

**Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích  
Pedagogická fakulta  
Katedra pedagogiky a psychologie**

**Bakalářská práce**

# **Volný čas dětí předškolního věku**

**Vypracovala: Lucie Burianová  
Vedoucí práce: Mgr. Veronika Plachá**

**České Budějovice 2014**

## **PROHLÁŠENÍ**

Prohlašuji, že jsem tuto bakalářskou práci vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b. zákona č. 111/ 1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou universitou v Českých Budějovicích na jejich internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedením ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích dne 26.6.2014

.....

Lucie Burianová

### **Poděkování**

Tímto bych chtěla poděkovat magistře Veronice Plaché za odborné vedení, cenné rady, vstřícnost a ochotu při veškerých konzultacích mé bakalářské práce.

Dále bych chtěla poděkovat také za spolupráci mateřských škol, které mi umožnily rozhovory s rodiči dětí potřebné k uskutečnění výzkumného šetření.

## **ABSTRACT**

Cílem mé bakalářské práce je zjistit, co je volný čas, vysvětlit hru v předškolním věku, která se volného času týká. Zaměřila jsem se také na činitele ovlivňující volný čas, což je v největší míře rodina, ale také média, nebo potřeby.

Pro praktickou část jsem si zvolila výzkum pomocí rozhovorů s rodiči dětí, které navštěvují mateřské školy v Českých Budějovicích a Opařanech. Rodiče se mi snažili vysvětlit, jak jejich děti tráví nejčastěji volný čas, či jak je v aktivitách podporují, z čehož jsem udělala společné vyhodnocení.

## **KLÍČOVÁ SLOVA**

Volný čas, rodina, činnosti, hra

## **ABSTRACT**

The purpose of my bachelor's thesis is to determine, what is leisure, explain game in preschool age, which concerns leisure time. I focused on factors affecting leisure, which is mostly family, but also the media, or personal needs.

For the practical part, I chose to research by doing interviews with parents of children attending kindergarten in the Czech Budejovice and Opařany. Those parents explained to me, how their children spend most of their free time, and how they support them in activities. From this, I have done joint evaluation.

## **KEYWORD**

Leisure, family, activities, game

## **OBSAH:**

|  |             |
|--|-------------|
| <b>ÚVOD</b> .....                                    | <b>6 -</b>  |
| <b>I. TEORETICKÁ ČÁST</b> .....                      | <b>7 -</b>  |
| 1. VOLNÝ ČAS.....                                    | 7 -         |
| 2. HRA JAKO NÁPLŇ VOLNÉHO ČASU.....                  | 10 -        |
| 3. POTŘEBY A VOLNÝ ČAS.....                          | 13 -        |
| 1.3 Maslowova pyramida potřeb.....                   | 13 -        |
| 2.3 Potřeby podle profesora Zdeňka Matějčka.....     | 15 -        |
| 3.3 Naplnění potřeb ve volném čase.....              | 16 -        |
| 4. KDE SE VOLNÝ ČAS VÝCHOVNĚ ZHODNOUJE.....          | 18 -        |
| 1.4 Rodina a volný čas.....                          | 18 -        |
| 2.4 Aktivity a instituce.....                        | 20 -        |
| 3.4 Vliv médií na volný čas.....                     | 21 -        |
| <b>II. PRAKTICKÁ ČÁST</b> .....                      | <b>24 -</b> |
| 5. CÍL PRAKTICKÉ ČÁSTI.....                          | 24 -        |
| 6. VÝZKUMNÝ VZOREK-> MŠ.....                         | 27 -        |
| 1.6 Mateřská škola v Opařanech.....                  | 27 -        |
| 2.6 Mateřská škola v Českých Budějovicích.....       | 27 -        |
| 7. VLASTNÍ VÝZKUM.....                               | 28 -        |
| 1.7 Rozhovory s rodiči dětí z Opařan.....            | 28 -        |
| 2.7 Rozhovory s rodiči dětí z Českých Budějovic..... | 30 -        |
| 3.7 Shrnutí výsledků.....                            | 32 -        |
| 4.7 Porovnání ČB x Opařany.....                      | 33 -        |
| 8. DISKUSE.....                                      | 35 -        |
| <b>ZÁVĚR</b> .....                                   | <b>36 -</b> |
| <b>SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ</b> .....                 | <b>37 -</b> |

## ÚVOD

Téma „volný čas předškolních dětí“ jsem si vybrala proto, že je pro všechny důležitou součástí života a každý svůj volný čas tráví jinak. Studuji obor předškolní pedagogika, a proto jsem si vybrala právě tuto věkovou skupinu. Dle mého názoru je třeba, abychom děti vedli k efektivnímu využívání volného času již od útlého věku věku. Dávat jim podněty, aby si samy vybraly, co je baví a jak svůj volný čas chtějí strávit.

V mé bakalářské práci se budu v teoretické části zabývat nejprve stručnou charakteristikou předškolního věku, spojenou s tématem hra v předškolním věku, které bych věnovala více pozornosti, protože většina předškoláků tráví svůj volný čas právě hrou. V další kapitole vysvětlím pojem volný čas a vše co se volného času týká; co si pod pojmem volný čas můžeme představit, funkce volného času, vztah dětí a mladých lidí k volnému času, jeho podmínky, rodinu a volný čas, ale také problémy volného času. V neposlední řadě zmíním problémy tohoto tématu- komunikační média. Jaký vliv má na děti televize, nebo počítač?

V praktické části budu sledovat volnočasové aktivity dětí z Opařan- vesnické a Českých Budějovic- městské mateřské školy. Chtěla bych se zaměřit na to, v čem může být rozdílné trávení volného času na vesnici a ve městě, nebo naopak, v čem se tyto dvě cílové skupiny shodují. Jaké podněty je ovlivňují, čemu se musí děti a jejich rodiče v místě bydliště přizpůsobit.

Výzkum jsem si zvolila formou rozhovoru, kde se budu ptát konkrétně rodičů předškolních dětí, abych se dozvěděla co nejvíce informací týkající se volného času v předškolním věku. Zajímá mě, jaké aktivity předškoláci ve volném čase provozují, jak rodiče vedou své děti k volnému času, dávají-li jim podněty, jak volný čas prožívat, nebo nechávají veškerou volbu na dětech. Ráda bych měla v rozhovorech pestrou škálu dotazovaných- děti se sourozencem, jedináčky, děti z úplných, nebo neúplných rodin apod.

# I. TEORETICKÁ ČÁST

## 1. VOLNÝ ČAS

V úvodu vymezím pojem volného času a zdůvodním význam aktivního trávení volného času.

### **Co je volný čas?**

Pojem volný čas si každý z nás může vyložit jinak. Někdo si pod ním představí relaxaci při čtení knihy, jiný zase sport, ve kterém ze sebe vydáme všechnu energii. Je, nebo by alespoň mělo být na každém z nás, jak se svým volným časem naložíme. Záleží na našich zájmech, co nás baví, ale také na momentálním rozpoložení.

Hofbauer (2004) vysvětluje volný čas jako čas, kdy člověk nevykonává činnosti pod tlakem závazků, jež vyplývají z jeho sociálních rolí, zvláště z dělby práce a nutnosti zachovat a rozvíjet svůj život. Někdy se vymezuje jako čas, který zbývá po splnění pracovních i nepracovních povinností. Jako hlavní funkce volného času se uvádějí: odpočinek, zábava, rozvoj osobnosti.

(Hofbauer, B., 2004, str. 13)

Německý pedagog W. Opaschowski (nar. 1941), vymezil funkce a možnosti volného času. Za základní považuje:

- rekreaci (zotavení a uvolnění)
- kompenzaci (odstraňování zklamání a frustrací)
- výchovu a další vzdělání (učení o svobodě a ve svobodě, sociální učení)
- kontemplaci (hledání smyslu života a jeho duchovní výstavba)
- participaci (podílení se, účast na vývoji společnosti)
- integraci (stabilizace života rodiny a vrůstání do společenských organismů)
- enkulturaci (kulturní rozvoj sebe samých, tvořivé vyjádření prostřednictvím umění, (sportu, technických a dalších činností)

(Hofbauer, B., 2004, str. 14 – 15)

Pávková (2008) zahrnuje pod pojem volný čas činnosti jako odpočinek, zábavu, rekreaci, zájmové činnosti, nebo třeba také dobrovolné, společensky prospěšné činnosti.

## **Aktivní využívání volného času a odpočinku**

Kvalitní náplň a využívání volného času se pochopitelně nevyřeší vše, ale pokud dáme dítěti dostatečnou, pestrou nabídku a má šanci být v něčem úspěšné, snižuje se pravděpodobnost, že něco zničí, s někým se popere, opije se, nebo dokonce sáhne po drogách.

Aktivní trávení volného času a aktivní odpočinek musí splňovat následující funkce

- aktivní přístup dětí a mládeže k provádění této činnosti
- kompenzace jednotvárné zátěže (při vyučování, dlouhodobém sezení, nerovnoměrném zatěžování jednotlivých oblastí mozku a nervové soustavy apod.)
- posilování zdravého způsobu života a zdraví

U dětí a mládeže rozlišujeme následující formy aktivit

- fyzická aktivita realizovaná organizovanou tělovýchovnou 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 odpočinek je základním prvkem zdravého životního stylu a tedy i prevence sociálně patologických jevů u dětí a mládeže. 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.

(Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, 2002, str. 6)

### **Co není volný čas?**

Pávková (2008) vysvětluje, že ne všechny činnosti, které provádíme mimo vyučování, nebo pracovní povinnosti patří do volného času. Z hlediska dětí a mládeže do volného času nepočítáme ani základní péči o zevnějšek, sebeobslužné činnosti, nebo povinnosti



spojené s provozem rodiny. Součástí volného času nejsou ani činnosti, které zabezpečují biologickou existenci člověka, jako je jídlo, spánek, zdravotní péče, hygiena,.. Z těchto činností si však někdy lidé vytvoří svého koníčka, což je zřejmé například ve vztahu ke konzumaci jídla, s čímž souvisí také jeho příprava.

Vážanský (2001) odpověděl na otázku „co je možné očekávat ve volném čase od činností?“ takto: Tvořivost, empatii, pružnost, připravenost k inovaci, nebo také přívětivost. Můžeme si položit otázku, zda mohou pedagogové nahradit nezáživné pedantské formy jednání změněnými přístupy. Potom by se možná pedagogika volného času stala průkopníkem reformované pedagogiky, která opustí konzervovaný a zažitý strach z disciplíny a dala přednost potěšení. Neboť je nepsané pravidlo, že tam, kde šlo o radost a zábavu lidí, nebo obveselení a pohodu, tam se projevilo porozumění.

### **Vztah dětí a mladých lidí k volnému času**

Na pojetí a praxi volného času dětí a mládeže mají vliv nejen objektivní podmínky, ale také vztah účastníků k jeho aktivitám a institucím. Za účastníky můžeme pokládat jak děti, mladé lidi, ale také dospělé organizátory, kteří mezi dětmi nebo mladými lidmi působí jako dobrovolní, profesionální, či externí pracovníci.

V postavení obou skupin se však projevují odlišnosti. Děti a mladí lidé si osvojují svojí účastí na volnočasových aktivitách nový obsah a získávají novou sociální zkušenost. Dospělí, kteří mezi nimi působí a za činnost odpovídají, jim pomáhají, rozvíjejí jejich výchovu ve volném čase a touto svou výchovou a lidskou zkušeností se sami obohacují. Obě skupiny jsou tedy stejně důležité, každá skupina svému „partnerovi“ poskytuje nejen nové poznání o příslušné oblasti, ale také o sobě a svých lidských kvalitách. Obě se tak v průběhu činností vzájemně doplňují.

Osobní postoje účastníků volnočasových aktivit nelze zjednodušovat na časté vyjádření „nemám dost času“ (zejména toho volného). Především v minulém století se sice ve světovém, evropském měřítku i v jednotlivých zemích dosáhlo menšího pokroku a mladí lidé se naučili svůj volný čas zvládat, cílevědomě a smysluplně využívat ve prospěch sebe samých, blízkého okolí i celé společnosti. Přesto se však podmínky života některých z nich staly složitějšími a řešení problémů jejich volného času obtížnějším.

(Hofbauer, B., 2004, str. 33-34)

## 2. HRA JAKO NÁPLŇ VOLNÉHO ČASU

Wágnerová (2005) předškolní věk vymezuje od 3-7 let. Konec předškolního věku není určen jen fyzickým věkem, ale hlavně sociálně, nástupem do školy. Ten s věkem dítěte sice souvisí, ale může se pohybovat v rozmezí jednoho, popřípadě i více let. V předškolním věku je charakteristická stabilizace vlastní pozice ve světě, diferenciacie vztahu ke světu. Dítěti pomáhá v jeho poznání představivost, velikou roli v tomto období hraje fantazie a intuitivní uvažování, které ještě není regulováno logikou. Pro předškolní období je typický egocentrismus, který ovlivňuje uvažování i komunikaci. Velký socializační význam v předškolním věku má hra. Formativní význam má také spontánní tělesná aktivita, kdy děti skotačí a dovádí, což mnohdy dospělí vnímají jako zbytečné „blbnutí“.

Mádrová (1998) poznamenává, že každé dítě hru potřebuje. Hra je znamením zdraví a naděje dítěte, že se jeho schopnosti rozvinou a jednou se přetvoří v plnou, aktivní životní sílu. Dítě se ve hře může realizovat, proměňuje ji ve stovky nových podob a nemá vědomí času, nutnosti a povinnosti. Hra je rozlet za hranice skutečnosti, pro dítě zcela snadný, protože hranice mezi realitou a snem jsou v té době tenké. V dětské fantazii je snadné dosáhnout na měsíc, lézt po žebříku do nebe, vykouzlit si kouzelnou hůlkou koně, či létající koberec. Až ve školním věku začíná být dítě poutáno konkrétní skutečností a začíná reálně vnímat svět.

Opak fantastického světa bez hranic, který dítěti poskytuje hra, je svět dospělých, svět práce, povinností, spěchu, nebo také nutného řádu a organizace. Rodiče si často neuvědomují, že vše toto je dítěti cizí a přirozenou hravost dítěte považují za neposlušnost, nerespektování jejich vlastní organizace a za zlobení. Rodiče musí své ratolesti vychovat tak, aby přijaly společenské normy, obrousily svou spontánnost, naivní upřímnost a v neposlední řadě také touhu být středem, kolem kterého se točí svět. Rodiče by si měli uvědomit, že je to dlouhodobý proces, který je náročný pro obě strany.

Hra může zprostředkovat dva odlišné světy nenásilnou formou. A to svět dětský se světem dospělým. Existují hry, které mají určitá pravidla a časový sled. Zde se dítě musí podřizovat řádu a učit se spolupracovat s ostatními. Hra je také velice užitečná v tom, že učí dítě vytrvalosti, trpělivosti a radosti. Učí ale také přijímat prohru a nezdár, což je pro

dítě nesmírně těžké a mnohdy to neumí ani dospělý člověk.

(Mádrová, E., 1998)

Pávková (2008) hru popisuje jako výchovný prostředek, který s ohledem na věkové zvláštnosti dětí patří k nejoblíbenějším činnostem ve volném čase. Trefně kompenzuje řízený čas a působí jako relaxace. Je podstatným prostředkem nenásilného ovlivňování, a tedy výchovného vedení, a přitom i příležitostí k poznání dětí. Hry jsou součástí všech typů a druhů činností ve výchově mimo vyučování. Mohou působit na rozvoj všech stránek osobnosti a dle svého charakteru ovlivňují psychický, biologický a v neposlední řadě také sociální rozvoj jedince.

Hry Podněcují pohybovou aktivitu, umožňují nenásilné získávání zkušeností, nových poznatků, dovedností a rozvíjení schopností. Většinou jsou doprovázeny kladnými city, přinášejí vzrušení a radost, umožňují odreagování napětí a negativních emocí. Protože probíhají většinou ve skupinách nebo ve dvojicích, mají též významnou úlohu při socializaci. Učí děti zapojit do skupiny, podřídit se pravidlům hry a osvojit si pravidla sociálního soužití. (Pávková, J., 2008, str. 89)

Wágnerová (2005) uvádí, že součástí hry může být hračka. Hračky mají dominující význam u mladších dětí, jsou součástí materiálního prostředí, odrážejí způsob života ve společnosti a její civilizační úroveň. Vyjadřují také vztah dospělých k dětem. Dítěti mohou ke hře sloužit i náhodně vyhledané předměty, jako například klacíky, kamínky, provázky,... V současné době se na vzniku nových druhů hraček a dalších materiálů podílí průmyslová výroba, ale na hračky se také soustřeďuje pozornost celé řady odborníků- výtvarníků, lékařů, technologů, psychologů, pedagogů a také ekonomů.

Pávková (2008) zmiňuje, že podle současných hledisek by měla hračka přinášet nejen radost a citové uspokojení, musí také odpovídat hygienickým, pedagogickým a estetickým požadavkům. Mezi další požadavky patří variabilita hračky. Hygienické požadavky je nutné uplatňovat především u mladších dětí, materiál i jeho zpracování musí vyhovovat bezpečnostním požadavkům a věku. Z pedagogického hlediska má hračka zajistit získávání nových poznatků a tematikou odpovídat zkušenostem dětí.

Hra je jedním ze způsobů vyjádření vlastní interpretace reality a postoje ke světu i sobě samému. Symbolickou hrou se dítě vyrovnává s realitou, která je pro něj zatěžující. Umožňuje dítěti, uspokojit přání, která ve skutečnosti nejde splnit alespoň symbolicky.

Dítě se stále musí přizpůsobovat požadavkům okolí, které mnohdy ještě ani nechápe. Symbolická hra mu dovoluje přizpůsobit realitu svým potřebám a chovat se, dle svých představ. Hra dítěti dodává svobodu a dítě si může problematickou skutečnost zpracovat, jak se mu to líbí.

U tématické hry na něco si dítě procvičuje budoucí role, vhodná řešení určitých situací, prožití sociálních rolí, mezi které patří i negativní role, které děti lákají a jinde by si je nemohly dovolit. Ve hře může být dítě dobré i zlé, díky tomu se naučí vnímat a rozlišovat své vlastnosti, pozitivní i ty negativní. Piaget (1970) upozorňuje na význam symbolické řeči, kterou dítě při hře užívá a díky ní prezentuje skutečnost jiným způsobem než obvyklým verbálním sdělením.

### 3. POTŘEBY A VOLNÝ ČAS

S tématem souvisí také potřeby. Je tomu tak proto, že ve volném čase své potřeby naplňujeme. Potřebami se zabývalo spousta psychologů, já bych ráda zmínila psychologa, který je známý svou pyramidou potřeb- Abrahama Maslowa a dále pak potřeby podle psychologa Zdeňka Matějčka.

#### 1.3 Maslowova pyramida potřeb

V knize Respektovat a být respektován (2007) je vhodné seznámení s Abrahamem Maslowem. Abraham Maslow byl psycholog a autor hierarchie lidských potřeb. V této pyramidě potřeb postupujeme od spodního patra postupně k nejvyššímu. Je potvrzeno, že pokud nebudou naplněna spodní patra, nemohou se naplňovat patra vyšší. Například když se dítě nebude cítit v bezpečí, nemůže se naplňovat vyšší patro- láska a sounáležitost. Naopak, když se dítě necítí v ohrožení a cítí se v bezpečí, může se začít projevovat poznávání, učení, nebo potřeba uplatňovat své vlohly a schopnosti. Volný čas můžeme zařadit v podstatě do všech pater Maslowovy pyramidy.



• *RozvojPedagoga.EU: Vzdělávací moduly* [online]. 2010 [cit. 2014-06-25]. Dostupné z:<http://rozvojpedagoga.eu/modules/m3/3-2-struktura-motivacniho-procesu.html>

Potřeby musíme vnímat, zvláště u malých dětí je důležité potřeby uspokojovat.

Přesvědčit se o tom můžeme na příkladu, když má dítě hlad, či žízeň- nemá zájem o hru, ani o poznávání okolního světa, ale všemi svými projevy dává najevo zájem svůj hlad a žízeň uspokojit. Pro děti starší, též pro dospělé je zase velmi důležitá potřeba bezpečí, která má roli základní podmínky efektivního učení. Teprve, když se necítíme být ohroženi a cítíme se být respektováni a přijímáni, může se naplno projevit potřeba poznávání a učení.

Ke každé potřebě z pyramidy bych ráda napsala pár informací, protože všechny potřeby zde zmíněny jsou propleteny také s volným časem. Každá činnost ve volném čase je podmíněna tím, že má dítě dostatek všech potřeb.

1. *Prvotní potřeba*, kterou je třeba naplnit se týká *fyziologických potřeb*. Tedy potřeb spojených s naším tělem. Patří sem například přijímání potravy, tekutin, dýchání, vylučování, pohyb a aktivity, ale také odpočinek a spánek. Každá lidská bytost tyto potřeby má, liší se však v míře i způsobu jejich uspokojování.

Co se týče předškolních dětí a jejich fyziologických potřeb, je pro ně velmi důležitý pohyb, který bychom jim neměli odpírat. Každé dítě většinou věnuje volný čas pohybu, ať již běhání, skákání, nebo jiné činnosti, která je s pohybem spojená. Zakazování a omezování je v tomto směru nevídané, efektivnější je si s dětmi strategicky vymezit podmínky pro uspokojení pohybu. Například je-li v místnosti málo místa na běhání, domluvíme se s dítětem, aby zde neběhalo, a že se půjdeme proběhnout ven.

2. *Bezpečí a životní jistota*. Do tohoto bodu patří řád, pravidla, předvídatelnost věcí. Každé dítě potřebuje řád, pravidelný rytmus, díky kterému se cítí v bezpečí a dovede se tak i orientovat v čase. Dítě tak má pocit, že se věci dějí předvídatelným způsobem, že platí určitý řád, pořádek a pravidelnost. Proto je pro děti velice důležité stanovení hranic a pravidel, která musí být jasná a pevná.

O pravidlech, limitech a řádu je třeba mluvit s dětmi již od předškolního věku, také je důležité, aby se na tvorbě pravidel podílely- nestanovovat hranice pro děti, ale s dětmi.

Ve volném čase platí pravidla a řád také pro různé hry, kde se děti učí jejich dodržování, ale také uvědomění si, že nejdříve si splníme povinnosti a pak může následovat zábava a činnosti, které nás baví.

3. *Sounáležitost a láska.* Každý chce milovat, být milován a někam patřit. Chceme, aby nás druzí přijímali takové, jací jsme a abychom s několika lidmi vytvořili intenzivní citový vztah. Dítě pociťuje tuto potřebu velmi intenzivně vzhledem ke své bezmocnosti a závislosti. V raném věku se vytváří vazba na matku, postupně si vytváří vztah ke všem ostatním lidem, kteří ho obklopují.

Školka samozřejmě nemůže nahradit rodinu, proto je důležité, aby se rodina dítěti dostatečně věnovala a to i v jeho volném čase. Podporovala ho v aktivitách, které ho baví, aby mělo dítě jistotu, že na něm rodičům záleží, nebo byli rodiče schopni pohrát si s dětmi a věnovali jim svůj čas.

4. *Uznání a obdiv.* Člověk má od narození potřebu cítit se jako hodnotná lidská bytost. Každý z nás chce být přijímán, respektován a oceňován jako důležitá a hodnotná osoba.

5. *Seberealizace.* Patří sem snaha pochopit sám sebe, najít si svůj smysl života. Čím jsou děti mladší, tím více se potřeby umístěné v pyramidě výše dostanou ke slovu, až když jsou uspokojeny potřeby pod nimi. To, co nazýváme akademickým učením a co se děti učí hlavně ve škole, patří nejvýše- do potřeby seberealizace.

(Kopřiva, P., Nováčková, J., Nevolová, D., 2007, str. 189-203)

### **2.3 Potřeby podle profesora Zdeňka Matějčka**

Prof. Matějček (1992) se zmiňuje o pěti biologických a psychických potřebách, které, stejně jako u Maslowovy pyramidy, musí být plně uspokojeny, aby mohlo dítě přežít a dobře se vyvíjet.

1. *Potřeba určitého množství, proměnlivosti a kvality vnějších podnětů.* Pokud je tato potřeba uspokojena, umožňuje naladit organismus na žádoucí úroveň aktivity.

2. *Potřeba určité stálosti, řádu a smyslu v podnětech.* Naplnění této potřeby je podmínkou pro to, aby se z podnětů, které by byly jinak chaotické a nezpracovatelné, staly zkušenosti, poznatky a pracovní strategie. Tato potřeba je základní podmínkou pro jakékoliv učení.

3. *Potřeba prvotních emocionálních a sociálních vztahů.* Rozumí se vztahů k osobě matky a k osobám dalších primárních vychovatelů. Při náležitém uspokojování této potřeby se dítěti dostává pocit životní jistoty, který je podmínkou pro žádoucí vnitřní integraci jeho osobnosti.

4. *Potřeba společenského uplatnění a společenské hodnoty.* Její uspokojení přináší zdravé uvědomění vlastního já, vlastní identity, což je podmínkou pro osvojení užitečných společenských rolí a hodnotných cílů životního snažení.

5. *Potřeba otevřené budoucnosti nebo životní perspektivy.* Uspokojení této potřeby dává lidskému životu časové rozpětí a podněcuje a udržuje v člověku jeho životní aktivitu. Jedná se o dimenzi naděje- beznadějnost.

Tyto základní potřeby můžeme hodnotit pouze ve vztahu k individualitě dítěte a ke společnosti, v níž vyrůstá. I přesto, že všechny uvedené základní potřeby jsou zřejmě platné pro všechny lidské kultury, jsou některé z nich v jednotlivých kulturách pocíťovány více, jiné zase méně, na některé potřeby je v určité kultuře kladen větší důraz a naopak. Například v jedné kultuře je žádoucí, aby byly děti co nejdéle závislé na rodičích, v jiné kultuře se musí děti osamostatnit co nejdříve.

Při uvažování nad těmito potřebami a naší kulturou si přirozeně klademe otázku, jak je tomu v naší společnosti a co z toho plyne pro naši psychologickou poradenskou službu.

### **3.3 Naplnění potřeb ve volném čase**

Jak tyto potřeby mohou děti naplnit ve svém volném čase.

#### *1. Potřeba určitého množství, proměnlivosti a kvality vnějších podnětů*

Měli bychom dětem dávat pestrou nabídku činností a aktivit, aby měly dostatečný výběr, činnosti obměňovat, abychom nesklouzli do stereotypu, který by děti zanedlouho omrzela. Například vedeme-li kroužek angličtiny. Děti jsou nadšeny, že se učí hravou formou něco nového. Je ovšem třeba hry spojeny s výukou jazyka obměňovat, aby se neopakovaly stále dokola a dětem se spíše nezprotivily, případně celkově pozměnit výuku.

#### *2. Potřeba určité stálosti, řádu a smyslu v podnětech.*

Pokud dítě tráví volný čas nějakým kroužkem, ví, že je to pravidelně se opakující událost. Toto vědomí mu dodává určitou jistotu, kdy děti vědí, co přijde a jsou v psychickém klidu.



### *3. Potřeba prvotních emocionálních a sociálních vztahů.*

Ve volném čase se dítě může seznamovat s jinými vrstevníky, učit se navazovat nové kontakty a přátelství. Stačí nám k tomu vzít dítě na dětské hřiště. Dítě se musí domluvit s ostatními, společně se vystřídat na skluzavce, v leccem ustoupit, nebo se domluvit na společné hře. Tato potřeba je důležitá i do budoucího života, proto by děti měly mít možnost na nové navazování kontaktů mezi ostatními dětmi.

### *4. Potřeba společenského uplatnění a společenské hodnoty.*

Když se dítěti něco povede, například v nějakém zájmovém kroužku, ze kterého si například přinese výrobek, nebo medaili za vydařený sportovní výkon a rodiče, nebo kdokoliv jiný ho pochválí a dítě se dočká uznání, naplňuje se nám tato potřeba.

### *5. Potřeba otevřené budoucnosti nebo životní perspektivy.*

Pokud dítě podporujeme v tom, co ho baví již od útlého věku, je možné, že se v něm rodí předpoklady do budoucnosti, které se týkají například povolání.

## **4. KDE SE VOLNÝ ČAS VÝCHOVNĚ ZHODNOCUJE**

Aktivity a instituce volného času se dnes uplatňují ve všech prostředích života a výchovy dětí a mládeže: v rodině a činnosti školy mimo vyučování, ve specifických institucích a sdruženích, v obci a médiích jako dalších prostředích každodenního života. (Hofbauer, B., 2004, str. 55)

Aktivity volného času v posledních letech obsáhly rozsáhlé, výrazně odlišné spektrum činností různorodých obsahů a realizačních způsobů, odlišné odborné specializace a výchovné náročnosti. Vstoupily do pracovních dnů dětí i dospělých, do jejich víkendů, prázdnin, či dovolených. Staly se nedílnou součástí všech fází lidského života od předškolního věku přes dospívání do dospělosti až po seniorský věk. Jejich účastníky jsou příslušníci všech sociálních a také zájmových skupin společnosti.

### **1.4 Rodina a volný čas**

Většinou se každý setkává s volným časem od začátku narození prostřednictvím rodiny. Rodina slouží jako primární sociální skupina, je rozhodující pro většinu dětí a mladých lidí. Slouží také jako prvotní prostředek volnočasového života a výchovy, začíná také s výchovou a vzděláváním. Rodina se podílí zásadním způsobem na formování osobnosti dítěte, vytváří pro něj hmotné podmínky a sociální ochranu. Dobrá výchova rodiny slouží také jako prevence jednotlivých zdravotních poškozujících a život znehodnocujících závislostí a jevů.

Je to také rodina, kdo od počátku života dítěte rozvíjí mezilidské vztahy a klade základy hodnotové orientace. Tradiční podoba rodiny přináší dnes svým příslušníkům v mnoha směrech příznivější podmínky než kdokoli předtím; zároveň však prochází významnými změnami (zejména individualizací a uvolňováním vztahů mezi jejími příslušníky), jejichž souhrn se někdy označuje jako krize rodiny. To vše působí také na volnočasový život jejich vrstevníků. (Děti, mládež a volný čas, Hofbauer, str. 56)

První zkušenosti z aktivit volného času se získávají v rodině, rodina je pro dítě a mladého člověka prvním prostředím, které pro jejich volný čas vytváří, nebo by měla vytvářet příznivé podmínky, hodnotová východiska, nebo také motivaci k dosahování životních cílů. Rodina by měla dětem poskytovat dostatek času a vytvářet pro ně podmínky pro spoluúčast na plánování a prožívání volného času. Nezapomínejme také

na zajištění finančních a hmotných potřeb, zejména individuálního vybavení, nebo získávání informací a podnětů pro účast v dalších prostředích mimo rodinu. Způsoby realizace volného času v našich rodinách se od sebe značně odlišují, v závislosti na jejím sociálním statusu, životnímu stylu i vztahu k volnočasovým aktivitám.

Dle mého názoru by měli mít rodiče přehled o tom, jak tráví jejich děti volný čas, když přijdou domů z mateřské školy. Existuje řada možností, jak strávit hezké odpoledne společně s dětmi, jako například vycházky do přírody, pohybové hry, nebo hry deskové, kterých je v dnešní době veliký výběr.

### **Pozor na seberealizaci v dětství**

Každý rodič by měl své dítě dobře znát a respektovat jeho schopnosti, zájmy a možnosti- přijímat své dítě takové, jaké je. Když si tohle rodiče uvědomí, mohou na to navázat svým výchovným vedením. Rodiče by si však měli dávat pozor na to, aby neměli tendence své dítě vést podle svých představ a cílů, jejich osobní představy a plány, kterých se jim v dětství nedostalo. Můžeme si to uvést na příkladu otce, který koupí svým synům soupravu vláčeků, s kterými si ovšem synové nemohou hrát, nebo na ně dokonce ani sáhnout, aby se vláčky nerozbily. Hraje si nakonec s vláčky sám otec a nesplňuje tak svým ratolestem jejich vlastní přání, ale realizuje si ta svá z dětských let.

Druhý příklad je maminka, která koupí své dcerce k narozeninám velmi drahou panenku se zlatými vlasy. Když ji ovšem dcerce předá, diví se, že dcera neprojevuje nijak velké nadšení. Až potom, co se nad situací zamyslí, uvědomí si, že přesně o takovéhle panence snila v dětství ona sama. Její dcera však již několik panenek má, a navíc si přála dostat úplně jinou hračku.

Tyto dva příklady jsou pouhou maličkovostí, ze strany rodičů se stávají pro děti mnohem horší věci, například to, když rodiče nutí své děti do zpěvu, hry na nějaký hudební nástroj, nebo do nějakého sportu, když sami vidí, že zrovna pro tuto činnost nemá jejich dítě nadání. Tímto stylem staví rodiče před své děti vysoké požadavky, které děti nejsou schopny svými schopnostmi splnit, což pro děti může mít citové nebo psychické strádání.

Každý rodič by si měl uvědomit, že oni i jejich děti jsou každý svéráznou, neopakovatelnou a originální bytostí, že každé dítě je jiné a měli by ho brát takové, jaké je. Rodiče mohou u dítěte některé vlastnosti potlačit, jiné naopak podpořit, ale nikdy a

žádnou výchovou nemohou dítě úplně změnit. Každé dítě je originální jedinec, u kterého se vyvíjejí vlastní předpoklady i nedostatky, v něčem bude lepší, něco mu půjde hůře. Rodičovská láska musí být silnější než jejich očekávání, což pro většinu rodičů není těžké si uvědomit, některým to však může trvat o něco déle.

## **2.4 Aktivity a instituce**

Mladí lidé většinou ve volném čase sledují televizi, scházejí se s přáteli, čtou, nebo poslouchají hudbu. Mezi volnočasové aktivity můžeme zařadit dále například návštěvu divadla, kina, koncertů, kutilství, nebo hraní na hudební nástroj. U mládeže se stále častěji čas věnuje vydělávání peněz a nákupům. Trávení volného času můžeme rozdělit do několika skupin, podle toho jedná-li se o aktivity pohybové, výtvarné, ale i péče o zvířata je zahrnuta do volného času.

### **Sport**

Hofbauer (2004) uvádí, že velký vliv na děti má sport, který odvádí přebytečnou energii a potřebu pohybu přirozeným, účelným směrem. Dítě je možné přihlásit na určité sporty do tělovýchovných jednot, nebo zájmových kroužků. Vhodné jsou pro děti kolektivní hry- volejbal, házená, fotbal aj., při nichž se učí děti spolupráci, přátelským vztahům a kdy agresivitu proměňují ve snahu o výkon. Pokud vybereme vhodné sportovní odvětví, ve kterém se dítě uplatní a vyžije, můžeme tím dopomoci k podpoře jeho zdravého sebevědomí, které děti tak potřebují.

Sami rodiče mohou vést děti ke sportu již od předškolního věku. Stačí, když si s ním zahází s míčem, nebo projedou na kole. Činnost je to sice nepravidelná, ale tvoří významnou součást pohybových aktivit.

### **Umělecké kroužky**

Velmi populární jsou v dnešní době umělecké kroužky. Tyto kroužky slouží na výtvarnou seberealizaci, odregování psychické tenze apod. Dítě si zde může něco nového si vyrobit z keramiky, papíru, nebo jiného materiálu ve tvořivém kroužku, naučit se zahrát písničku na flétnu či jiný hudební nástroj, naučit se nový tanec, nebo si v dramatickém kroužku nacvičit ve skupince divadelní představení pro rodiče. Takovýchto kroužků je v dnešní době veliký výběr a každé dítě by mělo mít právo vybrat si podle toho, co by ho bavilo, popřípadě si kroužek vyzkoušet a zjistit, zda má

pro danou činnost nadání a chce v ní pokračovat. Od rodičů se v této oblasti očekává, že své dítě podpoří a dá mu dostatečně na výběr, nebude rozhodovat za své dítě, pouze mu pomůže, pokud to od něj bude dítě očekávat.

### **Zvířata**

Myslím si, že velký význam má pro předškoláka také domácí mazlíček. V dnešní době je to velký trend, u dětí velice oblíbený. Dítě si tak má možnost samo zkusit péči o živého tvora, čímž se učí prosociálnímu chování, zodpovědnosti a v neposlední řadě si také pěstuje citovou vazbu mezi ním a živým tvorem.

Mezi oblíbená zvířata patří pes a kočka, což si myslím, že je pro děti lepší, psa a kočku si mohou děti osahat, pomazlit se s nimi, na rozdíl od rybiček, nebo zvířat z terárií. Velkou výhodou mají rodiny bydlící v domku se zahradou, kde nejsou na péči o zvíře kladeny takové požadavky, co se týče venčení a celkové hygieny.

### **3.4 Vliv médií na volný čas**

Hofbauer (2004) zmiňuje, že pro vzájemné soužití lidí je velice významná mezilidská komunikace. Je to forma sociálního styku spočívající ve sdělování informací. Lidé mohou komunikovat bezprostředně, tváří v tvář, často však komunikaci zprostředkovávají média (sdělovací prostředky), zejména pak masmédia (hromadně sdělovací prostředky), která umožňují ovlivňování velkých skupin lidí najednou, v poslední době také jejich aktivní zapojení do komunikace.

S velkou rychlostí a razancí se nové formy komunikace staly nedílnou součástí denního života rostoucího okruhu příslušníků společnosti. Souvisí také s volným časem na všech úrovních- od individuální po společenskou, od místní po světovou- a všechna tato prostředí pomáhají média spojovat. Jejich působení má však také záporné stránky: jedná se o přecenění diváckého a uživatelského přístupu na úkor vlastní aktivity a spoluúčasti, propagaci násilí, šíření pornografie a spoustu dalších negativních jevů. Nejvíce jsou médii ovlivňovány děti a mládež, proto na tuto stránku musí volnočasová výchova vhodně reagovat.

Říčan a Pithartová uvádí, že děti a mladí lidé se s médii setkávají denně, ať je to v rodině, škole, ale také během svého volného času. Možnosti jejich využívání se jim

v dnešní době nabízejí již v předškolním věku. Prostřednictvím médií získávají děti a mladí lidé informace o světě dospělých i vrstevnicích; mohou zde také uspokojovat a rozvíjet svoje zájmy, inspirovat se pro nové způsoby oddechu a zábavy, mohou se také na mediální tvorbě podílet. Tímto způsobem se vytvořila nová, svébytná a podstatná oblast zájmové činnosti, jejíž rozvoj můžeme předpokládat i v budoucnu. Stále častěji zasahuje každého, děti a mladí lidé však na nabídku reagují odlišně- na každého mají média jiný vliv.

Ale v jaké míře je pro děti předškolního věku vhodné například sledování televize? Velice názorně a trefně přirovnávají sledování televize autoři knihy Krotíme obrazovku (Pavel Říčan a Drahomíra Pithartová) k jídlu. To, co konzumujeme z obrazovky je naše duševní potrava a to jakou potravu přijímá naše duše je důležité stejně tak, jako to, co máme na talíři či ve sklenici pro své tělo. Má to vliv na naši inteligenci, povahu, rozhled, ale také na přejícnost nebo sobectví a je velice důležité, abychom si toto uvědomili.

V dnešní době je obrovský výběr „duševní stravy“, nejčastěji v televizi, časopisech, nebo internetu. Nesmíme opomenout ani na počítačové videohry, kde můžeme dokonce zasahovat do děje, což je pro děti a mládež velice lákavé. Když uvážíme všechny tyto „mediální nástrahy“, nesmíme se divit tomu, že průměrný člověk tráví stále více času před obrazovkou, nebo počítačem a je pod jejich vlivem.

Postupně tak ztrácíme svůj vlastní svět a necháme se pohlcovat syntetickým světem médií, což je veliké nebezpečí naší doby.

Naše zákonodárství se do jisté míry snaží zabránit tomu, aby se do naší duše, zvláště pak té dětské nedostávaly nežádoucí obsahy. V televizi se tak proto nesmí od šesté ráno do desáté večerní objevit nic, co by mohlo ohrozit nebo narušit duševní a mravní vývoj dětí a mladistvých. V této době by se tedy na televizních obrazovkách neměla objevit pornografie, ani brutalita. Bohužel tomu vždycky tak není, a proto bychom se jako rodiče a pedagogové měli snažit alespoň dostatečně vysvětlit dětem rozdíl mezi televizními pořady a reálným životem. Dbát na to, aby děti prožívaly volný čas s mediálními prostředky vhodně a s mírou. Velice důležité je zajistit, aby se děti dívaly na to, co jim prospívá, naučit je správně si umět vybrat, ale také je vést ke kritickému a inteligentnímu diváctví, protože kritický odstup zeslabuje škodlivé působení. Popřípadě se dívat s nimi a ne dítě před obrazovku odkládat.

Dnešní doba s sebou nese trend takový, že lidé zapnou televizor, i když zrovna nemají chuť se dívat. Zapnutý televizor působí ovšem jako magnet, který nás přitahuje, přestože v televizi dávají mizerný pořad. Můžeme ho kritizovat, ale televizor přesto nevypneme. Toho bychom se měli vyvarovat. Také proto, že děti v nás vidí vzor, a proto když toto nesmyslné zapínání televize uvidí u nás, nebudou mít pocit, že dělají něco, místo čeho by mohly strávit volný čas daleko přínosněji, tím myslím pro jejich duševní i fyzický stav, například nějakým sportem, listování encyklopedií, nebo třeba jiná, společná rodinná činnost.

Hofbauer (2004) rodičům doporučuje, aby dovolovali dětem mladším 6 let pracovat na počítači v rozsahu 15-20 minut, kde si dítě může například sestavovat puzzle, nebo plnit jednodušší úkoly. Vyhledávání na internetu by měly začít zkoušet až děti školního věku.

### **Shrnutí teoretické části a východiska pro výzkum**

Na základě teoretické části považuji za volný čas aktivity, které nejsou řízeny povinnostmi, naopak, jsou v z naší strany konány dobrovolně, za účelem odpočinku, relaxace, zábavy, nebo rozvoje osobnosti. V teoretické části jsme se dozvěděli některé příklady, co je za volný čas považováno, přínosná zmínka se nachází také v kapitole Vliv médií na volný čas, což je v dnešní době velice aktuální téma. Těchto poznatků z teoretické části bych chtěla využít v části praktické, kde bych se zaměřila, jak tráví děti předškolního věku svůj volný čas, zda si svůj volný čas řídí, či jim rodiče s organizací volného času pomáhají, popřípadě jak.

## **II. PRAKTICKÁ ČÁST**

### **5. CÍL PRAKTICKÉ ČÁSTI**

Cíl praktické části mé bakalářské práce je zmapovat, jak dnešní děti tráví volný čas. Je rozdíl mezi dětmi ve městech a na vesnicích? Chtěla bych zjistit, jak tráví svůj volný čas předškoláci ze školky v Opařanech a jak děti z Budějovické mateřské školy. Zda navštěvují zájmové kroužky, nebo mají jiné prožití volného času. Také mne zajímal přístup rodičů k dětem. Podporují je v jejich zájmech? Vedou je k efektivnímu využití volného času? Dopřávají dětem volný čas pro sebe, či jim ho nějakým způsobem řídí?

V dnešní době je trend počítačů a televizí. Nejsem si jistá, zda si dnešní děti vůbec dokáží představit život bez těchto technických vymožeností. Dokáží si ještě vůbec hrát bez této techniky?

Pro svou praktickou část bakalářské práce jsem použila kvalitativní výzkum, kdy jsem chtěla zjistit, jak rodiče své ratolesti podporují ve volném čase, či zda dělají něco pro to, aby jejich děti trávily svůj volný čas smysluplně, jako například nenásilné sebevzdělávání, sport, nebo jiné koníčky.

Zvolila jsem si výzkumné otázky, na které bych v praktické části chtěla nalézt odpovědi.

#### **Výzkumné otázky**

1. Jaký je rodinný život předškolních dětí? ( Kolik času spolu rodiny tráví, v jakém seskupení rodiny žijí, zda převažují sourozenci, nebo jedináčci,..)
2. Jaký je běžný způsob trávení volného času v rodině? ( Organizují rodiče dětem volný čas, či nechávají volbu pouze na dětech? Zda rodiny tráví volný čas společně, jakými aktivitami, nebo zda upřednostňují samostatné prožívání volného času)
3. Navštěvují předškoláci kroužky a jaké? ( Jaký výběr mají předškoláci z kroužků ve své mateřské škole, či zda využívají ještě jiné zájmové kroužky mimo školku)

#### **Kvalitativní výzkum**

Švaříček, R., Šedřová, K., uvádějí, že nástrojem kvalitativního výzkumu je především rozhovor. Podle Thomase (2003) kvalitativní přístup neporovnává jedince a události prostřednictvím termínů a míry množství, výzkum jde více do hloubky, do detailů.



Podstatou kvalitativního výzkumu je do široka rozprostřený sběr dat bez toho, že by na počátku byly stanoveny základní proměnné. Stejně tak nejsou předem stanoveny hypotézy a výzkumný projekt není závislý na teorii, kterou již předtím někdo vybudoval. Jde o to do hloubky a kontextuálně zakotveně prozkoumat určitý široce definovaný jev a přinést o něm maximální množství informací. Logika kvalitativního výzkumu je induktivní, teprve po nasbírání dostatečného množství dat začíná výzkumník pátrat po pravidelnostech, které se v těchto datech vyskytují, formuluje předběžné závěry a hledá pro ně další oporu v datech. Výstupem je formulování nové hypotézy či teorie, jak konstatuje již Smékal (1983, str. 56). Podle Strausse a Corbinové (1991, str. 11) se metody kvalitativního přístupu „...užívají k odhalení a porozumění tomu, co je podstatou jevů, o nichž toho ještě moc nevíme. Mohou být také použity k získání nových a neotřelých názorů na jevy, o nichž už něco víme.“

Hypotézy či teorie vzniklé na základě kvalitativního výzkumu však není možné zobecňovat. Jsou platné právě jen pro vzorek, na kterém byla data získána. (Švaříček, R., Šedřová, K., 2007, str. 24-25)

Hendl (2005) uvádí, že kvalitativní výzkum má několik výhod. Například to, že je kvalitativní výzkum lehce přizpůsobivý změnám, které se mohou objevit během výzkumu. Během výzkumu vznikají výzkumné otázky, ale také nové hypotézy, nebo nová rozhodnutí.

Tím se můžeme posunout a zabývat se sběry dat a analýzou.

Kvalitativní šetření jsem zvolila proto, že jsem chtěla svoje výzkumné otázky prošetřit do hloubky a lépe tak porozuměla danému tématu, tedy trávení volného času předškolních dětí a okolnosti, které se volného času týkají.

### **Metoda sběru dat**

Výběr metody pro výzkum záleží na požadovaném typu informace, od koho chceme informace získávat, nebo za jakých okolností. Volbu také může ovlivňovat to, kdo výzkum vede.

Já si pro realizaci kvalitativního výzkumu zvolila metodu rozhovoru. Důvod je hlubší porozumění a pochopení dotazovaných a konkrétní informace ve výsledcích. Bohužel mnoho rodičů nebylo tak sdílných, proto se mi výsledky mého výzkumu vyhodnocovaly

jen těžko. Nakonec jsem se rozhodla domluvit si schůzku ještě s dvěma maminkami, které jsem předem upozornila, že potřebuji co nejdetailnější informace. To se naštěstí povedlo a tyto dva rozhovory pro mě byly nejpřínosnější a nejvíce jsem se o něj opírala při vyhodnocování všech rozhovorů.

### **Polostrukturovaný rozhovor**

Chráska (2007) uvádí, že v některých publikacích se můžeme setkat s označením rozhovoru jako interview. Slovo se skládá ze dvou částí inter = mezi a view = pohled, nebo názor. Rozhovor je metoda získávání dat zprostředkovaná verbální komunikací tazajícího a respondenta. Každý rozhovor nemusí být interview. Interview je navázání osobního kontaktu s dotazovaným, je zde hlubší proniknutí do postojů a názorů dotazovaného, což může být značná výhoda. Můžeme sledovat jeho reakce a podle nich klást další otázky, které směřujeme přesněji.

Chráska (2007) také připomíná, že velkou výhodou je osobní vztah s respondentem, který poskytuje hlubší pohled na názory a postoje dotazovaného.

Nepsaná podmínka interview je ta, že tazající by měl navázat s respondentem přátelský vztah, vytvořit atmosféru, která bude uvolněná, příjemná.

Zkrácený názor dle Švaříčka a Šed'ové (2007) je takový, že cílem rozhovoru je získat detailní a komplexní informace o studovaném jevu, do určité míry je rozhovor strukturovaná konverzace, kterou řídí badatel pomocí hlavních, navazujících a také pátracích otázek.

## **6. VÝZKUMNÝ VZOREK-> MŠ**

K výzkumu jsem si zvolila dvě mateřské školy, jednu městskou, v Českých Budějovicích a druhou vesnickou, v Opařanech. Obě mateřské školy jsem navštěvovala jako praktikantka v rámci studia, děti jsem znala, s některými rodiči jsem se potkávala. Proto jsem si také tyto školky zvolila, pro svůj výzkum.

### **1.6 Mateřská škola v Opařanech**

Mateřská škola v Opařanech je malá a má pouze dvě třídy, první třída je pro mladší děti, od 3 do 5 let, druhou třídu navštěvují předškoláci. Každá třída má 26 dětí. Pro svůj výzkum jsem si zvolila třídu s předškoláky.

### **2.6 Mateřská škola v Českých Budějovicích**

Mateřská škola v Českých Budějovicích se nachází v blízkosti obchodního domu IGY, je tedy ve středu města. Je pochopitelně větší, má tříd 6 a každá třída má v rozmezí 24-28 dětí. Jsou zde třídy smíšené i věkově rozdělené. I v této mš jsem si vybrala třídu s předškolními dětmi.

V každé školce jsem vedla rozhovory s pěti rodiči předškoláků, které jsem se snažila volit formou účelového výběru, aby byly výsledky mého výzkumu pestré. Vybírala jsem tedy rodiče s jedním dítětem, s více dětmi, rodiče rozvedené, nebo manželské páry apod. Oslovila jsem více rodičů, bohužel ne všichni byli ochotni mi rozhovor poskytnout. Nakonec jsem ale našla ochotné rodiče, kteří mi vše popsali a odpověděli na mé otázky.

Rozhovory byly vedeny v únoru roku 2014 a každý rozhovor trval 15-25 minut. Všechny rozhovory byly polostrukturované, přizpůsobovaly se tedy danému okamžiku a situaci.

## 7. VLASTNÍ VÝZKUM

### 1.7 Rozhovory s rodiči dětí z Opařan:

#### Rodina a rodinný život

Pouze jedna rodina z pěti dotazovaných má jedináčka, kdy mi maminka prozradila, že druhé dítě do budoucna ani neplánují. Ostatní mají děti dvě. Z pěti rodin jsou čtyři jako úplná rodina, v jednom případě jsou rodiče rozvedeni a jejich dcera je ve střídavé péči. Jak jsem se dozvěděla, tak mít dvě děti je velice přínosné, sourozenci si spolu velmi často hrají, tráví spolu volný čas, nebo se od sebe navzájem učí. Většinu času tráví děti na zahradě, kde si hrají, jedna maminka mi řekla, že odpoledne jsou díky její pracovní vytiženosti její dvě dcery především u prarodičů.

Většina rodin se doma schází v plném počtu pouze při snídaních a večeřích, protože přes den je někdo z rodičů v práci. Rodiče nemají na své děti tolik času, kolik by si představovali. Přes týden, kdy mají pracovní povinnosti se snaží nahrazovat svoji nepřítomnost dětem odpoledne, kdy si s dětmi hrají, nebo společně připravují večeři, případně uklízí. Mile mě překvapil fakt, že rodiče vedou svoje děti k domácím pracím, cituji jednu z dotazovaných maminek: *„Ela mi chce stále se vším pomáhat, proto spolu trávíme odpoledne opravdu hodně času, pomáhá mi například s prostřením jídelního stolu, utíráním nádobí, nebo luxováním. S přítelem se o domácí práce dělíme, proto pak máme více času na zábavu, kterou věnujeme Elence.“*

Další odpověď zněla takto: *„Samozřejmě musím uvařit, nebo uklidit, běžné věci v domácnosti. Při tom mi děvčata pomáhají, Adélka je schopna již sama utřít nádobí, Eliška utírá přibory. Obě je baví luxování, proto každý den jedna z nich luxuje, nebo utírají prach. Snažíme se je vést k domácím pracím od malička, zatím to berou spíše jako hru, než povinnost.“*

#### Trávení volného času

Jedna z mých otázek při rozhovoru byla taková, jak spolu rodiny tráví volný čas o víkendech. Většinou rodiče věnují dětem celý víkend, jezdí na výlety, chodí do přírody, nebo navštěvují prarodiče, u kterých jejich děti i často přespávají.

Velmi často se objevovala odpověď, že děti jezdí s rodiči hodně na kolech. Jedna holčička z dotazovaných je ve střídavé péči, proto tráví víkendy jednou za čtrnáct dní u svého tatínka.

Návštěvy přijímají všichni z dotazovaných, většinou jsou to příbuzní či kamarádi se stejně starými dětmi, mnohdy spolu podnikají i různé procházky, nebo výlety. Maminka Elišky uvedla: *„Návštěvy podnikáme i přijímáme, sestra má děti podobného věku, proto si společně rády hrají. Minimálně jednou týdně se setkáváme, někdy se domluvíme a vezmu si sestřiny děti k nám, kde jsou celé odpoledne a společně si hrají, někdy je to naopak a moje děti jsou u sestry. O víkendech u sebe občas i spí, jsou z toho nadšeny.“* Mnoho rodin má domácího mazlíčka. Nejčastěji psa, který může běhat na jejich dvorku. Potom se ještě objevují zvířátka jako křeček, nebo zakrslý králik. Rodiče mi pověděli, že se o zvířátka děti zatím učí starat a je třeba jim s péčí pomoci, ale snaží se.

### **Kroužky**

V MŠ Opařany jsou kroužky Angličtiny, saunování a letošní novinka byla také školička lyžování, která sklidila u rodičů a dětí veliký úspěch. Kroužků ve školce není moc na výběr, proto mi každý rodič odpovídal na otázku „jak jste se pro daný kroužek rozhodli?“ tak, že nebylo moc na výběr, ale nechali volbu na dítěti, zda chce do nějakého kroužku chodit, či nikoliv.

Saunování v MŠ je spíše rarita, měla jsem jedinečnou možnost strávit jeden saunovací den ve školce a musím říci, že je to pro děti velice atraktivní, všechny děti to moc baví, a proto není divu, že skoro všechny děti navštěvující MŠ v Opařanech tento kroužek využívají.

V Opařanech je nevýhoda, že tam žádné velké vyžití pro děti předškolního věku není. Ani žádné kroužky, proto když se rodina a dítě pro nějaký kroužek rozhodnou, musí rodiče vozit své dítě do okresního města Tábor. I to je možná důvod, proč zde děti jiné kroužky moc nenavštěvují, pouze dvě děti z pěti ano- gymnastiku a krasobruslení. Odpověď maminky pětileté Adélky: *„Adélka má spoustu zájmů, bohužel v Opařanech nejsou podmínky k tomu, navštěvovat nějaké kroužky. Proto ji vozíme jednou týdně na krasobruslení okresního města Tábor.“*

Rodiče mi uváděli, že jsou ochotni věnovat do volnočasových aktivit svých dětí finance v rozmezí 1000-2000 Kč měsíčně. Tento výsledek ale je velice zkreslený a neověřený,

protože mi tyto čísla udávali i ti, jejichž dítě do žádného kroužku mimo MŠ nechodí. V Opařanech chodí z dotazovaných každé dítě do nějakého kroužku v rámci mateřské školy, kroužky, které jsou mimo mateřskou školu navštěvují pouze dva z pěti dotazovaných respondentů.

Jsem mile překvapena z faktu, že děti z Opařan pravidelně nevyužívají komunikační prostředky, jako jsou televize, nebo počítače. Většinou shlédnou večeráček a přes den si na televizi nevzpomenou a raději tráví svůj čas venku na zahradě. Proto rodiče nemusejí udávat rozmezí časů jak dlouho děti mohou TV nebo PC využívat. Jedna maminka mi například pověděla: *„Jsou dny, kdy si na televizi holky ani nevzpomenou. Většinou když je venku hezky, tráví čas venku, když je ošklivo, pustí si třeba nějakou pohádku, baví je to však tak hodinu, pak si jdou spolu hrát.*

*- někdy jsem já ta, která jim tam pustí televizní program děčko, když se nudí a nevědí co dělat. Tento televizní program mě zaujal a myslím si, že jsou tam moc hezké vzdělávací pořady i pro nejmenší.“*

## **2.7 Rozhovory s rodiči dětí z Českých Budějovic**

### **Rodina a rodinný život**

Tři z pěti dotazovaných rodičů mají dvě děti, další dvě rodiny mají zatím jedináčky, ale do budoucna druhé dítě plánují. Všechny rodiny, s kterými jsem vedla rozhovor jsou úplné. Platí zde stejný fakt jako u dětí z Opařan- je výhoda, když má k sobě dítě sourozence, protože si spolu dokáží hrát, zabavit, učí se od sebe, a to i v případě, že v jedné rodině je od dětí věkový rozdíl bezmála pět let, navíc jsou ještě bratr i sestra. I přesto si pomáhají a starší chlapec svoji sestru bez problému přijímá, jak řekla jejich maminka: *„I přesto, že jsou opačného pohlaví, tak si spolu rozumějí, Honzík má roli velkého bráchy, proto na Vikču stále dává pozor, dokonce mu nedělá problém vzít ji mezi své vrstevníky. Samozřejmě že to není takový vztah, jako když by mezi sebou měli menší věkový rozdíl, ale myslím, že jsou oba rozumní a snaží se z těchto rozdílů vytěžit co nejvíce.“*

S trávením společných chvil je to bohužel problém, nikdo mi neřekl, že je spokojený s délkou doby, kdy je jeho rodina pohromadě. Dělají to většinou časově náročná zaměstnání rodičů, jedna rodina dokonce vyřešila svoji časovou tíseň pro svého syna slečnou na hlídání: *„Vzhledem mojí a manželově vytíženosti v práci a tomu, že*

*Tomáškovy prarodiče bydlí daleko, pro něj máme slečnu na hlídání, která si s ním i hraje a opatruje ho. Není to každý den, zhruba tak 3-4 do týdne, bohužel to jinak vyřešit nešlo.“*

Velmi často se známí schází se svými dětmi například na dětských hřištích, kde si děti pohrají a jejich rodiče mají čas pohovořit mezi sebou. Líbil se mi zvyk maminky malého Péti, která mi pověděla: *„S kamarádkami se vidáme jednou týdně, každou středu odpoledne. Schází se nás šest maminek, každá si připraví na jedno odpoledne program, který potom s dětmi děláme, většinou něco vyrábíme, nebo i pečeme (cukroví, perníčky,..). Děti to moc baví, něco hezkého nebo dobrého si odnesou a vždy se těší na další středu.“*

### **Trávení volného času**

Jak jsem již zmínila, přes týden na sebe nemá drtivá většina rodin čas. Jedno mají ale společné- snaží se vše „dohnat“ o víkendech, svátcích, nebo jiných příležitostech. Berou své děti na výlety, k prarodičům, nebo alespoň na nějakou procházku do přírody. Často jsem se setkávala s odpovědí, že mají rodiny svoji chalupu, kterou o víkendech navštěvují, aby se alespoň na chvíli vzdálili od ruchu města. Cituji maminku pětiletého Petra: *„Víkendy trávíme pohromadě, máme chalupu na vesnici, kam jezdíme. Jezdí tam i prarodiče našich dětí a moje sestra s dětmi, všichni jsme tam pohromadě. Je tam velká zahrada, proto se děti dostatečně vyběhají, hrajeme s nimi různé pohybové hry a soutěže. Je nám zde nejlépe a proto se tam snažíme jezdit každý víkend. Když ale na chalupu nejedeme, snažíme se vymýšlet pro děti jiný pestrý program, jedeme na nějaký výlet, nebo na procházku do lesa, což mají děti moc rády. Do kina také občas zajdeme, ale ne tak často, spíše při nějaké výjimečné příležitosti.“*

Všichni z dotazovaných bydlí v panelovém domě, proto mi většinou na otázku domácího mazlíčka odpovídali tak, že na zvířátko nemají čas, a proto žádné nemají. I přesto se pár výjimek našlo dva rodiče mi potvrdili pejsky malého vzrůstu, s jejichž péčí a venčením děti pomáhají. Snad každé dítě by nějaké zvířátko chtělo, proto to někteří řeší tak, jako maminka Kačenky: *„Zvířátko nemáme, máme malý byt a kterýkoliv tvor by tam trpěl, protože bychom na něj neměli dostatek času. Ale protože mají holky zvířata rády, chodí často k mým rodičům, kde mají pejska, o kterého holky starají, vezmou ho na procházku, dbají na to, aby měl v misce stále vodu...Holky si pejska užijí,*

*přístupují k tomu rozumně, a proto by je ani nenapadlo žádat chtít si pořídit psa do bytu. “*

### **Kroužky**

Velkým překvapením pro mě byly kroužky mimo mateřskou školu. Dle mého názoru mají děti z Českých Budějovic více příležitostí navštěvovat zájmové kroužky. Mají je v místě bydliště, rodiče je nemusejí nikam vozit a vzdálenost kroužků od místa bydliště je maximálně pár zastávek MHD. Přesto všechny rodiny s dětmi tuto možnost nevyužívají a z kroužků navštěvují pouze ty, které jsou v rámci mateřské školy, což je plavání, balet, angličtina, nebo zdravotní cvičení. Volbu kroužků nechávají rodiče na dětech, děti se rozhodují převážně podle toho, jaký kroužek navštěvují jejich kamarádi. Pouze maminka Péti se zmínila o zvyku mezi maminkami z okolí a to takový jejich malý kroužek probíhající každou středu s názvem „Tvořivé středy“, o kterém jsem se zmínila výše, v úryvku Rodina a rodinný život.

### **3.7 Shrnutí výsledků**

Většina rodičů (konkrétně 7 z 10 ) mají dvě děti s věkovým odstupem 2-3 roky. V knize Dítě a rodina pan Matějček uvádí, že se všeobecně počítá s tím, že „přirozený“ věkový odstup mezi dětmi jsou dva až tři roky. Výhody vyplývají z toho, že nejen že se dají děti lépe pečovatelsky zvládnout, ale také proto, že čím menší věkový odstup mezi dětmi je, tím více se nacházejí v téže vývojové fázi, což je u batolat a předškoláků spíše nevýhoda- starší dítě pak může bojovat s tím, že rodiče věnují více času mladšímu sourozenci a jedno dítě konkuruje druhému. Ve školním věku se však při malém věkovém odstupe mezi sourozenci hranice starší- mladší již natolik splývají, že děti vytvoří dvojici. Je tak více příležitostí ke společné hře, společným zájmům, partnerským postojům a jiné. Jedináčci pak mohou být méně společenští, protože nebyli zvyklé vyrůstat vedle někoho. Tuto situaci mi potvrdila i maminka Ondráška: *„Ondra je takový samotář, proto má nejraději, když si zaleze do svého pokoje a tam si sám hraje, nebo maluje. Občas sám přijde a chce si hrát semnou, nebo s manželem. Ovšem to je výjimka. Snažím se ho brát co nejčastěji mezi vrstevníky, aby se naučil sprátně se s ostatními. Hodně mu pomohl nástup do školky, kde si již našel pár kamarádů a je o něco společenštější, než před nástupem do mš. “*



Rodiče se s dětmi snaží trávit veškerý volný čas, bohužel to tak vždycky nejde, ale každý mi pověděl, že se snaží kdykoliv mají čas, tak ho prožít se svými dětmi.

Velmi mile mě překvapil fakt, že již zmíněný problém volného času- televize a počítač se mi v rozhovorech nepotvrdil a většina rodičů mi oznámila, že své děti v televizi buď omezují na přijatelnou dobu, nebo své děti ani omezovat nemusí, protože je televize jednoduše nezajímá. Je zde však také otázka, zda se přede mnou rodiče nechtěli ukázat takzvaně „v lepším světle“ a pravdu si trochu neopravili. O tom však již mohu pouze polemizovat.

#### **4.7 Porovnání ČB x Opařany**

První otázku kterou jsem si položila byla ta, zda se bude lišit čas, který mají rodiče na své děti. Bude nějaký rozdíl v Českých Budějovicích a Opařanech? Dozvěděla jsem se to, že čas rodičů na děti je velice individuální záležitost, ale nejsou zde velké rozdíly, co se týče bydlení ve městě a na vesnici. V Českých Budějovicích jsem se setkala s odpovědí maminky, která nemá pro svého synka hlídání od prarodičů, nebo jiných příbuzných, proto byla nucena najít svému synovi slečnu na hlídání. S tím jsem se v Opařanech nesetkala, ale zase mi maminka pověděla, že své dvě dcery dávají s manželem na hlídání dle potřeby k prarodičům.

Všichni dotazovaní respondenti se shodli na tom, že by si přáli mít na své děti více času než mají, což je bohužel v dnešní uspěchané době téměř nereálné.

Co se týče rozdílů, mezi mateřskou školou na vesnici a ve městě jsem si všimla toho, že děti na vesnici mají mnohem více možností trávit volný čas sami venku, na zahradě. Děti z Českých Budějovic jsou v tomto případě o samostatný pobyt venku většinou ochuzeni a bez doprovodu rodičů by pro ně mohl být pohyb v parcích, nebo dětských hřištích přehnaně řečeno nebezpečný. Neplatí to ovšem o každém, kdo bydlí v Českých Budějovicích. Maminka pětileté Aničky mi uvedla: *„Nejraději jezdím s Aničkou k mé kamarádce, která bydlí na okraji města a má rodinný domek se zahradou. Tam se Anička vždycky dostatečně vyběhá a pohraje se stejně starou dcerkou mé kamarádky. Je to milé si sednout a vědět, že se tam holky nemůžou nikde ztratit, nebo je srazit auto a přitom mají pocit svobody.“*

Se zahradou souvisí také domácí mazlíček, převážně pes, kterého mají skoro v každé rodině z Opařan. V Českých Budějovicích mají z dotazovaných pouze dvě rodiny psa,

s tím, že uznali, že péče o něj je náročná, vzhledem k jeho pravidelnému venčení. V Českých Budějovicích mi rodiče také vyprávěli, že jejich ratolesti chodí na dětská hřiště, nebo mají ve městě krásné Hopsárium, kde se děti proběhnou a jsou tam pro ně nejrůznější atrakce, ale zřídka se dostanou například do lesa, nebo na louku,. Děti z Českých Budějovic, mají zase větší výhodu v kroužcích, ve kterých mohou trávit volný čas. Mají zde mnohem větší výběr kroužků, mnohdy nemusí ani nikam dojíždět, oproti dětem z Opařan, kde žádný kroužek, který se netýká mateřské školy nenajdeme, proto musí rodiče své ratolesti za kroužky vozit, nejčastěji do okresního města Tábor. Potvrdila mi to i maminka Elišky: *„Eliška chodí na gymnastiku, kroužek probíhá dvakrát týdně, bohužel až v 25 km vzdáleném Táboře, což je časově dost náročné. Elišku ale gymnastika moc baví, proto ji tam budeme i nadále vozit.“*

Jako doplňující otázku jsem rodičům pokládala, zda by vyměnili místo svého bydliště (z města na vesnici a naopak). Rodiče z vesnice mi všichni odpověděli, že by v žádném případě, do města bydlet nešli. Ani ze svého důvodu, ani kvůli dětem. Naopak rodiče z města si změnu bydliště dovedou představit, někteří dokonce o změně uvažují.

## **8. DISKUSE**

V této práci jsem použila výzkumné metody rozhovorů, které jsem prováděla u rodičů, jejichž děti navštěvují mateřské školy v Opařanech a Českých Budějovicích. Tyto školky jsem si vybrala záměrně, abych mohla porovnat, jak se liší volný čas dětí na vesnici a ve městě. Také jsem obě školky znala, navštěvovala jsem je v období školní povinné praxe.

Bohužel rozhovory nedopadly dle mého očekávání a většina rodičů se nerozpovídala tak, jak jsem si představovala, proto jsou výsledky stručné, strukturované rozhovory, které odpovídají spíše kvantitativnímu výzkumu. Možná byla chyba v tom, že jsme rozhovory prováděli v kabinetě mateřských škol okamžik před tím, než si šli rodiče své potomky vyzvednout, možná také proto, že jsem se s rodiči mnohdy viděla poprvé v životě a odstup je v tomto případě samozřejmý. I přesto jsem se pokusila vystihnout každý detail, který v rozhovoru zazněl a mohla tak udělat kvalitativní výzkum.

Vím, že nyní bych se ptala rodičů jinak. Delší rozhovor, méně otázek, ale ještě o něco více do hloubky. Také bych si možná vybrala více školek, minimálně ještě jednu ve městě a jednu ve vesnici. Tím by byly výsledky možná jiné, možná ještě přesnější, jelikož by byly výsledky z více nezávislých míst od nezávislých respondentů.

Také bych při zjišťování informací pro svou práci bych postupovala jinak organizačně, například tak, že místo rozhovorů s jednotlivým rodičem bych zorganizovala sezení s více rodiči najednou, kde by se vyjadřovali podle toho, jak by uznali za vhodné. Očekávala bych, že budou rodiče sdílnější, protože by se pozornost nesoustředila čistě na jednoho z nich. Také bych příště zapojila do výzkumu více dětí. Ptala bych se jich co nejraději dělají, s čím si nejraději hrají, nebo co dělají, když přijdou ze školky. Myslím, že touto formou bych se dozvěděla mnoho drahocenných informací.

## ZÁVĚR

Při vyslovení pojmu volný čas se každému z nás vybaví něco jiného. Někomu aktivní sportování, jinému čtení knihy v pohodlí domova. Mně se například vybaví tvorba ručních výrobků společně s dalšími členy rodiny, vybouření energie při sportu, nebo klidný odpočinek za doprovodu mé oblíbené hudby.

Vzhledem k tomu že mě téma volný čas předškoláků opravdu zajímá jsem se díky mé bakalářské práci dozvěděla nové poznatky a téma ještě více osvojila, což považuji jako přínosné pro mé budoucí zaměstnání.

V práci jsem se věnovala nejprve krátkému seznámení s předškolním věkem. Dále jsem detailněji zpracovala téma Hra jako náplň volného času. Za neméně důležité bych považovala také potřeby dítěte, o kterých jsem se rozepsala v kapitole „Maslowova pyramida potřeb“ a také „Potřeby podle profesora Zdeňka Matějčka“.

Přiblížila jsem pojem „volný čas“. Obecně jsem shrnula, co volný čas znamená a jak ho máme chápat. Naopak jsem také v práci napsala kapitolu, co volný čas není. Jako další kapitola zmíněná v mé práci a související s volným časem je „Vliv médií na volný čas“, který je v dnešní moderní době opravdu veliký.

Mé domněnky o tom, že děti z městské mateřské školy mají příznivější podmínky pro využití volného času se mi potvrdily- je zde více zájmových kroužků, které mají rodiče i děti na dosah ruky. Naopak to, že rodiče dětí z městské mš mají na děti méně času než rodiče z vesnice nikoliv, z rozhovorů jsem usoudila, že jsou na tom časově přibližně stejně. Dále jsem se utvrdila v názoru, že „jedináčci“ jsou méně společenští, než dítě se sourozencem. Rádi si hrají sami a nevyhledávají tolik pozornosti a spolupráce od druhých.

Smyslem práce bylo především zmapovat volný čas předškoláků, což se mi z velké části dle mého názoru povedlo a ujasnila jsem si některá fakta dnešního rodinného života.

## SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

- HOFBAUER, B. Děti, mládež a volný čas. Praha: Portál, 2004. 176 s. ISBN 80-7178-927-5
- CHRÁSKA, M. Metody pedagogického výzkumu: Základy kvantitativního výzkumu. Praha: Grada, 2007. 272 s. ISBN 978-80-247-1369-4
- KOPŘIVA, P.: NOVÁČKOVÁ, J.: NEVOLOVÁ, D.: KOPŘIVOVÁ, T.: Respektovat a být respektován. Kroměříž: Spirála, 2007, ISBN 80-901873-7-4
- KRAUS, POLČÁKOVÁ a kol. Prostředí, člověk, výchova. Brno: Paido, 2001. ISBN 80-7315-004-2
- MÁDROVÁ, E. Zkuste být dítětem. Praha: Portál, ISBN 80-7178-229-7
- MATĚJČEK, Z. Dítě a rodina v psychologickém poradenství. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1992. ISBN 80-04-25236-2
- MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY. Volný čas a prevence u dětí a mládeže. Praha: Čihák, 2002
- PÁVKOVÁ, J. Pedagogika volného času. Praha: Portál, 2008. 224 s. ISBN 978-80-7367-423-6
- ŘÍČAN, PITHARTOVÁ. Krotíme obrazovku. Praha: Portál, 1995. ISBN 82-7178-084-7
- SVOBODOVÁ, E. a kol. Vzdělávání v mateřské škole 1.vyd. Praha: Portál, 2010, 168 s. ISBN 978-80-7367-774-9
- ŠVARŤÍČEK, ŠEĐOVÁ a kol. Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách. Praha: Portál, 2007. 384 s. ISBN 978-80-7367-313-0
- VÁGNEROVÁ, M. Vývojová psychologie: Dětství, dospělost, stáří. 1. vyd. Praha: Portál, 2000. 528 s. ISBN 80-7178-308-0.
- VÁŽANSKÝ, M. Základy pedagogiky volného času. Brno: Print- Typia, spol. s. r. o, 2001. ISBN 80-86384-00-4

### **Použité internetové zdroje**

- *RozvojPedagoga.EU: Vzdělávací moduly* [online]. 2010 [cit. 2014-06-25]. Dostupné z:<http://rozvoypedagoga.eu/moduly/m3/3-2-struktura-motivacniho-procesu.html>