

**UNIVERZITA PALACKÉHO V OLMOUCI**

Pedagogická fakulta

Ústav speciálněpedagogických studií

**BAKALÁŘSKÁ PRÁCE**

**Nikol Vahalová**

**Volnočasové aktivity pro žáky s mentálním postižením v kontextu  
moderních trendů a technologií**

Olomouc 2021

**Vedoucí práce:** Mgr. Hana Karunová, Ph. D.

*Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci zpracovala samostatně a použila jen prameny uvedené v seznamu literatury. Souhlasím, aby tato práce byla uložena na Univerzitě Palackého v Olomouci v knihovně Pedagogické fakulty a zpřístupněna ke studijním účelům.*

.....

Podpis

## **Poděkování**

Tímto bych chtěla poděkovat všem osobám, které mi byly nápomocny při psaní práce.

Ráda bych také poděkovala mojí vedoucí práce Mgr. Haně Karunové, Ph.D., za její odborné rady a čas, který mi věnovala.

# Obsah

<b>Úvod</b>	<b>6</b>
<b>1 Mentální postižení</b>	<b>7</b>
1.1 Definice mentálního postižení	7
1.2 Vymezení rodiny	10
1.2.1 Funkce rodiny	10
1.3 Mentálně postižený jedinec v rodině	11
1.4 Postoj společnosti k mentálně postiženým jedincům	13
<b>2 Volný čas</b>	<b>15</b>
2.1 Vymezení pojmu volný čas	15
2.1.1 Funkce volného času	16
2.2 Volnočasové aktivity jedinců s mentálním postižením	17
2.2.1 Formy volnočasových aktivit	18
2.2.2 Metody volnočasových aktivit	19
2.2.3 Dělení institucí pro volnočasové aktivity	20
2.2.4 Nové trendy volnočasových aktivit	21
<b>3 Inkluze osob s mentálním postižením</b>	<b>24</b>
3.1 Základní přístupy ve vzdělávání	25
<b>4 Volnočasové aktivity mentálně postižených</b>	<b>27</b>
4.1 Cíle výzkumného šetření	27
4.2 Metodologie výzkumu	27
4.3 Popis výzkumného šetření	28
4.4 Výsledky výzkumného šetření	28
4.4.1 Pohlaví respondentů	29
4.4.2 Věk respondentů	29
4.4.3 Nabídka volnočasových aktivit ve škole	30
4.4.4 Přihlášení do kroužků ve škole	31
4.4.5 Výběr kroužků	31
4.4.6 Četnost navštěvování kroužku ve škole	32
4.4.7 Hodnocení kroužků	33
4.4.8 Preference kroužků ve škole	34
4.4.9 Důvod navštěvování kroužku ve škole	35
4.4.10 Návštěvnost volnočasových aktivit mimo školu	35

4.4.11 Preference kroužků mimo školu	36
4.4.12 Trávení volného času doma	37
4.4.13 Trávení času s kamarády	38
4.4.14 Volný čas mi organizuje...	38
4.4.15 Trávení volného času o prázdninách	39
4.5 Vyhodnocení hypotéz	39
Hypotéza H1:	40
Hypotéza H2:	41
Hypotéza H3:	42
4.6 Závěry výzkumného šetření	43
<b>Závěr</b>	<b>45</b>
<b>Shrnutí</b>	<b>46</b>
<b>Summary</b>	<b>46</b>
<b>Seznam použité literatury</b>	<b>47</b>
<b>Přílohy</b>	

## Úvod

Při výběru tématu bakalářské práce, jsem se inspirovala předmětem speciální pedagogika a zkušenostmi z praxe. Jako cílovou skupinu jsem si zvolila jedince s mentálním postižením, propojila je s využitím volného času a následně vzniklo téma: „*Volnočasové aktivity pro žáky s mentálním postižením v kontextu moderních trendů a technologií.*“, s kterým mi pomohla moje vedoucí práce Mgr. Hana Karunová, Ph.D..

Hlavním cílem mého výzkumného šetření je zjistit, jak tráví svůj volný čas děti s mentálním postižením. Součástí jsou také dílčí cíle, mezi něž patří nabídka kroužků ve škole, jak děti tráví volný čas mimo školu a jak děti tráví čas doma.

Bakalářská práce se skládá ze čtyř kapitol. První kapitola obsahuje vymezení mentálního postižení za pomoci definic od různých autorů. Dále následuje podkapitola rodina, kde jsou popsány základní funkce rodiny. Třetí podkapitola je zaměřena na téma mentálně postižený jedinec v rodině. Druhá kapitola se věnuje volnému času. V první podkapitole je vymezený termín volný čas. V další podkapitole jsou uvedeny volnočasové aktivity a popsány různé typy využití volného času mentálně postiženými. Podrobněji jsou zde vymezeny určité typy terapií či metoda Snoezelen. Třetí kapitola se zabývá definicí inkluze, kde je také popsáno trojdimenzionální pojetí inkluzivního vzdělávání. Čtvrtá kapitola se věnuje výzkumnému šetření, které je zaměřeno na využití volného času u žáků s mentálním postižením. K výzkumu byla použita metoda pomocí dotazníku. Výsledky dotazníku a hypotéz jsou uvedeny pomocí grafů. V závěru práce je uvedeno shrnutí výzkumného šetření.

Teoretická část bakalářské práce je zpracována pomocí odborných zdrojů a literatury. Empirická část je zpracována pomocí kvantitativního výzkumu, kde byla zvolena metoda pomocí dotazníku, který vznikl vlastní formou a vyhodnocením.

# 1 Mentální postižení

V této kapitole se budu v první části zabývat definicemi mentálního postižení od různých autorů. V dalších dvou podkapitolách se budu věnovat rodině, vyrovnání rodiny s mentálně postiženým jedincem a postojům společnosti k mentálně postiženým osobám.

## 1.1 Definice mentálního postižení

Výraz mentální retardace vznikl pomocí dvou latinských slov *mens* – mysl, duše; a *retardare* – opozdit, zpomalit. Úplný překlad tedy zní „*opožďení mysli*“ (Slowík 2016, s. 374). Mentální postižení má v dnešní době mnoho definic, ale všechny vycházejí z vymezení mentální retardace, kterou vydalo UNESCO v roce 1983. Valenta, Müller (2003, s. 12) uvádí definici dle AAMR<sup>1</sup> „*Mentální postižení je snížená schopnost charakterizovaná výraznými omezeními v intelektových funkcích a také v adaptačním chování, což se projevuje ve schopnosti myslet v abstraktních pojmech a dále v sociálních a praktických adaptačních dovednostech*“

Známa autorka Černá (1995) tvrdí, že mentální retardace se vztahuje k celkovému fungování osob, které se stane jasně viditelným během vývoje a je součástí poruch adaptačního chování. Poruchy adaptace vznikají, když osoba pomaleji dospívá. MKN-10<sup>2</sup> (2021) definuje mentální retardaci jako „*stav zastaveného nebo neúplného duševního vývoje, který je charakterizován především narušením schopností projevujících se v průběhu vývoje a podílejících se na celkové úrovni inteligence. Jedná se především o poznávací, řečové, motorické a sociální dovednosti. Mentální retardace se může vyskytnout s jakoukoliv jinou duševní, tělesnou či smyslovou poruchou anebo bez nich*“

---

<sup>1</sup> AAMR - American Association on Mental Retardation

<sup>2</sup> MKN-10 – Mezinárodní klasifikace nemocí, postižení a handicapů

MKN-10 uvádí tzv. strom klasifikace, kde se v úseku F70-F79 nachází šest základních kategorií mentální retardace:

- F70: Lehká mentální retardace
  - IQ mezi 50-69
  - Lehká slabomyslnost
  - Lehká mentální subnormalita
- F71: Střední mentální retardace
  - IQ 35-49
  - Střední oligofrenie neboli slabomyslnost
  - Imbecilita
- F72: Těžká mentální retardace
  - IQ 20-34
  - Těžká mentální subnormalita
  - Idioimbecilita
- F73: Hluboká mentální retardace
  - IQ nižší než 20
  - Hluboká oligofrenie
  - Idiocie
- F78: Jiná mentální retardace
- F79: Neurčená mentální retardace
  - Mentální deficit NS
  - Mentální subnormalita NS

Mimo jiné můžeme mentální retardaci definovat jako „*vývojovou poruchu rozumových schopností demonstrující se především snížením kognitivních, řečových, pohybových a sociálních schopností s prenatální, perinatální i časně postnatální etiologií, která oslabuje adaptační schopnost jedince*“ (Valenta, Michalík, Lečbych 2018, s. 82). Kromě zmíněné definice, je mentální retardace podle Vágnerové (in Fischer, Škoda 2008) „*neschopnost dosáhnout odpovídajícího stupně intelektového vývoje (méně než 70 % normy), přestože postižený jedinec byl přijatelným způsobem výchovně stimulován.*“



Velmi zajímavým vymezením mentální retardace je také rozlišení tohoto postižení na základě přístupu jak je vidno v následující tabulce od Slowíka (2016).

<b>Přístup</b>	<b>Definice</b>
<b>Biologický</b>	Postižení v důsledku trvalého závažného organického nebo funkčního poškození mozku; syndrom podmíněný chorobnými procesy v mozku.
<b>Psychologický</b>	Primárně snížená úroveň rozumových schopností měřitelných standardizovanými IQ testy (tzn. Vzhledem k populační normě)
<b>Sociální</b>	Postižení charakteristické dezorientací ve světě a ve společnosti, která omezuje schopnost samostatně, bez cizí pomoci zvládat vlastní sociální existenci.
<b>Pedagogický</b>	Snížená schopnost učit se navzdory využití specifických vzdělávacích metod a postupů.
<b>Právní</b>	Snížená způsobilost k samostatnému právnímu jednání (provádění složitých právních úkonů a rozhodnutí)

**Tab. 1** Přístupy k definování mentálního postižení (Slowík 2016, s. 376)

Mezi nejznámější definice mentálního postižení u nás patří vymezení dle Dolejšího (1978, s. 34) „*Mentální retardace je vývojová porucha integrace psychických funkcí různé hierarchie s variabilní ohraničeností a celkovou subnormální inteligencí, závislá na některých z těchto činitelů: na nedostatečích genetických vloh; na porušeném stavu anatomickefyzilogické struktury a funkce mozku a jeho zrání; na nedostatečném nasycování základních psychických potřeb dítěte vlivem deprivace senzorické, emoční a kulturní; na deficitním učení; na zvláštnostech vývoje motivace, zejména negativních zkušenostech jedince po opakovaných stavech frustrace i stresu; na typologických zvláštnostech vývoje osobnosti.*“

## 1.2 Vymezení rodiny

Matějček (in Bartoňová 2005, s. 75) tvrdí, že „*Rodina je malá společenská skupina složená ze dvou dospělých opačného pohlaví a jejich potomků.*“ Mezi jednu ze základních definic rodiny řadíme dle I. Možného (2008) „*Rodina je skupina osob navzájem spjatých pokrevními svazky, manželstvím, v poslední době i dalším podobným právním vztahem, ale i adoptí, a její dospělí členové jsou odpovědní za výchovu dětí.*“ Rodina představuje podobu dlouholetého soužití lidí, kteří jsou příbuzensky spojeni a součástí jsou alespoň rodiče a děti (Jandourek 2001). Plevová (2007, s. 31) vymezuje rodinu jako „*společenství lidí zahrnující osoby, které se účastní každodenního života rodiny, výchovy dětí, zabezpečení. Můžeme předpokládat, že má aspoň dvě generace*“. Dále můžeme rodinu specifikovat jako skupinu lidí, která je spojena příbuzenskými vztahy, kde berou dospělí příslušníci odpovědnost za výchovu dětí. (Giddens 1999)

„*Slovo rodina vyvolává atmosféru tepla, bezpečí. Toto prostředí by mělo být místem, kde její členové nacházejí porozumění, pocit radosti, místo, kde se může každý zrealizovat, společně prožívat úspěchy a každý svým dílem může pomáhat zajišťovat spokojený život rodiny*“ (Bartoňová 2005, s. 75). Rodina patří mezi stavební kameny společnosti. Můžeme ji považovat za jednu z nejstarších organizací. Je to skupina, která vzniká ve chvíli, kdy se dvěma partnerům narodí dítě. (Musil 2015)

Rodinu můžeme dělit na:

- Úplnou – oba rodiče a dvě děti.
- Neúplnou – jeden z rodičů a děti.
- Druhotně vzniklou – jeden z rodičů s novým partnerem a jejich děti z předešlých svazků

### 1.2.1 Funkce rodiny

Musil (2015) uvádí tyto základní funkce rodiny:

- **Bilogicko-reprodukční funkce**  
Součástí je zachování lidského rodu a biopsychické nezbytnosti mužů a žen  
Otázka: Jaký povedeme sexuální život?

- **Ekonomická funkce**

Týká se zajištění rodiny, kam patří příjmy, spoření a investice. Pokud je chod rodiny dobrý, tak jim přispívá stát ekonomicky.

Otázka: *Kdo bude v rodině převážně rozhodovat o financích?*

- **Citová funkce**

Rodina by měla ostatním příslušníkům rodiny dát životní zázemí, oporu, ochranu a pomoc.

Otázka: *Mám ji/ho ráda a proč? Čeho si na ni /něm vážím?*

- **Výchovná funkce**

Rodina zajišťuje péči a výchovu dítěte. Měla by dítě připravit na samostatný život a vychovat ho jako vychovatele jeho budoucí rodiny.

Při výchově je rodině poskytnuta pomoc pomocí výchovně vzdělávacích organizací.

Otázka: *Kolik chceme mít děti a jak je budeme společně vychovávat?*

Mezi další funkce rodiny řadíme funkce:

- Sekundární – zpříjemnění rodinného života.
- Rekreční – dovolené/výlety s rodinou.
- Zájmové – různé zájmy/koníčky.
- Morální – odpovědnost za své skutky.

### **1.3 Mentálně postižený jedinec v rodině**

*„Duševní opoždění dítěte přináší rodičům těžké zklamání, duševní útrapy, starosti a potíže. Také pro společnost je zaostávání některých jejich jedinců zdrojem problémů zdravotních, vzdělávacích a sociální pomoci péče. Tyto problémy – jak v rodinách opožděných dětí, tak ve společnosti – byly nazírány a řešeny vždy ve světle odborných, vědeckých i populárních názorů, v dané době právě převládajících.“ (Dolejší 1983, s. 16)*

*„V každé rodině znamená narození dítěte významnou změnu, na kterou se všichni její členové různě adaptují“ (Pajer 2009, s. 42). Plevová (2007, s. 21) uvádí „Oba rodiče jsou pro dítě stejně důležití. Je období, kdy se více upíná k matce a období, kdy se více upíná k otci“.*

*„Rodiče mentálně postiženého dítěte potřebují hodně síly, odvahy i moudrosti k tomu, aby si mohli říci: přes nepřízeň osudu jsme dobrými rodiči a naše dítě žije svým sice odlišným, ale plnohodnotným životem“.* Kubička (in Frančeová 2002, s. 45)

„Tam kde se rodiče setkali s nepřijetím a nepochopením, dochází většinou ke snížení sociálních kontaktů rodiny, což se odráží i na způsobu zvládnání stresu.“ (Černá 2008 s. 153-154)

Proces akceptace postižení dítěte rodiči podle Vágnerové (2004, s. 165 – 168):

- **Fáze šoku a popření**

První reakce na nepřijatelný fakt, že dítě je postižené. Tuto reakci můžeme vystihnout pomocí výroku: „To není možné, to nemůže být pravda“. Tato fáze se nejčastěji projevuje ztuhnutím a nejsme schopni jakékoliv reakce. Charakteristika dle jedné z matek: „Byla jsem jak ve snu, nemohla jsem ani brečet“.

- **Fáze bezmocnosti**

Jelikož se rodiče s podobnou situací nesetkali, nevědí, co mají dělat a jak danou situaci řešit. Rodiče mají smíšené pocity, bojí se odmítnutí, ale zároveň potřebují pomoc. Mezi časté pocity rodičů patří:

- Pocit viny – vztahuje se k dítěti
- Pocit hanby – vztahuje se k reakci ostatních lidí

- **Fáze postupné adaptace a vyrovnávání se s problémem**

V této fázi se rodiče zajímají o další informace. „Rodiče chtějí vědět, proč postižení vzniklo, jaká je jeho podstata a jak by měli o své dítě pečovat, zajímá je i jeho budoucnost“.

I v této fázi se stále setkáváme se zápornými emocemi, kterými jsou:

- *Prožitky smutku, deprese zahrnující truchlení nad ztrátou očekávaného narození zdravého dítěte.*
- *Prožitky úzkosti a strachu, které se vztahují k budoucnosti.*
- *Pocity hněvu na osud, resp. Předpokládaného viníka.*

Součástí fáze není pouze vyrovnání se s problémem, ale najít i řešení problému. Zvládnout situaci můžeme pomocí aktivního a pasivního způsobu.

- Aktivní způsob – zvládnutí se projevuje pomocí boje s touto situací
- Pasivní způsob – zvládnutí se projevuje pomocí úniku ze situace

- **Fáze smlouvání**

Rodiče přijali skutečnost, že je jejich dítě postižené, ale zároveň chtějí získat něco, aby to napomohlo jejich dítěti, když už se nemůže zcela uzdravit.

- **Fáze realistického postoje**

Rodiče postupně přijímají skutečnost, že je jejich dítě postižené a tak ho i přijímají.

## **1.4 Postoj společnosti k mentálně postiženým jedincům**

Hart, Hartlová (2000) definují postoj společnosti k mentálně postiženým následovně *„je to sklon ustáleným způsobem reagovat na předmět, osoby, situace a na sebe sama, postoje jsou součástí osobnosti, souvisí se sklony a zájmy osobnosti, předurčují poznání, chápání, myšlení a citění, vědomosti, k dovednosti a postoje se získávají v průběhu života, především vzděláváním a širšími sociálními vlivy, jako je veřejné mínění, sociální kontakty aj. jsou všechny relativně trvalé a obsahují složku poznávací (kognitivní), citovou (afektivní) a konativní (behaviorální).“* Dále Krech, Crutchfield a Ballachey (in Heysová 2003, s. 95) vymezují postoje jako pevný řád s kladným a záporným hodnocením, prožíváním pocitů a technik chování, které souvisí se sociálními cíli.

Hayesová (2003, s. 96) rozlišujeme tři dimenze postojů:

- **Kognitivní dimenze**
  - Názory a myšlenky o předmětu postoje.
- **Emocionální dimenze**
  - Vztah k předmětu postoje.
- **Konativní nebo behaviorální dimenze**
  - Sklon k chování v poměru předmětu postoje.

Vágnerová (2004) uvádí tři základní rysy sociální role u nemocného či postiženého člověka:

- Nezdravý není viníkem svého nežádoucího stavu a také není předpokladem, že může svůj stav bez pomoci napravit.
- Nezdravý je osvobozen od některých povinností, ale nemá stejnou pravomoc, jako zdraví lidé.
- Nezdravý musí svůj stav brát jako záporný a měl by ho snažit napravit. Někdy to může být velmi složité, zejména u mentální retardace či duševní nemoci.

Jesenský (1993, s. 48) přidává následnou definici k postojům společnosti k osobám se zdravotním postižením. *„Akcent na individuální schopnosti, ale i způsoby chování a jednání má specifický význam pro postavení ZdP ve společnosti. Nedostatečná zkušenost veřejnosti z komunikace a kooperace se ZdP způsobuje, že individuální projevy jednotlivých ZdP (pozitivní i negativní) velmi často generalizuje na celou skupinu či vrstvu ZdP.“*

## 2 Volný čas

V druhé kapitole budu definovat volný čas pomocí názorů různých autorů. Dále budu definovat volnočasové aktivity a nové trendy volnočasových aktivit u žáků s mentálním postižením.

### 2.1 Vymezení pojmu volný čas

*„Volný čas je možný teprve industrializací. Nicméně dějinná existence volného času není tak stará jako průmyslová společnost“* Nahrstedt (in Vážanský 1993). Pojem volný čas je termín, kdy člověk nevykonává své povinnosti pod tlakem, ale plynou z jeho sociálních rolí, zejména z jeho dělby práce a je nutné si zachovat a rozvíjet svoje bytí. V některých případech se volný čas definuje jako doba, která nastane po splnění pracovních i nepracovních povinností (Hofbauer 2004). O volném čase existuje mnoho rozšířených definic, které začínají od zdůrazňování ekonomických, sociologických, psychologických, filozofických, pedagogických a kulturně kritických momentů a vedou k negativním významům podobných definic (Vážanský 1995). Volný čas je čas, ve kterém si jedinec na základě jeho rozhodnutí a svých zájmů, nálad či dojmů, vybírá svoji činnost. Nejvíce se jedinec zabývá širokou škálou volnočasových aktivit během dětství a dospívání (MŠMT<sup>3</sup> 2002, s. 6)

*„Jedná se o časový prostor, který člověku umožňuje svobodnou volbu činností, kdy si člověk vybírá činnost nezávisle na společenských povinnostech, vykonává ji tedy dobrovolně a tato činnost mu poskytuje uspokojení a příjemné zážitky.“* Žáková (in Vážanský 1995, s. 17) Francouzský sociolog J. Dumazediera uvádí, že mezi hlavní kritéria nepatří hmotný blahobyt, ale volný čas jako oblast pro svobodné konání a rozhodování. Dumazediera (in Sociologický časopis 1966)

---

<sup>3</sup> MŠMT – Ministerstvo školství mládeže a tělovýchovy

Holinová (in Janiš, Skopalová 2016, s. 14) dodává, že volný čas je „čas, s kterým mladí lidé mohou disponovat podle vlastního rozhodnutí, věnují ho souhrnu činností vykonávaných mimopracovních (mimoškolských) povinností a nevyhnutelných činností, určených na fyzický odpočinek, uspokojování kulturních a společenských potřeb a zájmů v rámci tělesného a duševního kultivování jako i činností spojených s rozvojem a směřujících k formování společenské osobnosti.“ Ve volném času mentálně postižených jedinců je těžké zaujmout jejich pozornost. Proto také musíme tyto jedince spíše motivovat a obstarat jim nějakou činnost či aktivitu. Ve velkých městech je mnoho organizací pro volný čas mentálně postižených, naopak ve vesnicích či menších městech je to problém. (Jantová, Janto 2012)

Volný čas definuje mnoho autorů s menšími rozdíly. Mezi hlavní znaky volného času tak patří:

- *Je to doba svobodné volby činností (člověk dělá to, co chce, ne to, co musí),*
- *Zvolené činnosti jsou pro člověka příjemné, přinášejí potěšení, radost*
- *Činnosti ve volném čase dávají příležitost k rekreaci, odpočinku, obnově sil i k osobnostnímu rozvoji (Pávková 2014, s. 11)*

### **2.1.1 Funkce volného času**

V následující podkapitole se blíže podíváme na funkce volného času.

Francouzský sociolog R. Sue (in Hofbauer 2004, s. 14) uvádí tyto funkce volného času:

- Funkce psychosociologická - zábava
- Funkce sociální
- Funkce terapeutická
- Funkce ekonomická



Funkce volného času celkově vymezil H. W. Opaschowski (in Hofbauer 2004), který považuje tyto za základní:

- *Rekreaci*
- *Kompenzaci*
- *Výchovu a další vzdělávání*
- *Komunikaci*
- *Participaci*
- *Integraci*
- *Enkulturu*

Citovaný zdroj uvádí rozličné funkce volného času. Také u osob s mentálním postižením jsou neméně důležité. Dle českých formálních dokumentů spadá do funkcí volného času relaxace, regenerace, kompenzace, sociální prevence a výchova (Hofbauer, 2004, s. 15)

## **2.2 Volnočasové aktivity jedinců s mentálním postižením**

*„Říka se, že za zlobení dětí může ten, kdo organizuje jejich činnosti.“* (Musil 2015, s. 38)

MŠMT (2002) uvádí, že v dnešní době není vývoj volnočasových aktivit pro děti a mládež kladný. Více jedinců se zajímá spíše o pasivní a nenáročné aktivity. Ubývá frekvence volnočasových aktivit. Mezi jedinou aktivitu, která má pravidelnou frekvenci každý den, patří dívání se na televizi. K pravidelným týdenním aktivitám řadíme například: poslech hudby, četba knih či časopisů, vídání se s přáteli. K činnostem prováděným s měsíční frekvencí řadíme například: návštěvu restaurace/kina, studium a aktivní sport. Volnočasové aktivity mají kladný vliv při vývoji dětí, dospívajících a též jejich života. Pokud to přijmeme u jedinců bez postižení, tak zároveň přijímáme kladný vliv volnočasových aktivit i u jedinců s postižením.

Jedincům se zdravotním postižením jsou však volnočasové aktivity přizpůsobeny podle požadavků na základě jejich postižení (Jantová, Janto 2012). Pro zdravotně postižené jedince mají volnočasové aktivity speciální místo, kam řadíme: relaxaci, využití nálady či zvýšení důvěry v sebe sama. Hofbauer (in Jantová, Janto 2012)

V rámci volnočasových aktivit pro mentálně postižené jedince má svoji pozici: výtvarná a pohybová aktivita. Kromě zmíněných informací uvádí Jantová, Janto (2012), že „volnočasové aktivity mají v denní aktivitě každého člověka své nezastupitelné místo. U dětí se zdravotním postižením navíc mohou sport a hry působit jako nenásilný výchovný a rehabilitační prostředek.“

### 2.2.1 Formy volnočasových aktivit

Formy volnočasových aktivit dělíme dle MŠMT (2002, s. 6 – 12) na aktivní a pasivní.

- **Aktivní forma**

- *Kompenzace jednotvárné zátěže (při vyučování, dlouhém sezení, nerovnoměrném zatěžování jednotlivých oblastí mozku a nervové soustavy apod.).*
- *Posilování zdravého způsobu života.*
- *Fyzická aktivita realizovaná organizovanou tělovýchovou a sportovní činností a neorganizovanou tělovýchovou a sportem.*
- *Zájmová činnost s účastí na práci ve výtvarných, přírodovědeckých, technických, hudebních kroužcích apod..*
- *Pohyb na čerstvém vzduchu spojený s fyzickou aktivitou (s turistikou, prací na zahradě apod.).*
- *Společenská činnost prováděná v co nejvyšší míře venku a při pohybové aktivitě.*
- *Zábava kompenzující duševní napětí a přispívající k rozvoji osobnosti.*

Aktivní forma se řadí mezi základní prvky zdravého životního stylu. „Osvojení si stereotypu a potřeby aktivního trávení volného času je dáno tím, jak je k aktivní formě odpočinku přístupováno v rodině, ve škole i v dalších subjektech realizujících volnočasové aktivity dětí.“

- **Pasivní forma**

- *Chroničtí sledovači televize, filmů a počítačových her.*
- *Mládež bloudící po ulicích a restauračních zařízeních a ubíjející nudu.*
- *Mládež vyhledávající dramatické a dobrodružné aktivity zástupným způsobem; pomocí násilí, kriminality, drog, alkoholu apod.*

Tato forma je využívána u populace, která nemá potřebu získání výjimečných zážitků vlastní aktivní činností či vlastním přičiněním.

## 2.2.2 Metody volnočasových aktivit

Metodu můžeme definovat jako postup při vedení žáků během jejich aktivit. Pedagog volného času má po ruce různé metody. Metody jsou různorodé a při jejich správném použití dosáhneme úspěchu v rozvoji zájmových činností.

Dle Vymazala (2012, s. 6 – 7) jsou při volnočasových aktivitách nejčastěji použity tyto metody:

- **Metoda slovní**
  - Diskuze
  - Přednáška
  - Rozhovor
- **Metoda praktické činnosti**
  - Instrukce -> ukázka – procvičení
- **Metoda her**
  - Vyžaduje přípravu
- **Metoda názorného poznávání předmětů a jevů**
  - Procvičování pozorovací schopnosti
- **Metoda soutěží**
  - Různé druhy soutěží
- **Metoda hodnocení**
  - Dobrovolně navštěvované aktivity

## 2.2.3 Dělení institucí pro volnočasové aktivity



Schéma 1 Instituce pro volnočasové aktivity

Instituce, které zajišťují využití volného času:

- **Školská zařízení pro zájmové vzdělávání**
  - Školní družina
  - Školní klub
  - Středisko volného času – kroužek, oddíl, kurz, soutěže, tábory
  
- **Školská výchovná a ubytovací zařízení**
  - Domov mládeže
  - Internát
  
- **Instituce a sdružení zájmového vzdělávání**
  - Základní umělecké školy
  - Jazykové školy
  - Sdružení dětí a mládeže – Junák, Pionýr, Hnutí DUHA, Hnutí Brontosaurus, YMCA, Sokol, organizace církevních a náboženských společností, Český červený kříž, Sdružení hasičů Čech, Moravy a Slezska, ekologické organizace, atd...

- **Komerční organizace**
  - Výchova zážitkem – výpravy, hry, vodácké kurzy, simulace bitev
- **Instituce pro preventivně výchovnou péči**
  - Rodina (Musil 2015, s. 63 – 75)

*„Jednotlivé typy zařízení mají svá specifická poslání, plní základní funkce různými způsoby, pedagogické ovlivňování volného času má své zvláštnosti.“ (Pávková 2014, s. 35)*

V této kapitole jsme si uvedli různé instituce, které se zabývají volnočasovými aktivitami. Ve schématu 2 můžeme vidět, že institucí pro využití volného času je mnoho.

#### **2.2.4 Nové trendy volnočasových aktivit**

Nejen u nás, ale i v ostatních zemích se snaží najít nové formy trávení volného času mentálně postižených jedinců. Nyní se do volnočasových aktivit řadí i terapeutické metody. V dnešní době máme velkou škálu terapeutických metod, mezi které patří:

- **Arteterapie** je terapie, u které využíváme k léčebným cílům výtvarné a umělecké formy.
- **Ergoterapie** je tzv. léčba pomocí práce. Při ergoterapii využíváme schopností jedince, které potřebuje při osvojení běžných denních i pracovních a zájmových činností.
- **Muzikoterapie** - *„Muzikoterapie je profesionální využití hudby a jejích elementů jako prostředku intervence ve zdravotnických a vzdělávacích zařízeních i v běžném prostředí pro jednotlivce, skupiny, rodiny nebo komunity, kteří hledají optimalizaci kvality jejich života a zlepšení fyzické, sociální, komunikační, emocionální, intelektuální, spirituální složky zdraví a blahobytu.“* WFMT<sup>4</sup> (in Müller 2014, s. 1445)

---

<sup>4</sup>WFMT - Světová federace muzikoterapie

- **Canisterapie** je terapie při které dochází k interakci mezi psem a člověkem. Mezi typy canisterapie řadíme:
  - Aktivitu za pomoci psa
  - Terapii za pomoci psa
  - Vzdělávání za pomoci psa
- **Felinoterapie** je léčba, při které využíváme kočku. Není u nás běžná například jako canisterapie. Pomocí interakce s kočkou si jedinci zlepšují:
  - Empatii
  - Intuici
- **Bazální stimulace** je psychologická aktivita, pomocí které se snažíme jedincům pomoci při vývoji jejich osobnosti. Bazální stimulace je založena na rozvíjení vnímání, které je součástí báze pro rozvoj jedince.
- **Tanečně-pohybová terapie** je terapie, při které využíváme pohyb a tanec jako hlavní psychologické prostředky. Podle ADTA<sup>5</sup> uvádí Čížková (in Müller 2014 s. 1825) si terapie klade za cíl:
  - Emoční a fyzická integrace jedince.
  - Vědomí těla, hranic těla a jeho vztahu k prostoru.
  - Realistické vnímání své vnitřní představy o těle.
  - Akceptace bezpečného způsobu zvládnání napětí v těle, úzkosti, stresu, a potlačované energie.
  - Schopnosti identifikovat a vyjadřovat své pocity bezpečným a přijatelným způsobem, obohacení pohybového repertoáru.
  - Pomoc při kontrole impulzivního chování.

---

<sup>5</sup> ADTA - American Dance Therapy Association

Evropská asociace taneční terapie (AEDT) je vymezená jako psychoterapeutická aktivita, která napomáhá jedincům znovu najít:

- *Radost z funkční činnosti.*
- *Jednotu tělesna a duševna.*
- *Obnovu pozitivního sebepřijetí.*
- *Autonomii.*
- *Tělesnou symboliku.*
- *Sublimaci.* (Müller 2014 s. 1825)

Mezi nové metody také patří metody **Snoezelen**. Snoezelen probíhá v prostředí, které je upravené a má klidnou atmosféru. Místnost je upravená světelnými či zvukovými prvky, vůní a hudbou, které mají za cíl vyvolat smyslové pocity. Tato metoda se využívá zejména u osob s:

- Vývojovými poruchami
- Mentálním, tělesným či vícenásobným postižením
- Poruchou autistického spektra
- Poruchami chování či učení
- Psychickými poruchami
- Pro osoby s demencí

### 3 Inkluze osob s mentálním postižením

Termín inkluze vznikl v USA. První legislativní verdikt pochází z roku 1954. Reynold a Fletcherová-Janzenová (in Lechta 2010, s. 26) uvádí, že v roce 1954 vystavili v Pennsylvánii nařízení, v kterém zní, že inkluze všech žáků do státních škol je *fair, ethical and equitable* (čestné, etické a spravedlivé). Výsledkem inkluze v dnešní době je dohoda OSN z roku 2006. Inkluze je synonymem termínu integrace. Inkluze se rozvinula v novější a odlišnější. Důležité je si uvědomit, že součástí uznání různorodosti v inkluzivním vzdělávání je humánní aspekt, ale také i faktor, který ulehčuje práci učitele v běžné škole. Sander (in Lechta (2010, s. 27) uvádí, že „*takto odpadá potřeba dosáhnout se všemi žáky stejného cíle, která ztěžovala práci učitelů.*“

Inkluzivní neboli společná edukace, je název pro vzdělávání, které pečuje o maximální rozvíjení žáků na základě jejich individuálních potřeb a specifik. Dnes můžeme u nás i v zahraničí zaznamenat trojdimenzionální pojetí inkluzivního vzdělávání. Horňáková (in Lechta 2010, s. 28) tvrdí, že se takto může inkluze:

- *ztotožňovat s integrací, anebo ji můžeme chápat jako*
- *jakousi vylepšenou „optimalizovanou“ integraci, nebo jako*
- *novou kvalitu přístupu k postiženým dětem, odlišnou od integrace – jako bezpodmínečné akceptování speciálních potřeb všech dětí.*

Jedinci, kteří spadají do inkluze, definuje školský zákon §16 zákona 361/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání. Zákon uvádí:

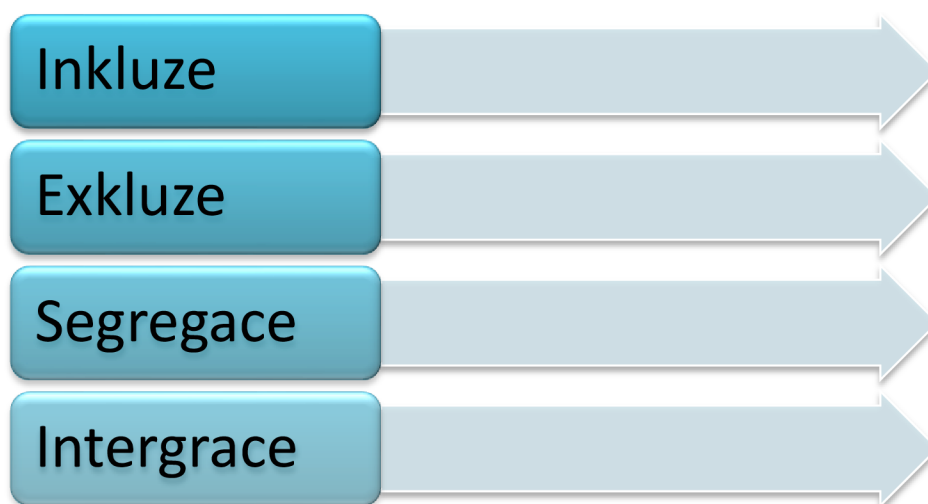
- *Dítětem, žákem a studentem se speciálními vzdělávacími potřebami je osoba se zdravotním postižením, zdravotním znevýhodněním nebo sociálním znevýhodněním.*
- *Zdravotním postižením je pro účely tohoto zákona mentální, tělesné, zrakové nebo sluchové postižení, vady řeči, souběžné postižení více vadami, autismus a vývojové poruchy učení nebo chování.*
- *Zdravotním znevýhodněním je pro účely tohoto zákona zdravotní oslabení, dlouhodobá nemoc nebo lehčí zdravotní poruchy vedoucí k poruchám učení a chování, které vyžadují zohlednění při vzdělávání.*



- *Sociálním znevýhodněním je pro účely tohoto zákona a) rodinné prostředí s nízkým sociálně kulturním postavením, ohrožení sociálně patologickými jevy, b) nařízená ústavní výchova nebo uložená ochranná výchova, nebo c) postavení azylanta.*
- *Speciální vzdělávací potřeby dětí, žáků a studentů zjišťuje školské poradenské zařízení.*
- *Děti, žáci a studenti se speciálními vzdělávacími potřebami mají právo na vzdělávání, jehož obsah, formy a metody odpovídají jejich vzdělávacím potřebám.*

### 3.1 Základní přístupy ve vzdělávání

V této podkapitole se podíváme na základní přístupy ve vzdělávání. Některé z nich zobrazuje následující schéma.



**Schéma 2** Přístupy ve vzdělávání

Inkluze v praxi (2017) dělí vzdělávání do čtyř základních skupin, kam patří:

- **Inkluze**  
Vzdělávání dětí s podpůrnými opatřeními v běžné třídě.
- **Exkluze**  
Děti s postižením, které nesplňují daná kritéria a vymezení vyšší přístupný orgán, se vyloučí ze vzdělávání.
- **Segregace**  
Děti, které se budou vzdělávat, se rozdělí dle kritérií na podskupiny.

- **Integrace**

Také tu existují podskupiny, ale děti s postižením mohou chodit do běžných škol.

Stručně jsme si shrnuli základní přístupy ve vzdělávání. Také s nimi se můžeme setkat při volnočasových aktivitách pro mentálně postižené. Ideálně by měl být volný čas lidí s mentálním postižením ve vzdělávání hlavně inkluzivní.

## 4 Volnočasové aktivity mentálně postižených

V praktické části se budu zabývat cíli a metodologií výzkumného šetření. Dále bude popsán výzkum a jeho výsledky. Nakonec se budeme zabývat shrnutím empirické části.

### 4.1 Cíle výzkumného šetření

Na základě výzkumného cíle jsme formulovali **hlavní výzkumnou otázku**: Jak tráví žáci s mentálním postižením svůj volný čas? Na základě které jsme si stanovili **tři podotázky**:

- Jaká je pro žáky s mentálním postižením nabídka kroužků ve škole?
- Jak nejčastěji žáci tráví volný čas mimo školu?
- Jak tráví žáci čas doma?

V rámci výzkumného šetření byly stanoveny **tři hypotézy**:

**Hypotéza H1**: Žáci s mentálním postižením do 14 let využívají více výtvarný kroužek než sportovní.

**Hypotéza H2**: Dívky se zajímají více o kroužky než chlapci.

**Hypotéza H3**: Žáci s mentálním postižením do 13 let tráví více času doma, než děti nad 13 let.

### 4.2 Metodologie výzkumu

V praktické části bakalářské práce jsem si zvolila kvantitativní metodu výzkumu, přesněji formu dotazníku. Dotazník se zabývá vztahem mezi nezávislou a závislou proměnnou. „*Kvantitativní znamená, že šetření je navrženo tak, aby přineslo numerická data měřením proměnných.*“ (Punch 2008, s. 13)

(Chrásková 2016) uvádí čtyři fáze kvantitativní metody výzkumu:

- *Stanovení problému*
- *Formulace hypotézy*
- *Testování (ověřování hypotézy)*
- *Vyvození závěrů a jejich prezentace*

*„Jevy nebo vlastnosti, které ve výzkumu vystupují a mezi nimiž hledáme (ověřujeme) existenci vztahů, označujeme jako proměnné. Proměnnou je pedagogický jev nebo vlastnost, která se ve výzkumu může měnit (nabývat různých hodnot).“ (Chráaska 2016, s. 13)*

### **4.3 Popis výzkumného šetření**

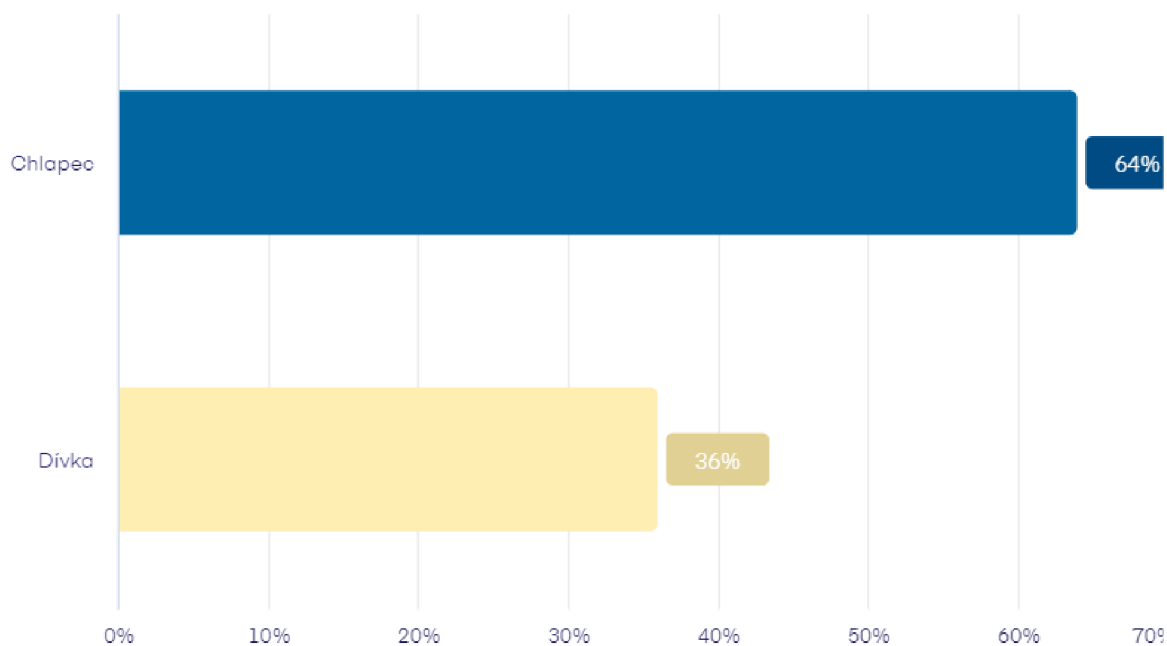
Pro svůj kvantitativní výzkum jsem oslovila ředitele škol a rodiče žáků s mentálním postižením v rámci Jihomoravského kraje. Při tvorbě dotazníku jsem se držela hlavního výzkumné otázky, která zní: Jak tráví žáci s mentálním postižením svůj volný čas? K výzkumnému šetření jsem použila 25 dotazníků.

Začátek mého dotazníku obsahoval menší úvod, který stručně popisoval o čem dotazník je a k čemu slouží. Dále se pokračovalo na 15 výzkumných otázek. První dvě otázky se týkaly pohlaví a věku. Dalších 7 otázek se týkalo kroužků ve škole. Nakonec byly otázky, které obsahovaly trávení volného času mimo školu a doma. Dotazník obsahoval spíše uzavřené otázky, součástí byly také 2 otevřené otázky a otázky s výběrem více odpovědí.

### **4.4 Výsledky výzkumného šetření**

V následujících částech podkapitoly si uvedeme výsledky výzkumného šetření, grafy a komentáře k nim.

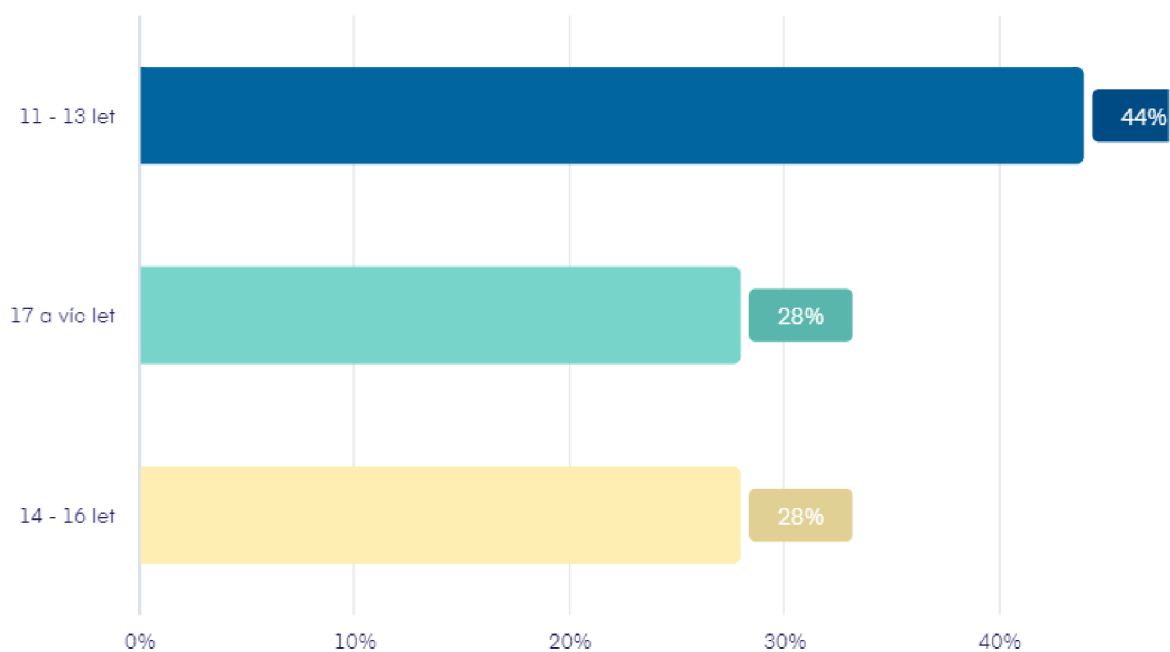
#### 4.4.1 Pohlaví respondentů



**Graf 1** Pohlaví respondentů

Procento uvádějící pohlaví respondentů nebylo zcela vyrovnané. Z grafu je zřejmé, že se dotazníku zúčastnilo 16 chlapců a 9 dívek, tedy 64 % chlapců a 36 % dívek.

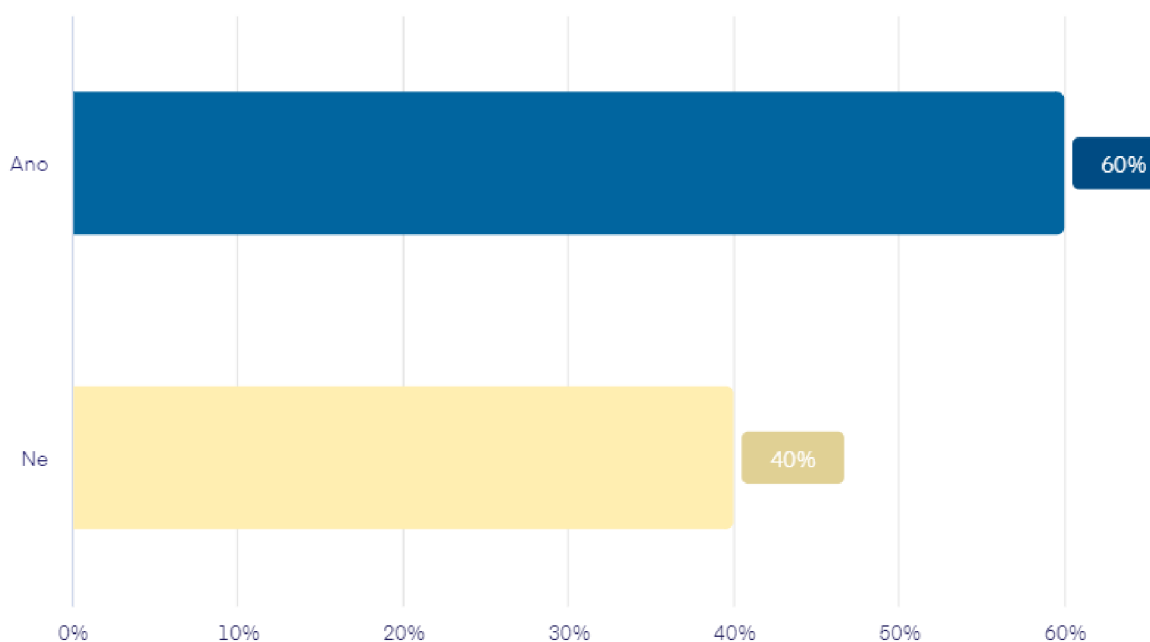
#### 4.4.2 Věk respondentů



**Graf 2** Věk respondentů

Nejvíce dotazník vyplňovali respondenti ve věku 11–13 let. Ve věku 14–16 let a 17 a víc let byly počty dotázaných vyrovnané. Co se týká procentuálního zastoupení, v nejmladší, tedy první zmíněné věkové kategorii, jsme měli 44 % odpovídajících. Poté to bylo dvakrát po 28 %.

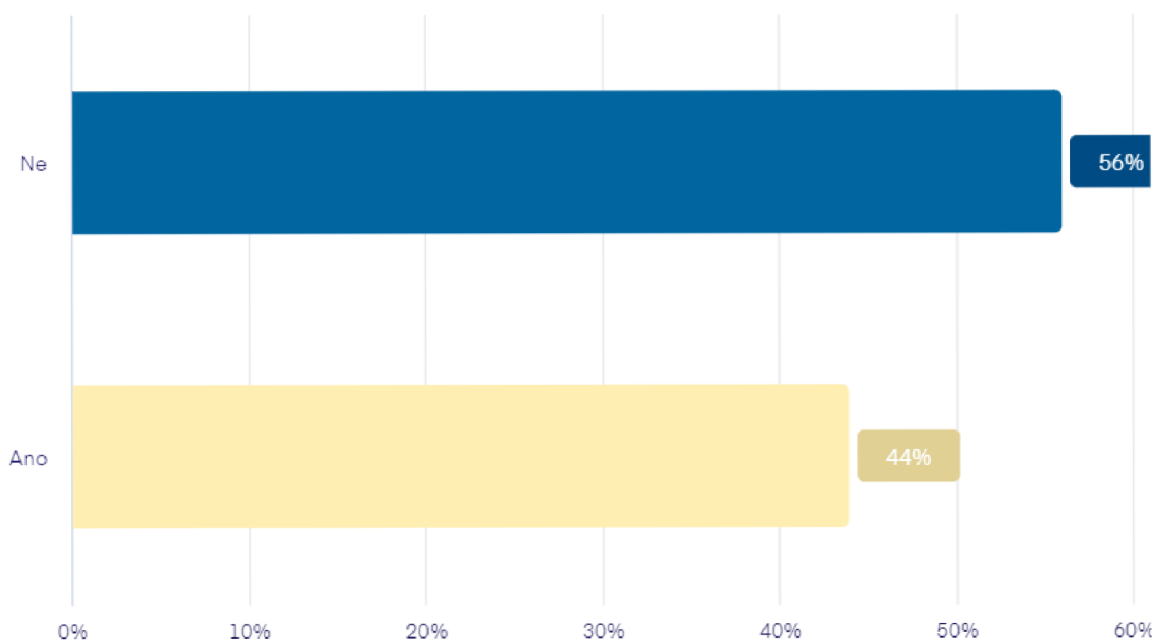
#### 4.4.3 Nabídka volnočasových aktivit ve škole



**Graf 3** Nabídka volnočasových aktivit ve škole.

Na základě grafu můžeme vidět, že větší část žáků odpověděla *ano*, zbylých 40% odpovědělo, že jejich škola nenabízí volnočasové aktivity.

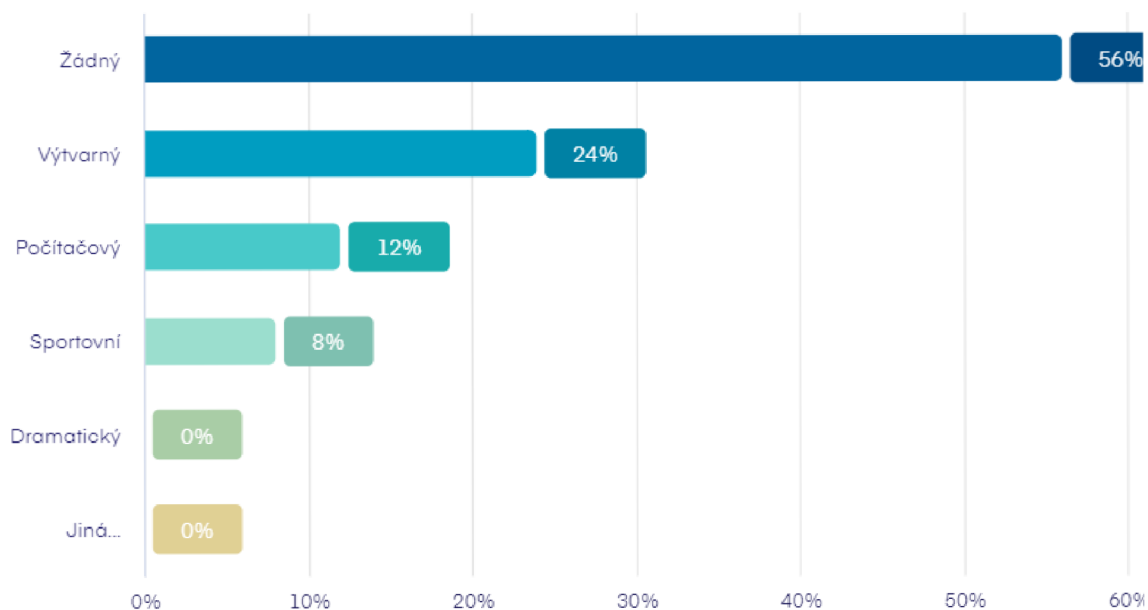
#### 4.4.4 Přihlášení do kroužků ve škole



**Graf 4** Přihlášení do kroužků ve škole

Z prezentovaného grafu je zřejmé, že 56% žáků *není přihlášeno* do kroužků ve škole. Pouze 11 žáků, tedy 44%, dala *ano*.

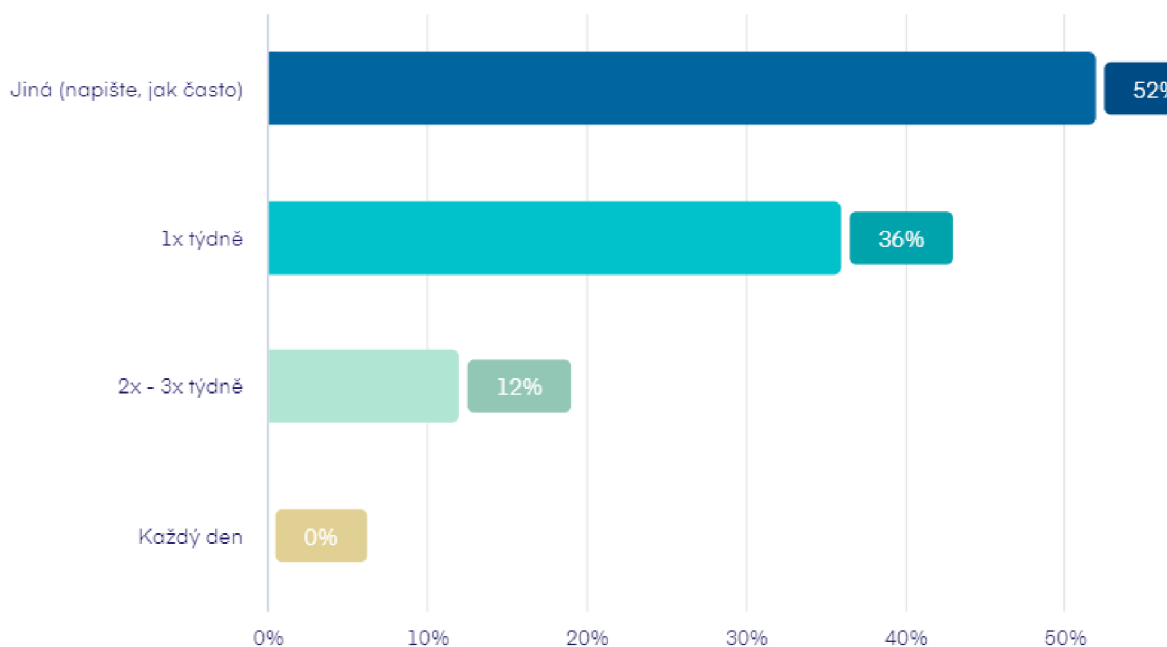
#### 4.4.5 Výběr kroužků



**Graf 5** Výběr kroužků

Nejvíce žáků (56%) dalo odpověď, že *žádný* kroužek nenavštěvuje. Dále 6 žáků navštěvuje kroužek *výtvarný*, 3 *počítačový* a 2 *sportovní*. Ostatní možnosti odpovědi nebyly zvoleny vůbec.

#### 4.4.6 Četnost navštěvování kroužku ve škole

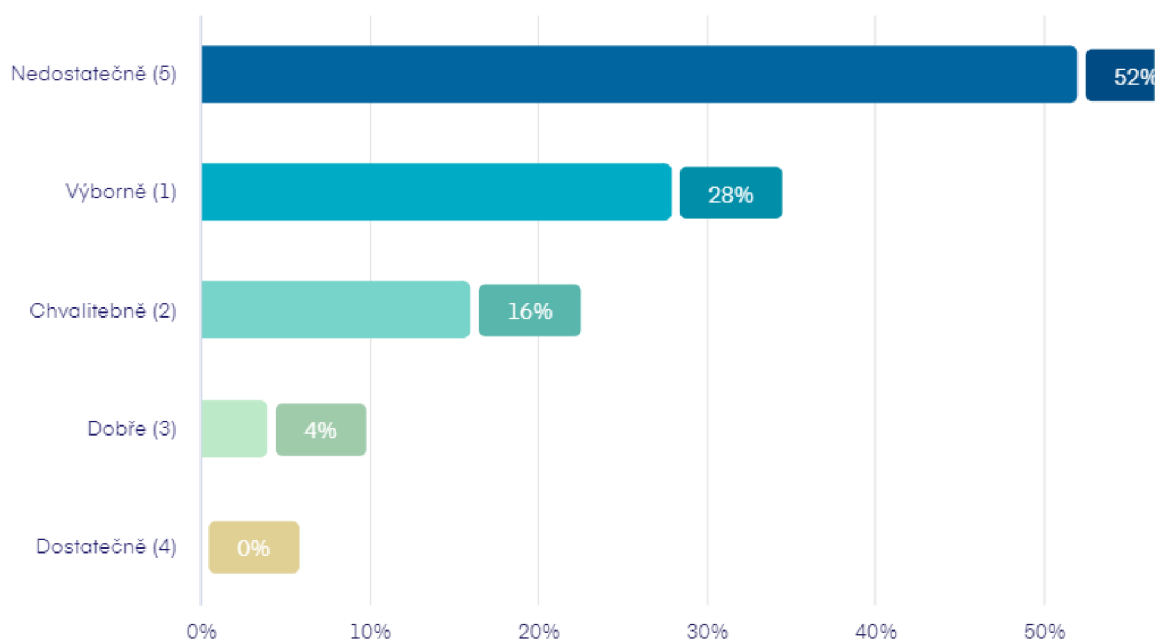


**Graf 6** Četnost navštěvování kroužku ve škole

Nejčastěji byla zvolena odpověď *jiné*, která obsahovala, že kroužek respondenti nenavštěvují. Dále byla odpověď *1x týdně*: tuto odpověď zvolilo 9 žáků. A nakonec zvolili odpověď *2x – 3x týdně* 3 žáci. Odpověď *každý den* nikdo nezvolil.



#### 4.4.7 Hodnocení kroužků



**Graf 7** Hodnocení kroužků

Nejvíce byla použita odpověď *nedostatečně*, kde odpovědělo 13 žáků. Odpověď *výborně* zvolilo 7 respondentů. Možnosti *chvalitebně* zvolili 3 žáci a 1 žák odpověděl *dobře*. Hodnocení v procentech je zastoupeno následovně: výborně 28%, chvalitebně 16%, dobře 4%, dostatečně 0% a nedostatečně 52%.

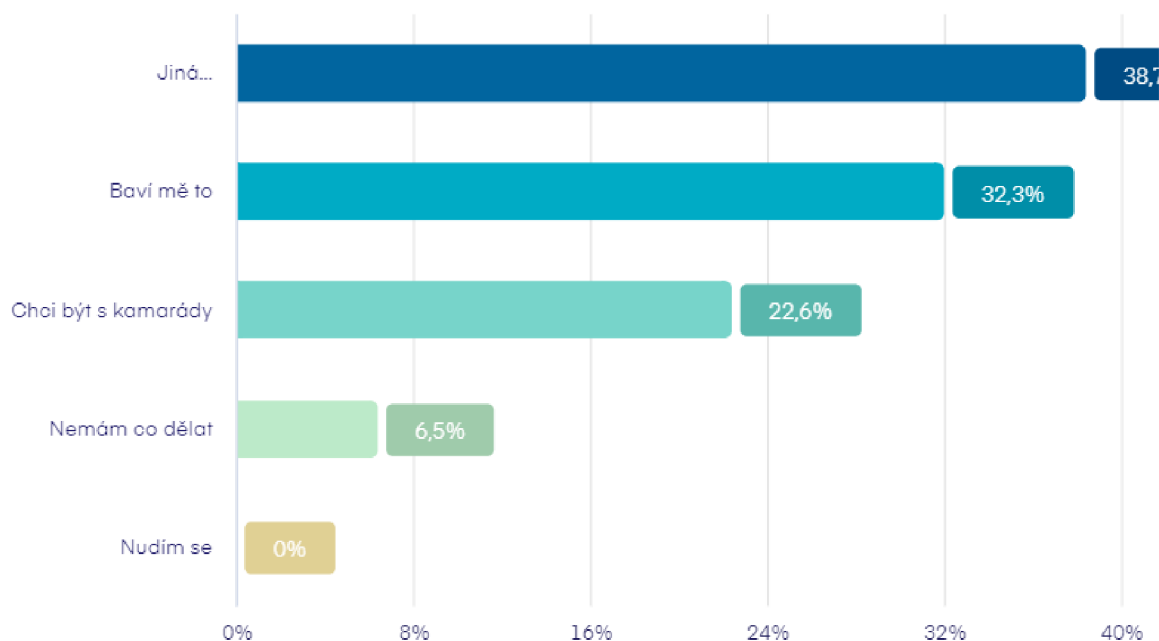
#### 4.4.8 Preference kroužků ve škole

ODPOVĚĎ	PODÍL
Žádný	44%
Výtvarný	20%
Počítačový	12%
Sportovní	8%
Stolní tenis	4%
modelování	4%
Keramika	4%
Elektro kroužek, technika	4%

#### Graf 8 Preference kroužků ve škole

V rámci grafu můžeme vidět, že, 11 respondentů nepreferuje *žádný* kroužek. 5 respondentů preferuje kroužek *výtvarný*, 3 *počítačový* a 2 *sportovní*. U ostatních odpovědí byl u každé zapsán pouze 1 respondent.

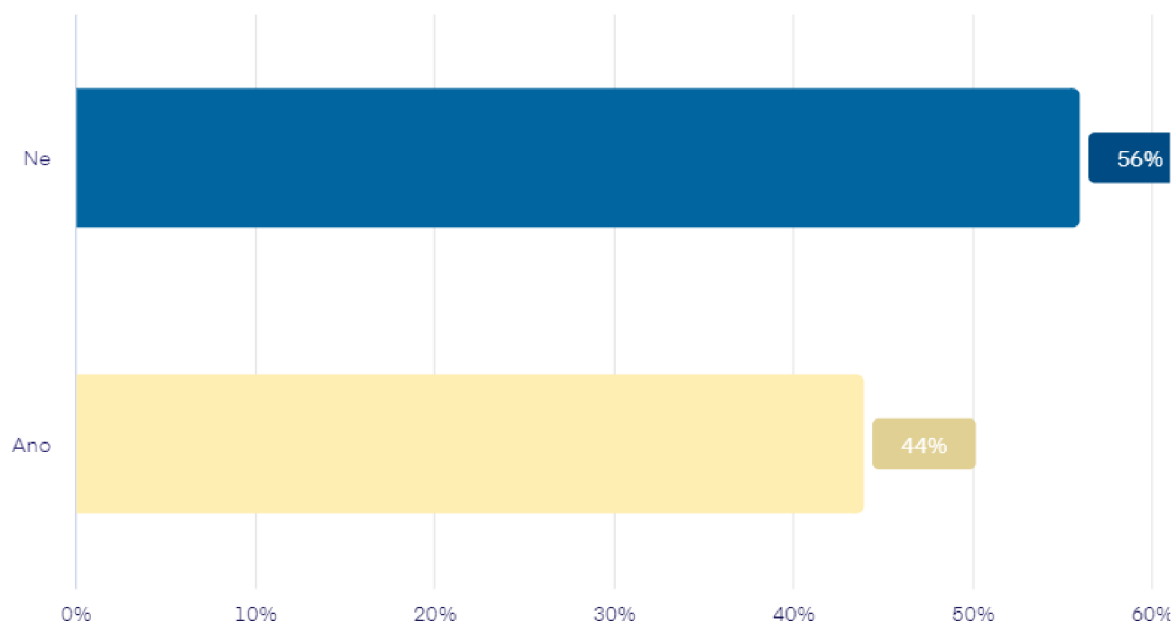
#### 4.4.9 Důvod navštěvování kroužku ve škole



**Graf 9** Důvod navštěvování kroužků ve škole

U této otázky bylo možné zvolit více odpovědí. Nejvíce byla zvolena odpověď *jiná*, kterou bylo součástí, že kroužek nenavštěvuje. Dále zvolilo 10 žáků odpověď *baví mě to*, 7 žáků zvolilo, že *chce být s kamarády* a 2 *nemám co dělat*.

#### 4.4.10 Návštěvnost volnočasových aktivit mimo školu



**Graf 10** Návštěvnost volnočasových aktivit mimo školu

Na základě grafu můžeme vidět, že nejvíce byla zvolena odpověď *ne*, kde se zapojilo 14 žáků. Odpověď *ano* zvolilo 11 žáků, tedy 56% zvolilo *ne* a 44% zvolilo *ano*.

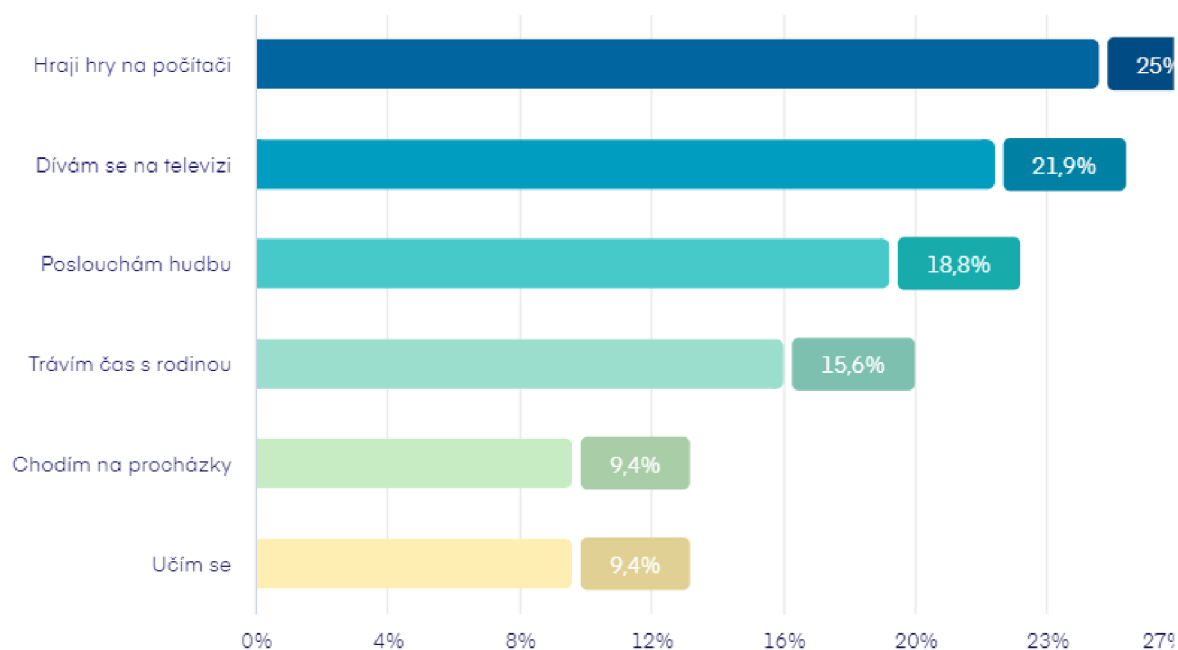
#### 4.4.11 Preference kroužků mimo školu

ODPOVĚĎ	PODÍL
Žádné	40%
Fotbal	28%
Tancování	8%
Nenavštěvuji	8%
Keramika	8%
Plavání	4%
modelování	4%

#### Graf 11 Preference kroužků mimo školu

Nejčastější odpověď byla *žádný*, kdy danou možnost zvolilo 10 dětí. Následovala odpověď *fotbal* - 7 kladných odpovědí. U odpovědí *tancování*, *nenavštěvuji* a *keramika* byly vždy 2 respondenti. U *plavání* a *modelování* byla vždy jen 1 odpověď.

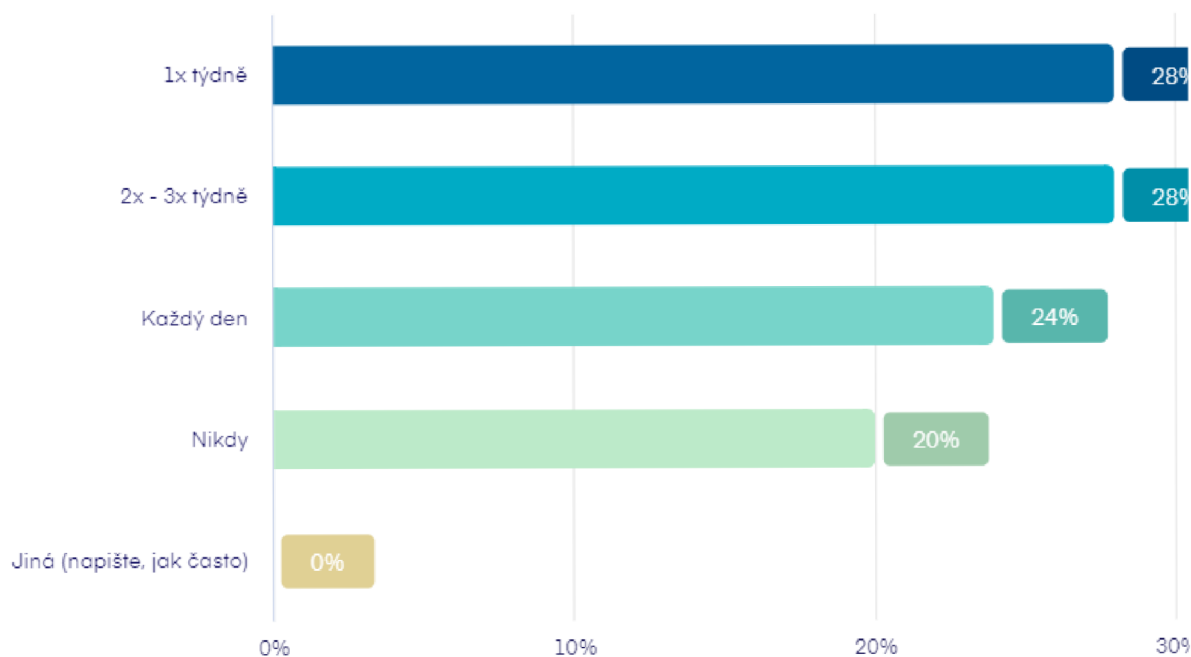
#### 4.4.12 Trávení volného času doma



**Graf 12** Trávení volného času doma

U této otázky bylo možné zvolit více odpovědí. Z celkového počtu 25 žáků odpovědělo 16 *hraní her na počítači*, 14 *divání na televizi*, 12 *poslech hudby*, 10 *trávení času s rodinou*. U odpovědí *chodím na procházky* a *učím se* bylo 6 kladných odpovědí.

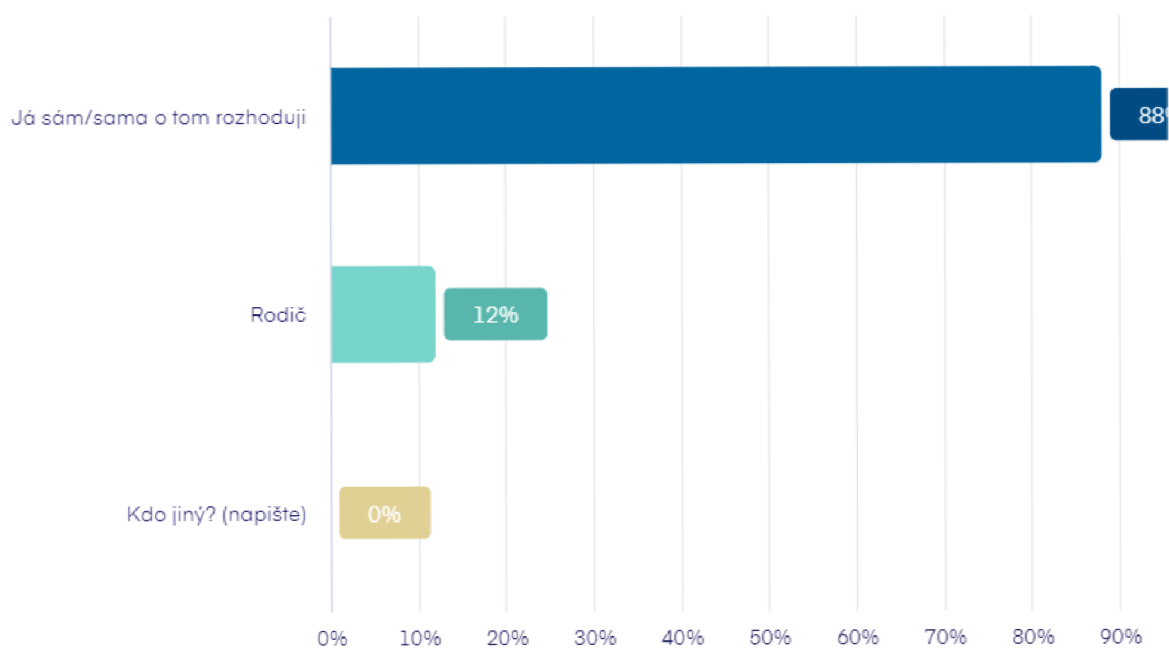
#### 4.4.13 Trávení času s kamarády



**Graf 13** Trávení času s kamarády

Na základě grafu, můžeme vidět, že stejný počet odpovědí (7) měla možnost *1x týdně* a *2x – 3x týdně*. Odpověď *každý den* byla zvolena 6krát a *nikdy* 5krát.

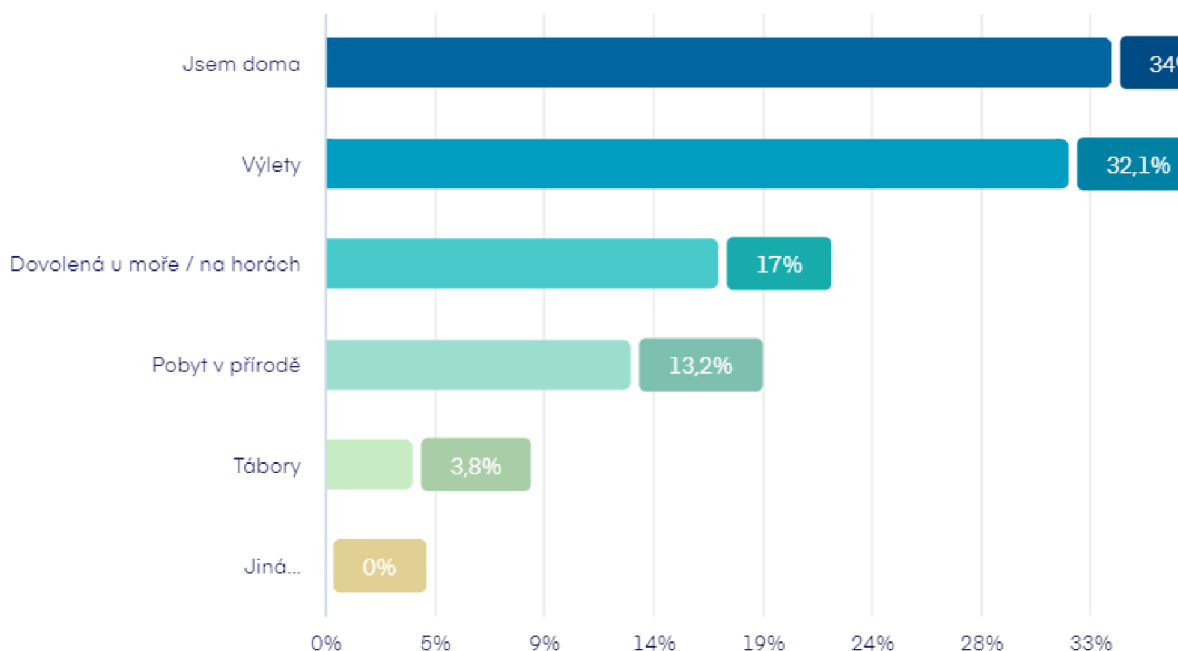
#### 4.4.14 Volný čas mi organizuje...



**Graf 14** Volný čas mi organizuje...

U 22 respondentů byla zvolena odpověď, že si o tom rozhodují *sami*. Pouze třem respondentům o tom rozhoduje *rodič*. V procentech je to následovně: sám/sama 88% a rodič 22%.

#### 4.4.15 Trávení volného času o prázdninách



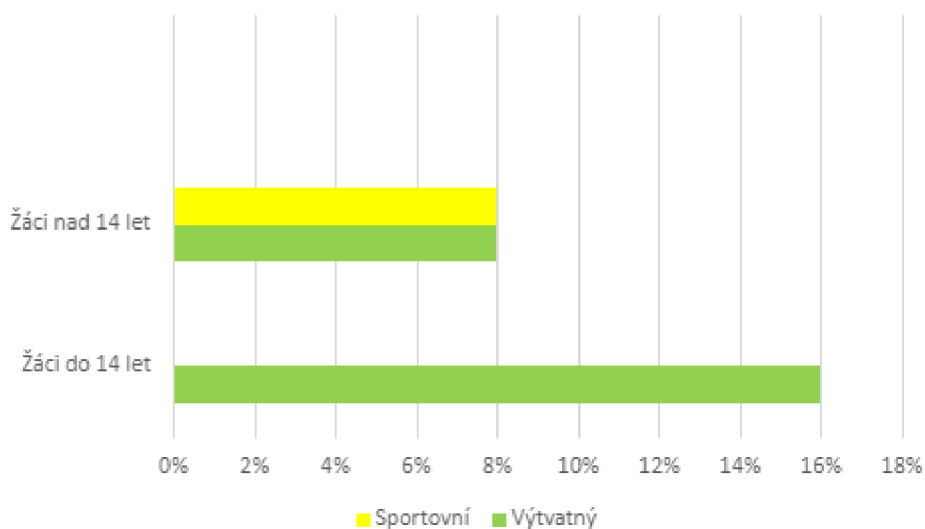
**Graf 15** Trávení volného času o prázdninách

U této odpovědi byla taktéž možnost zvolit více odpovědí. Z toho 18 (34%) žáků tráví prázdniny *doma*. Dále 17 žáků (32,1%) jezdí na *výlety*, 9 (17%) na *dovolenou* a 7 (13,2%) tráví prázdniny *v přírodě*. Pouze dva respondenti jezdí na *tábory*.

#### 4.5 Vyhodnocení hypotéz

Výše byly prezentovány výsledky výzkumného šetření v číslech a procentech. V této podkapitole se budeme zabývat vyhodnocením hypotéz. Vyhodnocení se bude odvíjet od výsledků zobrazených v kontingenční tabulce. Jiné metody vyhodnocení, např. statistické testové metody zahrnuté nebudou.

**Hypotéza H1:** : Žáci s mentálním postižením do 14 let využívají více výtvarný kroužek než sportovní.



**Graf 16** Hypotéza H1

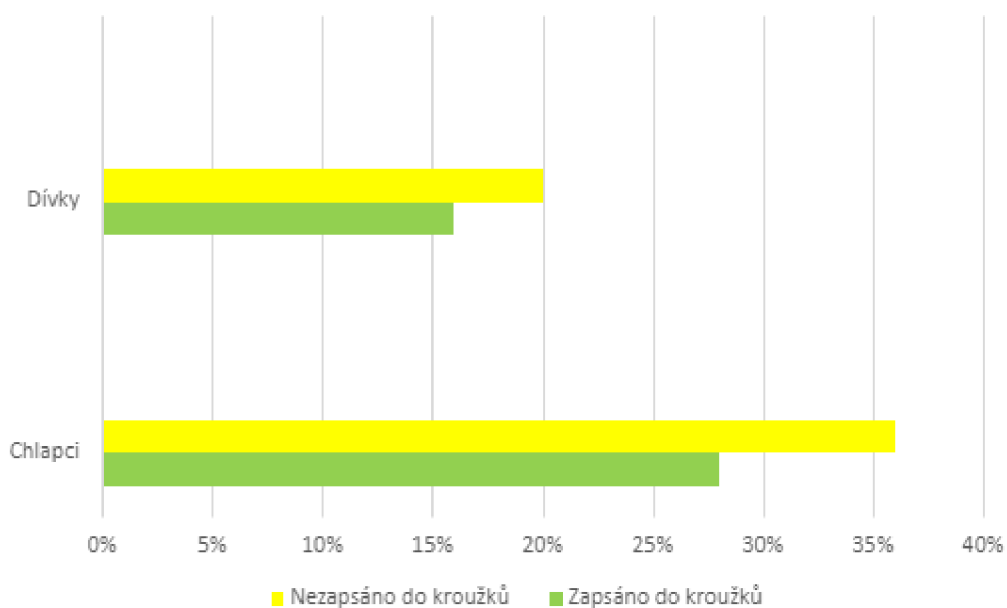
U této hypotézy byl zvolený věk žáků jako nezávislá proměnná z grafu 2 a jako závislá proměnná byl zvolen typ kroužku z grafu 5. Z grafu k hypotéze H1 můžeme vyčíst, že výtvarný kroužek je více navštěvovaný než kroužek sportovní. Svoji roli tu hraje také věk.

Věk	Výběr kroužků		Celkem
	Sportovní	Výtvarný	
Žáci do 14 let	0	4	4
Žáci nad 14 let	2	2	4
<b>Celkem</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>8</b>

**Tab. 2** Kontingenční tabulka k hypotéze H1



**Hypotéza H2:** Dívky se zajímají více o kroužky než chlapci.



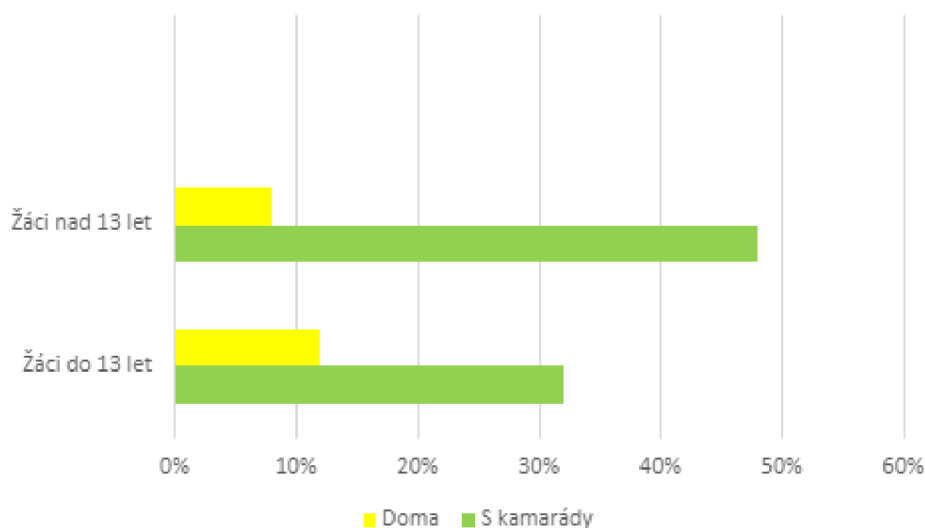
**Graf 17** Hypotéza H2

V rámci této hypotézy bylo zvoleno pohlaví žáků jako nezávislá proměnná z grafu 1. Za závislou proměnou jsme použily informace z grafu 4. Na základě grafu můžeme vidět, že je celkově více chlapců zapsáno i nezapsáno do kroužků než dívek.

Návštěvnost kroužků			
Pohlaví	Nezapsáno do kroužků	Zapsáno do kroužků	Celkem
Chlapci	9	7	16
Dívky	5	4	9
Celkem	14	11	25

**Tab. 3** Kontingenční tabulka k hypotéze H2

**Hypotéza H3:** Žáci s mentálním postižením do 13let tráví více času doma, než děti nad 13 let.



**Graf 18** Trávení volného času žáků

U této hypotézy byla zvolena věková kategorie žáků jako nezávislá proměnná z grafu 2. Za závislou proměnnou bylo zvoleno trávení volného času u žáků z grafu 13. Dle grafu 18 můžeme vidět, že žáci do 13 let tráví více času doma než s kamarády, naopak žáci nad 13 let tráví svůj volný čas spíše s kamarády.

Trávení volného času žáků			
Věk	Doma	S kamarády	Celkem
Žáci do 13 let	3	8	11
Žáci nad 13 let	2	12	14
<b>Celkem</b>	<b>5</b>	<b>20</b>	<b>25</b>

**Tab. 4** Kontingenční tabulka k hypotéze H3

## 4.6 Závěry výzkumného šetření

Hlavní výzkumnou otázkou bylo zjistit: *Jak tráví žáci s mentálním postižením svůj volný čas?* Na základě hlavního cíle jsme si stanovili tři podotázky, pomocí kterých jsme zjišťovali: *Jaká je pro žáky s mentálním postižením nabídka kroužků ve škole? Jak nejčastěji žáci tráví volný čas mimo školu? Jak tráví žáci čas doma?*

Do výzkumu se zapojilo 25 respondentů z Jihomoravského kraje. Zapojilo se 64% chlapců a pouze 36% dívek. Co se týče věkové kategorie, tak věkovou skupinu 11-13let zastoupilo 44% a věková skupina 14-16 a 17 a víc let měla vyrovnané zastoupení 28%.

První podotázka zněla: *Jaká je pro žáky s mentálním postižením nabídka kroužků ve škole?* Z dotazníku vyplývá, že 60% škol nabízí pro žáky širokou nabídku zájmových kroužků i volnočasových aktivit. Bohužel jen 44% žáků má o nějaký kroužek zájem.

Druhá podotázka zněla: *Jak nejčastěji žáci tráví volný čas mimo školu?* Z dotazníku vyplynulo, že pouze 44% žáků navštěvuje nějaké volnočasové aktivity mimo školu. Nejčastěji tráví svůj volný čas s kamarády, kdy 1x týdně 28% žáků, 2x - 3x týdně 28%, každý den 24% a nikdy zvolilo jen 20% žáků.

Třetí podotázka zněla: *Jak tráví žáci čas doma?* 56% žáků tráví svůj volný čas doma hraním her na počítači, kde odpověď zvolilo 25% žáků. Další kategorie byly zastoupeny následovně: 21,9% dívám se na televizi, 18,8% poslouchám hudbu, 15,6% trávím čas s rodinou a 9,4% chodím na procházky a učím se.

Hlavní výzkumná otázka zněla: *Jak tráví žáci s mentálním postižením svůj volný čas?* Z dotazníku vyplývá, že žáci s mentálním postižením v dnešní době tráví nejčastěji svůj volný čas s kamarády. Mezi trávení volného času patří také hraní her na počítači, dívání na televizi či poslech hudby.

MŠMT (2002) dělí volnočasové aktivity na aktivní a pasivní formu. Můj výzkum byl zaměřený na pasivní formu volnočasových aktivit. Na tuto formu jsem se zaměřila z důvodu toho, protože v dnešní době jedinci tráví spoustu času na mobilních telefonech či hraním her na počítači. Z výzkumu však vyplynulo, že žáci rádi tráví svůj čas s kamarády či navštěvují nějaké kroužky. Dále uvádí rozdělení volnočasových aktivit dle institucí (Musil 2015). Dělí je na: školská zařízení pro zájmové vzdělávání, školská výchovná a ubytovací zařízení, instituce a sdružení zájmového vzdělávání, komerční organizace a instituce pro preventivně výchovnou péči.

Z našich výsledků vyplývá, že se respondenti věnují více aktivitám, které spadají pod školské zařízení pro zájmové vzdělávání. Tam také spadají kroužky, které nám vyšly ve výzkumu jako nejnavštěvovanější, zejména výtvarný a počítačový kroužek. Mimo školu je nejvíce navštěvovaný fotbal.

Dále bychom se mohli v dalším výzkumu zabývat otázkami: Proč tomu tak je? Proč v dnešní době žáci preferují pasivní formu volnočasových aktivit? Proč se žáci nezajímají o formu aktivní?

## Závěr

Bakalářská práce se zabývala volnočasovými aktivitami mentálně postižených žáků. Práce byla rozdělena do čtyř kapitol. První kapitola se zabývala vymezením mentálního postižení a rodinou s mentálně postiženým. Druhá kapitola se věnovala volnému času, volnočasovým aktivitám a nových trendu volnočasových aktivit pro žáky s mentálním postižením. Čtvrtá kapitola se věnovala výzkumnému šetření a vyhodnocení dotazníku a hypotéz.

Hlavním cílem výzkumného šetření bylo zjistit: Jak tráví svůj volný čas děti s mentálním postižením? Byly stanoveny tři podotázky výzkumného cíle: Jaká je pro žáky s mentálním postižením nabídka kroužků ve škole? Jak nejčastěji žáci tráví volný čas mimo školu? Jak tráví žáci čas doma?

Do výzkumného šetření se zapojilo 25 respondentů. Na základě stanovených hypotéz vyplývá, že žáci do 14 let navštěvují více zájmové kroužky, než žáci nad 14 let. Jedná se hlavně o návštěvnost výtvarného kroužku. Dále jsme zjistili, že větší procento, které navštěvuje zájmové kroužky, zastupují chlapci. Poslední hypotéza se zabývala trávením volného času žáků. Z této hypotézy vyplynulo, že žáci do 13 let tráví volný čas doma, naopak žáci nad 13 let více tráví svůj volný čas s kamarády.

## **Shrnutí**

Bakalářská práce se věnuje volnočasovým aktivitám žáků s mentálním postižením. Teoretická část se zabývá vymezením mentálního postižení, rodinou a mentálním jedincem v rodině. Dále se věnuje definicím volného času, volnočasových aktivit a novým trendům volnočasových aktivit pro žáky s mentálním postižením. Teoretickou část ukončuje kapitola inkluze žáků s mentálním postižením.

Součástí praktické části je výzkumné šetření pomocí dotazníku. Na základě dotazníku bylo zjištěno, jak žáci s mentálním postižením tráví svůj volný čas.

## **Summary**

The bachelor thesis deals with leisure activities of pupils with mental disabilities. The theoretical part is about the definition of mental disability, the family and the mental disabled individual in the family. It also takes interest about definitions of leisure time, leisure activities and new trends in leisure activities for students with mental disabilities. The theoretical part ends with the chapter about inclusion of pupils with mental disabilities.

Part of the practical part is a research survey using a questionnaire. Based on the questionnaire, it was found out how pupils with mental disabilities spend their leisure time.

## Seznam použité literatury

### Použitá literatura:

BARTOŇOVÁ, Miroslava. *Současné trendy v edukaci dětí a žáků se speciálními vzdělávacími potřebami v České republice*. Brno: MSD, 2005. ISBN 80-86633-37-3.

ČERNÁ, Marie. *Kapitoly z psychopedie: [skripta]*. Přepřac. vyd. Praha: Karolinum, 1995. ISBN 80-7066-899-7.

ČERNÁ, Marie. *Česká psychopedie: speciální pedagogika osob s mentálním postižením*. Praha: Karolinum, 2008. ISBN 978-80-246-1565-3.

DOLEJŠÍ, Mojmir. *K otázkám psychologie mentální retardace*. 2. uprav.a dopl.vyd. Praha: Avicenum, 1978.

DOLEJŠÍ, Mojmir. *K otázkám psychologie mentální retardace*. 3. upr. a dopl. vyd. Praha: Avicenum, 1983.

FISCHER, Slavomil a Jiří ŠKODA. *Speciální pedagogika: edukace a rozvoj osob se somatickým, psychickým a sociálním znevýhodněním*. Praha: Triton, 2008. ISBN 978-80-7387-014-0.

FRANČEOVÁ-ABRAHAMOVÁ, Eva. *Deník mého syna: nebyl jsem vyřazen ze života*. Praha: Ústav pro informace ve vzdělávání, 2002. ISBN 80-211-0418-x.

GIDDENS, Anthony. *Sociologie*. Praha: Argo, 1999. ISBN 80-7203-124-4.

HARTL, Pavel a Helena Hartlová. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-303.

HAYES, Nicky. *Základy sociální psychologie*. Vyd. 3. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-763-9.

HOFBAUER, Břetislav. *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-927-5.

CHRÁSKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. 2., aktualizované vydání. Praha: Grada, 2016. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-5326-3.

JANDOUREK, Jan. *Sociologický slovník*. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-535-0.

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

JESENSKÝ, Ján. *Prostor pro integraci*. Praha: Comenia Consult, 1993.

LECHTA, Viktor, ed. *Základy inkluzivní pedagogiky: dítě s postižením, narušením a ohrožením ve škole*. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-679-7.

MOŽNÝ, Ivo. *Rodina a společnost*. 2., upr. vyd. Ilustroval Vladimír JIRÁNEK. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON), 2008. Studijní texty (Sociologické nakladatelství). ISBN 978-80-86429-87-8.

MŠMT. *Volný čas a prevence dětí a mládeže*. 1., vyd. Praha: Čihák, 2002.

MUSIL, Roman. *Pedagogika pro střední pedagogické školy*. Praha: Informatorium, 2014. ISBN 978-80-7333-107-8.

MÜLLER, Oldřich. *Terapie ve speciální pedagogice*. 2., přeprac. vyd. Praha: Grada, 2014. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-4172-7.

PAJER, Lucie. *Situace rodičů dětí s mentálním postižením*: disertační práce. Brno: Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií, 2009. 186 s. Vedoucí disertační práce prof. PhDr. Marek Blatný, CSc.

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

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

PLEVOVÁ, Marie. *Dítě se zdravotním postižením a zdravotním znevýhodněním v rodinné terapii: učební text*. Brno: Masarykova univerzita, 2007. ISBN 978-80-210-4372-5.

PUNCH, Keith. *Základy kvantitativního šetření*. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-381-9.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Psychopatologie pro pomáhající profese / Marie Vágnerová*. Vyd. 3., rozš. a přeprac. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-802-3.



VÁGNEROVÁ, Marie a kol. *Psychologie handicapu*. Praha: Karolinum, 2004. ISBN 80-7184-929-4.

VALENTA, Milan a Oldřich MÜLLER. *Psychopedie: [teoretické základy a metodika]*. Praha: Parta, 2003. ISBN 80-7320-039-2.

VALENTA, Milan, Jan MICHALÍK a Martin LEČBYCH. *Mentální postižení. 2.*, přepracované a aktualizované vydání. Praha: Grada, 2018. Psyché (Grada). ISBN 978-80-271-0378-2.

VÁŽANSKÝ, Mojmir. *Leben in freier Zeit, Grundlagen und Aufgaben der Freizeitpädagogik*. Recenze. *Pedagogika*, 1993, roč. 43, č. 3, s. 352-355.

VÁŽANSKÝ, Mojmir a Vladimír SMĚKAL. *Základy pedagogiky volného času*. Brno: Paido, [asi 1995]. Edice pedagogické literatury. ISBN 80-901737-9-9.

VYMAZAL, Petr. *Podpora volnočasových aktivit na základní škole se sociálně znevýhodněnými žáky metodika*. Přerov: 2012

SLOWÍK, Josef. *Speciální pedagogika. 2.*, aktualizované a doplněné vydání. Praha: Grada, 2016. *Pedagogika (Grada)*. ISBN isbn978-80-271-0095-8.

*Zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon), ve znění pozdějších předpisů*

#### **Použité internetové zdroje:**

*Definice mentální retardace* [online]. 2021. Dostupný z www:<<https://mkn10.uzis.cz/prohlizec/F70-F79>>

*Kritéria volného času* [online]. 1966. Dostupný z www:<[https://sreview.soc.cas.cz/en/artkey/csr-196603-0008\\_volny-cas.php](https://sreview.soc.cas.cz/en/artkey/csr-196603-0008_volny-cas.php)>

*Volný čas a volnočasové aktivity* [online]. 2012. Dostupný z www:< <https://www.sancedetem.cz/volny-cas-volnocasove-aktivity>>

*Základní přístupy ve vzdělávání* [online]. 2017. Dostupný z www:<<http://www.inkluzevpraxi.cz/kategorie-ucitel/1128-zakladni-mozne-pristupy-k-edukaci-deti>>

# Přílohy

## Příloha 1 Dotazník k bakalářské práci

Dobrý den,

jmenuji se Nikol Vahalová a studuji na Univerzitě Palackého v Olomouci. Chtěla bych Vás poprosit o vyplnění dotazníku k mé bakalářské práci s názvem "Volnočasové aktivity pro žáky s mentálním postižením v kontextu moderních trendů a technologií." Dotazník je pouze anonymní a jeho data budou určena pouze pro účely mé bakalářské práce. Dotazník obsahuje otevřené i uzavřené otázky. S vyplněním dotazníku Vám může pomoci rodič, asistent pedagoga či jiná blízká osoba.

---

### 1. Pohlaví

- Chlapec
- Dívka

### 2. Věk

- 11-13 let
- 14-16 let
- 17 a víc let

### 3. Nabízí Vaše škola volnočasové aktivity?

- Ano
- Ne

### 4. Jste přihlášen/a do nějakého kroužku ve škole?

- Ano
- Ne

### **5. Jaký kroužek navštěvujete?**

- Počítačový
- Dramatický
- Výtvarný
- Sportovní
- Žádný
- Jiný: \_\_\_\_\_

### **6. Jak často kroužek navštěvujete?**

- Každý den
- 1x týdně
- 2x – 3x týdně
- Jiná (napíšte, jak často): \_\_\_\_\_

### **7. Jakou známku byste dal/a kroužkům ve škole?**

- Výborně (1)
- Chvalitebně (2)
- Dobře (3)
- Dostatečně (4)
- Nedostatečně (5)

### **8. Jaký kroužek máte nejraději?**

\_\_\_\_\_

### **9. Proč navštěvujete aktivity ve škole?**

- Chci být s kamarády
- Nemám co dělat
- Baví mě to
- Nudím se
- Jiný: \_\_\_\_\_

**10. Navštěvujete volnočasové aktivity mimo školu?**

- Ano
- Ne

**11. Jaké volnočasové aktivity navštěvujete mimo školu?**

---

**12. Jak trávíte volný čas doma?**

- Hraji hry na počítači
- Učím se
- Trávím čas s rodinou
- Poslouchám hudbu
- Chodím na procházky
- Dívám se na televizi

**13. Jak často trávíte volný čas s kamarády?**

- Každý den
- 1x týdně
- 2x – 3x týdně
- Nikdy
- Jiná (napíšte, jak často): \_\_\_\_\_

**14. Kdo Vám určuje typ trávení volného času?**

- Rodič
- Já sám/sama o tom rozhoduji
- Kdo jiný? (napíšte): \_\_\_\_\_

### 15. Jak trávíte volný čas o prázdninách?

- Výlety
  - Dovolená u moře / na horách
  - Tábory
  - Jsem doma
  - Jiné: \_\_\_\_\_
- 

Děkuji Vám za vyplnění dotazníku.

## Anotace kvalifikační práce

<b>Jméno a příjmení:</b>	Nikol Vahalová
<b>Katedra nebo ústav:</b>	Ústav speciálněpedagogických studií
<b>Vedoucí práce:</b>	Mgr. Hana Karunová, Ph.D.
<b>Rok obhajoby:</b>	2021

<b>Název práce:</b>	Volnočasové aktivity pro žáky s mentálním postižením v kontextu moderních trendů a technologií
<b>Název v angličtině:</b>	Spare time activities for pupils with mental disabilities in the context of modern trends and technologies
<b>Anotace práce:</b>	Bakalářská práce se zabývá volnočasovými aktivitami pro žáky s mentálním postižením. Práce je rozdělená na dvě části. V teoretické části se zabývá vymezením mentálního postižení, rodinou s mentálně postiženým, volným časem, volnočasovými aktivitami a inkluzí. V praktické části je zaměřena na kvantitativní výzkum, kterého je součástí dotazník, který se týká volnočasových aktivit jedinců s mentálním postižením.
<b>Klíčová slova:</b>	Mentální postižení, rodina, volný čas, volnočasové aktivity, inkluze
<b>Anotace v angličtině:</b>	The bachelor thesis deals with leisure activities for students with mental disabilities. The thesis is divided into two parts. The theoretical part is about definitions of mental disabilities, families with mentally disabled individual, leisure time, leisure activities and inclusion. The practical part is focused on quantitative research, which includes a questionnaire, which concerns the leisure activities of individuals with mental disabilities.
<b>Klíčová slova v angličtině:</b>	Mental disabilities, family, leisure time, spare time activities, inclusion

<b>Přílohy vázané k práci:</b>	Grafy, schémata, tabulky
<b>Rozsah práce:</b>	55 stran
<b>Jazyk práce:</b>	Čeština