5 Časový rozsah projektu byl přiměřený.	69
Graf 3: Ot. č. 6 Byly pro Tebe volnočasové aktivity přínosem?	70
Graf 4: Ot. č. 7 Svoji účastí v projektu jsem získal/a.	70
Graf 5: Ot. č. 8 Zúčastnil/a by ses podobných volnočasových aktivit	71
Graf 6: Ot. č. 9 Doporučil/a bych tento projekt i ostatním	71

Seznam tabulek

Tabulka 2: Jak celkově hodnotíš projekt?	72
---	----

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha A - Dotazník.....	I
----------------------------------	----------

Příloha A - Dotazník

Evaluační dotazník

Tento dotazník je anonymní, je určen jako zpětná vazba k projektu „Volný čas.“ Cílem evaluačního dotazníku je zhodnocení tohoto projektu.

Při výběru z možností, vybírejte takové tvrzení, které je vám nejbližší a nejvíce odpovídá skutečnosti.

I. část

1. Pohlaví

- muž žena

2. Věk

.....

3. Na ZŠ navštěvuji

7. třídu 8. třídu

II. část

4. Splnil projekt Tvé očekávání?

- určitě ano spíše ano nevím spíše ne
vůbec ne

5. Časový rozsah projektu (2-2,5 h denně po dobu 1 měsíce) byl přiměřený

- určitě ano spíše ano nevím spíše ne
vůbec ne

6. Byly pro Tebe volnočasové aktivity přínosem?

velmi spíše ano nevím spíše ne vůbec nebyly

7. Svoji účastí v projektu jsem získal/a. (lze zvolit více možností současně)

znalosti zkušenosti dovednosti sebevědomí
 jistotu komunikační schopnosti kamarády
 jiné,

uved' _____

8. Zúčastnil/a by ses podobných volnočasových aktivit znovu, kdyby jsi měl/a tu možnost?

ano nevím ne

9. Doporučil/a bych tento projekt i ostatním spolužákům.

ano ne

10. Jak celkově hodnotíš projekt? (zakroužkuj)

škála: 1 = velmi dobrý, 2 = dobrý, 3 = průměrný, 4 = nepříliš dobrý, 5 = špatný

1 2 3 4 5

BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE

Jméno autora: Jana Št'árová

Obor: Speciální pedagogika – učitelství

Forma studia: kombinované studium

Název práce: Volnočasové aktivity jako prostředek prevence rizikového chování mládeže

Rok: 2015

Počet stran textu: 68

Celkový počet stran příloh: 1

Počet titulů českých použitých zdrojů: 29

Počet titulů zahraničních použitých zdrojů: 3

Počet internetových zdrojů: 7

Vedoucí práce: PhDr. Aleš Zoubek, Ph.D.