

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Teologická fakulta

Katedra pedagogiky

Diplomová práce

REKREAČNÍ FUNKCE VOLNÉHO ČASU U STUDENTŮ
TEOLOGICKÉ FAKULTY JIHOČESKÉ UNIVERZITY V ČESKÝCH
BUDĚJOVICÍCH

Vedoucí práce: doc. Michal Kaplánek, Th.D.

Autor: Bc. Daniela Uhlířová

Studijní obor: Pedagogika volného času - PS

Ročník: 3. NMgr.

2013

Prohlašuji, že svoji diplomovou práci jsem 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 diplomové práce, a to v nezkrácené podobě (v úpravě vzniklé vypuštěním vyznačených částí archivovaných Teologickou fakultou) elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích 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 uvedeným 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.

Datum

Děkuji vedoucímu diplomové práce, panu doc. Michalovi Kaplánkovi, Th.D. a odborné konzultantce doc. PaedDr. Miladě Krejčí, CSc. za odborné vedení a ochotu pomoci při zpracování mé diplomové práce.

OBSAH

OBSAH.....	4
1 ÚVOD.....	6
2 REKREACE	8
2.1 Definice rekreace.....	9
2.2 Druhy rekreace	10
2.3 Stručný historický přehled rekreace v kontextu volného času.....	13
2.4 Rekreace a aktivní životní styl - výzkumné studie.....	17
3 VOLNÝ ČAS	25
3.1 Definice volného času	26
3.2 Funkce volného času	27
4 VYSOKOŠKOLSKÝ STUDENT	29
4.1 Zařazení periody vysokoškolského studia.....	29
4.2 Rekreční aktivity a volný čas studentů – výzkumné studie.....	30
4.3 Studium na TF JČU.....	35
4.4 Gender a TF JU v genderové statistice.....	38
5 VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ.....	43
5.1 Cíle výzkumu	43
5.2 Výzkumné hypotézy.....	43
5.3 Metodika.....	44
5.3.1 Charakteristika souboru.....	44
5.3.2 Použité metody a techniky výzkumného šetření	49
5.4 Výsledky výzkumu.....	50
6 ZÁVĚR A DOPORUČENÍ PRO PRAXI	102
7 PŘÍLOHY	120
8 SEZNAM LITERATURY	128
9 SEZNAM POUŽITÝCH TABULEK, OBRÁZKŮ A GRAFŮ.....	133
9.1 Grafy.....	133

9.2	Tabulky.....	135
	Abstrakt.....	136
	Abstract.....	137

1 ÚVOD

Má práce se zabývá rekreační funkcí volného času. Rekreace ve smyslu zotavení je jednou z nejdůležitějších složek volného času. Slouží nám k obnovení původního fyzického i psychického stavu.

Téma jsem si vybrala z důvodu, že i přes značnou důležitost, je tato složka volného času mnohdy opomíjena. V dnešním hektickém světě se lidé snaží každý den vykonat co nejvíce práce a volného času jim mnoho nezbyvá. A pokud jim nějaký volný čas zbude, často se rozhodnou využít ho „smysluplněji“ než dostatečnou rekreací. Avšak právě rekreace v tomto smyslu je pro naši další pracovní činnost stěžejní. Slouží nám hlavně k tomu, abychom byli zdraví, odpočatí, spokojení a abychom se zotavili po náročné každodenní práci. Rekreace nám mimo jiné slouží i k uspokojování vyšších potřeb a zájmů.

V naší moderní společnosti se cílem jednotlivců i politických a státních seskupení stala ekonomika. Jakoby existoval jen zákon koupě a prodeje. Sféra materiálních hodnot nemůže být cílem člověka. Pravá kultura se uskutečňuje až tam, kde člověk překračuje svět věcí a obrací se sám k sobě. Vědomě si vybírá a volí mezi rozmanitými hodnotami v úsilí dosáhnout vnitřní integrace a rovnováhy s přírodou i společností. Osobnost člověka se může rozvíjet jen v rozmanitých životních činnostech, situacích a mezilidských vztazích. Člověk, který směřuje své činnosti do oblastí rekreace kulturně umělecké, intelektuální, sociální, zájmové a pohybové si nejen obnovuje své síly, ale také se realizuje, rozvíjí, zdokonaluje a kultivuje. Pomáhá mu to najít vnitřní uspořádání a může pak optimálně rozvíjet a uplatňovat své lidské možnosti pro svůj prospěch i společnost.

V současné době stále více přináší studium na vysoké škole nadměrné studijní vypětí, které je nutné kompenzovat vhodně zvolenou rekreací. Z výzkumu aktivního životního stylu vysokoškoláků ČVUT vyplývá, že si studenti své velké duševní nasazení vedoucí až ke stresu chtějí kompenzovat pohybem různého typu ať už v posilovně nebo v přírodě. Z druhé strany však mají nedostatek času, protože jich asi třetina chodí do práce z důvodu potřeby financí na živobytí, studium nebo chtějí žít s širším rozhledem a možnostmi.¹

¹ Srov. VALJENT, Z. *Aktivní životní styl vysokoškoláků*. Dostupné [on-line].

Ve své diplomové práci se tedy zabývám rekreací ve smyslu zotavení u studentů Teologické fakulty Jihočeské univerzity a svou prací jim chci doporučit takové činnosti a formy odpočinku, zábavy a rozvoje osobnosti, které by směřovaly ke správnému nastavení jejich regeneračního procesu.

2 REKREACE

Slovo rekreace pochází z latinského výrazu „creare“, který znamená tvořit. Předpona „re“ značí vratný charakter. Z toho plyne, že rekreace je nové tvoření, znovustvoření.²

Tato složenina tedy v podstatě vyjadřuje obnovování, znovuvytvoření něčeho, co již v určité podobě existovalo, vracení do původního stavu, dosahování původní kvality, což vše bylo z nějakého důvodu v negativním smyslu změněno. Ze složení původního slova vyplývá, že takto označovaný proces má aktivní charakter. Je to tedy obnovování realizované vlastním úsilím, které vylučuje jakoukoliv pasivitu. Pojem „re-creare“ je opakem postupného vyčerpávání organismu způsobeného základními životními procesy (energetický výdej, s věkem související degenerativní procesy...), realizací přijatých socioprofesionálních rolí, ale především pracovních činností.³

Celý život člověka je spojen s více či méně intenzivním vyčerpáváním fyzického, psychického i sociálního potenciálu a na něj realizovaných činností atd. „Re-creare“ má zcela opačný charakter, který se projevuje nejen v kompenzačních, ale především v obnovovacích efektech. Z důvodů sloučení vlivu všech existujících negativních tendencí je však nutno tento pojem chápat i ve smyslu dalšího rozvoje. Tedy ne pouhé dosažení předcházejícího stavu, ale pokud je to možné, tak i jeho zlepšení. Tento rozvojový trend je způsoben úvahou, že čím vyšší je výchozí úroveň, tím menší jsou účinky související s vyčerpáváním. Čím více se svojí úrovní člověk dostane nad veškeré požadavky svého života, tím více sám sebe ochrání a tím intenzivnější a kvalitnější může být i činnost, kterou vykonává. Ve významu obnovy a dalšího rozvoje je tedy nutné chápat české slovo rekreace.⁴

² Srov. SCHNEIDER, J. FIALOVÁ, J. VYSKOT, I. *Krajinná rekreologie I.*, s. 11.

³ Srov. HODAŇ, B. DOHNAL, T. *Rekreologie*, s. 19.

⁴ Srov. Tamtéž, s. 19.

2.1 Definice rekreace

Autoři jednotlivých publikací definují pojem rekreace odlišně. Pověštinou se však shodují na tom, že rekreace zastává především funkci regenerace sil.

*„Rekreace je pojmem, označujícím činnosti, které jsou zaměřeny na obnovování vyčerpávaných sil a kompenzaci deformativních vlivů, vyplývajících z běžných socioprofesionálních rolí člověka, z jednostrannosti práce, nesprávných životních návyků apod., na tvorbu zdraví, rozvoj a zdokonalování ve smyslu fyzickém, psychickém i sociálním a s tím spojenou kultivaci“.*⁵

Torkildsen rekreaci definuje jako *„činnost a zážitky obvykle prováděné a získávané v rámci volného času a obvykle dobrovolně zvolené pro vlastní uspokojení, potěšení nebo tvůrčí obohacení“*. Dále pokračuje: *„Může být též chápána jako proces aktivní spoluúčasti. Fyzická rekreace je těsně spojená se sportem“*.⁶

Dle výkladového slovníku Cestovní ruch je rekreace v užším pojetí souhrn odpočinkových činností provozovaných ve volném čase. Obecnější pojetí definuje rekreaci jako využití volného času, jehož součástí může být aktivní pohyb, aktivní nebo pasivní účast na různých akcích, cestování a turistika.⁷

Schneider, Fialová a Vyskot chápou rekreaci jako činnost člověka v krajinném prostředí, kterou realizuje ve svém volném čase, a která slouží k regeneraci fyzických a duševních sil a k uspokojování jeho osobních zájmů.⁸

⁵ HODAŇ, B. DOHNAL, T. *Rekreologie*, s. 23.

⁶ TORKILDSEN, A. In HORNER, S. SWARBROOKE, J. *Cestovní ruch, ubytování a stravování, využití volného času*, s. 335.

⁷ Srov. PÁSKOVÁ, M. ZELENKA, J. *Cestovní ruch, výkladový slovník*, s. 248 – 298.

⁸ Srov. SCHNEIDER, J. FIALOVÁ, J. VYSKOT, I. *Krajinná rekreologie I.*, s. 11.

V obecném slova smyslu je rekreace na rozdíl od odpočinku vždy aktivní činností. Rozsah aktivit je nekonečný. Může být organizovaná či neorganizovaná, individuální či skupinová. Může být vykonávána v různých prostředích a v různých časových obdobích. Rozhodující vliv zda se jedná o rekreaci či ne, je její motivace a smysl vykonávané činnosti. Pokud budeme hovořit o zábavě, odpočinku, vlastním rozvoji, prožitku atd. se spojením s osobním uspokojením jedná se vždy o rekreaci. Je to činnost dobrovolná, závislá na vlastním rozhodnutí, což neznámá, že by nemohla být plánována a organizována, ale vždy je na jedinci svobodný výběr.⁹

2.2 Druhy rekreace

Dle Hodaně a Dohnala se rekreace rozděluje do základních pěti kategorií:

- 1. Kulturně-umělecká** rekreace se zaměřuje na participaci člověka na umění. Je tím zvyšována prožitkovost života, estetické vnímání světa člověkem, jeho všeobecná kulturnost a kultivovanost, obracení se do sebe sama apod. Tento druh rekreace může být realizován na úrovni pasivní (záměrné přijímání z vnějšku přicházejících podnětů) či aktivní (vlastní neprofesionální tvorba uměleckých hodnot, podíl na jejich interpretaci). Kulturně-umělecká rekreace se týká hudby, výtvarného umění, literatury, filmu a divadla. Je spojena s celkovou kultivací člověka, ke které dochází prostřednictvím specifického prožitku, který je (při veřejné produkci nebo v případě spoluúčinkování) umocněn účinkem typického kulturního prostředí a společnosti. Má především psychický a do určité míry i sociální charakter. Většinou, kromě tance či baletu, v ní však absentuje pohyb. (V případě pasivní konzumace je ovšem nutné zmínit i málo hodnotné projevy některých druhů masové kultury, příp. i některé projevy antikulturní).

⁹Srov. HODANĚ, B. DOHNAL, T. *Rekreologie*, s. 23.

2. **Intelektuální** rekreace se zaměřuje na zvyšování vědomostí v určité zájmově podmíněné oblasti. Rozsah této rekreace je velice široký. Je spjat se všemi existujícími vědeckými i uměleckými obory. Díky této činnosti dosahují mnozí neprofesionálové vysoké úrovně. Tento druh rekreace je značně individuální, někdy je až izolovaný. V některých případech může mít až asociální charakter. V této formě rekreace též absentuje pohyb.
3. **Sociální** rekreace se zaměřuje na vytváření sociálních vztahů, kontaktů, vytváření stálých či přechodných sociálních skupin a pohyb v nich. Sociální rekreace je spojena s potřebou sociálního kontaktu, který může být realizován na různých úrovních i v různých prostředích. Díky vznikající interakci je tato rekreace zaměřena na vzájemné intelektuální a citové obohacování. Prožitkovost tohoto druhu rekreace vyplývá z prostředí a ze zajímavých a osobnostně přínosných kontaktů. Prvořadý sociální efekt je propojen s efektem psychickým. Tento druh rekreace může být spojen s pohybovými činnostmi lokomočního charakteru.
4. **Zájmová** rekreace se spojuje s různými druhy „koníčků“, diferencovaných podle zájmů, které jsou převážně podmíněny vnitřními dispozicemi k určitému druhu činnosti. Tyto zájmově podmíněné činnosti zaujímají velmi široké spektrum od sběratelství přes výrobu a pěstitelství až k chalupaření. Tento druh rekreace je značně izolovaný. Prožitek bývá spojen s výsledným produktem vlastní činnosti. Význam zájmové rekreace je především psychický, k sociálním kontaktům dochází jen ojediněle. Po fyzické stránce může mít stejné negativní důsledky jako práce – jednostranné zatěžování a s ním spojené deformace. Pohybové činnosti bývají pracovního charakteru.¹⁰

¹⁰ Srov. HODANĚ, B., DOHNAL, T. *Rekreologie*, s. 26.

5. Pohybová rekreace může být jak samostatným druhem rekreace, tak součástí rekreace zájmové. Tento druh rekreace se týká těch případů, kdy se oblast fyzická, pohybová, stává dominantní. Pohybová rekreace jako forma tělesné kultury i rekreace je zájmová tělocvičná či jiná pohybová aktivita, která je zaměřená na regeneraci pracovních sil, na vyrovnání nepříznivých vlivů jednostranné práce a nezdravého životního prostředí, na zvyšování a trvalé udržování tělesné a duševní kondice.

Mezi uváděnými druhy rekreace dochází v jejich efektu ke značným rozdílům. První tři druhy pokrývají především oblast psychickou a sociální. Jsou zaměřeny na prožitky spojené s intelektuální a sociální úrovní. Po fyzické stránce zcela téměř (až na výjimky) opomíjejí oblast fyzickou. Mají tedy převážně nepohybový charakter. Ve čtvrtém druhu rekreace se již vedle oblasti psychické a sociální vyskytují i činnosti fyzického, pohybového charakteru. Pátý druh rekreace je zcela odlišný od předešlých. Pohybová rekreace je zaměřena na jakoukoliv fyzickou, pohybovou činnost člověka, jejímž důsledkem jsou prožitky a žádoucí změny v oblasti fyzické, psychické i sociální. Je nejvšestrannější, jelikož může do určité míry pokrývat i ty oblasti, které jsou typické pro ostatní druhy rekreace, zatímco ony se fyzické stránky člověka nedotýkají.¹¹

¹¹ Srov. HODAŇ, B. DOHNAL, T. *Rekreologie*, s. 27.

2.3 Stručný historický přehled rekreace v kontextu volného času

Vedle času věnovanému práci byl ve starověku i čas určený na odpočinek a zábavu. Volný čas měli v antice jen vyšší společenské vrstvy (tzv. svobodní muži), kteří měli svobodu od nutné práce. Už i Aristoteles (384-322 př. Kristem) se zabývá odpočinkem, který je hodný svobodnému občanu. Úspěch v podnikání, vedle mnišství a povolání rytíře, byl chápán v křesťanském středověku jako důsledek lidské píce a Božího požehnání. Volný čas je vyčleněn jako samostatná časová kategorie.¹²

Ve středověku patřilo především cestování ke společenskému bontonu nejvyšších společenských vrstev evropské šlechty, především mladých šlechticů, později i synů bohatých měšťanů a kupců. Ti se vydávali na cesty, aby se připravili na budoucí povolání v diplomatické službě nebo ve službě u královského dvora.¹³

Přadka zdůrazňuje velkou osobnost v dějinách pedagogiky volného času Jana Ámose Komenského (1592- 1670). Uvádí, že mladí gymnasisté z řad šlechty v Uhrách v letech 1650 – 1654 si nevážili vzdělání a vyznávali jiné životní radosti. Komenský začal boj proti obecné lenosti. Vyzval ke spolupráci vznešené rodiče, duchovní i školní dozor. Sepisuje *Praecepta morum* a zvláště zajímavé, někdy až kuriózně detailní *Leges Scholae benae ordinatae* (*Zákony školy dobře spořádané*) mimo jiné obsahující i zákony (pravidla pro žákovský život v internátě, ve volném čase a při hře).¹⁴

¹² Srov. KAPLÁNEK, M. *Pedagogika volného času pro navazující magisterské studium*, s. 4-5.

¹³ Srov. SCHNEIDER, J. FIALOVÁ, J. VYSKOT, I. *Krajinná rekreologie I.*, s. 8.

¹⁴ Srov. PŘADKA, M. *Kapitoly z dějin pedagogiky volného času*, s. 23.

Volný čas jezuitských studentů v sedmnáctém století byl povětšinou řízen internátním zařízením. Po roce 1620 představovala síť jezuitských středních škol internátní ubytování studentů. Počet jezuitských kolejí rostl a síť byla hustší. Za prvé to znamenalo postarat se o ubytované v koleji, vytvořit celodenní a celosemestrální režim časový a výchovný. Za druhé vzhledem k činnosti církevního řádu byl předpoklad, že nejlepší studenti do tohoto řádu později vstoupí. Z toho důvodu byly modlitby, bohoslužby a účast na kázáních pravidelnou a časově značně bohatou částí denního režimu. To byl základ, který se vlastně nelišil od výchovy a režimu jiných řádových škol, přesto zde byla určitá specifika. V první řadě to byl smysl pro utváření družnosti ve skupině chovanců a jakési společné radosti ze života pomocí oslav se společnou hostinou, přátelským posezením s dobrotami, doplněné divadlem či určitým pořadem.¹⁵

Před první světovou válkou se stal ve volném čase nejrozšířenějším výchovným hnutím pro mládež a děti skauting. Založil ho Angličan Sir Robert Baden Powel (1857 – 1941). V Čechách byl až do roku 1941 nejvýznamnější organizací Sokol, založený v roce 1862. Skauting neboli Junák (Český skaut) zavádí do Čech po roce 1910 pražský středoškolský profesor Antonín Benjamin Svojsík.¹⁶

Záštitu nad tímto hnutím u nás přebírá v roce 1919 Tomáš Garrigue Masaryk. Aktivním pracovníkem skautského hnutí a specifickým typem spisovatele je u nás populární a známý Jaroslav Foglar (1907 – 1999). Foglarova nejznámější kniha „Hoši od bobří řeky“ dala základ „pedagogice prožitku“. Trampské hnutí je specifikum první republiky. Městská mládež opouští města a táhne do přírody. Dějiny trampingu nejpečlivěji sepsal a vydal v roce 1940 Bob Hurián.¹⁷

¹⁵ Srov. PŘADKA, M. *Kapitoly z dějin pedagogiky volného času*, s. 15, 21.

¹⁶ Srov. Tamtéž, s. 52.

¹⁷ Srov. Tamtéž, s. 54-57.

Průkopníkem německé pedagogiky volného času byl v novověku Horst W. Opaschowski. Jeho teorie vychází ze vztahu protestantismu a kapitalismu, jak jej zpracoval německý sociolog Max Weber (1864-1920). Začátkem 19. století není volný čas jen pro vyšší společenské třídy, ale je i symbolem pro široké vrstvy obyvatelstva. Karl Marx (1818-1883), zakladatel teorie komunismu, dal volnému času demokratický ráz ve svých dílech a volný čas se stal jedním z cílů socialistického hnutí. Výsledkem úsilí o sociální spravedlnost byla zavedena nižší pracovní doba v průmyslových podnicích zakotveno právo na dovolenou, která byla uzákoněna ve většině zemí světa. Volný čas je dnes považován za jedno z kritérií kvality života.¹⁸

Devatenácté století je vůbec bohaté na velké osobnosti v pedagogice volného času. První velkou osobností na počátku 19. století je Jan Jindřich Pestolozzi (ve Švýcarsku). Druhou velkou osobností žijící v polovině 19. století a následujících desetiletí je G. Bosco, katolický kněz, spisovatel a vychovatel mládeže (v Itálii). Třetí velkou osobností na konci 19. století je E. T. Seton (v Kanadě a Spojených státech). Mimo výchovných systémů, které založily (dva z nich se rozšířily po celém světě – salesiáni a skauting) byli tvůrci bohaté spolkové činnosti ve volném čase. „Metodickou pomůckou“ prvního řádu pro ně byla veselost a radostnost výchovy. V té době zní až neuvěřitelně moderně, jaké výchovné prostředky G. Bosco používal. A to četbu a divadlo (divadlo obveseluje, vychovává, učí mládež). Dále to byla hudba a zpěv (dodnes se pěstuje zpěv při kytáře nebo jiném nástroji v salesiánských domech). Potom to byly různé sporty, hry, vycházky a výlety s chlapci. E. T. Seton je spojen s moderní ucelenou koncepcí mimoškolní výchovy.¹⁹

¹⁸ Srov. KAPLÁNEK, M. *Pedagogika volného času pro navazující magisterské studium*, s. 4-5.

¹⁹ Srov. PŘADKA, M. *Kapitoly pedagogiky volného času*, s. 26-27.

V době industrializace byly neúnosné pracovní nároky, jak po stránce kvantitativní, tak i kvalitativní. V 19. století vznikaly aktivity směřující ke zlepšení situace těžce pracujících, zejména dělníků. V ekonomicky vyspělých zemích se ve 20. století stalo právo na volný čas již samozřejmostí, i když je ve skutečnosti v mnoha případech porušováno. Na jedné straně nižší pracovní doba a nezaměstnanost nám zvyšuje disponibilní čas, ale na druhé straně nám snižuje možnost „užívat si“. Podle E. Webera v současnosti rozlišujeme 3 hlavní funkce volného času a to: regeneraci sil, kompenzace jednostranné práce a vlastní orientace v životě (volný čas jako prostor k hledání a nalézání smyslu života).²⁰

V moderním překladu je pojem volného času vymezením volna vůči pracovní době. Podle zakladatele moderní pedagogiky volného času Horsta W. Opachowskeho je cílem pedagogiky volného času proměňování časových úseků našeho života, které nám umožňují svobodně volit, rozhodovat se a jednat, v čase, ve kterém skutečně svobodně jednáme, rozhodujeme se a volíme a tím dosáhneme relativní autonomie jedince ve společnosti.²¹

USA v druhé polovině 60. let přináší vznik širokého a početného hnutí hippies. Hippies se staví kriticky k hodnotám společnosti a jejímu životnímu stylu. Zajímavý byl vztah k přírodě vyjadřovaný symbolikou („dětí květin“), ale i způsobem života. Jedno z jejich hesel bylo „dělat si své (podle svého), ale ne na úkor jiných“. Z ekologických aktivit je hnutí Greenpeace, které vzniklo v New Yorku v roce 1971. V tehdejší Československu vzniká hnutí Brontosaurus a v roce 1994 v České republice „Kruh sdružení dětí a mládeže“ a další organizace hlásící se k myšlenkám ochrany přírody a ekologické výchovy.²²

²⁰ Srov. KAPLÁNEK, M. *Pedagogika volného času pro navazující magisterské studium*, s. 7, 13-14.

²¹ Srov. Tamtéž, s. 2-5.

²² Srov. PŘADKA, M *Kapitoly z dějin pedagogiky volného času*, s. 75-84.

Němec na vědeckém sympoziu přednášel na téma Hra a volný čas v 21. století v našem současném postmoderním světě. Velký rozmach techniky a vědy zkomplikoval poznávání světa, který již není možné vidět vcelku a v souvislostech. Reálný svět se ztrácí, přirozené prostředí v přírodě nahradily sídliště, obchodní centra a ekologická centra, aby naše děti viděly, jak vypadá králík nebo slepice. Svět se propojil komunikačními sítěmi a internetem. Jsme odkázáni na zprávy „novinové a rozhlasové pravdy“ a virtuální realitu. Hra je časově ohraničená svobodná činnost, skupiny nebo jednotlivce, která vychází z jeho zájmu a přináší uspokojení potřeby, zábavu, poučení prožitkem apod. Objevujeme krásný svět her, kde hráč má možnost se sám rozhodnout, zda se hry zúčastní. Ta krásná dobrovolnost a svoboda naproti reálnému světu příkazů a nařízení. Reálně prožívaná hra má mnoho výchovných aspektů a je opakem virtuálního prožívání světa.²³

2.4 Rekreační a aktivní životní styl - výzkumné studie

Vše, co se týká pojmu „volného času“, se týká pojmu „životního stylu“. Týká se to všech lidí. Skupiny lidí, u kterých jsou stále více uvolňovány dosud existující hranice mezi „prací“ a „ne-prací“ i té skupiny lidí, u nichž jsou tyto hranice dosud stále velmi přesné a dokonce striktně dodržované. U celé populace, bez rozdílu věku, je řešen problém času obecně a jeho naplňování (prací, polopracovními činnostmi, zájmovými činnostmi, regenerací, vzděláváním, odpočinkem, společenskými funkcemi apod). Způsobů naplňování, i rozdílností jejich významu ve vztahu k samotnému individu i společnosti, najdeme velké množství. Individuální preference určitých činností, jejich obsah a uspořádání, které vypovídá o životním stylu.²⁴

²³ Srov. NĚMEC, J. *Hra a volný čas v 21. století* In HODAŇ, B. *Volný čas a jeho současné problémy*, s. 83-91.

²⁴ Srov. HODAŇ, B. DOHNAL, T. *Rekreologie*, s. 82.

O problému životního způsobu a životního stylu lze hovořit v rovině filozofické, sociologické, psychologické apod. Pokusme se však tento obecný, různě nazíraný problém, vztáhnout ke smyslu naší činnosti - k rekreaci, tedy v podstatě k renovaci fyzického, psychického i sociálního potenciálu člověka.²⁵

Rekreační proces člověka „vytrhává“ z jeho habituálních činností, vztahů, návyků atd. Zavádí jej do jiného prostředí (významnou úlohu sehrává zejména návrat do prostředí přírodního), navozuje jiné sociální a interpersonální kontakty a v souvislosti s tím před něj klade nové, neobvyklé i nečekané úkoly. Nové situace vyžadují nová řešení a mění navyklé stereotypy člověka. V novém prostředí a v nových situacích je od člověka vyžadováno jiné, z hlediska převažujících návyků „nové“ chování.²⁶

Rekreace tedy úzce souvisí s pojmem „životní styl“, zejména pak s pojmem „aktivní životní styl“. Abychom se přiblížili této problematice, vymezím tento pojem.

Pojem „aktivní životní styl“ je většinou chápán jako synonymum k pojmu „zdravý životní styl“ či jako životní styl spjatý s pohybovou aktivitou.²⁷

Bunc formuluje aktivní životní styl jako formu životního stylu, jenž chápe jako interakci mezi jedincem a okolím. Takto pojatá interakce má dvě složky – biologickou a sociální. Dále Bunc definuje tento pojem: „*AŽS je chápán jako takový ŽS, v němž své místo zaujímá také přiměřená pravidelná pohybová aktivita. Pohybová aktivita přitom není chápána jenom biologicky, ale respektuje i bio-psycho-sociální složky existence a fungování lidského organismu.*“²⁸

²⁵ Srov. HODAŇ, B. DOHNAL, T. *Rekreologie*, s 82.

²⁶ Srov. Tamtéž, s 82.

²⁷ Srov. VALJENT, Z. *Aktivní životní styl vysokoškoláků*, s. 10.

²⁸ BUNC V. In VALJENT, Z., *Aktivní životní styl vysokoškoláků*, s. 10.

Valjent zastává názor, který charakterizuje AŽS jako životní styl závislý na vzájemné kladné kombinaci především těchto faktorů:

- zdravá výživa
- pitný režim
- rizikové faktory (kouření, pití alkoholu, drogy)
- konzum médií (televize, počítače)
- pohybová aktivita

V souvislosti s tím můžeme hovořit o pravidle 3 P: Přiměřenost v příjmu živin a energie, Pravidelnost pohybové aktivity a Prevence v předcházení nezdravým stravovacím a životním návykům.²⁹

Pojmy „aktivní způsob života“ a „pasivní způsob života“ se staví samozřejmě do protipólu. Slepíčková tento protipól vystihuje takto: *“problém konzumního životního stylu se prolíná v mnohém s problémem pasivního životního stylu, nicméně nelze je ztotožňovat. Je tím míněna situace postihující stále větší část populace, kdy lidé pouze přijímají vlivy z vnějšího okolí jak v práci, v dalších povinnostech i ve svém volném čase a nevnáší do těchto sfér svého života tvořivé momenty, projev vlastních názorů a přání, vlastní úsilí se snahou ovlivňovat a popřípadě záměrně měnit jak sebe, tak své okolí. Pokud tak však naopak činí, lze hovořit o aktivním způsobu života”*³⁰

Dle Valjenta je aktivní životní styl vlastně systémem důležitých činností a vztahů a s nimi provázaných praktik zaměřených k dosažení plnohodnotného a harmonického stavu mezi fyzickou, sociální a duševní složkou člověka.³¹

Složky aktivního životního stylu je možno rozdělit na dva vzájemně se ovlivňující a prolínající okruhy a to na biologické složky AŽS a psychosociální složky AŽS.³²

²⁹ Srov. VALJENT, Z., tamtéž, s 10.

³⁰ SLEPIČKOVÁ I. In VALJENT, Z., tamtéž, s 10.

³¹ Srov. VALJENT, Z. *Aktivní životní styl vysokoškoláků*, s. 15.

³² Srov. Tamtéž, s. 10.

Předchozí výzkumné studie v oblasti AŽS

Aktivní životní styl má pro člověka, který se tomuto alternativnímu stylu života věnuje, značný přínos pro všechny složky zdraví. Lékaři z nefrologického pracoviště nemocnice Na Homolce v Praze mají následující názory. (Svoboda): „*Je prokázáno, že aktivní životní styl zahrnující pravidelné a vhodně volené pohybové aktivity zlepšuje všechny parametry zdraví. Aktivní životní styl dává životu smysl, aktivní životní styl zlepšuje kvalitu života a navíc snižuje i náklady na léčbu komplikací a nutnou sociální výpomoc*“.³³

Přínosy aktivního životního stylu:

- zvýšení kardio-respirační kondice, zlepšení svalové síly a vytrvalosti
- snížení krevního tlaku
- zvýšení počtu červených krvinek, zlepšení anemie
- snížení inzulinové resistance, snížení a vylepšení lipidového spektra
- zlepšení obranyschopnosti proti infekcím
- prevence úbytku svalové hmoty a úbytku kostní hmoty ve vyšším věku
- zlepšení držení těla, udržení „svalového korzetu“, prevence degenerativního postižení vaziva a kloubů
- prevence pádů a významné zlepšení soběstačnosti ve vyšším věku
- zlepšení nálady a sebedůvěry, zlepšení psychické výkonnosti i odolnosti, zlepšení
- zvládnání společenských rolí³⁴

Pro problematiku aktivního životního stylu se stal příkladem výzkum K. Coopera v oblasti výživy a fyziologie tělesných cvičení. Na základě výsledků svých výzkumů vytvořil teorii nazvanou „Aerobní program pro aktivní zdraví“ publikovanou ve stejnojmenné publikaci. Aerobní program pro aktivní zdraví se zaměřuje na vzájemné vztahy mezi pohybovou aktivitou, výživou a duševní rovnováhou. Tyto složky tvoří základní osu celé teorie.³⁵

³³ SVOBODA L. In VALJENT, Z., tamtéž, s 14.

³⁴ Srov. Tamtéž, s. 14.

³⁵ Srov. VALJENT, Z. Aktivní životní styl vysokoškoláků, s. 10.

Následující čísla jsou důkazem pravdivosti a použitelnosti Cooperova programu (1986) „aktivního zdraví“. V letech 1968-1977, kdy byl v USA tento program značně propagován, stoupl počet pravidelně cvičících dospělých lidí z 25 % (rok 1968) na 47 % (rok 1977). Následkem toho se zvýšila průměrná délka života Američanů (o 2,7 roku).³⁶

Výsledky těchto výzkumů nám jasně ukazují, že pokud lidé žijí aktivním životním stylem, do něhož řadíme i rekreační aktivity (zejména pohyb), výrazně se zlepší jejich tělesná i duševní kondice. Tento fakt je však podmíněn třemi důležitými složkami – zdravou výživou, pohybovou aktivitou a duševní rovnováhou.

Zdravá výživa

V této problematice se zabýváme otázkami a zásadami optimální a efektivní výživy, která tvoří základ celé životosprávy. Doporučené složení stravy nám vymezuje pyramida zdravé výživy. Základ této pyramidy tvoří přílohy (rýže, obiloviny, těstoviny, celozrnné pečivo s vyšším obsahem vlákniny, luštěniny a ořechy). Tyto potraviny představují základ zdravé výživy. Potraviny, které jsou umístěné na vrcholu pyramidy, bychom měli konzumovat jen ve velice malém množství. Druhé patro pyramidy zaujímá ovoce a zelenina. Ve třetím patře jsou živočišné potraviny (mléčné i masové). Vrchol pyramidy tvoří tuky a sladkosti, kterým bychom se měli raději vyhýbat.³⁷

Pohybová aktivita

Pravidelný pohyb přispívá k podpoře zdraví. Tvoří nedílnou součást zdravého životního stylu. Člověk může zlepšovat svou fyzickou zdatnost, pokud vykonává pravidelně aerobní činnosti, která zlepšuje úroveň kardiorespirační vytrvalosti a pokud nutí svaly k činnosti.³⁸

³⁶ Srov. Tamtéž, s. 10.

³⁷ Srov. ČELEDOVÁ, L. ČEVELA, R. *Výchova ke zdraví*, s. 55.

³⁸ Srov. Tamtéž, s. 62-63.

Aerobní (neboli kardiorespirační) vytrvalost je nejdůležitější součástí fitness. Je to schopnost dodávat základní živiny (speciálně kyslík) pracujícím svalům. Aerobní cvičení zatěžuje velké svalové skupiny. Zlepšuje přísun kyslíku do buněk a jako zdroj energie využívá svalový glykogen a tělesný zásobní tuk. Anaerobní cvičení je naopak krátkodobé. Buňky nejsou závislé na kyslíku a jako zdroj energie využívá zásobní glykogen v játrech a kosterních svalech.³⁹

Drdácká uvádí, že u dospělé populace je zájem o pohybovou aktivitu navozován již vypěstovaným vztahem k tělesné výchově a sportu z mládí a touhou po pohybové seberealizaci i po skončení sportovní závodní činnosti. Důležitá je motivace k udržení pohybové výkonnosti na optimální úrovni. V oblasti průzkumu pohybových aktivit a tělesné zdatnosti výzkum ukázal (Leonardson, 1977), že sebevědomí člověka významně koreluje se sebezposouzením vlastní zdatnosti. Pozitivní vztah významně stoupá s růstem vzdělání lidí. Dále Drdácká uvádí výzkum pohybových aktivit v době dovolené podle Formánkové, kdy třetina zkoumaného vzorku (448 osob od 18 do 59 let) se věnovala v době dovolené pohybové rekreaci. Zajímavé bylo zjištění, že vyšší vzdělání zvláště u žen souvisí s větší účastí na pohybové rekreaci.⁴⁰

Jógová cvičení pak v tělesné výchově upevňují duševní rovnováhu a rozvíjí koncentrace, umožňují určité sebevyjádření vlastním tělem a získání kontroly nad svými pohyby. Jógová cvičení se odlišují od ostatních aktivit tím, že se cvičení provádí pomalu s vědomě vedeným pohybem v souladu s dechem.⁴¹

Hodaň uvádí ve svém sborníku příspěvků přednesených na vědeckém symposiu v Olomouci přednášku Řepky a Mana o problematice „flow“ a optimálním prožitku ve sportu. Autoři uvádí, že prožitek zaujímá ve sportu stále větší roli. Popisují-li umělci, sportovci nebo lidé s tvůrčím povoláním při svých činnostech stavy rozhodnosti, radosti, vyrovnanosti, zaujetí, štěstí, které pramenilo s prožitkem „flow“, tak se zároveň všichni zmiňují o zásadním významu dynamické rovnováhy mezi příležitostmi a schopnostmi.⁴²

³⁹ Srov. ČELEDOVÁ, L. ČEVELA, R. *Výchova ke zdraví*, s. 62-63.

⁴⁰ Srov. DRDÁCKÁ, B. *Didaktika základní a rekreační tělesné výchovy – pohybové rekreace*, s. 6, 64-68.

⁴¹ Srov. MUŽÍK V. KREJČÍ M., *Tělesná výchova a zdraví*, s. 18, 124.

⁴² Srov. ŘEPKA, J. MAN F. In HODAŇ, *Volný čas a jeho současné problémy*, s. 151 – 166.

U sportu jsou jasně definované výzvy a příležitosti, kdy „flow“ může být snadno prožíváno. Příkladem autoři uvádí horolezce, který má jasnou diferencovanou úroveň výzvy ve výběru cesty a ve výběru prvolezce. Jak dále uvádí Řepka a Man ve studii náctiletých (Jakson a Csikszentmihalyi, 1999) je tato věková skupina šťastnější, když ve volném čase sportuje, než když sleduje televizi a nakupuje. Sport a volnočasové aktivity poskytují prožitky podobné „flow“ („flow-like“) u sportu a volnočasových aktivit téměř v polovině času, zatímco u sledování televize se prožitky „flow“ vyskytují v jedné šestině času. Na jedné straně jsou takovéto poznatky, ale ve skutečnosti je to obráceně, tzn. „Američtí teens“ v průměru stráví asi čtyřikrát více času sledováním televize než sportováním.⁴³

Duševní rovnováha

Duševní zdraví představuje dosažení ideálního stavu, jenž je výsledkem dodržování zásad duševní hygieny. Respektování životních rytmů by mělo být hlavním cílem při nalezení optimálního režimu práce a odpočinku. Odpočinout si má člověk vždy, když pocítí první příznaky únavy. Odpočívat bychom měli tak, když děláme jiné aktivity. Odpočinek „na výkon“ by se neměl stát pravidlem. Přednost bychom měli dávat těm aktivitám, kdy je vyžadována vlastní činnost. Důležité je, abychom přihlíželi především ke svým potřebám. Alespoň část odpočinkových aktivit bychom si měli volit samostatně. Občas bychom měli také změnit stereotyp života.⁴⁴

Podle Krejčí je sebeúcta základem všeho pozitivního a smysluplného. Současná definice zdraví podle WHO (Světové zdravotnické organizace): Zdraví je stav tělesné, duševní a sociální pohody. K těmto třem oblastem ještě podle jógového pojetí existuje „duchovní zdraví“ ve kterém člověk dospívá k reálnému poznání sama sebe. Duchovní zdraví znamená být bez předsudků a komplexů (rasy, náboženství aj.), svobodně myslet.⁴⁵

⁴³ Srov. ŘEPKA, J. MAN F. In HODAŇ, B. *Volný čas a jeho současné problémy*, s. 151 – 166.

⁴⁴ Srov. ČELEDOVÁ, L. ČEVELA R., *Výchova ke zdraví*, s. 64-65.

⁴⁵ Srov. KREJČÍ, M. *Krok k výchově, krok ke zdraví*, s. 12.

Součástí běžného života by se měla stát také relaxace. Je to vědomé uvolnění v oblasti těla i mysli. Pravidelným cvičením lze získat schopnost rozeznat jemné úrovně napětí v mysli a psychice a schopnost měnit napětí. Ke svalovému uvolnění jsou vhodné jógové relaxační a meditační techniky. Relaxace před zahájením jógového cvičení psychosomaticky přeladí člověka ke cvičení a vnitřnímu zklidnění. V závěrečné relaxaci po cvičení jógy dosahujeme hlubšího uvolnění jednotlivých částí těla.⁴⁶

Pro zdraví je též velmi důležité klidné, rovnoměrné a hluboké dýchání, kterého dosáhneme pomocí různých dechových technik. Při dýchání rozlišujeme tři fáze: nádech, výdech a dechovou pauzu. Dýchání by mělo být plynulé a výdech by měl být přibližně dvakrát delší než nádech. Dýcháme nosem. Dechová pauza je tak dlouhá, dokud spontánně nevznikne potřeba nádechu. Aktivní část dýchání je nádech a dochází při něm k napětí dýchacích svalů. Fáze uvolnění je výdech. Základem dýchání je břišní dech, kdy dýcháme hluboce a pomalu. Nejrozšířenější způsob dýchání je hrudní dech a podklíčkový dech. Spojíme-li břišní neboli brániční dech s hrudním dechem a podklíčkovým dechem do jediného nádechu a výdechu provádíme plný jógový dech. Všechny cviky v józe je třeba provádět pomalu bez napětí, ve stavu tělesného a duševního uvolnění s postupným prohlubováním dechu. Správným dýcháním se účinky jógového cvičení plně projeví. Používáme tzv. vědomý výdech, který posílí uvolnění ve svalech. Fáze uvolnění se zařazují na začátek a konec každé cvičební jednotky jógy.⁴⁸

Podle Kučerové je důležitá přestavba duchovního života tím, že budeme respektovat přírodu, ze které se zrodil život a ve které jedině může život trvat. Duch člověka se vyvíjí v jednotě s přírodou, i v něm příroda vyjadřuje sebe samu. Člověk nemůže žít bez přírodního prostředí určitých kvalit. Jeho tělo čerpá z přírody nezbytné látky a energie ke svému životu. V současné době se od nás vyžaduje obnovit jednotu člověka a kultury s přírodou a o přírodu s láskou nezištně pečovat. Je třeba začít změnou životního stylu lidí a stále hledat v nových podmínkách vždy novou harmonii vztahů mezi člověkem, přírodou a kulturou.⁴⁹

⁴⁶ Srov. KREJČÍ, M. *Uplatnění jógy v resocializačním procesu dětí a mládeže*, s. 76-79, 156-157.

⁴⁸ Srov. MAHÉŠVARÁNANDA, P. S. *Jóga v denním životě*, s. 22.

⁴⁹ Srov. KUČEROVÁ, S. *Člověk, hodnoty, výchova*, s. 180-181.

3 VOLNÝ ČAS

Pod pojmem volný čas můžeme zahrnout odpočinek, rekreaci, zábavu, zájmové činnosti, zájmové vzdělávání, dobrovolné společensky prospěšné činnosti i časové ztráty s těmito činnostmi spojené. Existuje mnoho různých hledisek pohledu na volný čas. Z ekonomického hlediska je průmysl volného času dobře prosperujícím odvětvím. V návratnosti prostředků, které společnost investuje do zařízení a organizace volného času zaměstnanců vychází vždy, že odpočínutý člověk podá lepší pracovní výkon a lépe zvládá mezilidské vztahy. V zájmové činnosti získá nové vědomosti, které může uplatnit ve své profesi. Lidé vynakládají finanční prostředky v různé výši na využívání volného času. Ze sociologického a sociálně psychologického hlediska přispívá činnost ve volném čase k utváření mezilidských vztahů a socializace jedince. Politické hledisko nám ukazuje, jak a do jaké míry bude stát svými orgány zasahovat do volného času obyvatelstva, jaké bude školství, jak se budou vyvíjet zařízení pro volný čas dětí a mládeže aj. Zdravotně hygienického hledisko podporuje zdravý tělesný i duševní vývoj člověka. Z pedagogického a psychologického hlediska konáme činnosti dobrovolné pedagogickým způsobem motivované a usměrňované.⁵⁰

S vývojem lidské společnosti i její úrovně souvisí také struktura lidského života. Především pokud se týká času, se kterým hospodaří. Ve smyslu rekreace jde potom u většinové populace o využití volného času, který člověku zbývá po splnění všech jeho povinností. Rekreace je v tom případě vázána převážně na volný čas. Volný čas není kategorií novou, určitým vrstvám společnosti byl znám již v antice a jeho význam byl zdůrazňován jako prostor pro zdokonalování člověka. V současné době je volný čas kategorií, která s technologickým rozvojem velmi narůstá. Spolu s nárůstem volného času narůstá tedy i prostor pro realizaci rekreace ve výše uvedeném slova smyslu.⁵¹

⁵⁰ Srov. PÁVKOVÁ J. a kol., *Pedagogika volného času*, s. 15-18.

⁵¹ Srov. HODANĚ, B. DOHNAL, T. *Rekreologie*, s. 22.

Časová struktura běžného dne však u některých částí současné populace nemá přesné hranice, oddělující striktně činnosti různé druhy. Dochází k jejich prolínání, které je spíše subjektivně podmíněno. Mění se i poměr ve vztahu práce – odpočinek. V těchto případech potom nelze rekreaci zcela uzavřít do určitého období či do určité části dne. I rekreace se tak stává výsledkem subjektivního řešení.⁵²

3.1 Definice volného času

Pojem volný čas můžeme označit jako čas, kdy člověk nevykonává činnosti pod tlakem závazků, které vyplývají z jeho sociálních rolí, zvláště z dělby práce a nutnosti zachovat a rozvíjet svůj život. Někdy se tento pojem vymezuje jako čas, který zbývá po splnění pracovních i nepracovních povinností – tzv. zbytková, reziduální teorie volného času rozšířená zejména v německé literatuře. Přesnější a úplnější je však charakteristika volného času jako činnosti, do které člověk vstupuje s očekáváním, účastní se jí na základě svého svobodného rozhodnutí, a která mu přináší příjemné zážitky uspokojení.⁵³

Ve volném čase se můžeme věnovat činnostem, které máme rádi, baví nás, uspokojují, přinášejí radost a uvolnění.⁵⁴

Volný čas je oblastí, která se živě rozvíjí a současně přináší řadu problémů. Toto téma je podnětné a zároveň náročné jak pro teoretický rozbor, tak pro společenskou praxi.⁵⁵

⁵² Srov. HODAŇ, B. DOHNAL, T. *Rekreologie*, s. 50-51, 65.

⁵³ Srov. HOFBAUER, B. *Děti mládež a volný čas*, s. 13.

⁵⁴ Srov. PÁVKOVÁ J. a kol., *Pedagogika volného času*, s. 9.

⁵⁵ Srov. HOFBAUER, B. *Děti mládež a volný čas*, s. 9.

Uvádějí se dva hlavní směry v chápání termínu volný čas:

Negativní pojem – volný čas znamená zbývající dobu celkového denního průběhu, která zůstala po studijně nebo pracovním podmíněném čase, úkolech v domácnosti a po uspokojení základních fyziologických potřeb.

Pozitivní pojem – volný čas je charakterizován jako disponibilní časový prostor, ve kterém by volný čas mohl pro jedince znamenat svobodu. Je také dobou, ve které se individuum může nezávisle na jakýchkoli povinnostech výhradně svobodně realizovat a dělat to, k čemu je nikdo nenutí a k čemu též není podvědomě nuceno.⁵⁶

*„Empirický výzkum volného času rozlišuje tzv. měkké volnočasové aktivity, které se staly samozřejmostí a realizují se bez zvláštní koncentrace a zájmového zaměření (např. poslech rozhlasu nebo televize), a tvrdé volnočasové aktivity, které mají aktivnější charakter a jsou výsledkem vědomé volby, např. sport“.*⁵⁷

3.2 Funkce volného času

Za hlavní funkce volného času dle Hofbauera (2004) považujeme:

- odpočinek (regenerace pracovních sil)
- zábavu (regenerace duševních sil)
- rozvoj osobnosti (spoluúčast na vytváření kultury)⁵⁸

⁵⁶ Srov. VÁŽANSKÝ, M. *Základy pedagogiky volného času*, s. 30.

⁵⁷ WEBER In KAPLÁNEK, M., *Pedagogika volného času pro navazující magisterské studium*, s. 5.

⁵⁸ Srov. HOFBAUER, B. *Děti, mládež a volný čas*, s. 14-15.

Rozdělení dle Opaschowskeho (1977):

- Rekreace (zotavení)
- Kompenzace (vyrovnání toho, co se v ostatním životě nedostává či nedaří)
- Katarze (osvobození a odreagování od potlačených emocí a napětí)
- Ventil (ventil k uvolnění přebytečné energie)
- Konzum (prostředek k užívání věcí a produktů)
- Kontrast (protiklad vůči práci)
- Doba podobná práci (kongruenční teorie)

Lidé, kteří vidí smysl života v práci, chápou volný čas negativně tzn. jako zbytkovou kategorii. Podle nich je volný čas k odpočinku a regeneraci sil pro další práci. Příklad kompenzace je například u mládeže ve vyspělých průmyslových zemích. Mladí lidé si vydělávají prací, která je neuspokojuje a realizují své touhy a zájmy ve volném čase a vnímají ho jako čas, v němž opravdu žijí.⁵⁹

Podle Hodaně přednesli na vědeckém sympoziu v Olomouci Charvát a Sekot, že pokud neztratíme ze zřetele komplexní dimenzi člověka jako bytost fyzickou, psychickou a sociální, tak náš cíl využívat pohybových sportovních aktivit v rámci volnočasových kapacit povede ke zdokonalování člověka a jeho harmonizaci.⁶⁰

⁵⁹ Srov. OPASCHOWSKI, H. In KAPLÁNEK, M. *Pedagogika volného času pro navazující magisterské studium*, s. 13.

⁶⁰ Srov. CHARVÁT, M. SEKOT A. In HODANĚ, B. *Volný čas a jeho současné problémy*, s. 27-30.

4 VYSOKOŠKOLSKÝ STUDENT

4.1 Zařazení periody vysokoškolského studia

Dle Macka se z hlediska vývojových stádií člověka (v oblasti somatické, psychické, emoční i sociální) období vysokoškolského studia většinou zahrnuje do stádia adolescence, méně pak také do období rané dospělosti. Adolescence se překrývá s druhou dekádou života. Z pohledu společnosti jde v tomto období hlavně o přípravu na dospělé role. Psychologický pohled se více zaměřuje na vnitřní život dospívajících – z tohoto hlediska se jedná o období značně diferencované. V rámci tohoto období se odehrává velké množství biologických, psychických a sociálních změn. Pozdní adolescence je dle Macka fáze, která nejvíce směřuje k dospělosti. Mladý člověk posiluje sociální aspekt identity (potřebu někam patřit, podílet se na něčem a něco s druhými sdílet). V daleko větší míře se adolescent zamýšlí nad svou osobní perspektivou, uvažuje o budoucích cílech a plánech, ve vztahu k profesi i v oblasti partnerských vztahů.⁶¹

⁶¹ Srov. MACEK, P. *Adolescence*, s. 35-36.

Z hlediska právního se nahlíží podle Macka na toto období následovně:

18 let: Adolescent se stává zletilým, tzn. dospělou osobou, která má všechna uzákoněná práva a povinnosti. Má možnost svobodného uzavření sňatku, možnost samostatného bydlení, volební právo a také možnost získání řidičského oprávnění. Adolescence dále může být od tohoto okamžiku zaměstnán bez jakýchkoliv omezení.

19 let: V této době většina středoškoláků končí své studium maturitou. Tato zkouška dospělosti je důležitý mezník v profesionální orientaci.

21 let: Ve věku 21 let může být člověk zvolen do zastupitelských orgánů občanské samosprávy (obecní zastupitelstvo, parlament).

23-25 let: V tomto období většina vysokoškoláků končí studia. Končí tím i období samotné adolescence. Tímto sledem událostí přechází člověk z období dospívání do dospělosti.⁶²

4.2 Rekreační aktivity a volný čas studentů – výzkumné studie

Podle Nakonečného se mentální diferenciaci u adolescentů prohlubuje mezi studenty a nestudenty. Obě skupiny však tráví volný čas stejným způsobem jako například na diskotékách, trampováním apod. Již není k poznání hranice mezi mládeží a dospělými, mají již ustálené zájmy a připravují se na své budoucí povolání. Relativně dovršen je vývoj osobnosti a podle Nakonečného již patří do mladší dospělosti (18 – 30 let). V důsledku nezaměstnanosti a prodlužování doby vzdělávání dochází k opožděnému zapojování mládeže do společnosti (Pöggeler, 1993) a zůstávají závislí na rodičích. Pociťují obavy z budoucnosti a nespokojenost se společenskými poměry a účastní se různých protestních hnutí. Především studenti citlivě vnímají politické, ekonomické a sociální poměry své doby. Začínají mít stabilní zájmy a záliby (koníčky).⁶³

⁶² Srov. MACEK, P. *Adolescence*, s. 91-92.

⁶³ Srov. NAKONEČNÝ, M. *Encyklopedie obecné psychologie*, s. 417-418.

V rámci Koncepce státní politiky pro oblast dětí a mládeže za období 2007-2013 byla sociologicky zkoumána skupina dětí a mládeže od ukončení školní docházky do dovršení sociální zralosti (15-30 let). Z teoreticko-empirické analytické studie doc. Dr. Petra Saka, CSc. (výzkum Tomáše Houšky „Účast mladých lidí na politickém a společenském životě“) je patrné, že například trvale roste význam majetku a náplně volného času podle zájmu a koníčků. Naopak zase klesá například význam „být užitečný druhým lidem“ a veřejně prospěšná činnost. Trvale klesá od devadesátých let i vliv sociálně duchovních systémů, až již sekulárních, či náboženských a duchovních. Mladá generace je manipulována médii a novými technologiemi jako jsou osobní počítače, internet a mobilní telefon. Tráví s nimi až třetinu svého času a z disponibilního času tráví mládež s médii dvě třetiny. Výběrem zkoumaných aktivit z kategorie výzkumu „Mládež a volný čas“ je zřejmé, že například v sekci „Aktivní sportování“ 20 % mládeže sportuje pravidelně, 23 % často, 16 % občas, 17 % výjimečně, 19 % nikdy, 4 % nevím/neodpověděl. V případě „Návštěvy divadla“ je uvedeno 14 % občas, 55 % výjimečně, 26 % nikdy, 4 % nevím, neodpověděl(a).⁶⁴

Informační a komunikační technologie jsou stále pro současnou mládež důležitější, že je někteří autoři nazývají „generací netu (sítě)“. Jak jsem již v předcházejícím textu uvedla, mladý člověk realizuje stále víc svých aktivit virtuálně v kyberprostoru. Do budoucna je třeba řešit otázku vztahu člověka k přírodě, která je protikladem k virtuálnímu světu. V letech 2000, 2002 a 2005 proběhl reprezentativní empirický výzkum volnočasových aktivit. Výrazný propad je ve vývoji času v četbě knih a vývoji počtu přečtených knih u skupiny mládeže ve věku 19 – 23 let, kdy velká část skupiny je mládeže studující na vysokých školách. Výzkum prokázal, že průměrný počet hodin věnovaný týdně četbě knihy v roce 2000, byl 1,2 hodiny a poklesl v roce 2005 na 0,5 hodiny. Tato mládež si nejrychleji osvojuje inovace v oblasti informačních technologií a dochází k přechodu od četby klasického textu k textu remedializovanému.⁶⁵

⁶⁴ MŠMT: *Koncepce státní politiky pro oblast dětí a mládeže na období 2007- 2013* [on-line].

⁶⁵ Srov. SAK, P. *Člověk a vzdělání v informační společnosti*, s. 257-267.

Podle výzkumu Valjenta (2010) v četnosti sportovní a tělovýchovné činnosti vyplynulo, že studenti vyšších ročníků se více věnují sportovní a tělovýchovné činnosti (2 – 3x týdně až denně) na rozdíl od prvních ročníků (s četností nikdy až 1x týdně). V oblasti četnosti návštěv kin, divadel a výstav chodí asi tak 1x za měsíc kolem 59 % studentů. V oblasti času věnovanému koníčkům je výsledek, že 1x týdně se věnuje svým koníčkům 26,5 % studentů. Šetření v oblasti výzkumu „Ochoty pravidelného sportování“ je vyhodnoceno 80 % studentů, kteří jsou ochotni pravidelně sportovat.⁶⁶

Dále zde uvádím výzkum volného času z roku 2005. Ve věkové skupině 25 – 40 let je ve výběru aktivit na 1. místě sledování televize (4,60), práce s počítačem na 3. místě (4,10), odpočinek, nicnedělání, ležení na 5. místě (3,79), četba knih na 12. místě (3,03), procházky, toulání se na 13. místě (3,03), aktivní sportování na 14. místě (2,79), turistika, trampování výlety do přírody na 17. místě (2,49), návštěva kina na 22. místě (2,39) a návštěva divadla na 29. místě (2,00). Výsledky výzkumu v závorkách jsou uvedeny v průměrných hodnotách (1 nikdy – 5 denně či téměř denně).⁶⁷

Kolibová v Novinách Slezské univerzity uvádí cíle diplomové práce studentky 3. ročníku SOMA Fialové. Za cíl měla zjistit typické potřeby a zájmy studentů a jejich uspokojování. U způsobu trávení volného času studenty Obchodně podnikatelské fakulty Slezské univerzity (denně) na stupnici (st.) od 0 do 250 je v nejvyšší hodnotě, tzn. na prvním místě, uvedeno poslouchání hudby (cca 235 st.), na druhém místě sledování televize, videa (cca 115 st.), na třetím místě čtení novin (cca 110 st.), na čtvrtém místě odpočinek (cca 90 st.), na pátém místě práce s počítačem (cca 75 st.), na šestém místě chození ven s kamarády (cca 70 st.), na sedmém místě čtení knih (cca 65 st.) a na osmém místě sport a věnování se koníčkům (cca 55 st.).⁶⁸

⁶⁶ Srov. VALJENT, Z. *Aktivní životní styl vysokoškoláků*. [on-line].

⁶⁷ Srov. Tamtéž [on-line].

⁶⁸ Srov. KOLIBOVÁ, H. FIALOVÁ, Z. *Noviny slezské univerzity*, s. 6-7.

Dále podle Hodaně přednášel Leško na téma Volný čas a sportovní aktivity v současné společnosti na Slovensku. Středoškoláci hodnotili význam sportovních aktivit v legendě „velmi důležitý“ 74,6 %, na rozdíl od nich vysokoškoláci tuto aktivitu hodnotili pouze 19 %. Podle legendy „dost důležitý“ bylo hodnocení v závislosti na vzdělání obdobné: 67 % - středoškoláci a 21,3 % - vysokoškoláci. Nejmenší význam podle očekávání připisují sportu respondenti se základním vzděláním. Pravděpodobně tu hrají úlohu i další faktory.⁶⁹

Z pohledu přípravy budoucích učitelů pro oblast volného času podle Hodaně přednesla Žumárová na vědeckém sympoziu v Olomouci, že změny učebních plánů a úsporná opatření značně omezují jejich přípravu na budoucí povolání. Některé pedagogické fakulty zrušily letní turistické a zimní lyžařské kurzy. Údaje o aktuálním stavu realizace těchto kurzů na všech vysokých školách v ČR byly zjišťovány celostátní dotazníkovou akcí. Navrhuje pro oblasti aktivit ve volném čase zařazení bloků informací do studijních plánů všech pedagogických pracovníků. Jednalo by se například o metodiku společenských her a zábav, dramatickou výchovu, pohybové aktivity a činnosti v přírodě.⁷⁰

Podle Hodaně uvedla Kotíková z fakulty Tělesné kultury Univerzity Palackého ve své přednášce na vědeckém sympoziu v Olomouci, že agentura STEM/MARK provádí v České republice šetření týkající se cestování v rámci dovolené, čili cestovního ruchu jako náplně volného času. Z šetření prováděného v roce 1999 vyplynulo, že v zimě nejvíce motivuje pro cestování a sportování (48 %), následuje cestování za odpočinkem (19 %) a návštěva příbuzných a známých (10 %). V létě je nejčastějším důvodem cestování odpočinek (40 %), dále pěší turistika (15 %) a pobyt na chatě (14 %).⁷¹

⁶⁹ Srov. LEŠKO R. In HODANĚ, B. *Volný čas a jeho současné problémy*, s. 179-184.

⁷⁰ Srov. ŽUMÁROVÁ, M. In HODANĚ, B. *tamtéž*, s. 92-95.

⁷¹ Srov. KOTÍKOVÁ, H. In HODANĚ, B. *tamtéž*, s. 126-129.

Dále byla ve výzkumech zjištěna hrozba „vyhoření“. U člověka, který na sebe neustále klade příliš vysoké požadavky (např. ve studiu, práci, tvorbě, sportu, organizování) se nejčastěji objevují příznaky psychického vyhoření. Jev vyhoření („burnout“) ohrožuje lidi zaměřené na tzv. vrcholové zážitky typu „flow“. V roce 1970 upozornil na zajímavou osobnostní charakteristiku člověka americký psycholog maďarského původu M. Csikszentmihalyi, kterou nazval „flow“. Jak jsem v předchozím textu uvedla – jedná se o psychický stav člověka mimořádně zaujatého pro určitou věc a zcela se oddávajícího tomu v co věří, určitému zájmu. Jsou to zážitky na opačném pólu pojmu vyhoření, patří k nejšťastnějším vrcholovým momentům života. Jiná situace však nastane, když se zážitek typu „flow“ ztratí. Problematika prevence vyhoření a psychoterapie lidí psychicky vyhořelých se týká i této skupiny lidí.⁷²

Ve výzkumech byla taktéž zjištěna nutnost spánkového režimu. Podle Čeledové a Čelovy (2010) trpí chronickými problémy s nespavostí 10 – 15 % populace. Člověk ve svém biologickém rytmu střídá období spánku a období bdění s obdobím aktivit a odpočinku. V bdělém stavu je člověk obvykle dvě třetiny času a ve spánku asi jednu třetinu času. Potřeba spánku se v průběhu života každého z nás mění.⁷³

Uhlíková (2008) ve svém přehledovém článku uvedla, že poruchy spánku u dětí a dorostu se podle studií vyskytují u 30 % dětí a dospívajících. U dětí a dorostu jejich počet stoupá. Optimální doba spánku u dospělých je 7 – 8,5 hodiny denně. K poruše cirkadiálního spánkového rytmu v období dospívání dochází hromaděním spánkového dluhu během pracovního týdne, který dospívá o víkendu. Dále k narušení vnitřního časování u adolescentů, za něž často zodpovídá jejich účast na pátečních a sobotních celonočních hudebních a tanečních akcích, konzumace energetických nápojů a dalších vlivů. Vzniká u nich porucha spánku, nemohou usnout, ráno vstát a jsou nesoustředění. Terapii poruchy spánku adolescentů vidí autorka v omezení kofeinu v pozdním odpoledni a velkých emočních prožitků před spaním.⁷⁴

⁷² Srov. KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie zdraví*, s. 118.

⁷³ Srov. ČELEDOVÁ, L. ČEVELA, R. *Výchova ke zdraví*, s. 65.

⁷⁴ Srov. UHLÍKOVÁ, P. *Poruchy spánku u dětí a dorostu z pohledu pedopsychiatra, solen: Pediatr. pro Praxi* [on-line].

Z uvedených výzkumů např. vyplývá, že je mladá generace manipulována novými technologiemi a nezůstává proto mnoho prostoru pro pohybové či kulturně-umělecké rekreační aktivity. Na druhé straně výzkumy ukazují, že většina studentů je ochotna začít sportovat. Nabízí se otázka jistých překážek v trávení volného času pohybovou aktivitou, kterou se budu mimo jiné zabývat dále ve svém výzkumu. Z pohledu přípravy budoucích učitelů pro oblast volného času výzkumy ukazují, že úsporná opatření značně omezují jejich přípravu na budoucí povolání (např. zrušení letních turistických a zimních lyžařských kurzů). I touto otázkou (návrh opatření pro zlepšení trávení volného času na TF i celé JU) se budu ve svém výzkumu zabývat. Dále výzkumy ukazují možnost „vyhoření“ u studentů a nutnou potřebu dodržování spánkové hygieny. Tuto oblast taktéž vyložím ve svém výzkumném šetření.

4.3 Studium na TF JČU

K 31. 12. 2011 studuje v České republice na vysokých školách v součtu ženy/muži/celkem 392 429 studentů, z toho Jihočeskou univerzitu v Českých Budějovicích navštěvuje v součtu ženy/muži/celkem 12 876 vysokoškolských studentů.⁷⁵

⁷⁵ Srov. ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD, ČSÚ: *Seznam základních genderových pojmů*. [on-line].

Z historického hlediska se teologické studie v Českých Budějovicích datují od roku 1803, kdy vznikla diecéze českobudějovická. Studium teologie, kněžský seminář a chlapecký seminář v Českých Budějovicích byl během své existence v období rozkvětu, ale i v období těžkých zkoušek. S účinností od 28. září 1991 zřídila Česká národní rada zákonem č. 314/1991 Sb. dne 9. července 1991 Jihočeskou univerzitu v Českých Budějovicích. Byly založeny fakulty pedagogická a provozně ekonomická. Dne 8. listopadu 1991 bylo schváleno Akademickým senátem Jihočeské univerzity přijetí do svazku Jihočeské univerzity i nově konstituované teologické fakulty, která byla schválena Akreditační komisí vlády České republiky dne 23. října 1990. Na teologické fakultě není obor teolog zajišťován pouze pro adepty kněžského stavu, ale pro všechny vážné zájemce i ženy. Časem přibyla k oborům teologie, výuka náboženství a pastorační asistence i další obory jako humanistika, pedagogika volného času, sociálně - charitativní práce či navazující magisterské teologie služby aj.⁷⁶

V rámci spolupráce s Alšovou Jihočeskou galerií Hluboká nad Vltavou jsou studenti Teologické fakulty JU zapojeni do společných tvůrčích a metodických projektů, jako je spolupráce s mateřskými školami na území Budějovicka jsou v součinnosti s charitativními zařízeními, probíhá již delší dobu spolupráce s Domovem důchodců Dobrá Voda, konají se reminiscenční terapie pro seniory, každoroční kurzy, kresby a malby v přírodě... Dále se připravuje vytvoření stabilního fakultního prostoru pro výstavy výsledků tvůrčí činnosti studentů bakalářských a magisterských studijních programů. Existuje poradna při Teologické fakultě JU, která již několik let poskytuje studentům i zaměstnancům jak jednorázovou pomoc či radu, tak i déletrvající osobní nebo duchovní doprovázení.⁷⁷

⁷⁶Srov. JČU: *Historie Teologické fakulty JU v Českých Budějovicích*. [on-line].

⁷⁷ Srov. JČU: *výroční zpráva o činnosti JU za rok 2011*. [on-line].

Teologická fakulta JU pokračuje i v roce 2011 v mezinárodní spolupráci s univerzitami, se kterými má podepsané instituční smlouvy. V první řadě je to zejména spolupráce s teologickými fakultami v Linci a Pasově (tzv. Tripartita), která je výsledkem nadregionální spolupráce s regiony Horní Rakousko a Bavorsko. Projekt programu Philosophy for Children pokračuje na mezinárodní úrovni. Důraz je kladen i na mezinárodní spolupráce ve výzkumu v rámci společné výzkumné skupiny pro studium post-středověké scholastiky. Teologická fakulta JU má zájem v této oblasti činnosti pokračovat, rozvíjet stávající mezinárodní vazby a kontaktovat se s vysokoškolskými a badatelskými pracovišti v zahraničí, využívané jak pro studentské mobility, tak pro badatelskou činnosti akademických pracovníků Teologické fakulty JU.⁷⁸

V prostorách bývalého kapucínského konventu u kostela svaté Anny (zrušeného v roce 1786) v přízemí budovy je sídlo knihovny Teologické fakulty Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích. Je zde 40 tisíc svazků literatury z různých oborů a v různých jazycích dohledaný i přes internet.⁷⁹

Občanské sdružení Studentské univerzitní divadlo založil se studenty pedagogické a teologické fakulty Jihočeské univerzity pan Jiří Šesták, přednášející na katedře pedagogiky a teologické fakulty, ředitel Jihočeského divadla a současný senátor Parlamentu České republiky v jedné osobě.⁸⁰

⁷⁸ Srov. JČU: *výroční zpráva o činnosti JU za rok 2011*. [on-line].

⁷⁹ Srov. TEOLOGICKÁ FAKULTA JIHOČESKÉ UNIVERZITY. *tf.jcu.cz*, Aktuality, *Archiv starších aktualit*. [on-line].

⁸⁰ Srov. Tamtéž, [on-line].

4.4 Gender a TF JU v genderové statistice

Obecně je pojem „gender“ často nazýván sociálním pohlavím. Oproti tomu pojem „pohlaví“ je chápán výhradně v biologickém smyslu. Gender označuje kulturní charakteristiky a modely patřící mužskému nebo ženskému biologickému pohlaví a jeho odkaz je na sociální rozdíly mezi ženami a muži. Významně se tyto role liší podle kultury národa a dané historické etapy vývoje společnosti a ovlivňuje je také čas. Rozdíl tedy není přirozený, ale je dočasným vývojovým stupněm sociálních vztahů.⁸¹

Značné rozdíly jsou v sociálních vztazích mezi muži a ženami. Muži jsou více dominantní a agresivní, ženy více afilativní a závislejší (to je však zpochybňováno), ženy podléhají více sociálnímu tlaku než muži ale jejich sociální percepce jsou v průměru lepší (dovedou lépe odhadovat druhé lidi než muži).⁸²

Z právního hlediska podle § 133a Občanského soudního řádu posuzuje soud tvrzení o tom, že účastník byl přímo nebo nepřímo diskriminován na základě svého pohlaví (a dalších diskriminačních důvodů) za prokázané, pokud v řízení nevyšel najevo opak. Jsou případy, kdy se jedna strana domnívá, že byla poškozena v důsledku nedodržení principu rovného zacházení, a kde existuje diskriminační pře. Je na obžalovaném, aby dokázal, že tento princip porušen nebyl. Práva žen a dívek jsou z hlediska lidských práv jako integrální a nedělitelná část všeobecných lidských práv zahrnující také reprodukční práva. Tzv. "přímou diskriminací" na základě pohlaví se rozumí takové jednání, včetně opomenutí, kdy se s jednou osobou zachází méně příznivě, než se zachází nebo zacházelo nebo by se zacházelo s jinou osobou ve srovnatelné situaci.⁸³

⁸¹ Srov. ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD: *Seznam základních genderových pojmů*. [on-line].

⁸² Srov. NAKONEČNÝ, *Encyklopedie obecné psychologie*, s. 335

⁸³ Srov. ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD: *Seznam základních genderových pojmů*. [on-line].

Uvádí se také diskriminace z důvodu těhotenství nebo mateřství a z důvodu pohlavní identifikace. Tzv. „nepřímou diskriminací“ se rozumí takové jednání nebo opomenutí, kdy na základě zdánlivě neutrálního ustanovení, kritéria nebo zvyklosti, byly znevýhodněny osoby jednoho pohlaví v porovnání s osobami druhého pohlaví. Pod pojmem „genderové stereotypy“ rozumíme zjednodušující a zaujaté předpoklady týkající se vlastností, názorů a rolí žen a mužů ve společnosti, v zaměstnání a rodině. Například se stereotypně předpokládá, že muži nikdy nepláčou, jsou nepořádní, agresivní a soutěživí.⁸⁴

Naopak ženám se paušálně přisuzuje citlivost, empatie, pořádkumilovnost a poddajnost. Často může vést zevšeobecňování mužských a ženských vlastností k diskriminaci těch, kdo svým chováním vybočují z daného stereotypu (např. tlak na chlapce a muže, kteří mají zájem o tzv. ženské aktivity či péči o dítě a naopak). Chceme-li rovné příležitosti pro ženy a muže, musíme požadovat rovné výchozí podmínky pro účast žen a mužů na ekonomickém, politickém a sociálním životě. Tím se odstraní viditelné i neviditelné překážky na základě pohlaví. Muži i ženy by měli mít zajištěny rovné příležitosti na trhu práce, vytvářeny podmínky pro sladování pracovního a rodinného života. Dále je důležitá podpora aktivit proti násilí na ženách, a účasti žen v rozhodovacích procesech, pomoc při odstraňování genderových stereotypů ve vzdělávání, řešení otázek reprodukčních práv aj.⁸⁵

Podle Českého statistického úřadu k datu 31. 1. 2010 zjišťujeme z oblasti genderových statistik, že u žen je zaznamenán vyšší podíl vysokoškolsky vzdělaných osob ve věku do 34 let než u mužů, opačná situace je od 35 let věku. Muži mají výrazně vyšší podíl vysokoškolsky vzdělaných osob oproti ženám v nejvyšší věkové kategorii, 65 a více let. Dívky převažují nad chlapci na středních odborných školách, gymnasiích, vyšších odborných školách a už i na vysokých školách. U absolventů vysokých škol převažují ženy v případě zdravotnictví, lékařských a farmaceutických věd a nauk, v případě pedagogiky, učitelství a soc. péče a v humanitních a společenských vědách a naukách. V případě technických věd a nauk zase převažují muži nad ženami.⁸⁶

⁸⁴ Srov. ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD: *Seznam základních genderových pojmů*. [on-line].

⁸⁵ Srov. Tamtéž, [on-line].

⁸⁶ Srov. Tamtéž, [on-line].

V České republice je z hlediska povolání a přípravy na ně rovný přístup k zaměstnání a kariérnímu postupu upraven v antidiskriminačním zákoně (Zákon č. 198/2009 Sb., o rovném zacházení a o právních prostředcích ochrany před diskriminací a o změně některých zákonů), v zákoně o zaměstnanosti (Zákon č. 435/2004 Sb., o zaměstnanosti) a zákoníku práce č. 262/2006 Sb. Ze zveřejněných statistických dat vyplývají genderové rozdíly v zaměstnání, v nezaměstnanosti a v práci na částečný úvazek v ČR a ostatních členských zemích EU. Existují tzv. „feminizované profese“, které patří mezi nízko odměňované profese. Pod tuto problematiku spadá odmítání žen ve fertilním věku a dávání přednosti mužským uchazečům při přijímacích pohovorech, problematika velkých rozdílů mezi muži a ženami v kariérním růstu, velmi nízkého zastoupení žen na rozhodovacích pozicích apod. Z toho vyplývá, že ženy se méně účastní na trhu práce než muži, jsou více nezaměstnané a pracují na částečný pracovní úvazek mnohem více než muži.⁸⁷

Jeden z hlavních cílů dřívějších feministických hnutí byl zajistit právní předpisy o práci žen mimo domov.⁸⁸

V jednotlivých členských státech EU řeší tyto rozdíly na trhu práce velmi pozvolna s posouzením závislosti na společenském vědomí, zda tyto problémy mají vliv na ekonomiku a celkový rozvoj společnosti. Podle zkušenosti z USA s afirmativní akcí, zavedly některé státy kvóty, prosazují zastoupení žen v politice nebo zavádějí opatření sladování pracovního a rodinného života. Základem pro evropskou harmonizaci je Směrnice 76/207 a další směrnice.⁸⁹

⁸⁷ Srov. KOLDÍNSKÁ, K. *Gender a sociální právo*, s. 91.

⁸⁸ Srov. MAIOLO, J. *Sociology, study guide to accompany*, s. 139.

⁸⁹ Srov. KOLDÍNSKÁ, K. *Gender a sociální právo*, s. 165.

V internetové podobě na stránkách Českého statistického úřadu je ročníková (v řadě již třináctá) publikace zaměřená na porovnání rozdílů mezi ženami a muži v nejrůznějších oblastech života moderní společnosti s názvem „Zaostřeno na ženy a muže“. Zkoumání informací tříděných podle pohlaví slouží ve statistice k naplnění řady cílů. Sledované rozdíly mezi muži a ženami jsou záležitostí nejen fyzickou, ale i kulturní a sociální, spočívají v odlišných životních rolích a preferencích. Odlišný pohled na život mužů a žen se mění v prostoru a čase a někdy jim může komplikovat život nebo dokonce znamenat jejich diskriminaci.⁹⁰

V tabulce 1 jsou uvedena čísla pro srovnání rozdílů mezi ženami a muži studentů Teologické fakulty Jihočeské univerzity ve věkové skupině 20 – 24 let.

Tabulka 1 Studenti Teologické fakulty k 31.12.2011

Studenti Teologické fakulty	Ženy	Muži
Studenti	739	233
Poprvé zapsaní	147	117
Absolventi	172	45

Zdroj: ČSÚ⁹¹

Tabulka 2 Podíl studentů VŠ ke zbytku populace ve školním roce 2011/2012 (v %)

	Studenti VŠ	Ostatní
Ženy	67,8	32,2
Muži	51	49
Celkem	59,2	40,8

Zdroj: ČSÚ⁹²

V Tabulce 2 je uveden podíl vysokoškolských studentů ke zbytku populace. V úvahu jsou bráni pouze lidé ve věku od 18 do 23 let.

⁹⁰ Srov. ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD: 3 - 10. *Studenti vysokých škol podle fakult v akademickém roce 2011/2012* [on-line].

⁹¹ Srov. ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD: 3 - 10. *Studenti vysokých škol podle fakult v akademickém roce 2011/2012*. [on-line].

⁹² Srov. ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD, ČSÚ: 3 - 4. Podíly počtu žáků, dívek a chlapců v jednotlivých druzích škol a typech vzdělávání. [on-line].

Dle níže uvedené tabulky (Tabulka 3) z Českého statistického úřadu je zřejmé, že v mezinárodním srovnání podílu vysokoškolských studentů ve věkové skupině 20 – 24 v roce 2000 je Česká republika mezi zeměmi s nejnižším podílem osob s vysokoškolským vzděláním, ale v roce 2010 je zaznamenán velký nárůst ukazatele, dokonce podíl žen oproti vysokoškolským studentům EU je větší.

Tabulka 3 Podíl vysokoškoláků v EU a ČR (v %)

	2000		2005		2010	
	Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy
EU	44,6	53	51	64,2	54,7	70,5
Česká republika	28,1	29	43,9	51,1	52,3	73,2

Zdroj: ČSÚ⁹³

⁹³ Srov. ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD: 3 - 16. Mezinárodní srovnání – podíl všech studentů ISCED 5 – 6 na věkové skupině 20 – 24 let. [on-line].

5 VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

5.1 Cíle výzkumu

- Zmonitorování způsobu využití volného času ke zotavení u studentů jednotlivých oborů navazujícího magisterského studia Teologické fakulty JU podle druhů využívané rekreace v členění na kulturně uměleckou, intelektuální, sociální, zájmovou a pohybovou.
- Zjištění spokojenosti studentů vybraných oborů studia Teologické fakulty JU se stávajícími zařízeními pro trávení volného času na TF i celé JU a návrh dalších opatření pro zlepšení trávení volného času na TF i celé JU.
- Porovnání hodnot dotazníkového šetření ve využívání jednotlivých druhů rekreace u studentů TF JU, zvláště pak u žen a mužů a u studentů prezenčního a kombinovaného studia.
- Nalezení možných odlišností ve využívání druhů rekreace mezi studenty jednotlivých oborů, mezi ženami a muži a mezi studenty prezenčního a kombinovaného studia.
- Vyhodnocení získaných dat týkajících se rekreační funkce volného času u studentů v závislosti na jejich zotavení a regeneraci fyzických a duševních sil s doporučením využívání takových činností a forem odpočinku, zábavy a rozvoje osobnosti, které by směřovaly k zotavení a odpovídajícímu regeneračnímu procesu.
- Vyhodnocení získaných dat týkajících se spokojenosti studentů se stávajícími zařízeními pro trávení volného času na TF i celé JU a návrhu dalších opatření pro zlepšení trávení volného času na TF i celé JU a možné doporučení pro činnost TF JU.

5.2 Výzkumné hypotézy

1. Předpokládám, že u studentů kombinovaného studia bude vykázáno méně rekreačních aktivit než u studentů prezenčního studia.

2. Předpokládám, že ve výsledku budou zaznamenány pohybové činnosti více u mužů než u žen.
3. Předpokládám, že u studentů oboru Pedagogika volného času bude zaznamenáno více druhů rekreace pohybové než u oborů Filosofie, Teologie služby, Teologie, Učitelství náboženství a etiky a Etiky v sociální práci.
4. Předpokládám, že oproti předchozím výzkumům, kdy nastal propad v četbě literatury, bude u studentů Teologické fakulty zaznamenána četba ve větší míře.
5. Předpokládám, že studenti TF budou převážně spokojeni se stávajícími zařízeními pro trávení volného času na TF i celé JU, avšak většina z nich bude mít návrh na další opatření pro zlepšení trávení volného času.

5.3 Metodika

Jedná se o empirický, kvantitativní výzkum. Tato metodologie je zvolena, jelikož jsou metody výzkumu zaměřeny na sběr a analýzu získaných dat, přičemž se závěry stanoví ověřením teoretické průpravy v praxi.⁹⁴

5.3.1 Charakteristika souboru

Výzkumná skupina je tvořena ze 72 respondentů, z toho je 46 žen a 26 mužů. Studentů prezenčního studia je 40 a studentů kombinovaného studia je 32. Dotazovanými osobami jsou studenti různých oborů navazujícího magisterského a magisterského studia Teologické fakulty JU, kteří budou vybráni metodou náhodného výběru. Srovnání proběhne dle jednotlivých pohlaví čili genderu (G=1), formy studia (F=2), oborů studia (O=3) a celkem (C=4).

⁹⁴ Srov. PUNCH, K. *Základy kvantitativního šetření*.

Tabulka 4 Charakteristika testovaného souboru respondentů z hlediska počtu, genderu, formy studia a oboru studia

Obor studia	Kombinovaná forma studia		Prezenční forma studia		Celkem gender		Celkem formy studia		Celkem
	Muži	Ženy	Muži	Ženy	Muži	Ženy	kombinovaná	prezenční	
Filosofie			3	10	3	10	0	13	13
Teologie služby	2	4			2	4	6	0	6
Teologie			2	1	2	1	0	3	3
Učitelství náboženství a etiky	3	6	1	2	4	8	9	3	12
Pedagogika volného času	5	6	5	9	10	15	11	14	25
Etika v sociální práci	2	4	3	4	5	8	6	7	13
Soubor celkem	12	20	14	26	26	46	32	40	72

Zdroj: vlastní tvorba

Ve výzkumu jsem se zaměřila na studenty navazujícího magisterského studia a magisterského studia Teologické fakulty Jihočeské univerzity, kteří studují obor Filosofie, Teologie služby, Teologie, Učitelství náboženství a etiky, Pedagogika volného času a Etika v sociální práci.

Filozofie

Studium filosofie bylo od počátku univerzitních studií pokládáno za základ a východisko všech ostatních věd. Filosofie dává základ především humanitnímu vzdělání s osvojením klasických jazyků a dějin filosofického myšlení. Představuje na jedné straně samostatnou vědní disciplínu, na straně druhé slouží ostatním oborům při jejich vymezení se, tříbení metod a hledání cílů. Toto studium na teologické fakultě se spojuje také s náboženskými, duchovními a etickými aspekty lidského života. Jde zde o filosofické uchopení základních otázek, které ze všech těchto oblastí mohou vyplynout. Absolvent bakalářského oboru Filozofie a religionistika má možnost pokračovat v dalším studiu na magisterském stupni na Teologické fakultě Jihočeské univerzity či na jiných školách. V praxi může působit především v oblastech, ve kterých je zapotřebí široký přehled, schopnost vnímat, interpretovat a analyzovat dílčí jevy v kontextu a souvislostech, znalost náboženských a kulturních specifik různých sociálních skupin a

v dnešní době tolik potřebné hodnotové a etické zázemí. V zahraničí se absolventi filosofie umísťují mezi nejlepšími v testech verbální a logické inteligence. Studenti filosofie se na rozdíl od jiných oborů, kde si studenti osvojují předem dané studijní materiály zavedeným způsobem, učí během studia reflektovat a promýšlet samotnou metodu i smysl jakéhokoli svého počínání. Studenti TF se, pokud chtějí, umírychleji a úspěšněji než jiní zorientovat v mnoha dalších oblastech či příležitostech. Absolvent oboru je tedy všeobecně vzdělaný člověk s dobrou základní orientací v oblasti filosofie, etiky, religionistiky a teorie kultury, se solidní znalostí jednoho cizího jazyka včetně schopnosti odborného překladu. Vystudovaný filosof TF má samostatné a odpovědné kritické myšlení, základní orientaci v myšlenkových a hodnotových systémech různých světonázorů, kultur a náboženství a vnímavost k ideovým, duchovním a etickým aspektům lidského života.

Teologie služby

Studium teologie služby je určené pro ty zájemce, kteří pracují v pomáhajících profesích jako například v sociální oblasti, zdravotnictví či výchově. Důležité je využití v jejich práci křesťanské motivace a v tomto podkladě prohlubování a zkvalitňování profesní stránky svých povolání. Jejich teologické kompetence nezůstávají jen u povrchního chápání křesťanské povinnosti, ale jsou pevně zakořeněny v biblických základech. Absolvent oboru teologie služby má upěnění jako pracovník pastorační, výchovy nebo v sociální oblasti.

Teologie

Studenti Teologie studují teologii katolicky zaměřenou a přitom ekumenicky otevřenou, vědecky fundovanou a zároveň orientovanou na praktický křesťanský život. Studovat teologii na Teologické fakultě může studovat široké spektrum křesťanů bez rozdílu vyznání nebo lidí se zájmem o křesťanství. Hlavními pilíři výuky tohoto oboru jsou biblické vědy, systematická a praktická teologie, filosofie, etika, náboženská výchova a další disciplíny podle zaměření, které je možné zvolit si v rámci studia. Studovat mohou lidé všech věkových skupin, tj. nejen čerství absolventi středních škol, ale i lidé zralejší, kteří si potřebují doplnit svoji profesní kvalifikaci nebo si studiem

teologických oborů chtějí prohloubit svůj duchovní život. Absolventi Teologie mají široké profesní uplatnění v církvích a sborech, institucích společenského života a státní správě. Předpokladem pro přijetí jáhenské a kněžské služby a uplatnění v rámci laické pastorace v katolické církvi je absolvování tohoto oboru. Dále nacházejí uplatnění ve společenské oblasti jako odborníci v programech církevně náboženské tematiky, např. ve sdělovacích prostředcích a v nakladatelstvích.

Učitelství náboženství a etiky

Studenti učitelství náboženství získávají aprobaci pro výuku na středních školách. Výukou tohoto oboru jsou jako u teologů biblické vědy, systematická a praktická teologie, filosofie, etika, náboženská výchova a další disciplíny si podle zaměření mohou zvolit v rámci studia. Nacházejí uplatnění ve školství, ve výuce církevně náboženské tematiky jako učitelé náboženství a etiky (pro pověření k výuce ze strany katolické církve je nutné udělení kanonické mise).

Pedagogika volného času

Studium Pedagogiky volného času je zaměřené na výchovu dětí a mládeže ve volném čase. V tomto oboru vnímají studenti proces výchovy jako integrální proces, tedy jako rozvoj jedince nejen po stránce fyzické a sociální, ale také po stránce etické a spirituální. V rámci studia oboru Pedagogika volného času se studenti seznamují s tím, jak vnímá člověka židovsko-křesťanské tradice. Také se učí být vnímaví k náboženské dimenzi člověka, jejíž zušlechtění je jednou z často opomíjených povinností vychovatele. Vychovatel, který se tímto nezabývá, by mohl nevědomky přispívat rozvoji scestné náboženské orientace jako je fanatismus a sekty. Pedagogika volného času je věda o volném čase a zkoumá různé způsoby jeho využití například hru, sport, kulturu a jejich význam pro člověka v rámci jeho výchovy a sebevýchovy. Zajímá se o metodiku ve volnočasových aktivitách a i jejich didaktiku. Absolventi se mohou být nápomocni jednotlivým skupinám při volbě volnočasových aktivit a způsobu prožívání volného času a organizaci volnočasové aktivity s pedagogicky zaměřenými a propracovanými projekty. Povoláním mohou být vychovatel, poradce, inspirátor, animátor ve vzdělávacích zařízeních, ve zdravotním, tělovýchovném a sociálním

sektoru. Absolventi navazujícího magisterského studijního programu mohou zastávat řídicí funkce v oblasti volného času (např. pro výkon funkce ředitele domu dětí a mládeže), tak také pro další reflexi oboru nebo pro funkce v rámci státní správy (např. referát pro mládež na krajském úřadě). Mohou působit v oblasti odborně pedagogické, psychologické, etické.

Etika v sociální práci

Studenti etiky v sociální práci studují společenskovední disciplínu, kde se zaměřují na práci v sociální oblasti. Jsou schopni organizační práce s lidmi a vkládají do své práce lidský a etický rozměr sociální problematiky. Zohledňují ve své práci nejen ekonomické a organizační faktory, ale také faktory etické případně náboženské. Řeší problémové situace v oblasti vzájemných vztahů člověka a prostředí, ve kterém se nachází, staví je před dilemata, jejichž řešení vyžaduje i etický úhel a eticky podloženou argumentaci. Ve své práci si všímají jednotlivců, rodin, skupin i různých komunit. V oblasti praktické činnosti odhalují, vysvětlují, zmírňují a řeší sociální problémy ve filosofické, teologické, pedagogické a sociální souvislosti. Je to především sociální práce ve spojení s charitativní prací. Vnáší do práce s klienty duchovní, etický a filosofický rozměr. Uplatnění mají ve státních, soukromých, dobrovolných a církevních organizacích. Mohou se podílet na výkonu v sociálně správních činnostech, sociálně právním poradenství, sociálním posouzení, sociální prevenci a ochrany, sociální intervenci, koncepční činnosti, sociálním managementu a dalších činnostech.⁹⁵

⁹⁵ Srov. TEOLOGICKÁ FAKULTA JIHOČESKÉ UNIVERZITY. *Studijní obory*. [on-line].

5.3.2 Použité metody a techniky výzkumného šetření

Byla použita metoda dotazníkového šetření (Příloha č. 1). Je to efektivní a anonymní technika dotazování. Základním znakem této metody je předání dotazníků zkoumaným osobám a zpětné shromáždění odpovědí. Dotazník řeší druhy rekreace a jejich využívání respondenty v členění na rekreace kulturně uměleckou, rekreaci intelektuální, rekreaci sociální, rekreaci zájmovou a rekreaci pohybovou. Dále jsou studenti dotazováni na téma volného času, následují otázky týkající se postojů a pocitů vlastní osoby a otázky na trávení volného času na TF i celé JU. Administrace dotazníku nevyžadovala složitou předchozí přípravu a svými 15 otázkami byla pro studenty TF JU k vyplnění přijatelná. V úvodní části dotazníku je respondenty vyplňován jejich věk a pohlaví, obor a forma studia.

Pro získání potřebných informací k realizaci stanovených cílů a verifikaci výzkumných otázek je zvolena v teoretické části práce metoda analýzy literárních zdrojů. V praktické části práce jsou další diagnostické metody zahrnující důležité úkoly jako je dotazování, a hodnocení. Výzkumnému vzorku respondentů bude předložen nestandardizovaný dotazník, který bude zjišťovat způsob využití volného času ke zotavení u studentů Teologické fakulty JU z hlediska druhů rekreace.

Získaná data z nestandardizovaného dotazníku budou porovnána u jednotlivých oborů Teologické fakulty JU a následně vyhodnocena. Závěr se stanoví ověřením teoretické průpravy v praxi.

5.4 Výsledky výzkumu

Tabulka 5 Analýza výsledku dotazníkového šetření

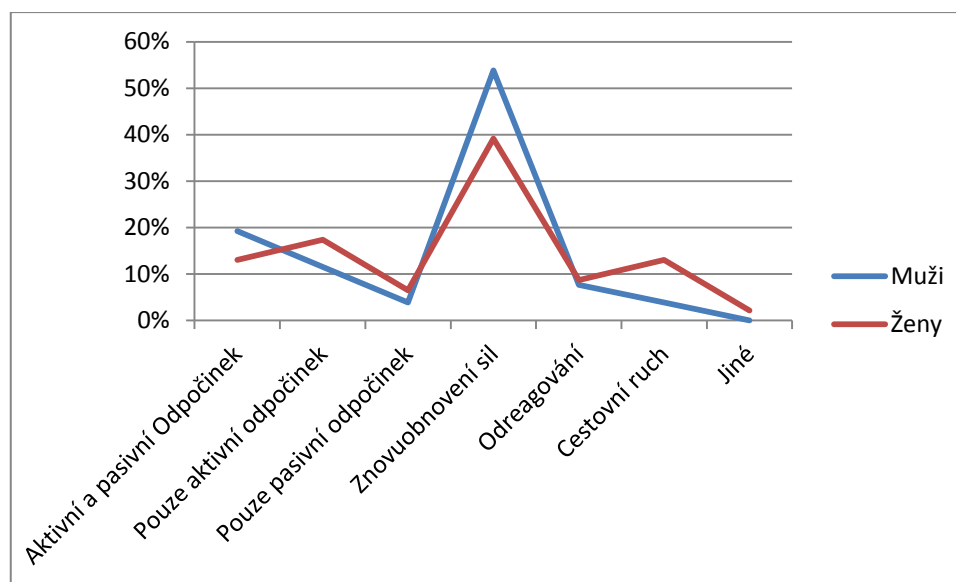
	Ženy										Muži														
	Kombinované studium					Prezenční studium					Kombinované studium					Prezenční studium					Celkem				
	Fi	Te sl.	Te	Uč. náb. a et.	PVČ	Et. v soc. pr.	Fi	Te sl.	Te	Uč. náb. a et.	PVČ	Et. v soc. pr.	Fi	Te sl.	Te	Uč. náb. a et.	PVČ	Et. v soc. pr.	Fi	Te sl.		Te	Uč. náb. a et.	PVČ	Et. v soc. pr.
1.																									
a.		2		1			2				1			1				1	1				1	1	11
b.				2	1		2				2		1									1	2		11
c.				1			2		1						1										5
d.		1		1	3		2	2		1	5	2	1		2	3		1	2		1		2	2	31
e.				1			1				1		1			1					1				6
f.		1		1	1		2			1					1										7
g.							1																		1
celkem	0	4	0	6	6	4	10	0	1	2	9	4	0	2	0	3	5	2	3	0	2	1	5	3	72
2.																									
a.				2	4		2	3			1	5	1				2	1	1	1	1		3	1	27
b.							2								1	1		1	1	1	1	1	1		8
c.		2			1						2			1								1	1		6
d.				2	1		3				2				1	1							1		12
e.							2								1	1									4
f.									1																1
g.						2						1						1						1	5
h.		2		2						1		2		1											9
celkem	0	4	0	6	6	4	10	0	1	2	9	4	0	2	0	3	5	2	3	0	2	1	5	3	72
3.																									
a.				1	1		2				2	1												1	8
b.							1									1									2
c.					1																				1
d.		1		1			1				2				1				1	1					8
e.											1														1
f.		1				2		1	1	2	1												1		9
g.					1		1																		2
h.							1																		1
ch.							1																		1
i.																1									1
j.											1														1
k.					1		1											1							3
l.		1		1	1		1					1			1		1	1	1						8
m.													1			1								1	3
n.		1		3		1	1			1		1	1		2	1	1	1	1					1	14
o.					1						1					1							3		6
p.						1											1								2
q.																							1		1
celkem	0	4	0	6	6	4	10	0	1	2	9	4	0	2	0	3	5	2	3	0	2	1	5	3	72
4.																									
a.				2	2	1	2		1	2	3	2				3	1	1				3	1		24
b.		2		1	2	2	2			2	2	2	1			1	1	1	2	1					20
c.							3				1														4
d.							1																2		3
e.				2	1						2				1	1							1		8
f.		2			1		1				1		1		1			1				1			9
g.				1			2								1										4
celkem	4			6	6	4	10	1	2	9	4	2			3	5	2	3	0	2	1	5	3		72
5.																									
a.							1																		1
b.												1													1
c.										1															1
d.				2						1												1			4
e.					1		1																1		3
f.					1						1														2
g.												1													1
h.							1									1		1							3
ch.						1	1											1							3
i.		1		1	1						1				1	1									6
j.		1		2						1			1		1				1						7
k.											1												1		2
l.		1			1		1								1				1					1	6
m.		1		1			2				1	1	1		1		1					1	1		11
n.							2		1																3
o.																							1		1
p.							1									1									2
q.								1										1							1
r.							1												1				1		3
s.							1																		1
t.					2						4					2							1		9
u.											1														1
celkem	4			6	6	4	10	1	2	9	4	2			3	5	2	3	2	1	5	3			72
6.																									
a.		2		2	1		2	5			2	7	1	1		2	3	2	2	2	2	1	5	2	42
b.		2		4	3		2	3	1		1	3	1		1			1						1	23
c.					2		2				1				2										7
celkem	4			6	6	4	10	1	2	9	4	2			3	5	2	3	2	1	5	3			72

	Ženy										Muži										
	Kombinované studium					Prezenční studium					Kombinované studium					Prezenční studium					Celkem
	Fi	Te sl.	Uč. náb. a et.	PVČ	Et. v soc. pr.	Fi	Te sl.	Uč. náb. a et.	PVČ	Et. v soc. pr.	Fi	Te sl.	Uč. náb. a et.	PVČ	Et. v soc. pr.	Fi	Te sl.	Uč. náb. a et.	PVČ	Et. v soc. pr.	
7.																					
a.		2		2		1	3		1	3	2	1			1	2			2	1	22
b.						2				2	1			1							6
c.			1			2				2			1						2	1	9
d.	1		1	1	2	1				2	1		1	2		1	1		1	1	16
e.	1		2	2	2	2			1			1		1	1		1	1			13
f.				3	1									1							5
g.													1								1
celkem	4		6	6	4	10	1	2	9	4	2		3	5	2	3	2	1	5	3	72
8.									1												1
a.									1												3
b.			2				1														1
c.									1												2
d.							1			1											6
e.				1	1	2				1					1						3
f.											1		1					1			2
g.			1																	1	2
h.				2					2	1										1	6
ch.						2			2							1					5
i.													1			1					2
j.					1																1
k.				1	2																3
l.	1																		1		2
m.					1						1										2
n.	1		1																		2
o.	2		1			1			2	1											7
p.						1															1
q.				1		1															2
r.														1							2
s.								1								1			2		3
t.				1		1										1					3
u.									1				1	1					1		4
v.														2							2
w.				1	1								1	1	1	1			1		6
celkem	4		6	6	4	10	1	2	9	4	2		3	5	2	3	2	1	5	3	72
9.			3		2	3	1	5		1	2		2	4		2	1	1	5	2	43
a.			2	2	2	3			2												11
b.	1		2	1	1	2			1	3			1	1	2	1	1			1	18
c.	4	0	6	6	4	10	1	2	9	4	2	0	3	5	2	3	2	1	5	3	72
10.																					
a.	1		1	4		7	1		8	1				4		3	1		3		34
b.	2		2		1	2		2	1	3								1	2		16
c.	1		3	2	3	1					2		3	1	2		1	1	1	1	22
celkem	4	0	6	6	4	10	1	2	9	4	2	0	3	5	2	3	2	1	5	3	72
11.																					
a.			3	2	2	7		2	6	2	1		1	2		3		1	5	2	39
b.	2		3	2	3	1			3	1	1									1	17
c.	2			2	2					1			2	3	2		2				16
celkem	4	0	6	6	4	10	1	2	9	4	2	0	3	5	2	3	2	1	5	3	72
12.																					
a.				2		3			4	2				1	1		1	3	1		18
b.	1		2	1		2	1	2	3	1	2		1	2	1		1		2		22
c.	3		4	3	4	3			1	1			2	2	1	2	1			2	29
d.					2				1												3
celkem	0	4	0	6	6	4	10	0	1	2	9	4	0	2	0	3	5	2	3	0	72
13.																					
a.	2		3	2	4	7	1	2	5	3	1		2	3	1	2	2	1	4	2	47
b.	2		3	4		2			4	1	1		1	2	1	1			1	1	24
c.						1															1
celkem	4	0	6	6	4	10	1	2	9	4	2	0	3	5	2	3	2	1	5	3	72
14.																					
a.	3		3	3	2	4	1	2	3	2	2		2	2	1	1	1	1	2	1	36
b.						2			1	1						1			1		6
c.	1		1		1								1				1		1		6
d.					1					1										1	3
e.			2	2	1				2					2	1	1			1		12
f.						1														1	2
g.				1		1			1					1							4
h.					2				1												3
celkem	4	0	6	6	4	10	1	2	9	4	2	0	3	5	2	3	0	2	1	5	72
15.																					
a.	1		2	2	1	4			1	5	1	1		1	1		1		1	1	24
b.	1			2	1	2			2												8
c.			2							1											3
d.			1						2											2	5
e.	2		1		1	1	1	1					1				1				8
f.				1									1		1	1					4
g.					1				1					2		1			2		7
h.					1						1										2
ch.				1					1												2
i.					1																1
j.				1	1									2	1			1	2		8
celkem	4	0	6	6	4	10	1	2	9	4	2	0	3	5	2	3	0	2	1	5	72

Zdroj: vlastní tvorba

Na otázku č. 1. „Co podle Vás znamená pojem rekreace“ odpovědělo 54 % mužů a 39 % žen „znovuobnovení sil“. Tato odpověď je nejbližší k platné definici pojmu rekreace. Druhou nejčastější variantu, „aktivní a pasivní odpočinek“, volilo 19 % mužů a 13 % žen. Na rozdíl od předchozích výsledků odpověděly ženy (17 %) lépe než muži (12 %) pouze částečně přijatelnou odpovědí, „aktivní odpočinek“. V obecném slova smyslu rekreaci můžeme považovat za aktivní činnost, avšak odpověď je to neúplná. Zajímavé také je, že ženy (13 %) mají ve větším měřítku spojenou rekreaci pouze s cestovním ruchem oproti mužům (4 %).

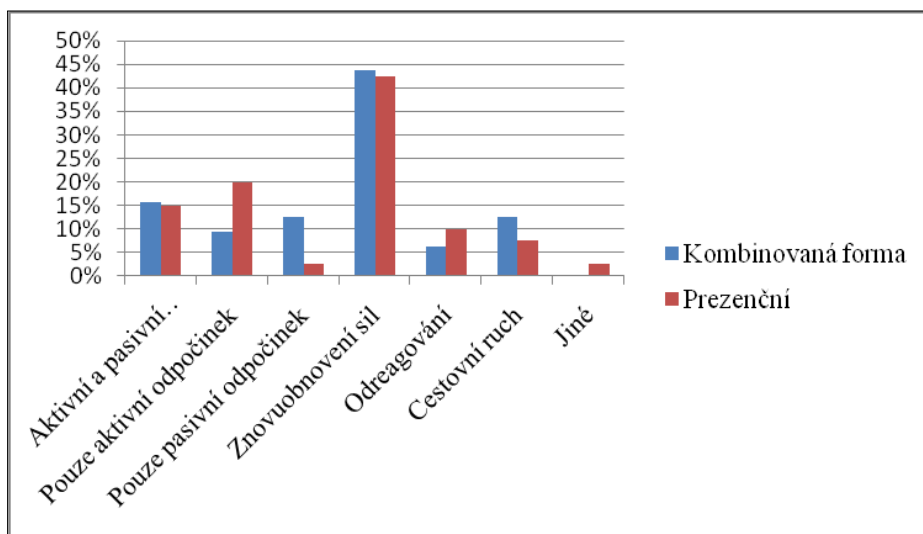
Graf 1 Analýza výsledku dotazníkového šetření (G=1)



Zdroj: vlastní tvorba

Z pohledu formy studia byla odpověď „znovuobnovení sil“ téměř vyrovnaná (44 % u kombinovaného studia a 43 % u prezenčního studia). U odpovědi „pouze aktivní odpočinek“ je velký rozdíl v odpovědi respondentů z kombinovaného studia 9 % oproti 20 % respondentů prezenčního studia. Je zřejmé, že studenti kombinovaného studia mají vedle školy ještě práci a případně i rodinu a aktivní odpočinek jim připadá jako další aktivita. Cestovní ruch jako rekreace však láká více kombinované studenty 13 % oproti 8 % studentů prezenčního studia.

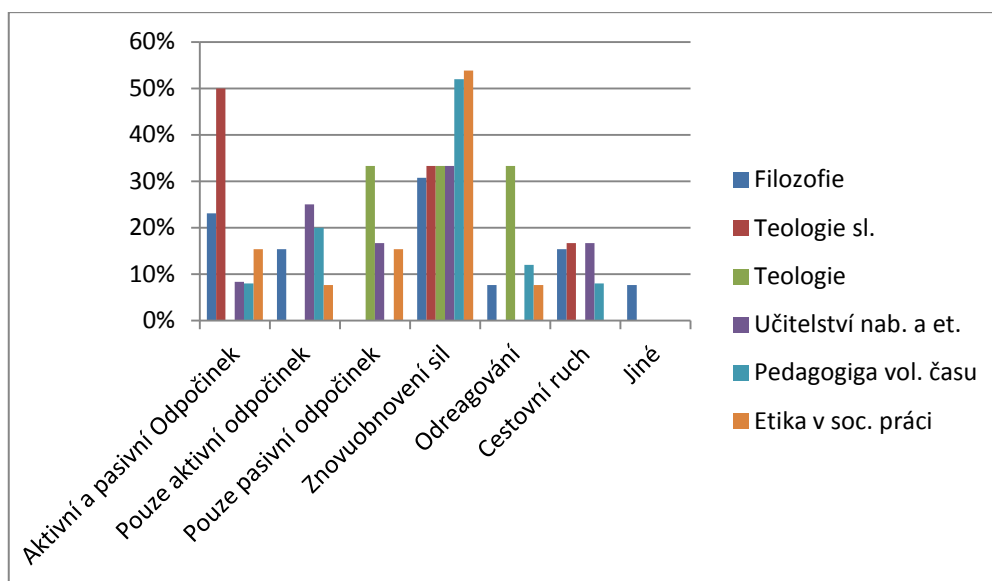
Graf 2 Analýza výsledku dotazníkového šetření (F=2)



Zdroj: vlastní tvorba

Podle oborů studia odpovídali nejpřijatelnější odpovědi „znovuobnovení sil“ nejvíce studenti pedagogiky volného času (v počtu 13 studentů z 25) v procentním vyjádření v poměru k odpovědím 52 % a studenti etiky v sociální práci (v počtu 7 z 13) v procentním vyjádření v poměru k odpovědím 54 %. Ostatní obory byly v této odpovědi vyrovnané (33 %). Graf 3 nám ukazuje odpovědi všech respondentů v rozdělení podle oborů. Studenti povětšinou odpovídali správně, tedy nejbliže k definici pojmu rekreace. Pod tímto pojmem si nejčastěji představují znovuobnovení sil.

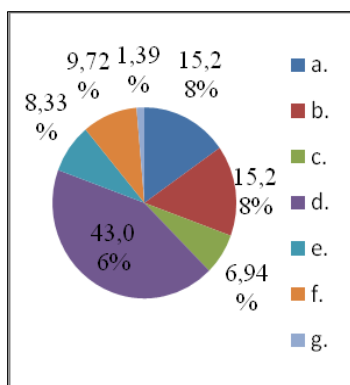
Graf 3 Analýza výsledků dotazníkového šetření (O=3)



Zdroj: vlastní tvorba

Graf 4 nám ukazuje odpovědi všech respondentů celkem. Studenti i v celkovém počtu nejvíce volili variantu „znovuobnovení sil“.

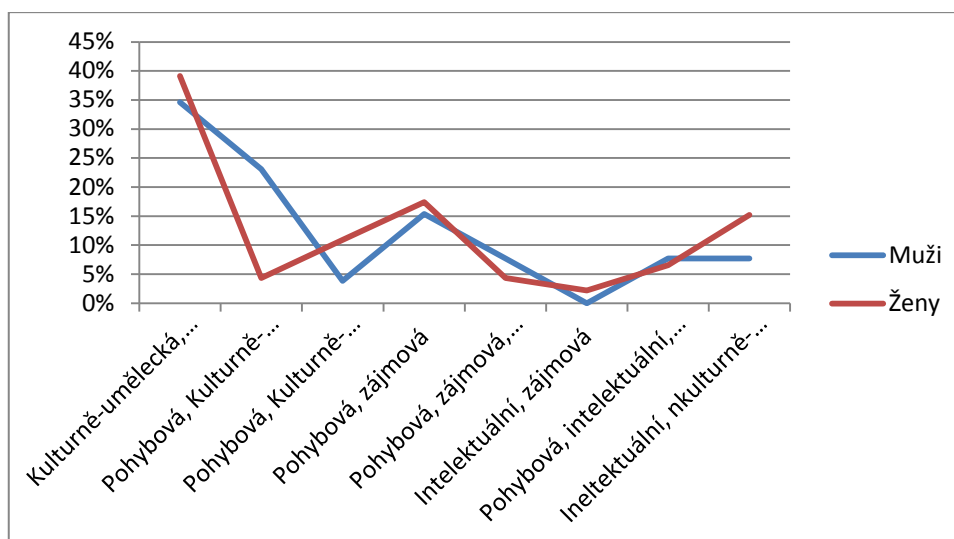
Graf 4 Analýza výsledků dotazníkového šetření (C=4)



Zdroj: vlastní tvorba

Odpovědi na 2. otázku „Jaké znáte druhy rekreace?“ budou popsány následovně. Dle Hodaně a Dohnala je správné členění rekreace na kulturně uměleckou, intelektuální, sociální, zájmovou a pohybovou. Tuto variantu úplného členění rekreace z pohledu genderu volilo 35 % mužů a 39 % žen. Muži spíše volili variantu b. - pohybová, kulturně-umělecká a sociální rekreace (23 %) a ženy volili odpovědi v rovnoměrném složení (4 %) podle ostatních variant.

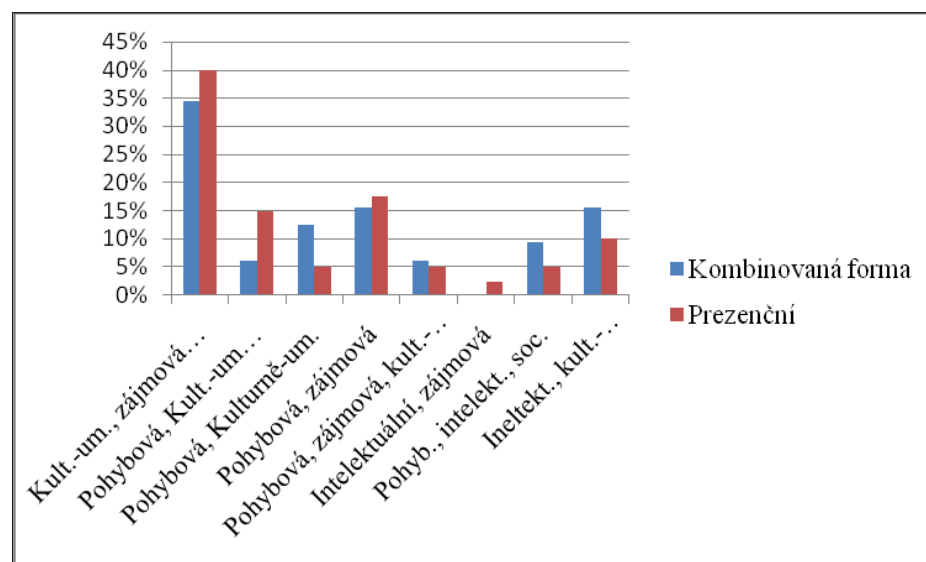
Graf 5 Analýza výsledku dotazníkového šetření (G=1)



Zdroj: vlastní tvorba

Podle formy studia byl výsledek odpovědí následující. Variantu se všemi druhy rekreace uvedlo 40 % studentů prezenčního studia 34 % studentů kombinované formy.

Graf 6 Analýza výsledku dotazníkového šetření (F=2)

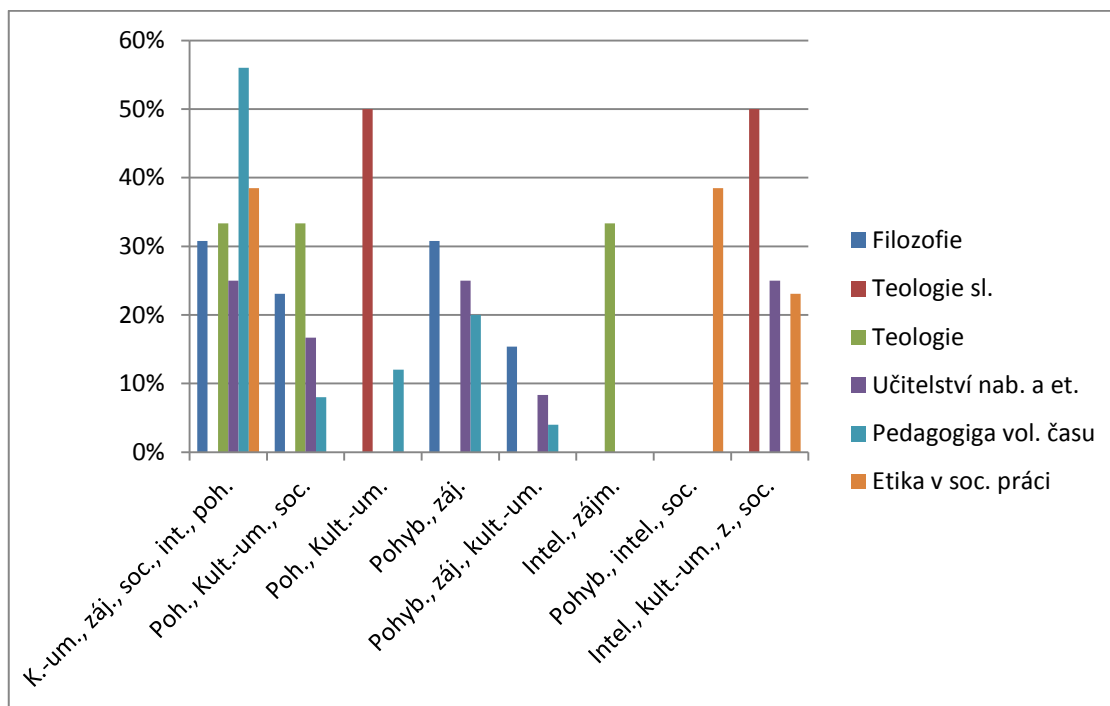


Zdroj: vlastní tvorba

Variantu se všemi druhy rekreace volili především studenti pedagogiky volného času, na druhém místě je obor etika v sociální práci. Dále následují obory: filosofie,

učitelství náboženství a etiky, teologie. Studenti teologie služby tuto variantu vůbec nezvolili.

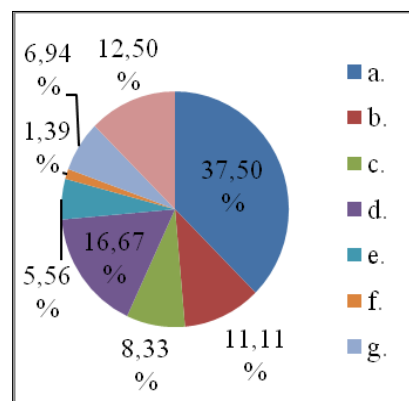
Graf 7 Analýza výsledků dotazníkového šetření (O=3)



Zdroj: vlastní tvorba

Graf 8 nám dokumentuje varianty odpovědí všech studentů na otázku č. 2 v procentuálním vyjádření. Správnou odpověď volilo 37,5 % studentů.

Graf 8 Analýza výsledků dotazníkového šetření (C=4)



Zdroj: vlastní tvorba

Na otázku č. 3 „Jaké rekreační aktivity jste vykonával(a) v uplynulém roce nejčastěji?“ odpovídali respondenti nejvíce „četba knih“, muži ve 23 % a ženy v 17 %. Rozdíl v procentním vyjádření mezi muži a ženami je pravděpodobně způsoben tím, že 28 % respondentů je z kombinovaného studia a 13 % respondentů studuje prezenční formou a ženy z kombinovaného studia mají více dalších povinností v domácnosti.

Druhé místo zaujímá zajímavý výsledek v aktivní sportovní činnosti (fitness, fotbal, lyžování, plavání, tenis, squash aj.) s 15 % u mužů a 4 % u žen. Z mého výzkumného vzorku respondentů se více věnují pohybové rekreaci muži. Z dalších výsledků vyplývá, že ženy se více věnují zájmové rekreaci. Na třetím místě je vyrovnanější poměr mezi muži a ženami u varianty „posezení s přáteli“ (12 % u mužů a 11 % u žen). Čtvrté místo zaujímá „návštěva příbuzných“, která se vyskytuje pouze u mužů (12 %). Jak jsem již uvedla v předchozím textu, ženy se zabývají spíše zájmovou rekreací. „Práci s počítačem“ uvedlo 12 % mužů a 11 % žen a tím tato varianta zaujímá páté místo. Aktivitu „sledování televize“ volily pouze 2 % žen, na rozdíl od výzkumu Saka (2007), kde bylo ze vzorku věkové skupiny 25 – 40 let v roce 2005 sledování televize na prvním místě.⁹⁶

Variantu „věnování se koníčkům“ zvolili 4 % mužů a 17 % žen, což nám potvrzuje domněnku, že muži se více věnují pohybové rekreaci oproti rekreaci zájmové. „turistiku, trampování, výlety do přírody“ uvedli 4 % mužů a 2 % žen. „odpočinek, nicnedělání, ležení“ se vyskytl pouze ve 2 % u žen, na rozdíl od výzkumu dle Saka (2007), kdy se „odpočinek, nicnedělání a ležení“ umístil na třetím místě.⁹⁷

„Pobyt na chatě“ uvádějí pouze 4 %, a to u mužů. Oproti tomu v šetření STEM/MARK dle Hodaně (2002) v roce 2005 uvedlo 14 % respondentů jako aktivitu právě pobyt na chatě.⁹⁸

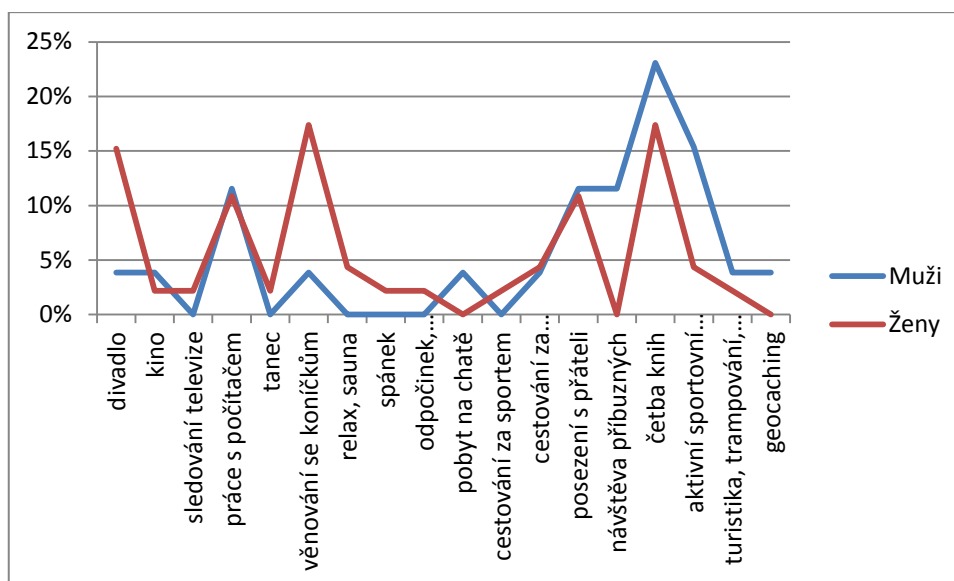
Divadlo v uplynulém roce nejčastěji navštěvovaly 4 % mužů a 15 % žen. Ženy v našem výzkumném šetření využívají o poznání více kulturně-umělecké rekreace než muži.

⁹⁶ Srov. SAK, P. *Člověk a vzdělání v informační společnosti*, s. 257-267.

⁹⁷ Srov. Tamtéž, 257-267.

⁹⁸ Srov. HODANĚ, B. *Volný čas a jeho současné problémy*, s. 126-129.

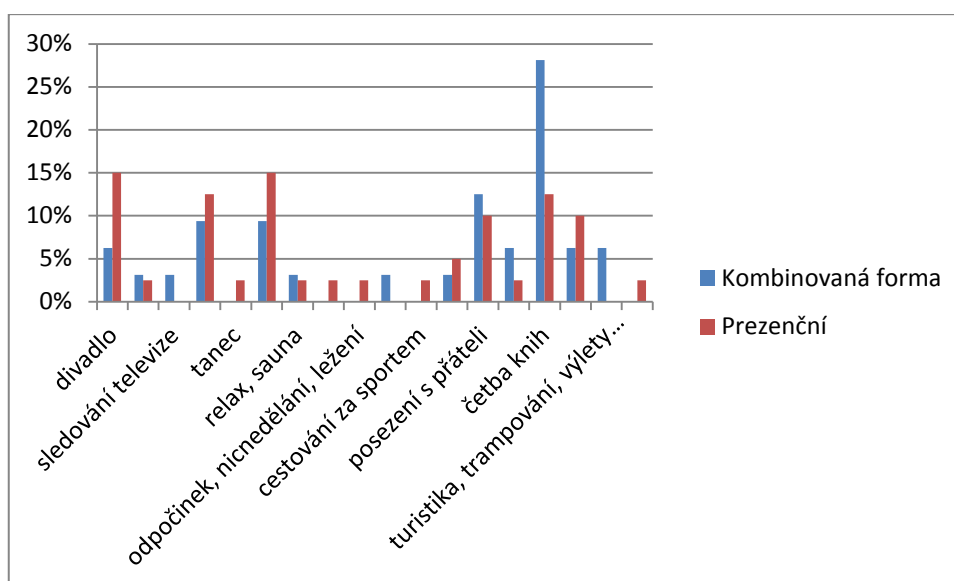
Graf 9 Analýza výsledku dotazníkového šetření (G=1)



Zdroj: vlastní tvorba

Z hlediska formy studia volilo nejčastější aktivitu „četba knih“ 28 % respondentů z kombinované formy studia a 13 % respondentů z prezenčního studia. Je faktem, že studenti z kombinované formy studia mají méně přednáškových hodin, a proto častěji sahají po knize. U odpovědi „posezení s přáteli“ je 13 % respondentů z kombinovaného studia a 10 % z prezenčního studia. Naopak aktivitu „věnování se koníčkům“ zvolilo 9 % studentů kombinovaného studia a 15 % studentů z prezenčního studia. Je zřejmé, že studenti prezenčního studia mají více volného času. „Práce s počítačem“ je v poměru: 9 % studenti z kombinované formy a 13 % studenti z prezenční formy. Odpověď „divadlo“ volilo 6 % studentů z kombinované formy a 15 % studentů z prezenční formy studia. Aktivní sportovní činnosti se více věnují v prezenční formě 10 % oproti kombinované formě 6 %.

Graf 10 Analýza výsledku dotazníkového šetření (F=2)



Zdroj: vlastní tvorba

Zaměřím-li se na to, jaké rekreační aktivity vykonávali respondenti z pohledu jednotlivých oborů, pak je zřejmé, že na prvním místě v nejméně uváděné aktivitě („čtení knih“) jsou studenti oboru učitelství náboženství a etiky (50 %). Dále následují obory teologie služby (33 %), etika v sociální práci (31 %) a filosofie (15 %). Z výzkumu volného času prováděného v roce 2005 dle Saka (2007) vyplývá, že v roce 2000 nastal propad v četbě knih ve věkové skupině 25 – 40 let. Dále uvádí, že v roce 2005 byla četba knih na dvanáctém místě.⁹⁹

Sledujeme-li skupiny vysokoškolských studentů, uvádí výzkum Kolibové a Fialové (1999) četbu knih na sedmém místě.¹⁰⁰

Domnívám se, že vysokoškolská mládež se opět navrácí k četbě knih. Výsledek jistě ovlivnil i fakt, že můj výzkum byl prováděn na Teologické fakultě, kde je četba knih velice preferována. Nejvíce celkový výsledek ovlivnily odpovědi oboru učitelství náboženství a etiky, kde „četbu knih“ uvedlo 6 respondentů z 12. Nemały přínos má také dobře vybavená knihovna TF.

⁹⁹ Srov. SAK, P. *Člověk a vzdělání v informační společnosti*, s. 257-267.

¹⁰⁰ Srov. KOLIBOVÁ, H. FIALOVÁ, Z. *Pojetí kvantity a kvality volného času studentů*, s. 6-7 [on-line].

Druhá nejčastěji uváděná aktivita „aktivní sportovní činnost (fitness, fotbal, lyžování, plavání, tenis, squash aj.)“ se nejvíce vyskytovala u oboru pedagogika volného času. Je logické, že má tento obor ve sportovní činnosti velké zastoupení, jelikož absolvent pedagogiky volného času je předurčen ve funkci vychovatele, poradce, inspirátora a animátora pro volnočasové aktivity a sport je jedna z velmi důležitých aktivit. Z oboru pedagogika volného času se věnuje 24 % studentů aktivní sportovní činnosti (fitness, fotbal, lyžování, plavání, tenis, squash aj.), 4 % studentů cestují za sportem, 4 % cestují za odpočinkem, 4 % se věnují geocachingu a 4 % studentů se věnují tanci. Z oboru teologie se věnuje tanci 33 %. Z oboru filosofie 15 % respondentů cestuje za odpočinkem. Ve výzkumu Sak (2007), jak uvádím v prvním odstavci, bylo aktivní sportování u mládeže na čtrnáctém místě.¹⁰¹

Podle Hodaně (2002) a výzkumu sportovních aktivit na Slovensku přikládali vysokoškoláci význam sportovním aktivitám pouze v 19 % na rozdíl od středoškoláků (74,6 %). Z toho vyplývá, že úlohu samozřejmě hrají i další faktory jako je například náročnost vysokoškolského studia.¹⁰²

Ve výzkumu vysokoškoláků Slezské univerzity (1999) je aktivní sportování na osmém místě.¹⁰³

Variantu „posezení s přáteli“ volily téměř všechny obory: teologie v 33 %, filosofie v 15 % a po 8 % učitelství náboženství a etiky, pedagogika volného času a etika v sociální práci. Studenti teologie služby volili v 33 % „návštěvu příbuzných“. „Práci s počítačem“ uvedli nejvíce studenti oboru teologie (33 %), dále studenti oboru učitelství náboženství a etiky (25 %), studenti teologie služby (17 %) a po 8 % studenti filosofie a pedagogiky volného času. Výzkum ve věkové skupině 25 – 40 let v roce 2005 podle Saka (2007) uvádí práci s počítačem na třetím místě.¹⁰⁴

U vysokoškoláků ze Slezské univerzity podle výzkumu Kolibová a Fialová (1999) vyšla práce s počítačem na pátém místě, stejně tak, jako v mém výzkumu.¹⁰⁵

¹⁰¹ Srov. SAK, P. *Člověk a vzdělání v informační společnosti*, s. 257-267.

¹⁰² Srov. HODANĚ, B. *Volný čas a jeho současné problémy*, s. 126-129.

¹⁰³ Srov. KOLIBOVÁ, H. FIALOVÁ, Z. *Pojetí kvantity a kvality volného času studentů*, s. 6-7 [on-line].

¹⁰⁴ Srov. SAK, P. *Člověk a vzdělání v informační společnosti*, s. 257-267.

¹⁰⁵ Srov. KOLIBOVÁ, H. FIALOVÁ, Z. *Pojetí kvantity a kvality volného času studentů*, s. 6-7 [on-line].

Koníčkům se nejvíce věnují studenti etiky v sociální práci 23 %. Dále se koníčkům věnují obory v následujícím pořadí. V 17 % studenti teologie služby, ve 12 % pedagogika volného času a v 8 % studenti učitelství náboženství a etiky. „Věnování se koníčkům“ nevedly obory filosofie a teologie.

U varianty „turistika, trampování a výlety do přírody“ odpověděli 2 ze 13 studentů z oboru etika v sociální práci (15 %).

Podle Hodaně (2002) šetřením STEM/MARK je pěší turistika v létě zastoupena 15 %.¹⁰⁶

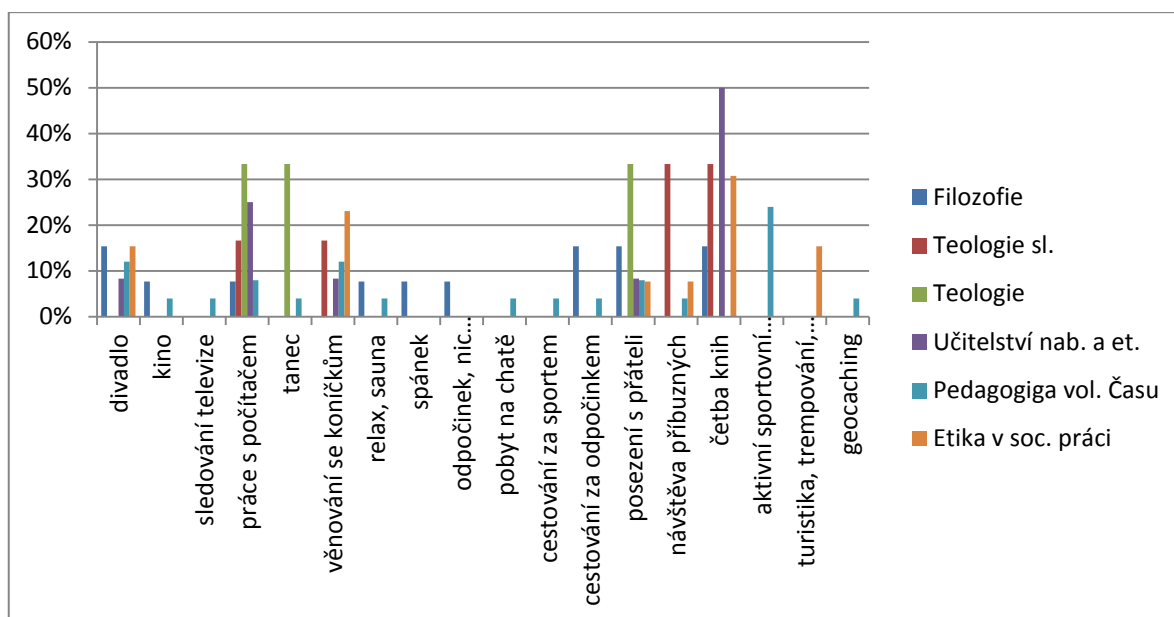
Do divadla chodí 15 % studentů filosofie a etiky v sociální práci, 12 % studentů pedagogika volného času a 8 % studentů oboru učitelství náboženství a etiky. „Divadlo“ nevedly obory teologie služby a teologie. „Kino“ uvedl jeden student z oboru filosofie (8 %) a jeden student z pedagogiky volného času (4 %). Návštěvy divadla ve výzkumu Sak (2007) ve věkové skupině 25 – 40 let se umístily až na 29. místě a návštěvy kina na 22. místě.¹⁰⁷

V mém výzkumu považují kino za nejčastější aktivitu 4 % mužů a 2 % žen.

¹⁰⁶ Srov. HODANĚ, B. *Volný čas a jeho současné problémy*, s. 126-129.

¹⁰⁷ Srov. SAK, P. *Člověk a vzdělání v informační společnosti*, s. 257-267.

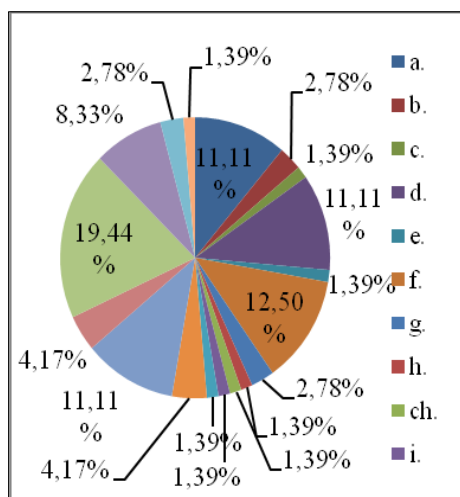
Graf 11 Analýza výsledků dotazníkového šetření (O=3)



Zdroj: vlastní tvorba

V celkovém počtu se studenti věnují nejčastější rekreační aktivitě, tedy četbě, v 19,44 %.

Graf 12 Analýza výsledků dotazníkového šetření (C=4)

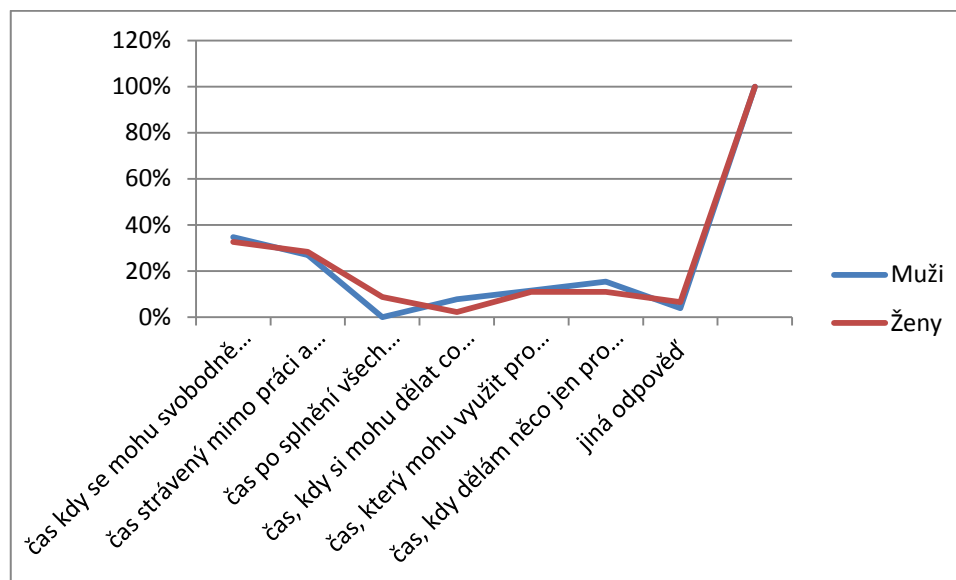


Zdroj: vlastní tvorba

Otázka č. 4: „Co si představujete pod pojmem volný čas?“ Volný čas povětšinou chápou studenti jako disponibilní časový prostor - svobodu. Tuto variantu volilo 35 % mužů a 33 % žen. Na druhém místě studenti uváděli, že se jedná o čas trávený mimo

práci a školu (27 % mužů a 28 % žen). Třetí místo zaujímá odpověď, že se jedná o čas, kdy dělají něco jen pro sebe, odpočívají, sportují(15 % mužů a 11 % žen).

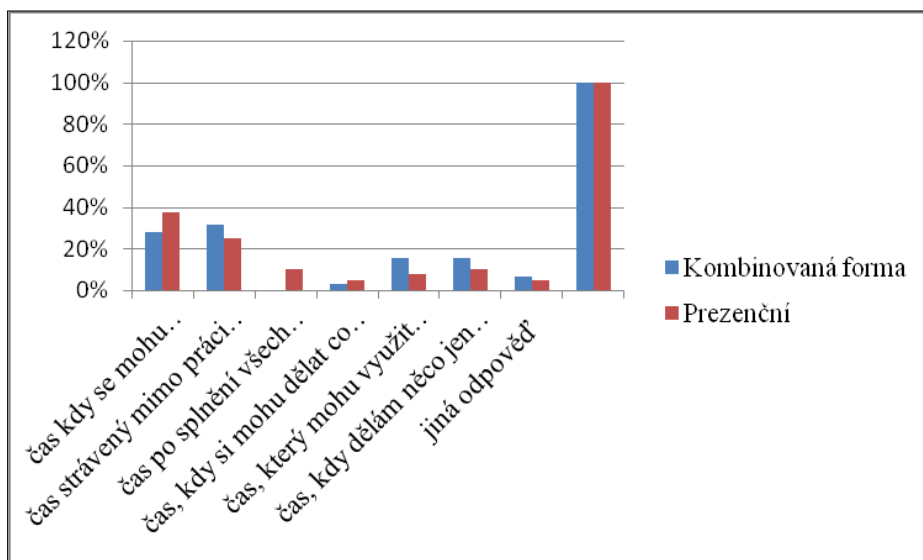
Graf 13 Analýza výsledku dotazníkového šetření (G=1)



Zdroj: vlastní tvorba

Z pohledu formy studia odpověděli studenti, že se jedná o čas, kdy se mohou svobodně realizovat následovně: 38 % studentů z prezenčního studia a 28 % studentů kombinovaného studia. Dále studenti nejčastěji odpovídali, že se jedná o čas strávený mimo práci a školu. Tuto odpověď volilo více studentů kombinovaného studia (31 %) oproti prezenčnímu studiu (25 %). Odpověď, že se jedná o čas, který mohu využít pro své záliby a koníčky volilo 16 % studentů kombinovaného studia a 8 % studentů prezenčního studia.

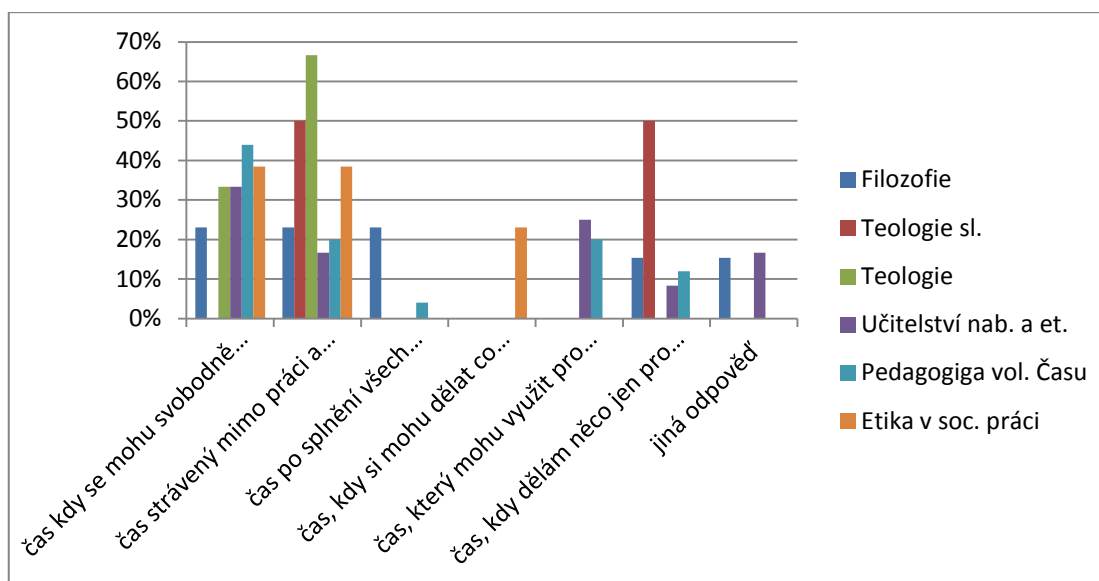
Graf 14 Analýza výsledku dotazníkového šetření (F=2)



Zdroj: vlastní tvorba

Z pohledu oborů odpovědělo, že volný čas je čas, kdy se mohu svobodně realizovat 44 % studentů pedagogiky volného času, 38 % studentů etiky v sociální práci, 33 % studentů učitelství náboženství a etiky a studentů teologie 23 % studentů filosofie. 44 % studentů oboru pedagogika volného času odpovědělo, že volný čas je čas, který mohu využít pro své záliby a koníčky. 67 % studentů teologie odpovědělo, že volný čas je čas strávený mimo práci a školu. 50 % odpověděli studenti teologie služby, že je to čas, kdy dělám něco jen pro sebe a 50 % že je to čas strávený mimo práci a školu.

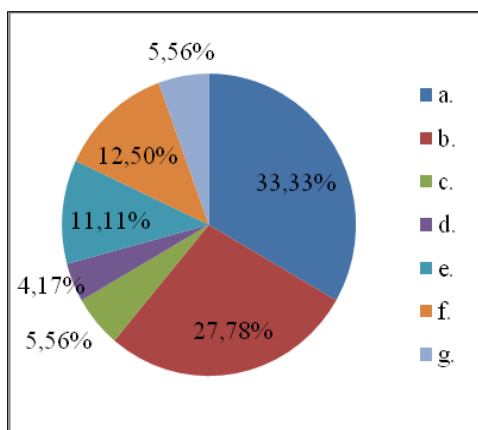
Graf 15 Analýza výsledků dotazníkového šetření (O=3)



Zdroj: vlastní tvorba

Z celkového počtu odpovědělo 33,33 % respondentů, že se jedná o čas, kdy se mohou svobodně realizovat.

Graf 16 Analýza výsledků dotazníkového šetření (C =4)

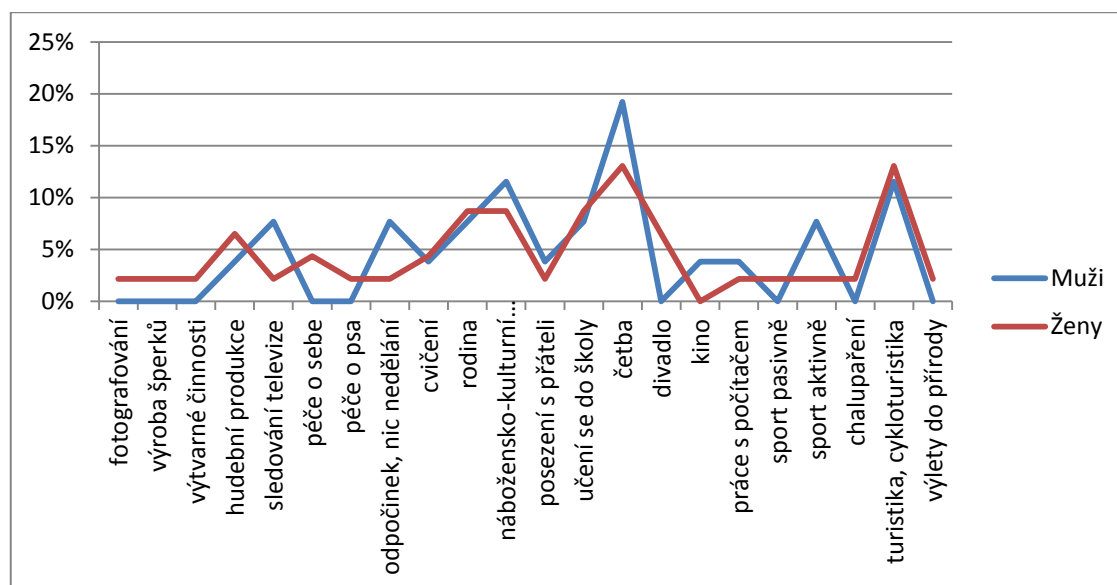


Zdroj: vlastní tvorba

Na otázku č. 5 „Čím se zabýváte ve volném čase?“ nejčastěji ze všech respondentů odpovídali muži (19 %), že se věnují „četbě“ (ženy 13 %), hned poté „nábožensko-kulturními aktivitami“ (muži 12 %, ženy 9 %) a na třetím místě „turistikou a cykloturistikou“ (muži 12 %, ženy 13 %). U mužů následuje v 8 % „rodina“, „učení se do školy“, „sport aktivně“ a „odpočinek, nicnedělání“. Zatímco u žen jsou jejich

aktivity rozloženější. Na prvním místě je v 13 % „čtení“ a „turistika cykloturistika“, na druhém místě v 9 % „nábožensko-kulturní aktivity“, „rodina“, „učení se do školy“ (muži 8 %), následuje v 6 % „hudební produkce“ (muži 4 %), ve 4 % „sledování televize“ (muži 4 %), „péče o sebe“ (muži 0 %) a „cvičení“ (muži 4 %).

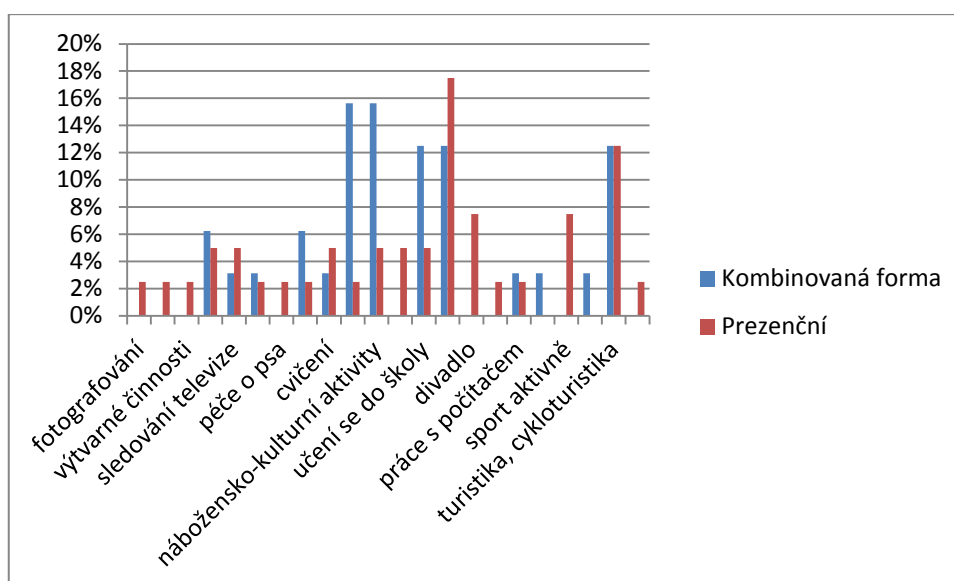
Graf 17 Analýza výsledku dotazníkového šetření (G=1)



Zdroj: vlastní tvorba

Ve volném čase uvedli respondenti kombinovaného studia samozřejmě na prvním místě v 16 % rodinu (prezenční forma 3 %) a dále, že se zabývají „nábožensko-kulturní aktivitami“. Poté respondenti kombinované formy uvedli v 13 % „učení se do školy“, „čtení“, „turistika, cykloturistika“. V kombinované formě vyšla v 6 % „hudební produkce“ a „odpočinek a nicnedělání“. V prezenční formě uvedli respondenti na prvním místě „čtení“ v 18 % (13 % kombinovaná forma), v 13 % „turistiku a cykloturistiku“ a v 8 % „sport aktivně“ (0 % kombinovaná forma).

Graf 18 Analýza výsledku dotazníkového šetření (F=2)



Zdroj: vlastní tvorba

U studentů filosofie jsem zaznamenala, že ve volném čase nejvíce „četbu“ (23 %), „divadlo“ (15 %), „sport aktivně“ (15 %), fotografování (8 %) a sledují televizi (8 %).

Studenti teologie služby čtou (33 %), věnují se nábožensko-kulturním aktivitám (33 %), učí se do školy (17 %) a věnují se rodině (17 %).

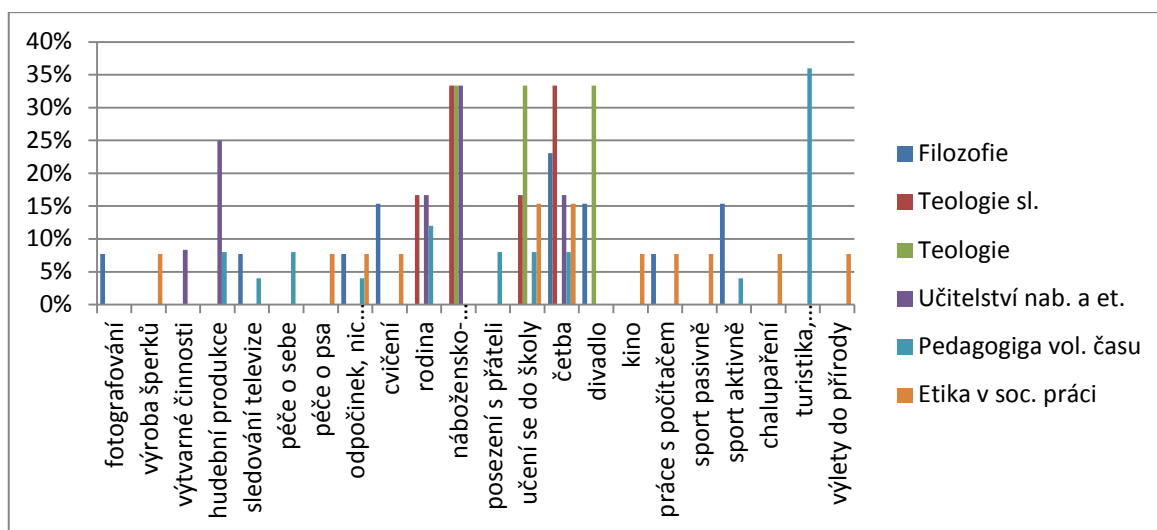
Studenti teologie služby se věnují nábožensko-kulturním aktivitám (33 %), učení se do školy (33 %) a divadlu (33 %).

Studenti učitelství náboženství a etiky se věnují nábožensko-kulturním aktivitám (33 %), hudební produkci (25 %), četbě (17 %), rodině (17 %) a výtvarné činnosti (8 %).

Studenti pedagogiky volného času zabývají v 36 % turistice a cykloturistice (36 %), rodině (12 %), hudební produkci (8 %), péči o sebe (8 %), posezení s přáteli (8 %), učení se do školy (8 %), četbě (8 %), sledování televize (4 %), odpočinku, nicnedělání (4 %) a sportu aktivně (4 %).

Studenti etiky v sociální práci se zabývají četbou (15 %), učení se do školy (15 %), výrobě šperků (8 %), péči o psa (8 %), odpočinku, nicnedělání (8 %), cvičení (8 %), kinu (8 %), práci s počítačem (8 %), sportu pasivně (8 %), chalupaření (8 %) a výletům do přírody (8 %).

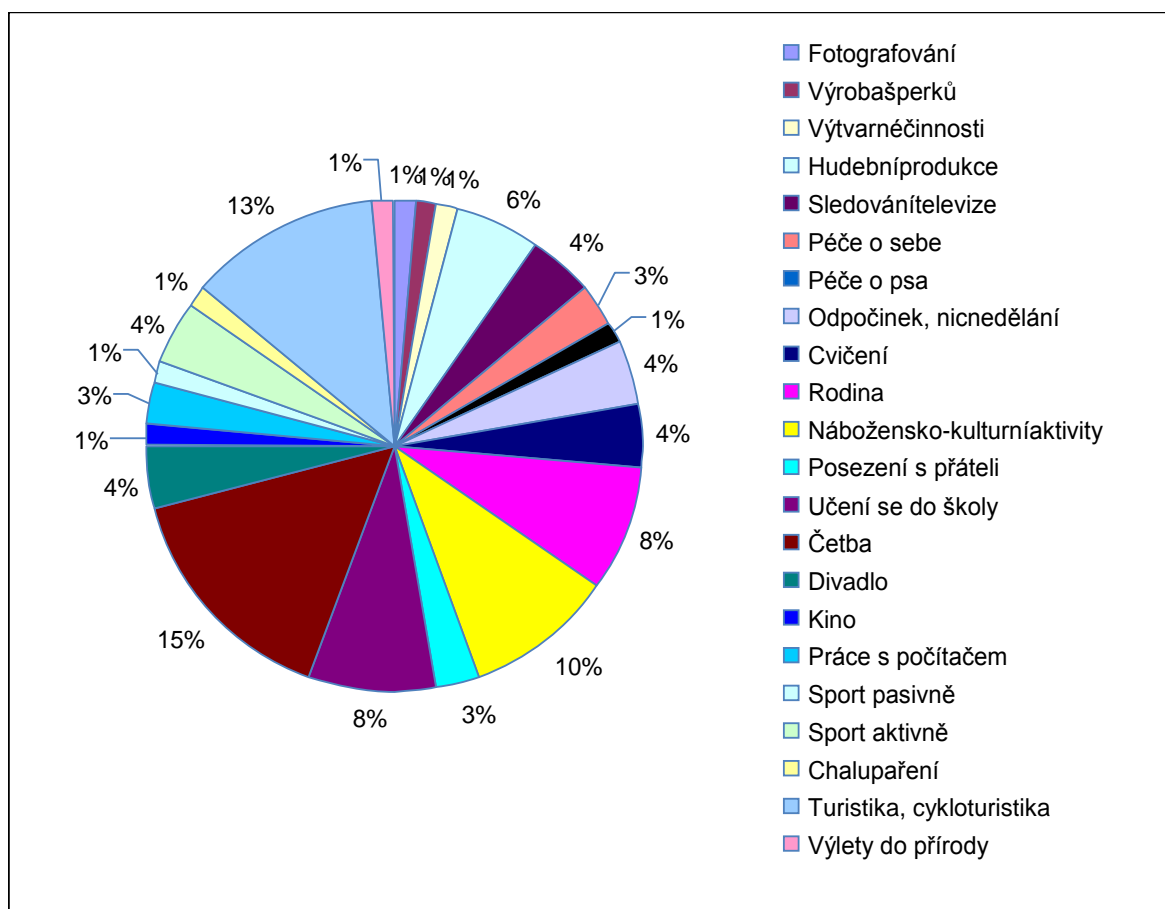
Graf 19 Analýza výsledků dotazníkového šetření (O=3)



Zdroj: vlastní tvorba

U otázky č. 5 „Čím se nejvíce zabýváte ve volném čase?“ volili studenti varianty odpovědi v následujícím pořadí. Nejvíce se věnují „čtení“ (11 studentů, 15 %). Z tohoto výsledku vyplývá, že studenti TF, kteří studují dané humanitní obory, nejraději čtou knihy. Celkově tedy mezi studenty skutečně převažují pasivní činnosti nad aktivními. Dále studenti nejčastěji volili variantu „turistika, cykloturistika“ (13 %). Těsně za touto činností v počtu odpovědí následovala varianta „nábožensko-kulturní aktivity“ (10 %). Z tohoto faktu usuzují, že jsou studenti na TF povětšinou nábožensky založeni a jejich víra se promítá i do jejich volného času, potažmo rekreace jako takové. Dále následovaly varianty „rodina“ a „učení se do školy“ (8 %). Další v pořadí počtu studentů, kteří odpovídali je varianta „hudební produkce“ (6 %). Poté následovaly varianty „sledování televize“, „odpočinek, nicnedělání“, „cvičení“, „divadlo“, „sport aktivně“ (4 %). Poté studenti volili varianty „posezení s přáteli“, „práce s počítačem“, „péče o sebe“ (3 %). Z výsledků vyplývá, že sociální rekreace je u studentů TF zastoupena o poznání více v rodině než mezi přáteli. Jako poslední volili studenti variantu „kino“, „fotografování“, „výroba šperků“, „výtvarné činnosti“, „péči o psa“, „výlety do přírody“, „sport pasivně“ a „chalupaření“ (1 %). Celkové výsledky poukazují na to, že studenti TF skutečně dávají výrazně přednost rekreaci intelektuální, sociální a zájmové před rekreací pohybovou a kulturně-uměleckou. Fyzická stránka, potažmo sport, je převážně opomíjena.

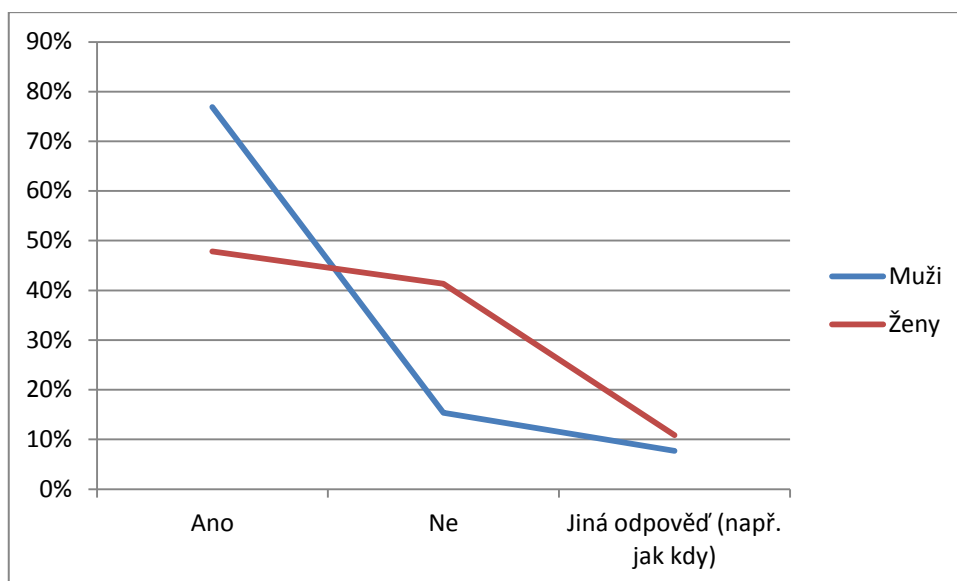
Graf 20 Analýza výsledků dotazníkového šetření (C=4)



Zdroj: vlastní tvorba

Na otázku č. 6 „Máte dostatek volného času?“ odpověděli studenti následovně: 77 % mužů a 48 % žen odpověděli „ano“. Odpověď „ne“ byla zaznamenána u 15 % mužů a 41 % žen. Možnost „jiná odpověď“ využilo 8 % mužů a 11 % žen. Domnívám se, že rozdíl v odpovědích mezi muži a ženami je v odlišném životním stylu mužů a žen. Ženy oproti mužům jsou pečlivější, více pečují o sebe samu, starají se o biologický chod rodiny, případně fungují jako matky. Tím jim vzniká relativně méně volného času než mužům.

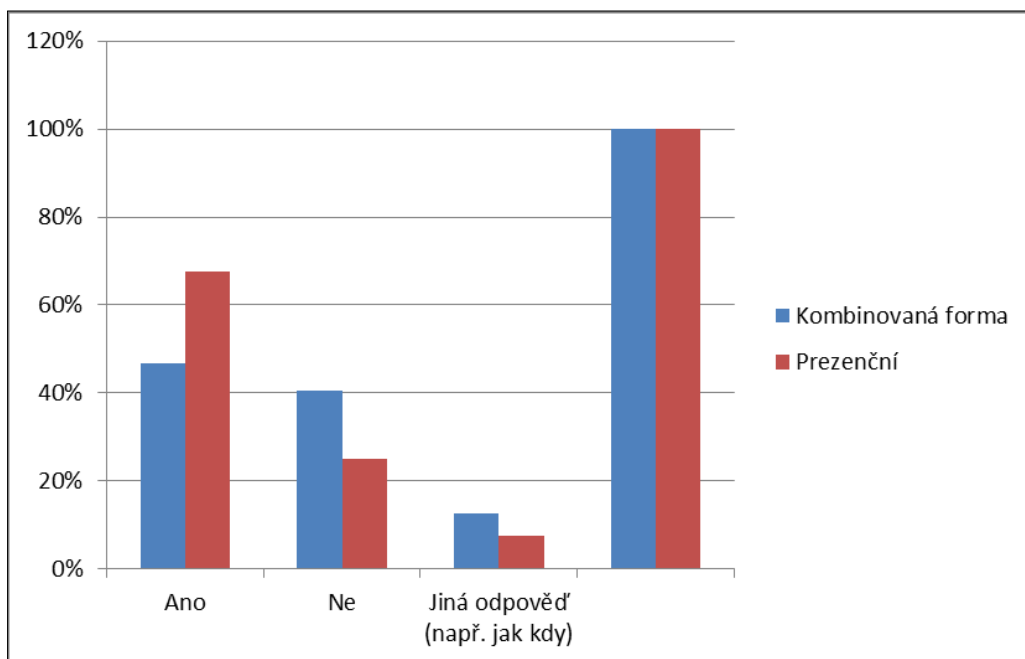
Graf 21 Analýza výsledku dotazníkového šetření (G=1)



Zdroj: vlastní tvorba

Z hlediska zkoumání formy studia odpovědělo 68 % respondentů prezenčního studia, že má dostatek volného času a z kombinovaného studia takto odpovědělo 47 %. Nemá dostatek volného času 41 % studentů kombinovaného studia, u prezenčního studia pouze 25 % studentů. Jinou odpověď využilo 13 % respondentů kombinovaného studia a 8 % prezenčního studia. U kombinovaného studia je logické, že nemají respondenti tolik volného času z důvodu toho, že vedle studia mají ještě práci, případně rodinu.

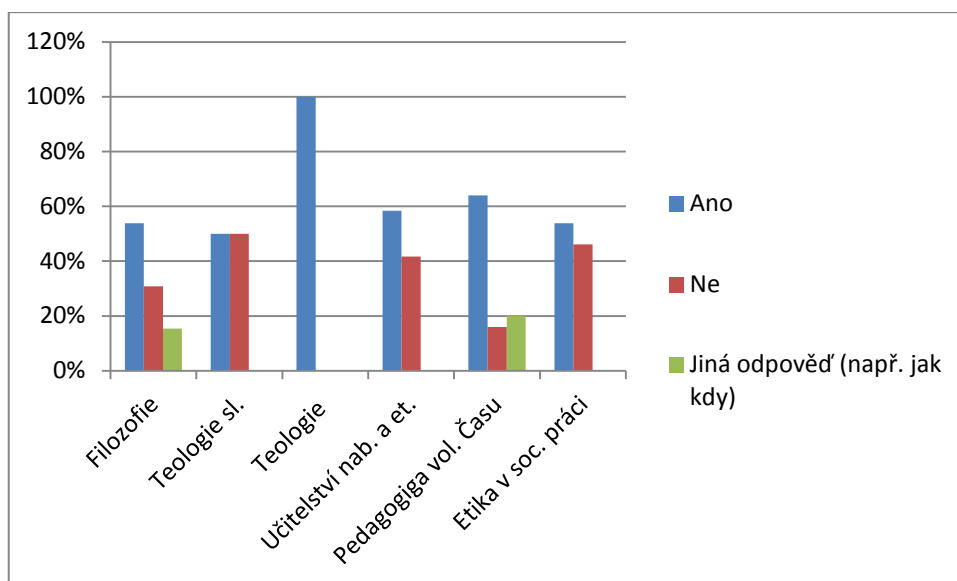
Graf 22 Analýza výsledku dotazníkového šetření (F=2)



Zdroj: vlastní tvorba

Podle oborů studia volili všichni studenti teologie variantu „ano“. Mají tedy ve 100 % dostatek volného času. Dále tuto variantu volilo 64 % studentů pedagogiky volného času, 58 % studentů učitelství náboženství a etiky, 54 % studentů filosofie a studentů etiky v sociální práci a 50 % studentů teologie služby. 20 % studentů pedagogiky volného času a 15 % studentů filosofie odpovědělo jinou odpovědí, například „jak kdy“.

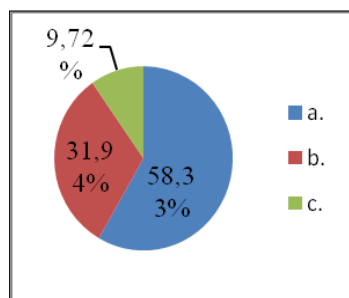
Graf 23 Analýza výsledků dotazníkového šetření (O=3)



Zdroj: vlastní tvorba

V celkovém výsledku bylo zjištěno, že na otázku, zda mají studenti dostatek volného času, bylo více odpovědí „ano“ (58,3 %). Dostatek volného času nemá, 31,9 % studentů a 9,8 % odpovědělo jinou odpovědí.

Graf 24 Analýza výsledků dotazníkového šetření (C=4)

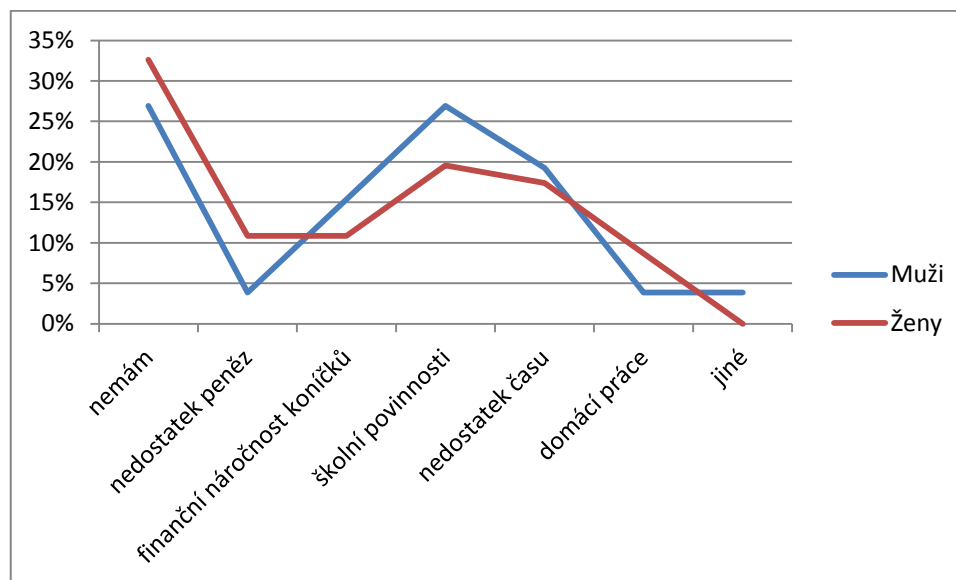


Zdroj: vlastní tvorba

Na otázku č. 7 „Máte nějaké překážky v trávení volného času?“ odpovědělo 27 % mužů a 33 % žen, že nemají žádné překážky v trávení volného času. Na druhém místě uvedlo 19 % mužů a 17 % žen, že mají nedostatek času. Na třetím místě uvedlo 27 % mužů a 20 % žen, že překážkou v trávení volného času jsou pro ně „školní povinnosti“. „Finanční náročnost koníčků“ označilo 15 % mužů a 11 % žen.

„Nedostatek peněz“ uvedly 4 % mužů a 11 % žen. Větší procento u žen svědčí o větších nákladech (oblečení, kosmetika apod.).

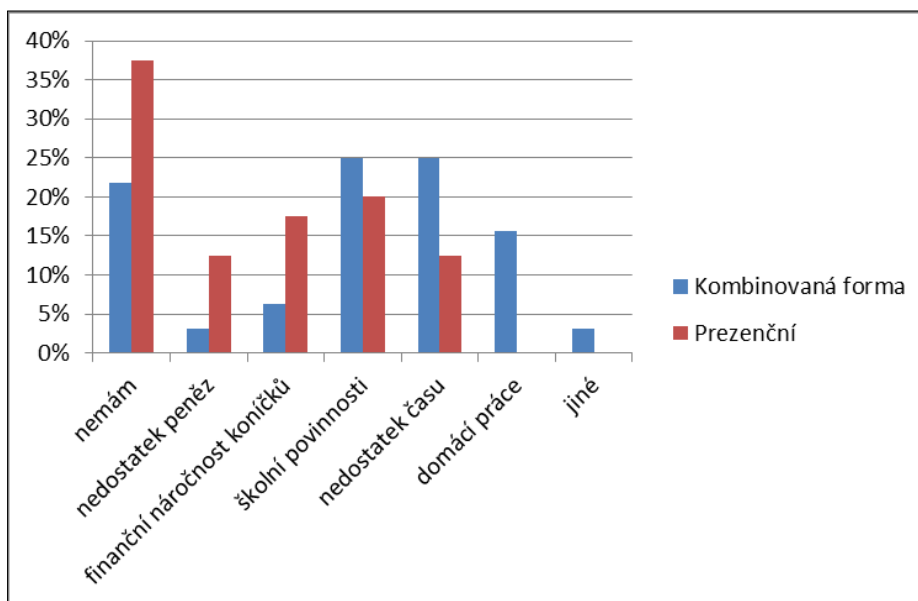
Graf 25 Analýza výsledku dotazníkového šetření (G=1)



Zdroj: vlastní tvorba

Pokud sleduji otázku z pohledu formy studia, odpověděli studenti prezenčního studia, že nemají překážky v trávení volného času (38 %) proti studentům kombinovaného studia (22 %). U kombinovaného studia uvedli studenti následující překážky v trávení volného času. Byly to především „školní povinnosti“ a „nedostatek času“ ve 25 % oproti 20 % prezenčního studia. 13 % studentů prezenčního studia uvedlo jako překážku „nedostatek času“ proti 25 % studentům kombinovaného studia. „Domácí práce“ jako překážku v trávení volného času uvedli pouze studenti kombinovaného studia (16 %). Naopak „nedostatek peněz“ uváděli respondenti prezenčního studia (13 %) oproti studentům kombinovaného studia (3 %), což je logické. „Finanční náročnost koníčků“ uvedlo 18 % studentů prezenčního studia proti 6 % studentů kombinovaného studia.

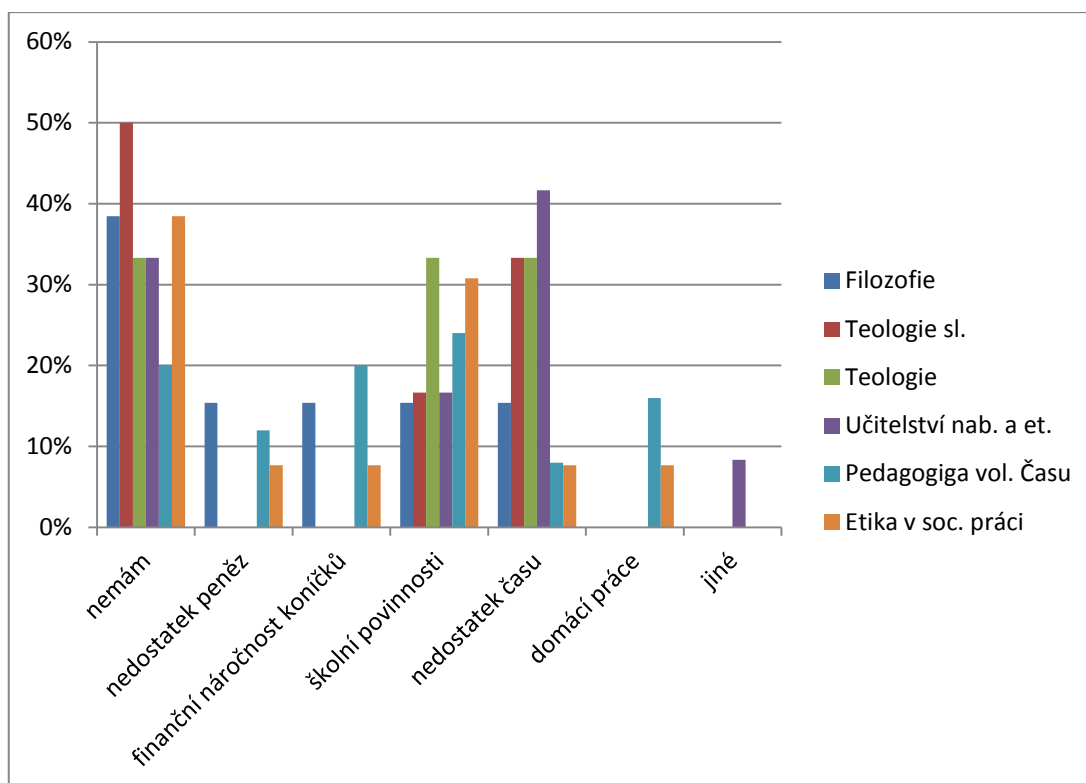
Graf 26 Analýza výsledku dotazníkového šetření (F=2)



Zdroj: vlastní tvorba

Z pohledu jednotlivých oborů jsou výsledky následující. Studenti teologie služby (50 %), filosofie (38 %), etiky v sociální práci (38 %), teologie (33 %), učitelství náboženství a etiky (33 %) a pedagogiky volného času odpověděli, že nemají překážky v trávení volného času. Překážky v trávení volného času z důvodu nedostatku času nemá 42 % studentů učitelství náboženství, 33 % teologie služby a 33 % teologie, 15 % filosofie a po 8 % pedagogika volného času a etiky v sociální práci. U „školních povinností“ je pořadí následující. V 33 % takto odpovídali studenti teologie, v 31 % studenti etiky v sociální práci, ve 24 % studenti pedagogiky volného času, v 17 % studenti teologie služby a učitelství náboženství a etiky a v 15 % studenti filosofie. „Nedostatek peněz“ uvedli v 15 % studenti filosofie, ve 12 % studenti pedagogiky volného času a v 8 % studenti etiky v sociální práci. „Finanční náročnost koníčků“ uvedli ve 20 % studenti pedagogiky volného času, v 15 % studenti filosofie a v 8 % studenti etika v sociální práci.

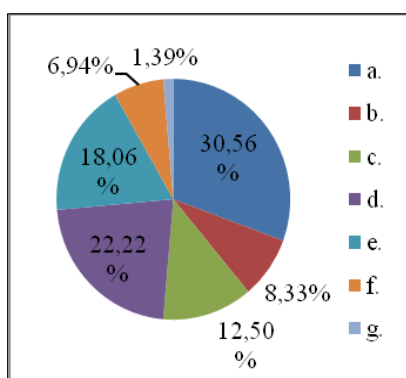
Graf 27 Analýza výsledků dotazníkového šetření (O=3)



Zdroj: vlastní tvorba

Celkové vyhodnocení (viz níže uvedený graf) nám značí to, že studenti převážně nemají překážky v trávení volného času (30,56 %).

Graf 28 Analýza výsledků dotazníkového šetření (C=4)



Zdroj: vlastní tvorba

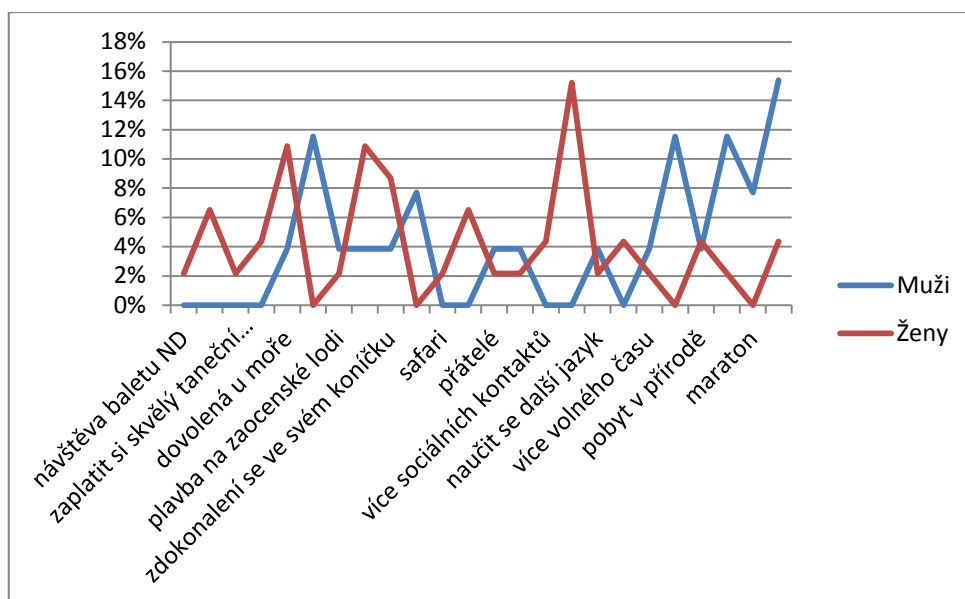
K otázce č. 8 „Kdybyste měl/a možnost splnit si přání v rámci trávení volného času, jak by znělo?“ v největší míře uvedli respondenti následující odpovědi. Muži by

aktivně sportovali (15 %) oproti ženám (4 %). Dále si muži přáli „cestování po světě“ (12 %, ženy 0 %), poté si přáli „cvičení každý den“ 12 % (ženy 2 %), „více finančních prostředků“ 12 % (ženy 0 %), „olympijské hry“ a „maraton“ (8 % muži, 0 % ženy). Dále následovala u mužů ve 4 % „plavba na zaoceánské lodi“ (ženy 2 %), „dovolená u moře“ (ženy 11 %), „wellness aktivity, osobní trenér“ (ženy 11 %), „přátelé“ (ženy 2 %), „návštěva příbuzných“ (2 %), „naučit se další jazyk“ (ženy 2 %), „více volného času“ (ženy 2 %) a „pobyt v přírodě“ (ženy 4 %).

Ženy by nejvíce „četly knihy“ (15 %, muži 0 %), dále v 11 % by využívaly „wellness aktivity, osobního trenéra“ (muži 4 %), rády by se „zdokonalily ve svém koníčku“ (muži 0 %), dále by se ženy rády „věnovaly rodině“ 7 % (muži 0 %). Další přání byly ve 4 % „exotická dovolená“ (muži 4 %), více „sociálních kontaktů“ (muži 0 %), u žen se objevilo přání „být zdráva“ (muži 0 %), „pobyt v přírodě“ (4 %, muži také 4 %) a „aktivní sportovní rekreace“ 4 % (muži 15 %). Dále si ženy přály ve 2 % „návštěvu baletu ND“, „zaplatit si taneční workshop“, „safari“, „přátelé“ (muži 4 %), „návštěvu příbuzných“ (muži 4 %), „naučit se další jazyk“ (muži 4 %), „více volného času“ (muži 4 %) a „cvičit každý den“ (muži 12 %).

Některá přání aktivit jsou ryze specifická pro muže i pro ženy. Muži od pradávna potřebu zabezpečit rodinu, tudíž by si přáli více finančních prostředků a prožít dobrodružství jako je cesta kolem světa. Zatímco ženy by si přály dovolenou, četbu knih, wellness aktivity a také zdraví.

Graf 29 Analýza výsledku dotazníkového šetření (G=1)

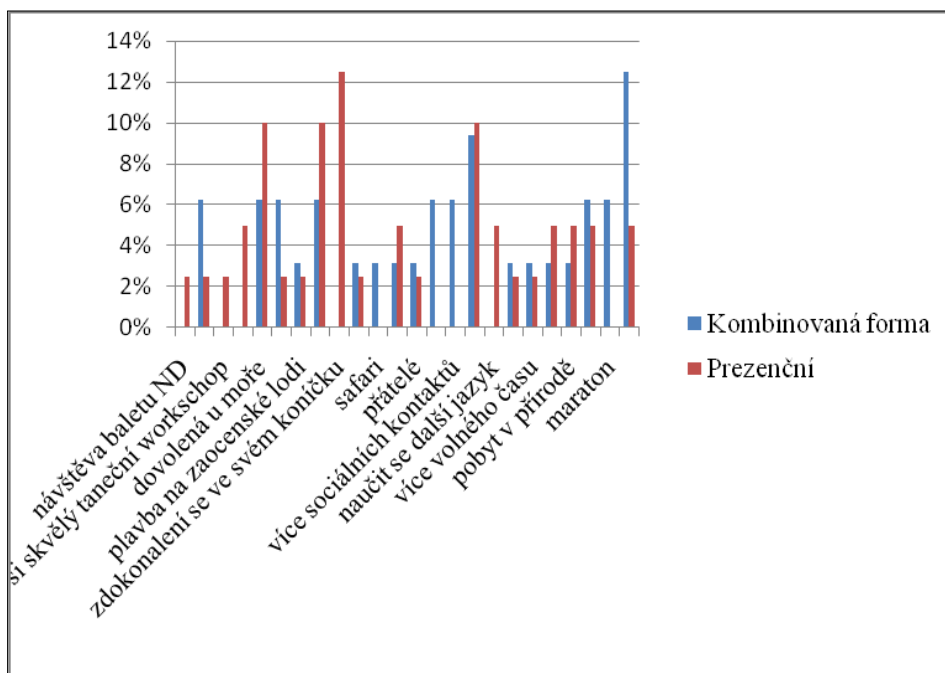


Zdroj: vlastní tvorba

U kombinované formy studia studenti nejčastěji volili „aktivní sportovní rekreaci“ (13 %), „četbu knih“ (9 %) a po 6 % „návštěvu kreativních kurzů“, „naučit se nové věci“, „dovolenou u moře“, „cestu kolem světa“, „wellness aktivity, osobního kouče“, „návštěvu příbuzných“, „více sociálních kontaktů“, „cvičit každý den“ a „maraton“.

U prezenční formy studia volili studenti varianty „zdokonalení se ve svém koníčku“ (13 %), „dovolená u moře“ (10 %), wellness aktivity, osobní kouč a četba knih. Aktivit v 5 % byly „exotická dovolená“, „rodina“, „naučit se další jazyk“, „více finančních prostředků“, „pobyt v přírodě“, „cvičit každý den“ a „aktivní sportovní rekreace“.

Graf 30 Analýza výsledku dotazníkového šetření (F=2)



Zdroj: vlastní tvorba

Studenti oboru filosofie by si přáli ve 23 % „dovolenou u moře“, v 15 % se chtějí zdokonalit ve svém koníčku, v 15 % chtějí být s rodinou a v 8 % chtějí být na olympijských hrách, číst knihy, naučit se cizímu jazyku, být zdravý a pobývat v přírodě.

Respondenti oboru teologie služby odpověděli, že si přejí v 33 % číst knihy, následují všechny aktivity po 17 %, a to „cesta kolem světa“, „být s přáteli“, „více sociálních kontaktů“ a „návštěva příbuzných“.

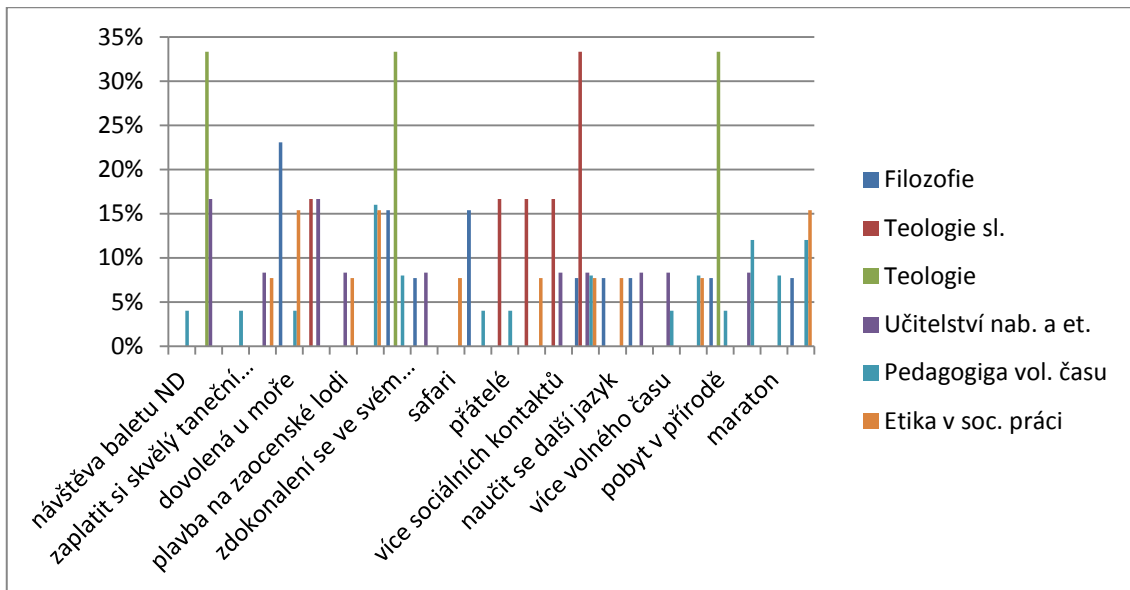
U studentů teologie bylo přání v 33 % „návštěva kreativních kurzů“, „naučit se nové věci“, „pobyt v přírodě“ a „zdokonalení se ve svém koníčku“.

Studenti oboru učitelství náboženství a etiky si přáli v 17 % „cestu kolem světa“ a „návštěvu kreativních kurzů“, aby se naučili nové věci. Dále si přáli v 8 % „plavbu na zaoceňské lodi“, „olympijské hry“, „více sociálních kontaktů“, „být zdravý“, „více volného času“, „četbu knih“, „exotickou dovolenou“ a „cvičit každý den“.

Studenti pedagogiky volného času si přáli v 16 % „wellness aktivity, osobního kouče“, v 12 % „cvičit každý den“ a provádět „aktivní sportovní rekreaci“, v 8 % „zdokonalení se ve svém koníčku“, „četbu knih“, „maraton“, „více finančních prostředků“ a ve 4 % „návštěva baletu ND“, „zaplatit si taneční workshop“, „dovolená u moře“, „rodina“, „přátelé“, „více volného času“ a „pobyt v přírodě“.

Studenti etiky v sociální práci by si přáli v 15 % „dovolenou u moře“, „wellness aktivitu, osobního kouče“ a „aktivní sportovní rekreaci“. V 8 % by si přáli „platbu na zaoceánské lodi“, „exotickou dovolenou“, „safari“, „návštěvu příbuzných“, „četbu knih“, „naučit se další jazyk“, a „více finančních prostředků“.

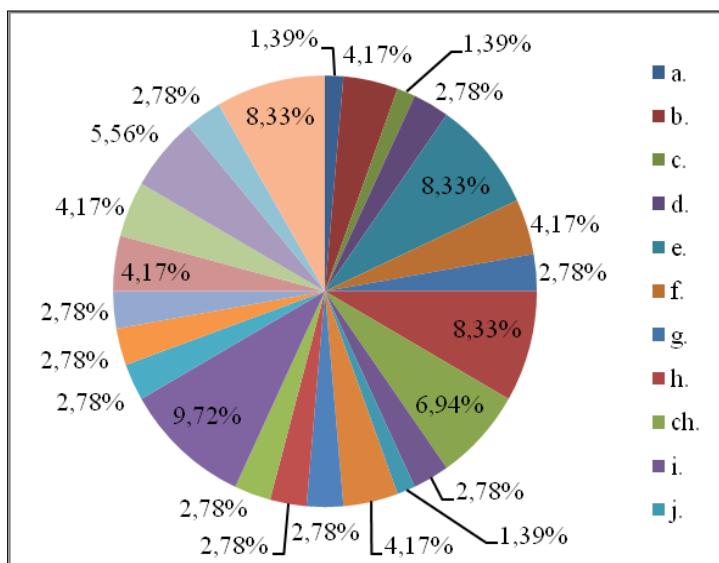
Graf 31 Analýza výsledků dotazníkového šetření (O=3)



Zdroj: vlastní tvorba

Celkové výsledky ukazují nejčastější možnou odpověď „četbu knih“ (9,72 %).

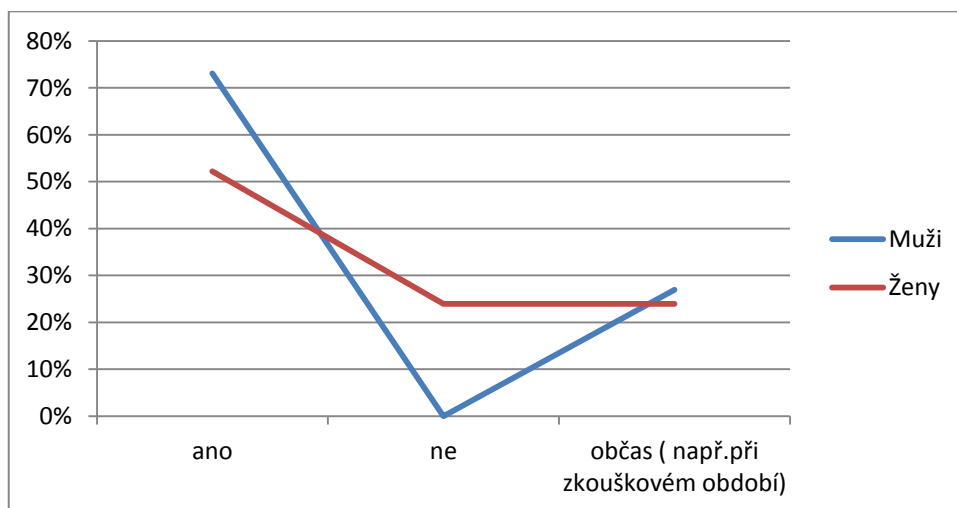
Graf 32 Analýza výsledků dotazníkového šetření (C=4)



Zdroj: vlastní tvorba

Otázka č. 9. „Cítíte často únavu a vyčerpání?“ Únavu v 73 % uvádějí muži, ženy jsou unavené v 52 %. Ženy ve 24 % uvádějí, že unavené nejsou. Únavu cítí občas (např. při zkuškovém období) 27 % mužů a 24 % žen.

Graf 33 Analýza výsledku dotazníkového šetření (G=1)

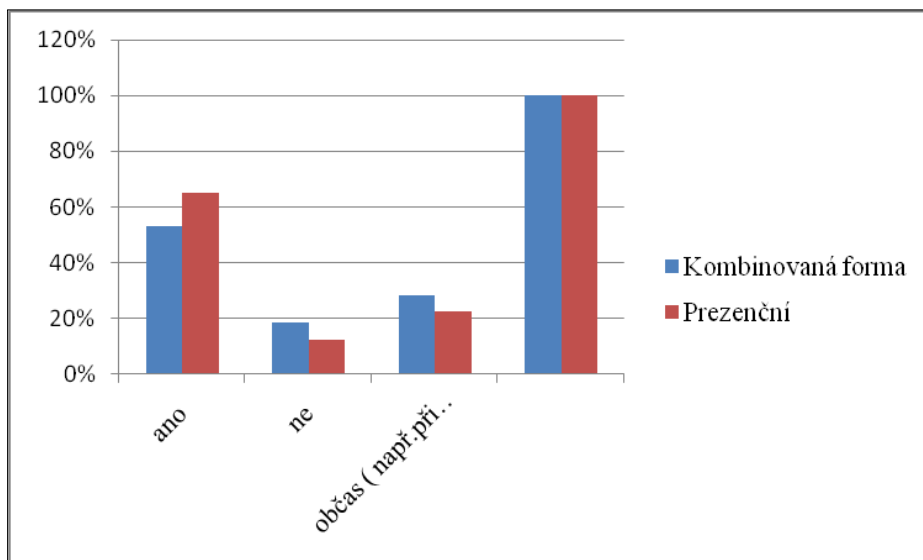


Zdroj: vlastní tvorba

Výsledky únavy z pohledu formy studia jsou následující. O trochu více cítí únavu studenti prezenčního studia (65 %) oproti kombinovanému studiu (53 %). Únavu

nepocit'uje 19 % studentů kombinovaného studia a 13 % studentů prezenčního studia. Občas (např. při zkouškovém období) uvedlo, že pocit'uje únavu 28 % kombinovaného a 23 % prezenčního studia.

Graf 34 Analýza výsledku dotazníkového šetření (F=2)



Zdroj: vlastní tvorba

54 % studentů filosofie pocit'uje únavu (7 respondentů z 13), 23 % ji nepocit'uje nebo pouze občas, např. při zkouškovém období (3 respondenti z 13).

U studentů teologie služby pocit'uje únavu (5 respondentů z 6) 83 % a (1 respondent z 6) 17 % pouze občas (např. při zkouškovém období).

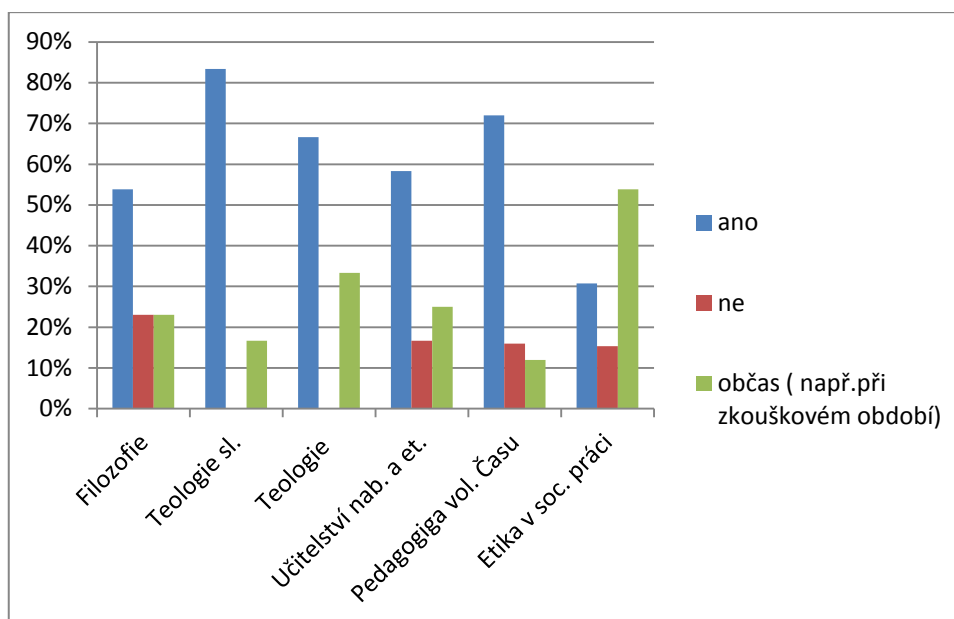
Studenti teologie pocit'ují únavu v 67 % (2 respondenti ze 3) a v 33 % (1 respondent ze 3) ji pocit'ují pouze občas (např. při zkouškovém období).

Studenti učitelství náboženství a etiky pocit'ují únavu v 58 % (7 respondentů z 12), 17 % studentů únavu nepocit'uje (2 respondenti z 12), a 25 % (3 respondenti z 12) pouze občas (např. při zkouškovém období).

Studenti pedagogiky volného času volili v 72 % variantu „ano“ (18 respondentů z 25), v 16 % variantu „ne“ (4 z 25 respondentů) a ve 12 % (3 respondenti z 25) pouze občas (např. při zkouškovém období).

Studenti etiky v sociální práci odpověděli, že pocit'ují únavu v 31 % (4 respondenti z 13), nepocit'ují únavu v 15 % (2 respondenti z 13) a pocit'ují únavu občas (např. při zkouškovém období) 54 % (7 respondentů z 13).

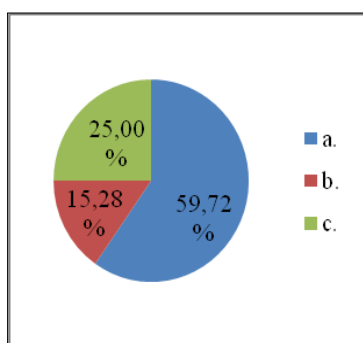
Graf 35 Analýza výsledků dotazníkového šetření (O=3)



Zdroj: vlastní tvorba

V celkovém hodnocení cítí často únavu 59,72 % studentů.

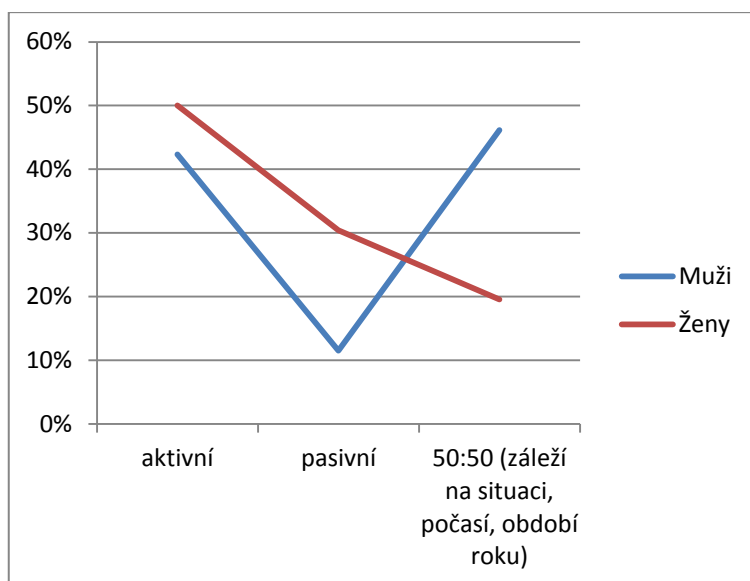
Graf 36 Analýza výsledků dotazníkového šetření (C=4)



Zdroj: vlastní tvorba

U otázky č. 10. „Upřednostňujete odpočinek aktivní či pasivní?“ odpovědělo 42 % mužů a 50 % žen, že preferuje odpočinek aktivní. Variantu „pasivní odpočinek“ volilo 12 % mužů a 30 % žen. Variantu „50:50 (záleží na situaci, počasí, období roku)“ odpovědělo 46 % mužů a 20 % žen. Ženy využívají nejvíce aktivního odpočinku, zatímco muži volili většinou nejen variantu „aktivní odpočinek“, ale také variantu „50:50 (záleží na situaci, počasí, období roku)“.

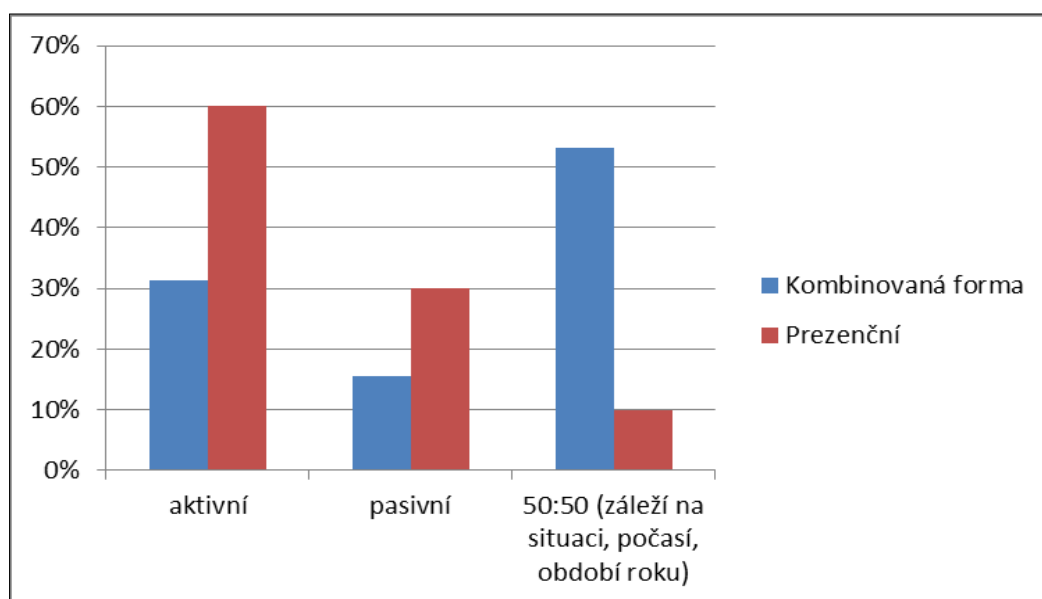
Graf 37 Analýza výsledku dotazníkového šetření (G=1)



Zdroj: vlastní tvorba

Odpovědi na tuto otázku podle formy studia jsou následující. Variantu „aktivní odpočinek“ volilo 60 % studentů prezenčního studia a 31 % studentů kombinovaného studia. Variantu „pasivní odpočinek“ volilo 30 % studentů prezenčního studia a 16 % studentů kombinovaného studia. Pro variantu „50:50 (záleží na situaci, počasí, období roku)“ se rozhodlo 10 % studentů prezenčního studia a 53 % studentů kombinovaného studia.

Graf 38 Analýza výsledku dotazníkového šetření (F=2)



Zdroj: vlastní tvorba

Ze studentů filosofie odpovědělo 77 % (10 z 13 respondentů) „aktivní odpočinek“, 15 % (2 z 13 respondentů) „pasivní odpočinek“ a 8 % (1 z 13 respondentů) „50:50 (záleží na situaci, počasí, období roku)“

Studenti teologie služby odpověděli v 17 % (1 z 6 respondentů) „aktivní odpočinek“, v 33 % (2 z 6 respondentů) „pasivní odpočinek“ a „50:50 (záleží na situaci, počasí, období roku)“ v 50 % (3 z 6 respondentů).

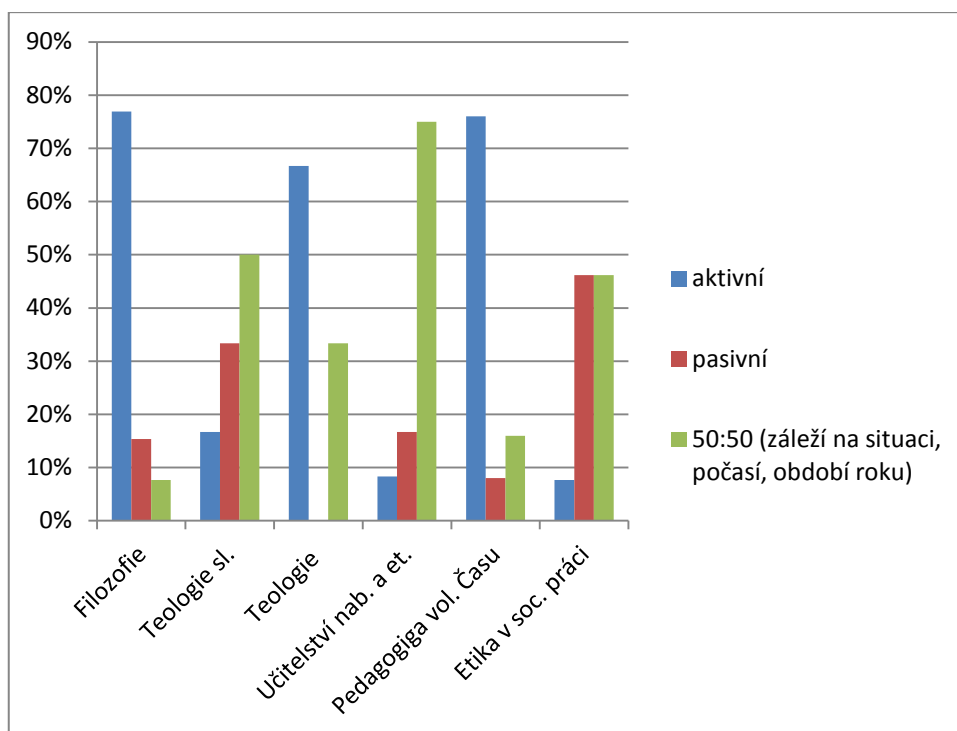
Studenti teologie odpověděli v 67 % (2 z 3 respondentů) „aktivní odpočinek“ a variantu „50:50 (záleží na situaci, počasí, období roku)“ volili v 33 % (1 z 3 respondentů).

Studenti učitelství náboženství a etiky v 8 % (1 z 12 respondentů) volili „aktivní odpočinek“, v 17 % (2 z 12 respondentů) „pasivní odpočinek“ a „50:50 (záleží na situaci, počasí, období roku)“ v 75 % (9 z 12 respondentů).

Studenti pedagogiky volného času odpověděli v 76 % (19 z 25 respondentů) „aktivní odpočinek“, v 8 % (2 z 25 respondentů) „pasivní odpočinek“ a „50:50 (záleží na situaci, počasí, období roku)“ v 16 % (4 z 25 respondentů).

Studenti etiky v sociální práci byli v 8 % (1 z 12 respondentů) pro „aktivní odpočinek“, ve 46 % (6 z 12 respondentů) pro „pasivní odpočinek“ a ve 46 % (6 z 12 respondentů) pro variantu „50:50 (záleží na situaci, počasí, období roku)“.

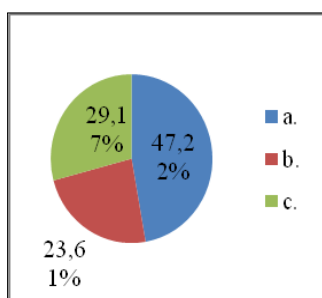
Graf 39 Analýza výsledků dotazníkového šetření (O=3)



Zdroj: vlastní tvorba

Celkem respondenti upřednostňují více aktivní odpočinek než pasivní (47,22 %).

Graf 40 Analýza výsledků dotazníkového šetření (C=4)

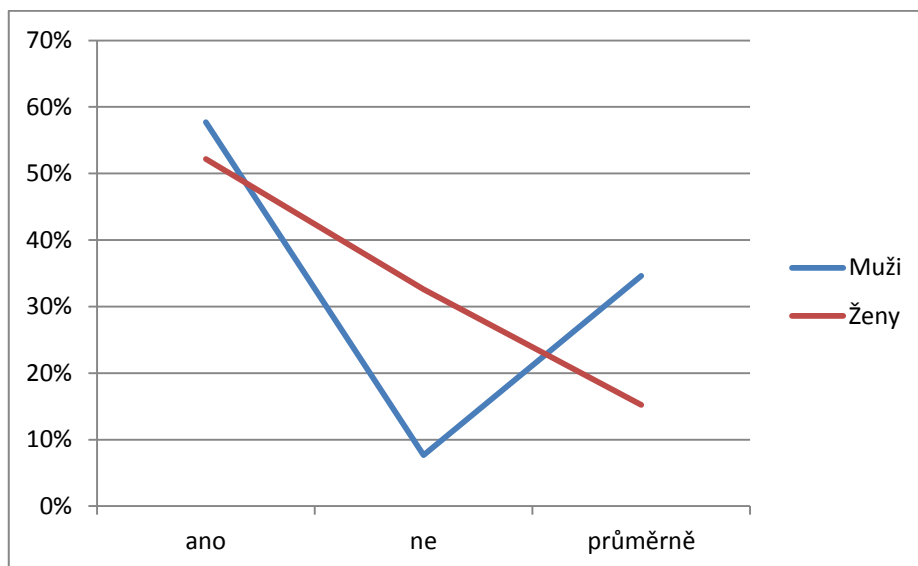


Zdroj: vlastní tvorba

Na otázku č. 11 „Myslíte, že jste dostatečně pohybově založen/a?“ respondenti odpovídali následovně. Muži v 58 % volili odpověď „ano“ (ženy v 52 %). „Ne“ odpovědělo 8 % mužů a 33 % žen. „Průměrně“ odpovědělo 32 % mužů a 17 % žen. Z toho vyplývá, že muži jsou plně nebo průměrně pohybově založeni. Ženy zase

z poloviny uvádějí, že jsou pohybově založené a ze třetiny odpovídají, že nejsou pohybově založené.

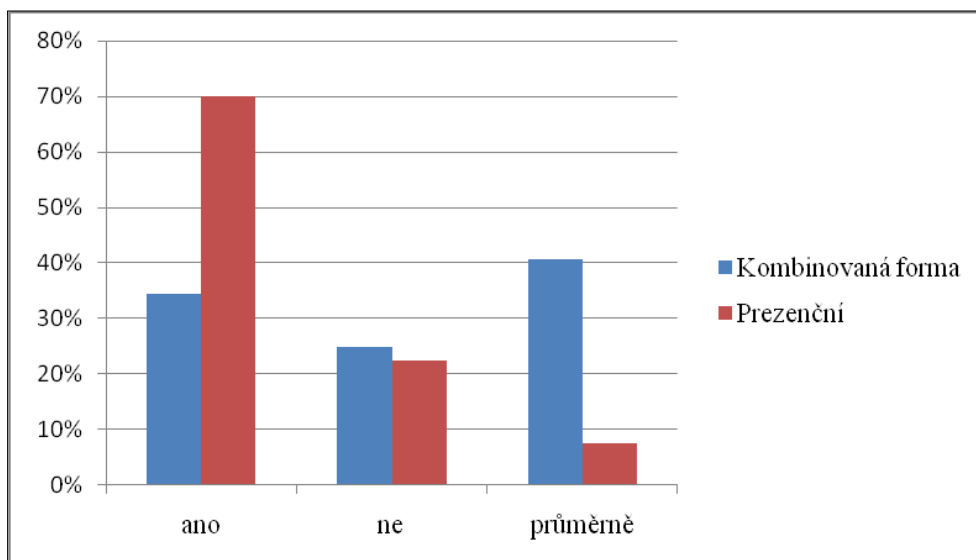
Graf 41 Analýza výsledku dotazníkového šetření (G=1)



Zdroj: vlastní tvorba

Studenti kombinovaného studia odpověděli na otázku, zda jsou dostatečně pohybově založení „ano“ ve 34 % a v prezenční formě takto odpověděli překvapivě v 70 %. „Ne“ odpovědělo 25 % respondentů z kombinovaného a 23 % respondentů z prezenčního studia. „Průměrně“ odpovědělo 41 % studentů z kombinovaného studia a 8 % studentů z prezenčního studia.

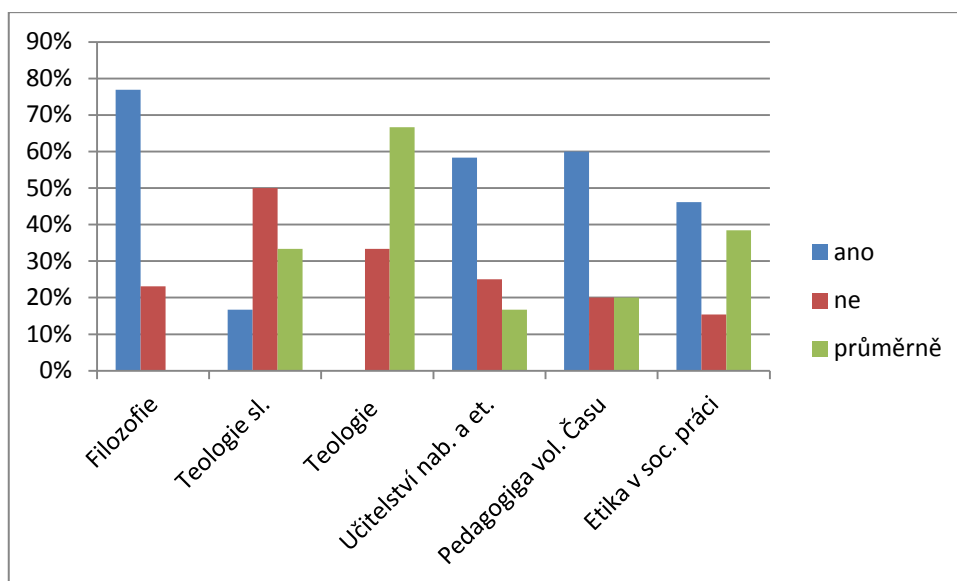
Graf 42 Analýza výsledku dotazníkového šetření (F=2)



Zdroj: vlastní tvorba

Podle oborů jsou dostatečně pohybově založeni tyto studenti: studenti filosofie v 77 %, tzn. nejvíce ze všech oborů. „Ne“ odpovědělo 23 % studentů. Na druhém místě s 60 % odpověděli „ano“ pedagogové volného času. „Ne“ odpovědělo 20 % studentů a 20 % se ohodnotilo průměrně pohybově nadáno. Na třetím místě s odpovědí „ano“ je 58 % studentů učitelství náboženství a etiky. „Ne“ odpovědělo 25 % a „průměrně“ 17 % studentů. Na dalším místě jsou s studenty etiky v sociální práci, kteří se v 46 % ohodnotili, že jsou pohybově nadáni, v 15 % že nejsou pohybově nadáni a ve 38 %, že jsou průměrně pohybově nadáni. Studenti teologie služby se ohodnotili, že jsou pohybově nadáni v 17 %, že nejsou pohybově nadáni v 50 % ne a ve 33 % volili variantu „průměrně“. Jako poslední ve vyhodnocení byli studenti teologie. Dostatečně pohybově založený se necítí žádný z nich, 33 % uvedlo „ne“ a průměrně pohybově nadáni se cítí studenti z 67 %.

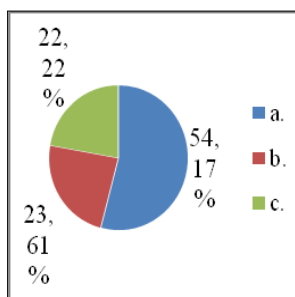
Graf 43 Analýza výsledků dotazníkového šetření (O=3)



Zdroj: vlastní tvorba

V celkovém pojetí se více než polovina respondentů (54,1 %) cítí pohybově založena.

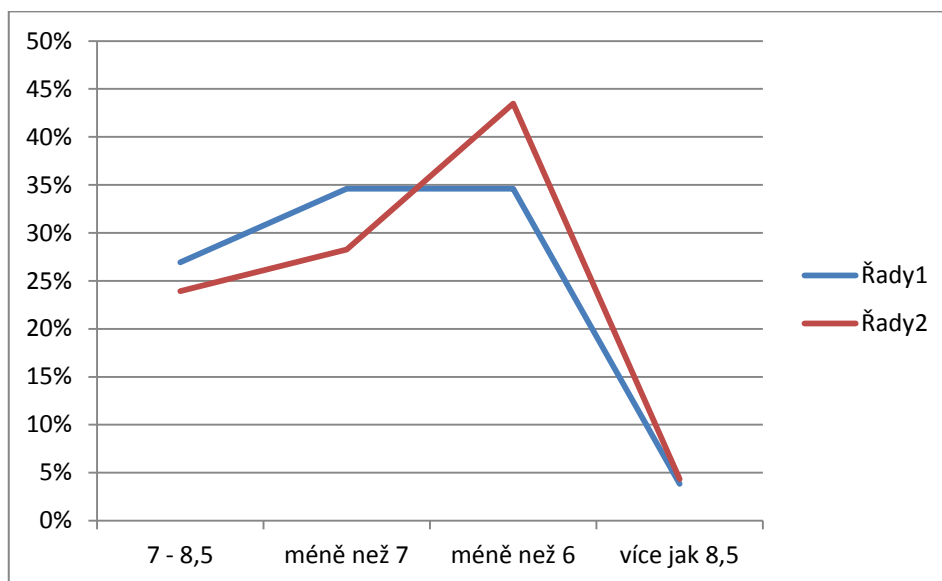
Graf 44 Analýza výsledků dotazníkového šetření (C=4)



Zdroj: vlastní tvorba

Na otázku č. 12 “Kolik hodin denně spíte?” odpovídali studenti následovně. V teoretické části mé diplomové práce je uvedeno, že optimální doba spánku u dospělých je 7 – 8,5 hodiny denně. V této relaci se z našeho vzorku respondentů nachází 27 % mužů a 24 % žen, tj. cca čtvrtina z celkového počtu. Méně než 7 hodin spí 35 % mužů a 28 % žen. Méně než 6 hodin spí 35 % mužů a alarmujících 43 % žen. Rádo si spí, nad 8,5 hodiny denně, 4 % mužů a 4 % žen.

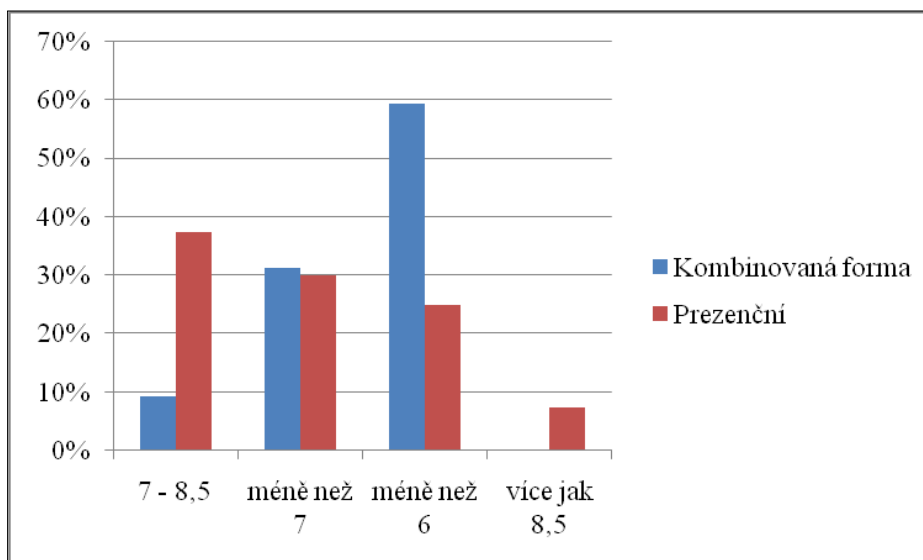
Graf 45 Analýza výsledku dotazníkového šetření (G=1)



Zdroj: vlastní tvorba

Zaměřím-li se na formu studia z pohledu spánku je zřejmé, že optimálně (7 – 8,5 hodiny) spí pouze 9 % studentů kombinovaného studia, zatímco z prezenčního studia optimální spánkový režim dodržuje 38 % studentů. Méně než 7 hodin spí studenti prezenčního studia v 31 % a ve 30 % studenti kombinovaného studia. Méně než 6 hodin spí 59 % studentů kombinované formy a 25 % studentů prezenční formy. Více jak 8,5 hodiny spánku vykázalo 8 % studentů prezenčního studia.

Graf 46 Analýza výsledku dotazníkového šetření (F=2)

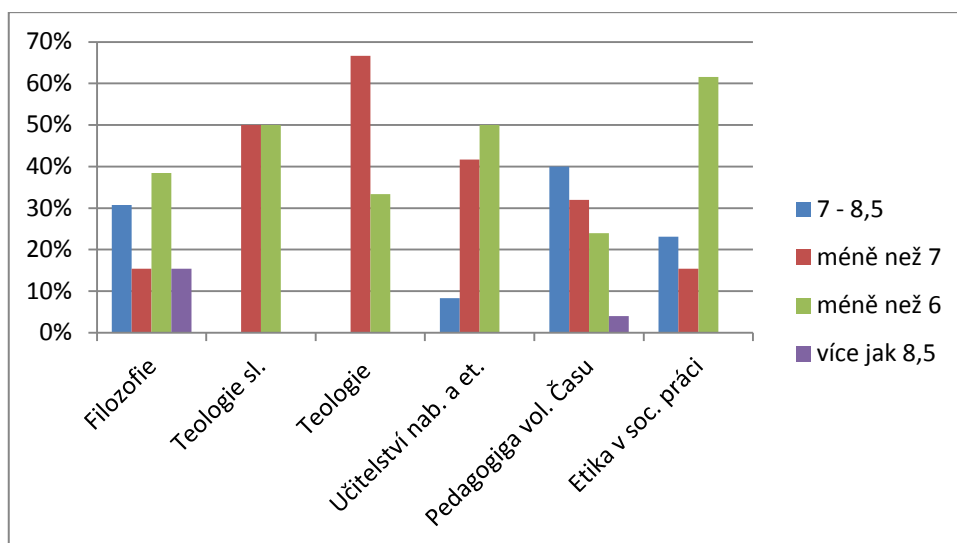


Zdroj: vlastní tvorba

Z pohledu oborů dodržují optimální spánkový režim studenti následovně. Studenti filosofie vykazali spánku méně než 6 hodin denně v 33 %, v rozmezí 7 – 8,5 hodiny spánku denně v 31 %, méně než 7 hodin v 15 % a více než 8,5 hodiny v 15 %. Studenti teologie služby spí v 50 % méně než 7 hodin a v 50 % méně než 6 hodin denně. Studenti teologie vykazali v 67 % méně než 7 hodin spánku denně a v 33 % méně než 6 hodin spánku denně. Studenti učitelství náboženství a etiky vykazali v 50 % méně než 6 hodin spánku denně, ve 42 % méně než 7 hodin spánku denně a v 8 % 7 – 8,5 hodiny spánku denně. Studenti pedagogiky volného času spí ve 40 % 7 – 8,5 hodiny denně, ve 32 % méně než 7 hodin denně, ve 24 % méně než 6 hodin denně a v 4 % více než 8,5 hodiny denně.

Studenti etiky v sociální práci spí v 62 % méně než 6 hodin denně, ve 23 % 7 – 8,5 hodiny denně a v 15 % spí méně než 7 hodin denně. Studentům teologie patří prvenství v nedostatečném spánku. V 67 % jich spí méně než 6 hodin denně.

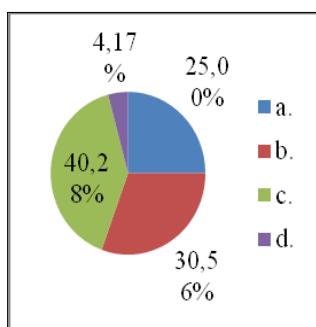
Graf 47 Analýza výsledků dotazníkového šetření (O=3)



Zdroj: vlastní tvorba

V celkovém počtu spí nejvíce respondentů méně než 6 hodin denně (40,28 %).

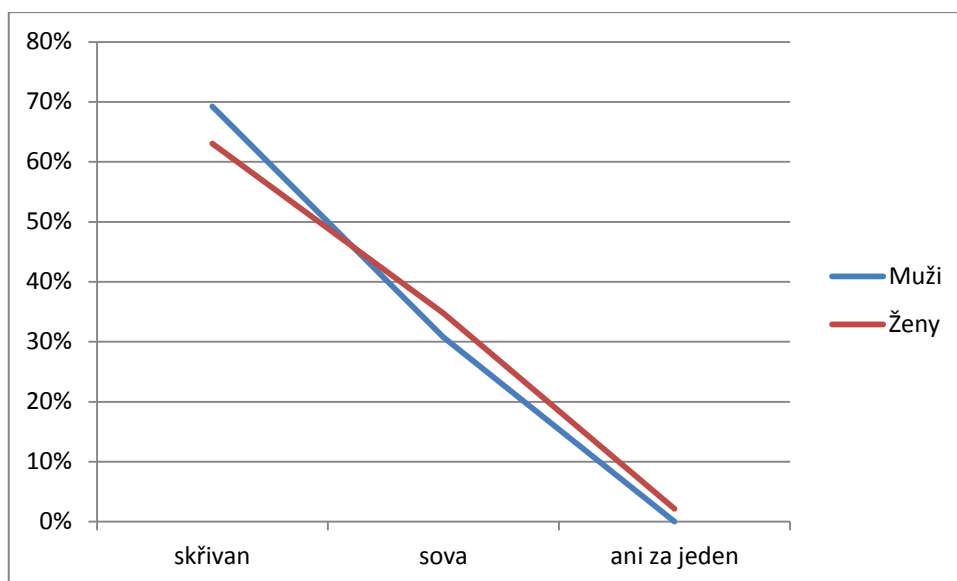
Graf 48 Analýza výsledků dotazníkového šetření (C=4)



Zdroj: vlastní tvorba

Odpovědi na otázku č. 13 „Označil/a byste se za ranní typ (tzv. „skřivan“) či večerní typ (tzv. „sova“)?“ byly následující. Muži odpověděli v 69 % „skřivan“ (ženy v 63 %). Variantu „sova“ volili muži ve 31 % (ženy 35 %). 2 % žen odpověděli „ani za jeden“. U mužů je o málo vyšší procento u varianty „sova“, avšak celkově jsou odpovědi z hlediska genderu poměrně vyrovnané.

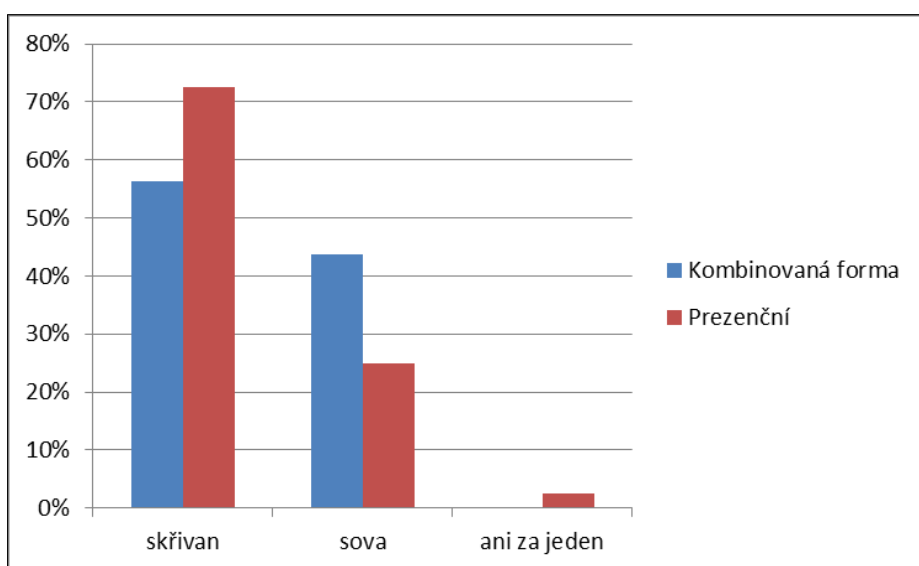
Graf 49 Analýza výsledku dotazníkového šetření (G=1)



Zdroj: vlastní tvorba

Podle formy studia volili variantu „skřivan“ studenti kombinovaného studia v 56 % a studenti prezenčního studia v 77 %. Varianta „sova“ vycházela u 44 % kombinovaného studia a u 25 % prezenčního studia, variantu „ani za jeden“ volily 3 % studentů prezenčního studia.

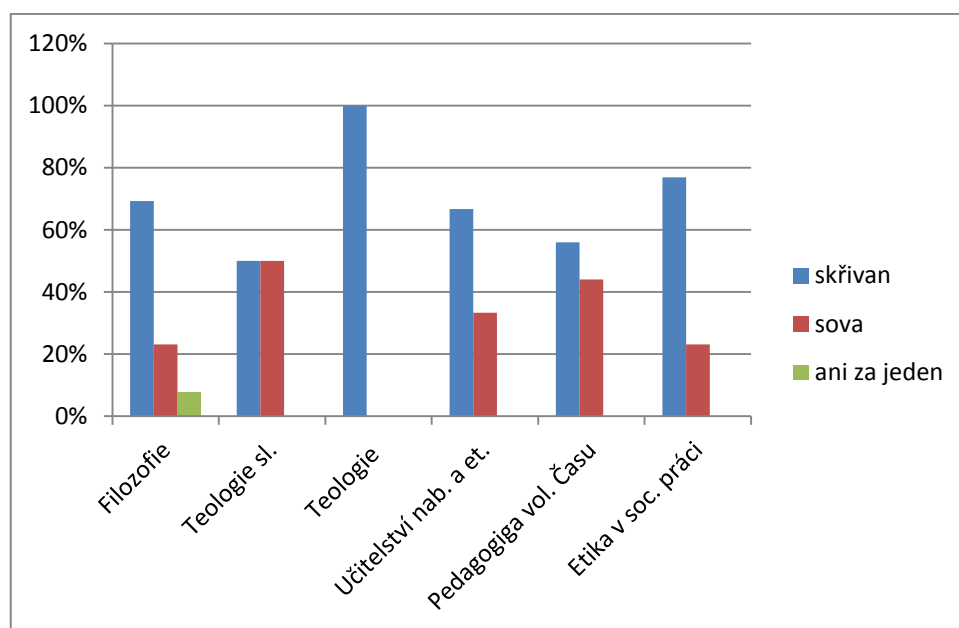
Graf 50 Analýza výsledku dotazníkového šetření (F=2)



Zdroj: vlastní tvorba

Podle oborů studia bylo zjištěno, že studenti filosofie se považují v 69 % za „skřivany“ a ve 23 % za „sovy“, ani za jeden z těchto typů se nepovažují v 8 %. Studenti teologie služby označili v 50 % variantu „skřivan“ a v 50 % variantu „sova“. U studentů teologie jsou výsledky ve 100 % „skřivan“. U studentů učitelství náboženství a etiky se potvrdil v 67 % „skřivan“ a ve 33 % „sova“. Studenti pedagogiky volného času volili v 56 % variantu „skřivan“ a ve 44 % variantu „sova“. U studentů etiky v sociální práci se potvrdila v 77 % varianta „skřivan“ a ve 23 % „sova“.

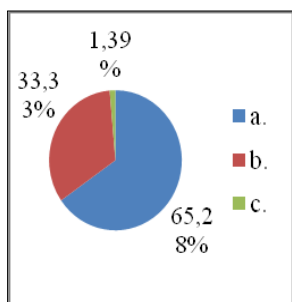
Graf 51 Analýza výsledků dotazníkového šetření (O=3)



Zdroj: vlastní tvorba

V celkovém vyhodnocení se studenti v 65,28 % považují za „skřivany“ a ve 33,33 % se považují za „sovy“.

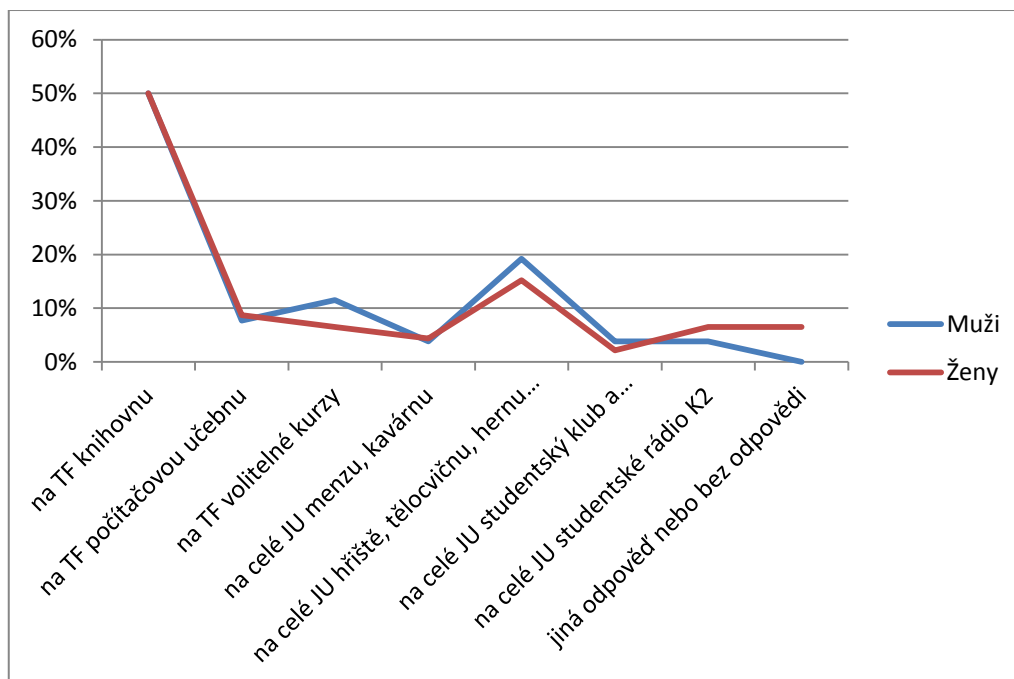
Graf 52 Analýza výsledků dotazníkového šetření (C=4)



Zdroj: vlastní tvorba

Na otázku č. 14 „Jaká zařízení pro trávení volného času oceňujete na TF i celé JU?“ odpovídali muži v 50 %, že oceňují knihovnu TF (ženy 50 %). Jako druhé zařízení volili studenti na celé JU hřiště, tělocvičnu, hernu stolního tenisu Na Sádkách (19 % muži a 15 % žen). Volitelné kurzy na TF vyhodnotilo 12 % mužů a 7 % žen. Počítačovou učebnu na TF ocenilo 8 % mužů a 9 % žen. Dále studenti na celé JU oceňují menzu a kavárnu (4 % mužů a 4 % žen), poté na celé JU oceňují studentský klub a studovny (4 % mužů a 2 % žen). Na celé JU oceňují studenti také studentské rádio K2 (4 % mužů a 2 % žen). Bez odpovědi či jinou odpověď volilo 7 % žen.

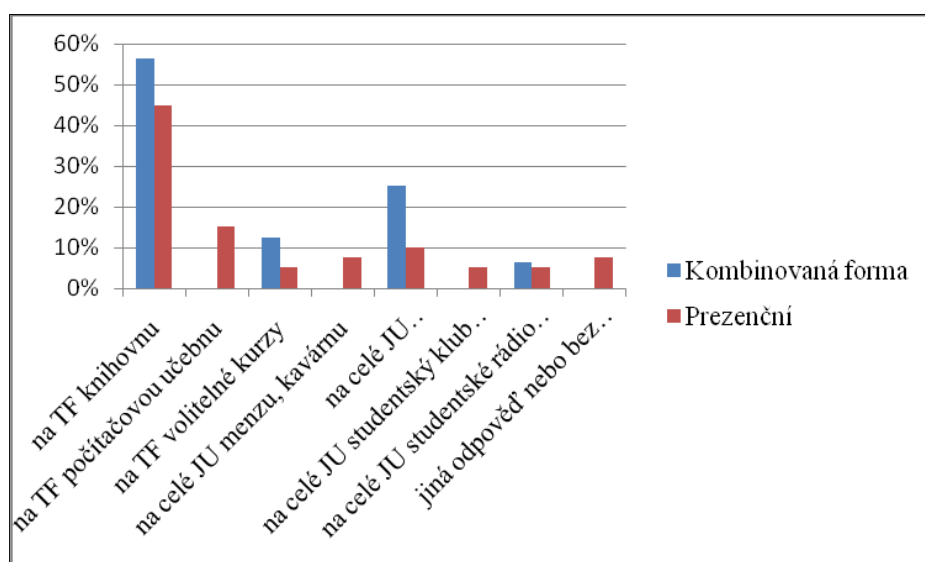
Graf 53 Analýza výsledku dotazníkového šetření (G=1)



Zdroj: vlastní tvorba

Podle formy studia byla odpověď následující. Studenti kombinovaného studia v 56 % oceňují na TF knihovnu (studenti prezenčního studia ve 45 %). Počítačovou učebnu na TF oceňuje pouze 15 % studentů prezenčního studia. Dále oceňují na celé JU hřiště, tělocvičnu, hernu stolního tenisu Na Sádkách v 25 % studenti kombinovaného studia a v 10 % studenti prezenčního studia. Volitelné kurzy na TF oceňuje 13 % studentů kombinovaného studia a 5 % studentů prezenčního studia, na celé JU oceňuje 6 % studentů kombinovaného studia studentské rádio K2 (studenti prezenčního studia v 5 %).

Graf 54 Analýza výsledku dotazníkového šetření (F=2)



Zdroj: vlastní tvorba

Z pohledu oborů studenti filosofie oceňují nejvíce na TF knihovnu (38 %), počítačovou učebnu (23 %) a na celé JU oceňují hřiště, tělocvičnu, hernu stolního tenisu Na Sádkách, menzu, kavárnu a studentské rádi K2 (8 %).

Studenti teologie služby v 83 % oceňují na TF knihovnu a v 17 % volitelné kurzy.

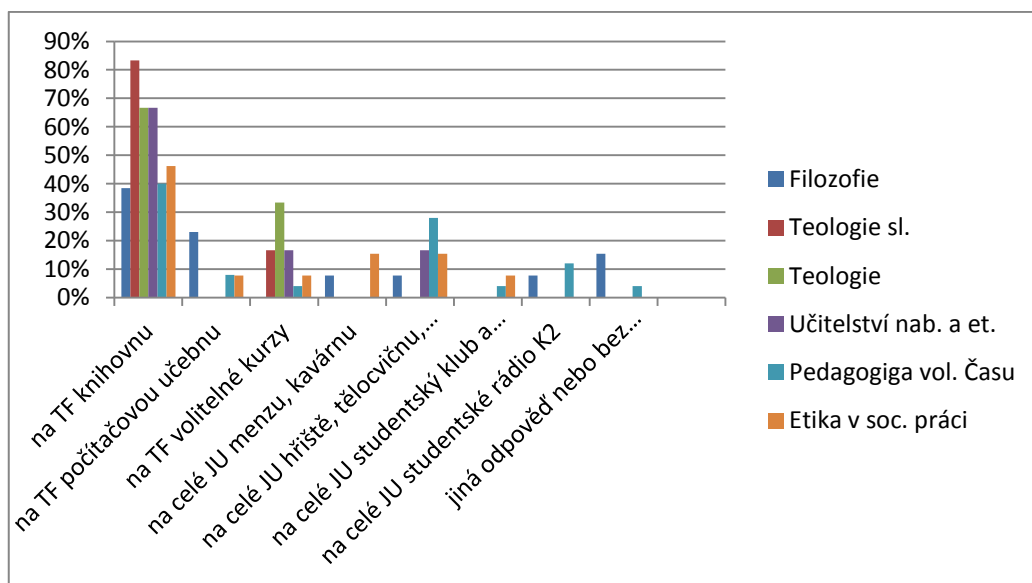
Studenti teologie na TF také oceňují knihovnu (67 %) a volitelné kurzy (33 %).

Studenti učitelství náboženství a etiky oceňují rovněž v 67 % na TF knihovnu a v 17 % volitelné kurzy. Na celé JU oceňují v 17 % hřiště, tělocvičnu, hernu stolního tenisu Na Sádkách.

U studentů pedagogiky volného času je na prvním místě ve 40 % na TF knihovna, ve 28 % na celé JU hřiště, tělocvična, herna stolního tenisu Na Sádkách, dále pak ve 12 % na celé JU studentské rádio K2 a ve 4 % volitelné kurzy, studentský klub a klubovny.

Studenti etiky v sociální práci nejvíce preferují na TF knihovnu (46 %), v 15 % na celé JU oceňují hřiště, tělocvičnu, herna stolního tenisu Na Sádkách a na celé JU oceňují také menzu a kavárnu. Po 8 % volili variantu „na TF počítačovou učebnu“ a „na TF volitelné kurzy“.

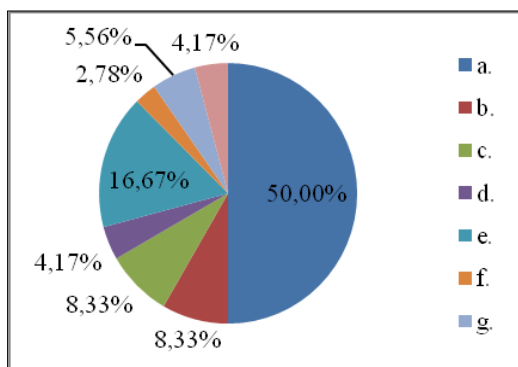
Graf 55 Analýza výsledků dotazníkového šetření (O=3)



Zdroj: vlastní tvorba

50 % všech studentů na TF nejvíce oceňuje knihovnu.

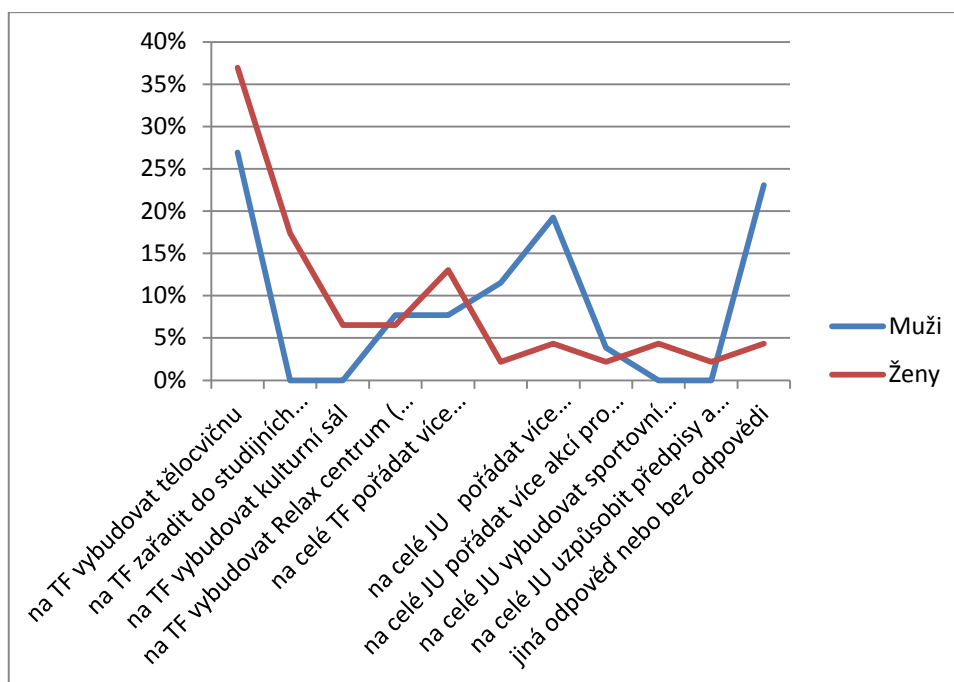
Graf 56 Analýza výsledků dotazníkového šetření (C=4)



Zdroj: vlastní tvorba

Odpovědi na otázku č. 15 „Jaká opatření byste navrhl(a) ke zlepšení trávení volného času na TF i celé JU?“ byly následující. Variantu „vybudovat na TF tělocvičnu“ volilo 37 % žen a 27 % mužů. 17 % žen navrhuje na TF zařadit do studijních programů tělesnou výchovu (2 hodiny týdně). Muže zajímá ve 12 % uspořádání sportovních turnajů za asistence vysokoškolských sportovních klubů na celé JU (ženy ve 2 %). 19 % mužů by chtěli pořádat na celé JU více sportovních aktivit, kolektivní hry, půjčování kol (4 % žen). Muži chtějí v 8 % na TF vybudovat Relax centrum, fitness, wellness (ženy v 7 %). 13 % žen by chtělo na celé TF pořádat více společenských akcí (8 % mužů). 4 % mužů a 2 % žen chtějí na celé JU pořádat více akcí pro studenty (například vítání „prváků“). 6 % žen by chtělo na TF kulturní sál (0 % mužů). Nejvíce podnětů pro návrhy je v této otázce zaznamenáno u mužů.

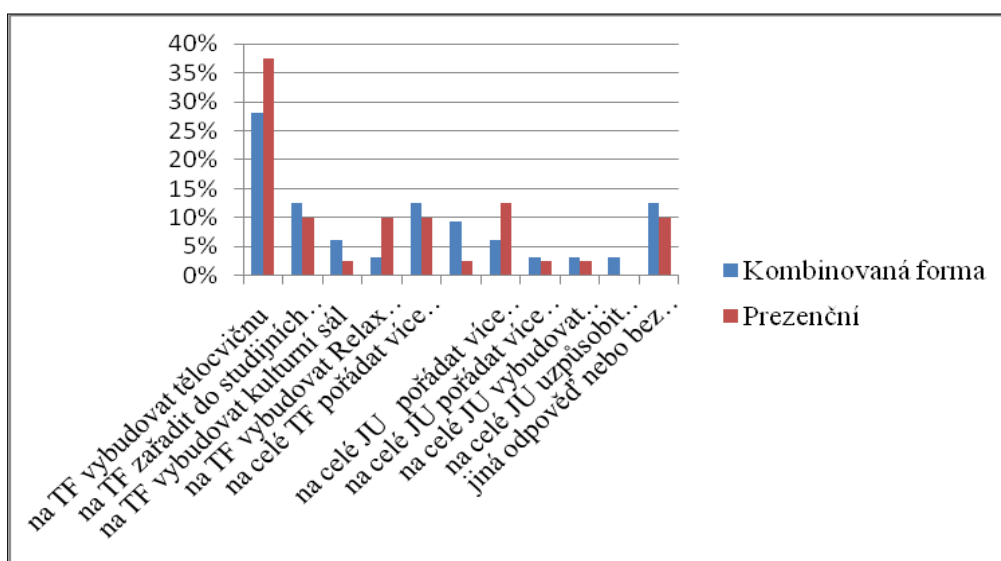
Graf 57 Analýza výsledku dotazníkového šetření (G=1)



Zdroj: vlastní tvorba

Podle formy studia jsou odpovědi následující. Studenti prezenční i kombinované formy studia chtějí na TF vybudovat tělocvičnu, studenti kombinované formy ve 28 % a studenti prezenční formy ve 38 %. Na druhém místě si studenti obou forem studia přejí na TF zařadit do studijních programů tělesnou výchovu, 2 hodiny týdně (studenti kombinované formy ve 13 % a studenti prezenční formy v 10 %). Dále by studenti chtěli na celé TF pořádat více společenských akcí (studenti kombinované formy ve 13 % a studenti prezenční formy v 10 %). Pořádat sportovní turnaje na celé JU za asistence vysokoškolských sportovních klubů si přeje 9 % studentů kombinované formy a 3 % studentů prezenční formy studia. Naopak studenti prezenční formy studia požadují tělocvičnu a zařazení tělesné výchovy do studijního programu (2 hodiny týdně), dále také v 10 % požadují vybudovat na TF Relax centrum, fitness, wellness (ve 3 % studenti kombinované forma).

Graf 58 Analýza výsledku dotazníkového šetření (F=2)



Zdroj: vlastní tvorba

Studenti jednotlivých oborů navrhli pro zlepšení trávení volného času na TF a celé JU následující opatření.

Studenti filosofie si přejí ve 38 % vybudovat na TF tělocvičnu. V 15 % navrhuje na TF zařadit do studijních programů tělesnou výchovu, 2 hodiny týdně. V dalších 15 % navrhuje na celé JU pořádat více sportovních aktivit (kolektivní hry, půjčování kol). Po 8 % by chtěli na celé TF pořádat více společenských akcí a na celé JU pořádat více akcí pro studenty (například vítání „prváků“).

Studenti teologie služby navrhuje ve 33 % vybudovat na TF tělocvičnu, ve 33 % pořádat více společenských akcí na celé TF, po 17 % zařadit na TF do studijních programů tělesnou výchovu (2 hodiny týdně) a pořádat více akcí pro studenty na celé JU (například vítání „prváků“).

Studenti oboru teologie navrhuje ve 33 % vybudovat tělocvičnu a v 67 % pořádat více společenských akcí na TF.

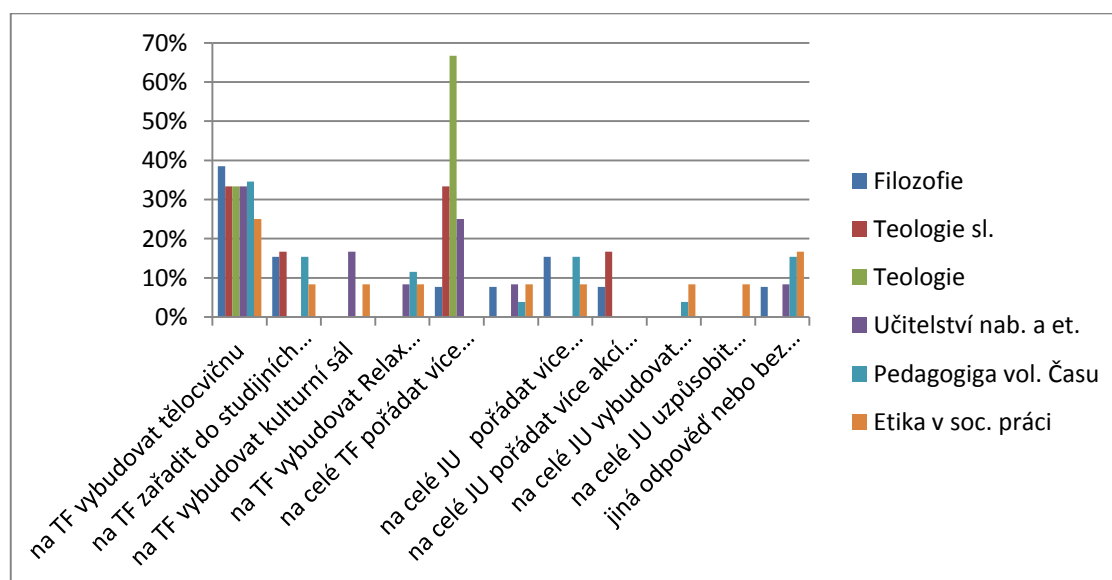
U studentů učitelství náboženství a etiky byl požadavek ve 33 % vybudovat tělocvičnu, ve 25 % pořádat více společenských akcí na celé JU, v 17 % vybudovat kulturní sál na TF, po 8 % pořádat sportovní turnaje na celé JU za asistence vysokoškolských sportovních klubů a jiná odpověď.

Pedagogové volného času navrhuje ve 35 % vybudovat tělocvičnu, po 15 % zařadit do studijních programů TF tělesnou výchovu (2 hodiny týdně) a pořádat více sportovních aktivit na celé JU (kolektivní hry, půjčování kol), 12 % studentů by si přálo

na TF vybudovat Relax centrum (fitness,wellness) a po 4 % by si přáli pořádat sportovní turnaje za asistence vysokoškolských sportovních klubů a vybudovat sportovní halu nebo víceúčelový sportovní sál na celé JU.

Studenti etiky v sociální práci požadují ve 25 % vybudovat tělocvičnu a po 8 % zařadit na TF do studijních programů tělesnou výchovu (2 hodiny týdně), dále si přejí na TF vybudovat kulturní sál a Relax centrum (fitness, wellness), pořádat sportovní turnaje na celé JU za asistence vysokoškolských sportovních klubů, pořádat více sportovních aktivit na celé JU (kolektivní hry, půjčování kol) a také na JU vybudovat sportovní halu nebo víceúčelový sportovní sál.

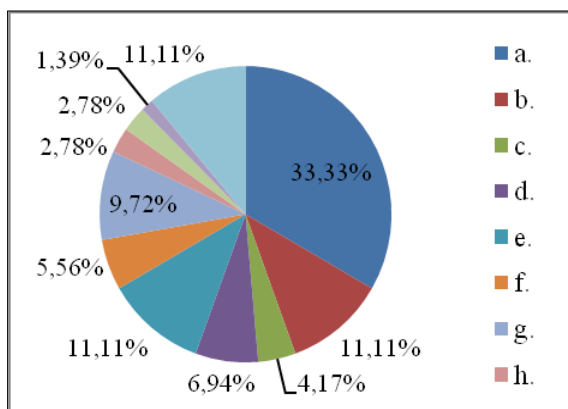
Graf 59 Analýza výsledků dotazníkového šetření (O=3)



Zdroj: vlastní tvorba

Nejvíce si studenti přejí vybudovat tělocvičnu na TF (33,33 % všech respondentů).

Graf 60 Analýza výsledků dotazníkového šetření (C=4)



Zdroj: vlastní tvorba

6 ZÁVĚR A DOPORUČENÍ PRO PRAXI

Zdraví člověka můžeme pozitivně ovlivnit správnou životosprávou – střídanou výživou, dostatkem pohybu, duševní rovnováhou a dostatkem spánku. Ve své teoretické části práce jsem se zabývala za použití různých literárních zdrojů vysvětlením pojmu rekreace a jednotlivých druhů rekreace. Dotazníkovým šetřením jsem si udělala obrázek o využívání rekreace studenty Teologické fakulty Jihočeské univerzity. Svým nastavením ve výzkumu jsem mohla sledovat činnosti studentů ze tří různých pohledů. Z pohledu mužů a žen, z pohledu formy studia, zda se jedná o kombinované studium nebo prezenční studium a v neposlední řadě z pohledu jednotlivých oborů studia na Teologické fakultě. Výzkumné šetření ukázalo vztah studentů Teologické fakulty k rekreaci, jejich přání a návrhy jak ještě více rozvíjet hlavně fyzickou činnost, která je nejvšestrannější a může pokrývat na rozdíl od ostatních rekreací i oblast psychickou a sociální.

Z hlediska genderu studentů Teologické fakulty vyplývají z rozboru následující fakta. **Více mužů** (54 % mužů oproti 39 % žen) odpovědělo zcela **správně, že rekreace je obnova sil.**

Ve výčtu druhů rekreace byly **úspěšnější ženy** (39 % žen oproti 35 % mužů). **Muži** se ve svých odpovědích více soustředili na **pohybovou rekreaci** a ostatní druhy stavěli do pozadí.

V šetření, ve kterém jsem zjišťovala, jaké rekreační aktivity studenti teologické fakulty vykonávali, vycházela na prvním místě **četba knih u mužů** (23 %, 17 % u žen). U **žen** byla stejně jako četba knih na prvním místě zájmová rekreace – **věnování se koníčkům**. Na druhém místě se s 15 % umístili **muži s aktivními sportovními činnostmi** (fitness, fotbal, lyžování, plavání, tenis, squash aj.), ženy se těmito činnostem věnují pouze ve 4 %. **Práce s počítačem** byla u mužů a žen téměř **shodná** (12 % u mužů, 11 % u žen). Velký rozdíl mezi ženami a muži byl v návštěvě divadla. Do **divadla chodí 15 % žen** (4 % mužů).

Pojetí **volného času jako svobody** volilo **35 % mužů a 33 % žen.**

Ve volném čase se **muži** zabývají ve 20 % **čtením** (ženy ve 13 %), na druhém místě ve 12 % se muži zabývají **nábožensko-kulturními aktivitami** (ženy v 9 %) a na třetím místě se ve 12 % zabývají **turistikou a cykloturistikou** (ženy ve 13 %). U mužů

následuje v 8 % „rodina“, „učení se do školy“, „sport aktivně“ a „odpočinek, nicnedělání, ležení“. Zatímco u žen jsou jejich aktivity rozloženější. Na prvním místě je ve 13 % četba a turistika, cykloturistika, na druhém místě následují v 9 % nábožensko-kulturní aktivity, rodina, učení se do školy (muži v 8 %), dále je to v 7 % hudební produkce (muži ve 4 %), ve 4 % sledování televize (muži v 8 %), péče o sebe (muži v 0 %) a cvičení (muži ve 4 %).

Dostatek volného času má více mužů než žen (77 % mužů a 48 % žen).

Žádné překážky v trávení volného času nemají ženy oproti mužům (33 % žen, 27 % mužů). Jako překážku v trávení volného času uvedli muži i ženy školní povinnosti (27 %, 20 %) nedostatek času (19 %, 17 %), finanční náročnost koníčků (15 %, 11 %) a nedostatek peněz (4 %, 11 %).

Z uvedených přání by muži nejraději v 15 % aktivně sportovali (4 %). Ve 12 % by vykonali cestu kolem světa (ženy 0 %), měli více finančních prostředků (ženy 0 %) a cvičili by každý den (ženy 2 %). Ženy si přály nejvíce v 15 % číst knihy (muži 0 %) a v 11 % strávit dovolenou u moře (4 % muži), dále navštěvovat wellness aktivity, mít osobního kouče (4 % muži) a 9 % zdokonalit se ve svém koníčku (0 % muži). Zajímavé bylo přání u žen ve 4 % (muži 0) být zdráva.

Únavu uvádějí v 73 % mnohem více muži (ženy 52 % a v 24 % uvádějí, že unavené nejsou). Únavu cítí občas (např. při zkouškovém období) 27 % mužů a 24 % žen. Je zajímavé, že muži se k únavě přiznali, naopak u žen je známé, že pracují ještě tehdy, kdy už muži odpočívají například při domácí práci.

U 52 % žen a 42 % mužů je upřednostňován odpočinek aktivní. Variantu „pasivní odpočinek“ volilo více žen 33 % (12 % mužů) a variantu 50:50 (záleží na situaci, počasí, období roku) volilo více mužů (46 % mužů, 20 % žen). Muži raději takticky volili zlatou střední cestu.

Muži odpověděli v 58 %, že si myslí, že jsou pohybově založeni (ženy 52 %). Ženy si to ve 32 % nemyslí (8 % mužů). Že jsou průměrně pohybově založeni odpovědělo 35 % mužů a 15 % žen. Z toho vyplývá, že muži se hodnotí plně nebo průměrně pohybově založeni. Ženy se zase z poloviny domnívají, že jsou pohybově založeny a ze třetiny odpovídají, že nejsou pohybově založeny.

Optimální dobu spánku tj. 7 – 8,5 využívají více muži 27 % (ženy 24 %) tj. cca čtvrtina z celkového počtu mužů a žen. Muži ve 35 % spí méně než 7 hodin (28 % žen). Ženy ve 43 % zase spí méně než 6 hodin (muži 35 %). Tento výsledek je

alarmující, protože u studentů by mohlo docházet cirkadiánních a cirkaseptáních rytmů jako je pozdní usínání, přerušovaný spánek a nedostatek spánku. V mém výzkumu si na rozdíl od výše uvedeného rádo pospí, nad 8,5 hodiny denně, 4 % mužů a 4 % žen.

Muži i ženy by se více v 69 % (63 % ženy) označili za „skřivana“. Jako „sova“ by se označilo **35 % mužů a 31 % žen.**

Na Teologické fakultě Jihočeské univerzity oceňují nejvíce muži i ženy knihovnu (50 % ženy, 50 % muži). Za druhé oceňovali muži v 19 % (15 % ženy) na celé JU hřiště, tělocvičnu, hernu stolního tenisu Na Sádkách. Potom v pořadí ženy v 9 % (8 % muži) uvedli na TF počítačovou učebnu. Na celé JU menzu a kavárnu volily 4 % mužů a 4 % žen, na celé JU studentský klub a studovny volily 4 % mužů a 2 % žen, na celé JU oceňují studentské rádio K2 (4 % muži a 7 % žen) a bez odpovědi nebo jinou odpověď uvedlo 7 % žen.

Nejvíce si přejí ženy v 37 % vybudovat na TF tělocvičnu (27 % mužů). Ženy by chtěly v 17 % (muži 0) na TF zařadit do studijních programů tělesnou výchovu, 2 hodiny týdně. Muži zase navrhují ve 12 % (ženy ve 2 %) pořádat na celé JU za asistence vysokoškolských sportovních klubů sportovní turnaje. Dále mají muži zájem v 19 % na celé JU pořádat více sportovních aktivit (kolektivní hry, půjčování kol), (ve 4 % ženy). 8 % mužů (ženy 7 %) by chtěli vybudovat na TF Relax centrum (fitness, wellness). Ženy zase navrhují v 13 % (8 % mužů) na celé TF pořádat více společenských akcí, dále na celé JU pořádat více akcí pro studenty (například vítání „prváků“), (muži 4 %, ženy 2 %). Vybudovat na TF kulturní sál by chtělo 7 % žen, (0 % mužů).

Hypotéza č. 1.

Ve výzkumné hypotéze jsem předpokládala, že budou více zaznamenány pohybové činnosti u mužů než u žen. Můj předpoklad se naplnil. V otázce č. 3., jsem se zabývala sledováním rekreačních aktivit u studentů v uplynulém roce. Muži vykazali „aktivní sportovní činnosti (fitness, fotbal, lyžování, plavání, tenis, squash aj.)“ v 15 % oproti ženám, které tyto činnosti vykazaly pouze ve 4 %. Muži uvedli i více aktivit jako je „turistika, trampování, a výlety do přírody“. V otázce „Čím se zabýváte ve volném čase“ odpověděli muži v aktivitě „sport aktivně“ 8 % oproti ženám (2 %), ostatní aktivity týkající se pohybové činnosti byly vyrovnané. Na otázku „Myslíte si, že jste dostatečně

pohybově založen/a?“ odpověděli muži v 58 % „ano“ oproti ženám (52 %). V otázce „Kdybyste měl/a možnost splnit si přání v rámci trávení volného času, jak by znělo?“ jsem zaznamenala více odpovědi u mužů typu, že by „chtěli aktivně sportovat“, „cestu kolem světa“ a „cvičit každý den“. Své návrhy na zlepšení trávení volného času na TF i celé JU směřovali muži nejvíce ke sportovním aktivitám.

Ve svém výzkumu jsem se dále zabývala formou činnosti jednotlivých respondentů. U kombinované formy studia jsem zaznamenala, že **respondenti obou forem odpověděli přibližně stejně, že rekreace obnovuje síly** (44 % kombinovaná forma, 43 % prezenční forma). **Studenti prezenčního studia** dále odpověděli „**aktivní odpočinek**“ ve 20 % (9 % studenti kombinované formy). U **studentů kombinovaného studia** v 13 % je zase zajímavá odpověď „**cestovní ruch**“ (prezenční forma 8 %).

Druhy rekreace znají studenti obou forem studia (40 % prezenční forma, 34 % kombinovaná forma).

Na prvním místě respondenti kombinovaného studia ve 28 % (13 % prezenčního studia) odpověděli, že v uplynulém roce nejvíce **četli knihy**. Domnívám se, že studenti v kombinovaném studiu mají méně přednáškové činnosti a tudíž více čtou. **Na druhém místě studenti kombinovaného studia** uvedli v 13 % aktivitu „**posezení s přáteli**“ (10 % prezenční studium). Naopak u aktivit „**věnování se koníčkům**“ odpovědělo 9 % studentů kombinovaného studia a **více studentů prezenčního studia**, 15 %. Je zřejmé, že studenti prezenčního studia mají více volného času. „**Práce s počítačem**“ byla zaznamenána u 9 % kombinované formy a u 13 % **prezenční formy**, variantu „**divadlo**“ volilo 6 % studentů kombinované formy a **více studentů prezenční formy**, 15 %. „**Aktivní sportovní činnosti**“ se více věnují v **prezenční formě** studenti v 10 % oproti studentům kombinované formy (6 %).

Pod pojmem volný čas si **respondenti prezenčního studia** na prvním místě (38 % prezenční studium) představují čas, kdy se mohou **svobodně rozhodovat** (28 % kombinované studium). U **kombinovaného studia** na druhém místě volili respondenti **čas strávený mimo práci a školu** v 31 %, (25 % studenti prezenční formy).

Ve volném čase uvedli respondenti **kombinovaného studia** samozřejmě **na prvním místě** v 16 % „**rodinu**“ (prezenční forma 3 %) a dále, že se zabývají „**nábožensko-kulturními aktivitami**“ (v 16 % studenti kombinované formy, v 5 %

studenti prezenční formy). Dále **respondenti kombinované formy** uvedli v 13 % „**učení se do školy**“, „**četba**“, „**turistika, cykloturistika**“. V 6 % u studentů kombinované formy vycházela „**hudební produkce**“ a „**odpočinek a nicnedělání, ležení**“. V **prezenční formě** uvedli respondenti na **prvním místě** „**četbu**“, v 18 %, (13 % studenti kombinované formy), ve 13 % „**turistiku a cykloturistiku**“ a v 8 % „**sport aktivně**“ (0 % studenti kombinované formy).

68 % respondentů v **prezenční formě studia** uvedlo, že **má dostatek volného času** (47 % respondentů kombinovaného studia). **Dostatek času nemá** 41 % studentů **kombinovaného studia** a 25 % prezenčního studia. U kombinovaného studia je logické, že nemají respondenti tolik volného času z důvodu toho, že vedle studia mají ještě práci, případně rodinu.

38 % respondentů **prezenčního studia** **neuveďlo žádné překážky v trávení volného času** (22 % respondentů kombinovaného studia). Jako překážky v trávení volného času dále respondenti u prezenčního studia uvedli ve 20 % „**školní povinnosti**“, v 18 % „**finanční náročnost koníčků**“ a po 13 % „**nedostatek času**“ a „**peněz**“. U **kombinovaného studia** uvedli studenti jako překážky, které brání v trávení volného času „**školní povinnosti**“ a „**nedostatek času**“, ve 25 % a v 16 % „**domácí práce**“.

Největším přáním u studentů kombinované formy studia byla **aktivní sportovní rekreace**, v 13 % (5 % u studentů prezenční formy), „**četba knih**“, v 9 % a v 6 % „**návštěva kreativních kurzů, abych se naučil (a) nové věci**“, „**dovolená u moře**“, „**cesta kolem světa**“, „**wellness aktivity, osobní kouč**“, „**návštěva příbuzných**“, „**více sociálních kontaktů**“, „**cvičit každý den**“ a „**maraton**“. U **prezenční formy studia** bylo na prvním místě „**zdokonalení se ve svém koníčku**“, 13 %, v 10 % „**dovolená u moře**“, „**wellness aktivity, osobní kouč**“ a „**četba knih**“.

Na otázku, zda studenti **cítí často únavu a vyčerpání**, odpověděli „**ano**“ **studenti prezenčního studia**, v 65 % a **studenti kombinovanému studia** v 53 %. Únavu **nepocit'uje** 19 % studentů kombinovaného studia a 13 % studentů prezenčního studia. Občas (např. při zkouškovém období) uvedla, že pocit'uje únavu větší čtvrtina studentů kombinovaného a menší čtvrtina studentů prezenčního studia.

60 % respondentů **prezenčního studia** **upřednostňuje aktivní odpočinek**, pasivní odpočinek upřednostňují studenti v 30 % a variantu „**50:50 (záleží na situaci, počasí, období roku)**“ volili studenti prezenčního studia v 10 %. Oproti studentům prezenčního

studia **upřednostnili studenti kombinovaného studia aktivní odpočinek**, 31 %. Pro pasivní odpočinek se rozhodlo 16 % studentů **kombinovaného studia**, avšak **nejvíce volili variantu „50:50 (záleží na situaci, počasí, období roku)“** a to v 53 %.

Dostatečně pohybově založeni jsou studenti prezenčního studia, v 70 % (34 % studentů kombinovaného studia). **Čtvrtina** odpověděla, že **není dostatečně pohybově založena** z prezenčního studia i z kombinovaného studia. **Průměrně pohybově založení se cítí respondenti z kombinovaného studia**, v 41 % (8 % studentů prezenčního studia).

Více studentů z prezenčního studia spí optimální dobu spánku, tzn. 7-8,5 hodiny denně v 38 % (pouze 9 % studentů z kombinované formy studia). U obou forem je stejné procento při spánku méně než 7 hodin a to 31 % u prezenčního studia a v 30 % u kombinovaného studia. **Méně než 6 hodin spí 59 % studentů z kombinované formy** a 25 % studentů z prezenční formy. Více jak 8,5 hodiny spánku vykazalo 8 % prezenčních studentů. Studenti kombinovaného studia si zakládají na poruchy cirkadiánních a cirkaseptáních rytmů jako je pozdní usínání, přerušovaný spánek a nedostatek spánku.

Studenti prezenčního studia se považují v 73 % za „skřivany“, 25 % studentů se považuje za „sovy“ (3 % ani za jeden typ). U **kombinovaného studia jsou z větší poloviny v 56 % „skřivani“** a z menší poloviny „sovy“, 44 %.

Na **prvním místě** ze zařízení pro trávení volného času, které **oceňují studenti prezenčního (56 %) i kombinovaného (45 %) studia je „knihovna“**. Na **druhém místě** v 25 % **oceňují studenti kombinované formy studia „na celé JU hřiště, tělocvičnu, hernu stolního tenisu Na Sádkách“** (10 % prezenční studium). Na **třetím místě studenti prezenčního studia v 15 % oceňují „na TF počítačovou učebnu“**. „**Na TF volitelné kurzy**“ oceňuje 13 % **studentů kombinovaného studia** (5 % studentů prezenčního studia), dále na celé JU oceňují „**studentské rádio K2**“, v 6 % (5 % studentů prezenčního studia).

Respondenti obou forem studia chtějí na TF „vybudovat tělocvičnu“ (prezenční forma v 38 % a kombinovaná forma ve 28 %). Na **druhém místě** si studenti **obou forem přejí** (v 13 % kombinované formy a v 10 % prezenční formy) „**na TF zařadit do studijních programů tělesnou výchovu, 2 hodiny týdně**“. V dalším pořadí navrhuji „**na celé TF pořádat více společenských akcí**“ (v 13 % kombinovaná forma, v 10 % prezenční forma), „**na celé JU za asistence vysokoškolských sportovních klubů**

pořádat sportovní turnaje“ (v 9 % kombinovaná forma a ve 3 % studenti prezenční formy). **Z prezenční formy studia** v 10 % požadují studenti na TF „**vybudovat Relax centrum (fitness, wellness)**“, (3 % v kombinované formě). Studenti prezenční formy studia navrhuji v 13 % „**na celé JU pořádat více sportovních aktivit (kolektivní hry, půjčování kol)**“, (v 6 % kombinovaná forma).

Hypotéza č. 2.

Můj předpoklad ve výzkumné hypotéze, že u studentů kombinovaného studia bude vykázáno méně volnočasových aktivit, se potvrdil. Aktivní sportovní činnosti se více věnují studenti v prezenční formě studia. Sledujeme-li rekreační aktivity v delším časovém období, zdá se, že aktivit u obou forem je přibližně stejně. Studenti kombinovaného studia odpověděli u otázky č. 3., že v uplynulém roce vykonávali nejčastěji rekreační aktivity jako je „četba knih“, „divadlo“, kino“, „věnování se koníčkům“, „práce s počítačem“, „posezení s přáteli“, „sledování televize“, „pobyt na chatě“, „návštěva příbuzných“ a „turistika, trampování, výlety do přírody“. U studentů prezenčního studia to byly nejčastěji rekreační aktivity jako je „četba knih“, „divadlo“, „kino“, „věnování se koníčkům“, „posezení s přáteli“, „práce s počítačem“, „tanec“, „cestování za sportem“, „relax, sauna“, „geocaching“, „aktivní sportovní činnost (fitness, fotbal, lyžování, plavání, tenis, squash aj.)“, „odpočinek, nicnedělání, ležení“ a „spánek“. Rozhodující byla otázka „Čím se zabýváte ve volném čase?“, studenti kombinovaného studia odpověděli, že se nejvíce věnují „rodině“, „nábožensko-kulturním aktivitám“, „učení se do školy“, „čtení“ a „turistice a cykloturistice“. Studenti prezenčního studia se ještě věnují, mimo aktivity, jež uvedli studenti kombinovaného studia, „fotografování“, „výrobě šperků“, „výtvarné činnosti“, „péči o psa“, „posezení s přáteli“, „návštěvě divadla“, „kina“, „sportu aktivně“ a „výletům do přírody“. Zde je vidět jasná převaha rekreačních aktivit u studentů prezenčního studia. Ovšem v otázce „Kdybyste měl/a možnost splnit si přání v rámci trávení volného času, jak by znělo?“ jsem zaznamenala, že studenti kombinovaného studia měli velká přání v oblasti aktivní sportovní rekreace. Zazněla tam dále přání jako je „cesta kolem světa“, „wellness aktivity, osobní kouč“, „maraton“ a „cvičit každý den“. Studenti kombinované formy studia nejvíce oceňovali „na celé JU hřiště, tělocvičnu, hernu stolního tenisu Na Sádkách“. Navrhují na TF „vybudovat tělocvičnu“ a „zařadit do studijních programů tělesnou výchovu, 2 hodiny týdně“.

Dále jsem ve své práci zkoumala rekreaci z pohledu jednotlivých oborů studia na teologické fakultě.

Studenti filosofie

Studenti filosofie odpovídali, že pojem rekreace znamená **znovuobnovení sil**. Tato odpověď byla respondenty této skupiny v procentním vyjádření o několik procent nižší než u ostatních skupin (31 %).

Všechny druhy rekreace byly studenty vyjmenovány třetinou studentů (31 %).

Ve využívání rekreačních aktivit v uplynulém roce je na čtvrtém místě u tohoto oboru „četba knih“ (15 %). Další aktivitou je „cestování za odpočinkem“ (15 %), „posezení s přáteli“ (15 %), „práce s počítačem“ (8 %), „divadlo“ (15 %), „kino“ (8 %), „sauna, relax“ (8 %), „odpočinek, nicnedělání a ležení“ zvolil 1 respondent z oboru filosofie 13 %, (8 %).

Odpovědi na otázku, co si představují studenti pod pojmem volný čas, byly následující. Studenti ze čtvrtiny odpověděli, že se **mohou svobodně realizovat** (ve 23 %), další odpovědi byly „čas strávený mimo práci a školu“ (23 %), „čas po splnění všech povinností“, „mohu se věnovat relaxaci“ (23 %) a čas, kdy dělám něco jen pro sebe, odpočívám, sportuji (15 %).

Na otázku „Čím se zabýváte ve volném čase“, studenti filosofie odpověděli, že nejvíce čtou (23 %), navštěvují divadlo (15 %), pěstují sport aktivně (15 %), fotografují (8 %) a sledují televizi (8 %).

O třetí místo v odpovědi, že mají dostatek času, se dělí studenti filosofie (54 %) a studenti etiky v sociální práci (54 %).

Překážky v trávení volného času nemá 38 % studentů filosofie, ti kteří mají překážky, tak je to z důvodu nedostatku peněz (15 %), finanční náročnosti koníčků (15 %), školních povinností (15 %) a nedostatku času (15 %).

Studenti oboru filosofie by si přáli „dovolenou u moře“ (23 %), chtějí „se zdokonalit ve svém koníčku“ (15 %), chtějí „být s rodinou“ (15 %) a chtějí být „na olympijských hrách“, dále si přejí číst knihy, „naučit se cizímu jazyku“, „být zdravý“ a „pobývat v přírodě“ (8 %).

Studenti filosofie pocítují únavu v 54 % (7 respondentů z 13), únavu nepocítují ve 23 % (3 respondenti z 13), občas pocítují únavu ve 23 %, např. při zkuškovém období (3 respondenti z 13).

U studentů filosofie odpovědělo 77 % (10 z 13 respondentů), že upřednostňují aktivní odpočinek, pasivní odpočinek upřednostňuje 15 % (2 z 13 respondentů) a pro odpověď „50:50 (záleží na situaci, počasí, období roku)“ je 8 % studentů (1 z 13 respondentů).

77 % studentů filosofie se domnívá, že jsou dostatečně pohybově založeni. Je to ze všech respondentů nejvíce, necítí se dostatečně pohybově založeni ve 23 %.

Studenti filosofie vykázali v rozmezí spánku „méně jak 6 hodin“ v 38 %, pak následovala optimální „doba spánku 7 – 8,5 hodiny“ (31 %), dále bylo v 15 % „méně než 7 hodin“ a v 15 % „více jak 8,5 hodiny“.

Studenti filosofie se považují za „skřivany“ v 69 % a za „sovy“ ve 23 %, ani za jeden typ v 8 %.

Z pohledu studentů oboru u filosofie oceňují nejvíce studenti knihovnu TF (38 %), „počítačovou učebnu“ (23 %) a na celé JU oceňují hřiště, tělocvičnu, hernu stolního tenisu Na Sádkách, menzu, kavárnu a studentské rádio K2 (8 %).

Studenti oboru filosofie navrhují vybudovat na TF tělocvičnu (38 %) a zařadit do studijních programů tělesnou výchovu, 2 hodiny týdně“ (15 %). Dále navrhují na celé JU pořádat více sportovních aktivit (kolektivní hry, půjčování kol), (15 %), pořádat na TF více společenských akcí a na celé JU pořádat více akcí pro studenty (například vítání „prváků“), (8 %).

Studenti teologie služby

Nejvíce 50 % odpověděli studenti této skupiny, co pro ně znamená pojem rekreace, že se jedná o aktivní a pasivní odpočinek, nejpřesnější odpověď, že se jedná o **znovuobnovení sil** (33 %).

U studentů teologie služby jsem úplnou odpověď nezaznamenala. U poloviny odpovědí chyběly dva druhy rekreace, byla uvedena jen pohybová, kulturně-umělecká a u poloviny chyběla pohybová rekreace a tvořila jí intelektuální, kulturně-umělecká, zájmová a sociální.

Z rekreačních aktivit vykonávaných studenty tohoto oboru v uplynulém roce je na druhém místě podle oborů studia „četba knih“, (33 %), „návštěva příbuzných“ (33 %),

„práce s počítačem“ (17 %) a na druhém místě ze všech oborů „se věnují koníčkům“ (17 %).

Pod pojmem volný čas si představují studenti teologie služby čas strávený mimo práci a školu (50 %) a čas, kdy dělám něco jen pro sebe, odpočívám, sportuji (50 %).

Ve volném čase studenti teologie služby čtou (33 %), věnují se nábožensko-kulturním aktivitám (33 %), učí se do školy (17 %) a věnují se rodině (17 %).

Nejméně ze všech uvedli studenti teologie služby, že mají dostatek volného času (50 %).

Překážky v trávení volného času nemají studenti teologie služby (50 %), ti kteří mají překážky, uvádí, že mají „nedostatek času“ (33 %) a „školní povinnosti“ (17 %).

Respondenti oboru teologie služby vyjádřili přání, že si přeji číst knihy (13 %) a potom prožít cestu kolem světa, být s přáteli, navázat více sociálních kontaktů a navštívit příbuzné (17 %).

U studentů teologie služby pociťuje únavu ve (83 %) tj. (5 respondentů z 12), to je nejvíce ze všech oborů a (1 respondent z 12) občas (17 %), např. při zkouškovém období.

Studenti teologie služby odpověděli, že upřednostňují aktivní odpočinek (17 %) tj. (1 z 12 respondentů), pasivní odpočinek upřednostňují studenti ve (33 %) tj. (2 z 12 respondentů) a pro variantu 50:50 (záleží na situaci, počasí, období roku), (50 %) tj. (3 z 12 respondentů).

Dostatečně pohybově založeno se domnívá, že je (17 %) studentů teologie služby, (50 %) se domnívá, že není dostatečně pohybově založeno a (33 %) studentů se domnívá, že je průměrně pohybově založeno.

Studenti teologie služby spí v 50 % méně než 7 hodin a ve 50 % méně než 6 hodin.

U studentů teologie služby vyšlo: „skřivan“ (50 %) a „sova“ (50 %).

Studenti teologie služby oceňují nejvíce „na TF knihovnu“ (83 %) a „volitelné kurzy“ (17 %).

Studenti teologie služby navrhnou vybudovat „na TF tělocvičnu“ (33 %), „na celé TF pořádat více společenských akcí“ (33 %), na TF „zařadit do studijních programů tělesnou výchovu 2 hodiny týdně“ a „na celé JU pořádat více akcí pro studenty (například vítání „prváků““ (17 %).

Studenti teologie

V této skupině byla odpověď na otázku, co pro studenty znamená pojem rekreace, u každého studenta jiná. První odpověděl, že je to pouze pasivní odpočinek (33 %), druhý odpověděl, že je to pro něj odreagování (33 %) a třetí odpověděl nejpřesněji, že se jedná o **znovuobnovení sil** (33 %).

Všechny druhy rekreace vyjmenoval 1 student ze 3 (33 %).

Z rekreačních aktivit vykonávaných v uplynulém roce se věnuje tanci 1 student (33 %), posezení s přáteli se věnuje 1 student (33 %), práci s počítačem se věnuje 1 student (33 %).

Jeden student odpověděl na představu volného času, že **se může svobodně realizovat**, (33 %) a dva studenti odpověděli, že je to čas strávený mimo práci a školu (67 %).

Ve volném čase se studenti upřednostňují „nábožensko-kulturním aktivitu“ (33 %), „učení se doma“ (33 %) a „divadlo“ (33 %).

Studenti teologie odpověděli, že mají dostatek volného času (100 %).

Překážky v trávení volného času nemá jeden student (33 %) a zbylí dva studenti mají překážky z důvodu školních povinností (33 %) a nedostatku času (33 %).

U studentů teologie bylo uvedeno přání „návštěva kreativních kurzů, aby se naučili nové věci“, „pobyt v přírodě“ a „zdokonalení se ve svém koníčku“ (33 %).

Studenti teologie pociťují únavu v 67 % (2 respondenti ze 3) a pociťují ji občas (33 %), (1 respondent ze 3), např. při zkouškovém období.

Studenti teologie upřednostňují aktivní odpočinek (67 %), (2 ze 3 respondentů) a variantu „50:50 (záleží na situaci, počasí, období roku)“, (33 %), (1 ze 3 respondentů).

Jako poslední v ohodnocení dostatečného pohybového založení vycházeli právě studenti teologie. Dostatečně pohybově založený se necítí žádný, „ne“ uvedl jeden (33 %) a průměrně pohybově nadaní se cítí dva studenti teologie (67 %).

Studenti teologie spí z 67 % méně než 7 hodin a ve 33 % méně než 6 hodin spánku denně. Studentům teologie patří prvenství v nedostatečném spánku, kdy nejvíce (67 %) jich spí méně než 6 hodin.

Studenti teologie jsou 100% „skřivani“.

Studenti teologie oceňují na TF knihovnu (67 %) a volitelné kurzy (33 %).

Respondenti oboru teologie navrhuji vybudovat tělocvičnu (33 %) a na TF pořádat více společenských akcí (67 %).

Studenti učitelství náboženství a etiky

Respondenti z této skupiny u otázky, co si představují pod pojmem rekreace, volili variantu „pouze aktivní odpočinek“, „pouze pasivní odpočinek“, „kombinace obou), cestovní ruch a **znovuobnovení sil** (33 %).

Studenti vyjmenovali všechny druhy rekreace z jedné čtvrtiny (25 %).

Ve využívání rekreačních aktivit v uplynulém roce je u tohoto oboru na prvním místě četba knihy, (50 %). Další aktivitou je posezení s přáteli (8 %), práce s počítačem (25 %), koníčky (8 %), divadlo (8 %).

Studenti odpovídali, že si pod pojmem volný čas představují, že **se mohou svobodně realizovat** (33 %).

Ve volném čase se studenti učitelství náboženství a etiky věnují nábožensko-kulturním aktivitám (33 %), hudební produkci (25 %), četbě (17 %), rodině (17 %) a výtvarné činnosti (8 %).

Dostatek času také uvedli studenti učitelství náboženství a etiky (58 %).

Překážky v trávení volného času nemá (33 %) ti, kteří mají, tak uvádějí, že je to z důvodu nedostatku času (42 %) a školních povinností (17 %).

Studenti oboru učitelství náboženství a etiky by si přáli „cestu kolem světa“ a „návštěvu kreativních kurzů, aby se naučili nové věci“ (17 %). Dále by si přáli „plavbu na zaoceánské lodi“, „olympijské hry“, „více sociálních kontaktů“, „být zdravý“, „více volného času“, „četbu knih“, „exotickou dovolenou“ a „cvičit každý den“ (8 %).

Respondenti učitelství náboženství pociťují únavu v 58 % (7 respondentů z 12), nepociťují v 17 % (2 respondenti z 12), a pociťují ji občas (25 %), (3 respondenti z 12), např. při zkouškovém období.

Studenti učitelství náboženství a etiky odpověděli, že upřednostňují aktivní odpočinek (8 %) tj. (1 z 12 respondentů), pasivní odpočinek (17 %) tj. (2 z 12 respondentů) a variantu „50:50 (záleží na situaci, počasí, období roku)“ volili v 75 % tj. (9 z 12 respondentů).

Na třetím místě se ohodnotili jako dostatečně pohybově založení studenti učitelství náboženství a etiky (58 %), že se necítí dostatečně pohybově založení, odpověděli studenti ve 25 % a cítí se tak průměrně (17 %).

Studenti učitelství náboženství a etiky vykazali méně než 6 hodin spánku (50 %), méně než 7 hodin spánku (42 %) a 7 – 8,5 hodiny spánku (8 %).

U studentů učitelství náboženství a etiky je výsledek „skřivan“ v 67 % a „sova“ v 33 %.

Studenti učitelství náboženství oceňují na TF knihovnu (67 %) a volitelné kurzy (17 %). Na celé JU oceňují hřiště, tělocvičnu, hernu stolního tenisu Na Sádkách (17 %).

U studentů učitelství náboženství je požadavek „vybudovat tělocvičnu“ (33 %), 25 % by si přálo na TF pořádat více společenských akcí (25 %), dále vybudovat kulturní sál (17 %), a na celé JU za asistence vysokoškolských sportovních klubů pořádat sportovní turnaje (8 %).

Studenti pedagogiky volného času

Studenti pedagogiky volného času **byli v pořadí druhí v nejbližší odpovědi ke správné definici pojmu rekreace**. V 52 % odpovídali, že se jedná o **znovuobnovení sil**. Více procent bylo zaznamenáno u odpovědi týkající se pouze aktivního odpočinku.

Nejpřesnější odpověď ve výčtu druhů rekreace byla u studentů této skupiny (56 %).

Četbu knihy studenti pedagogiky volného času nevedli, ale prvenství mají v „aktivní sportovní činnosti (fitness, fotbal, lyžování, plavání, tenis, squash aj.)“, (24 %). V dalších pohybových aktivitách jsem zaznamenala „cestování za sportem“ (4 %), „cestování za odpočinkem“ (4 %), „geocaching“ (4 %) a tanec (4 %), „posezení s přáteli“ v 8 %, „práce s počítačem“ v 8 %, na třetím místě „se věnují koníčkům“ (12 %), „divadlu“ 12 %, „kinu“ (4 %).

Pod pojmem volný čas si představují pedagogové volného času, že **se mohou svobodně realizovat**, (44 %). **Byla to nejpřesnější odpověď ze všech oborů**.

Ve volném čase se studenti pedagogiky volného času zabývají „turistikou a cykloturistikou“ (36 %), „rodinou“ (12 %), „hudební produkcí“ (8 %), „péčí o sebe“ (8 %), „posezení s přáteli“ (8 %), „učení se do školy“ (8 %), „četbou“ 8 %, „sledování televize“ (4 %), „odpočinkem, nicneděláním, ležením“ (4 %) a „sportem aktivně“ (4 %).

Studenti pedagogiky volného času uvedli, že mají dostatek volného času (64 %), tím jsou na druhém místě po studentech teologie.

Překážky v trávení volného času studenti pedagogiky volného času převážně nemají (20 %) a ti, kteří mají, tak z důvodu školních povinností 24 %, finanční náročnosti

koničků (20 %), domácí práce (16 %), nedostatku peněz (12 %) a nedostatku času (8 %).

Studenti pedagogiky volného času by si přáli „wellness aktivity, osobního kouče“ (16 %), „cvičit každý den“ a provádět „aktivní sportovní rekreaci“ (12 %), „zdokonalení se ve svém koníčku“, „četbu knih“, „maraton“, „více finančních prostředků“ (8 %), „návštěvu baletu ND“, „zaplatit si skvělý taneční workshop“, „dovolenou u moře“, „věnování se rodině“, „přátelům“, „více volného času“ a „pobyt v přírodě“ (4 %).

Studenti pedagogiky volného času pocítují únavu (72 %) tj. (18 respondentů z 25), nepocítují (16 %) tj. (4 z 25 respondentů) a občas ji pocítují (22 %) tj. (3 respondenti z 25), např. při zkouškovém období.

Aktivní odpočinek upřednostňují studenti pedagogiky volného času (76 %), tj. (19 z 25 respondentů), pasivní odpočinek upřednostňují (8 %), tj. (2 z 25 respondentů) a pro variantu „50:50 (záleží na situaci, počasí, období roku)“ je 16 % studentů (4 z 25 respondentů).

Na druhém místě si studenti pedagogiky volného času myslí (60 %), že jsou dostatečně pohybově založeni, že nejsou dostatečně pohybově založeni odpovědělo 20 % studentů a průměrně pohybově založeno se ohodnotilo studenti ve 20 %.

Studenti pedagogiky volného času spí „7 – 8,5 hodiny“ (40 %), „méně než 7 hodin“ (32 %), „méně než 6 hodin“ (24 %) a „více jak 8,5 hodiny“ (4 %).

U studentů pedagogiky volného času je výsledek „skřivan“ (56 %) „a sova“ (44 %).

U studentů pedagogiky volného času je na prvním místě oceňována na TF knihovna (40 %), na celé JU hřiště, tělocvična, herna stolního tenisu Na Sádkách (28 %), na celé JU studentské rádio K2 (12 %), volitelné kurzy a studentský klub a klubovny (4 %).

Studenti pedagogiky volného času navrhují vybudovat tělocvičnu (35 %), zařadit na TF do studijních programů tělesnou výchovu, 2 hodiny týdně, na celé JU pořádat více sportovních aktivit (kolektivní hry, půjčování kol), (15 %), na TF vybudovat Relax centrum (fitness, wellness“, (12 %), na celé JU za asistence vysokoškolských sportovních klubů pořádat sportovní turnaje a na celé JU vybudovat sportovní halu nebo víceúčelový sportovní sál (4 %).

Studenti etiky v sociální práci

Nejpřesnější představu, co znamená pojem rekreace, měli studenti této skupiny. Odpověděli, že se jedná o **znovuobnovení sil**, (54 %). Další odpovědi byly nejvíce „pouze pasivní odpočinek“ a „pouze pasivní a aktivní odpočinek“.

U vyjmenování druhů rekreací jsem u tohoto oboru zaznamenala druhou nejlepší odpověď, (38 %). Stejný počet procent byl zaznamenán u rekreace pohybové, intelektuální a sociální, chyběla kulturně umělecká a zájmová rekreace.

Na třetím místě z uvedených rekreačních aktivit je u tohoto oboru studia četba knih, (31 %). Další aktivitou je posezení s přáteli (8 %). Studenti tohoto oboru se nejvíce věnují koníčkům (23 %). Turistiku, trampování a výlety do přírody zapsali 2 studenti ze 13 respondentů z tohoto oboru (15 %). Dalšími aktivitami je divadlo (15 %).

Druhá nejlepší odpověď na představu volného času byla od studentů tohoto oboru, že **se mohou svobodně realizovat**, (38 %).

Ve volném čase se studenti etiky v sociální práci zabývají „četbou“ (15 %), „učení se doma“ (15 %), „výrobou šperků“ (8 %), „péčí o psa“ (8 %), „odpočinkem, nicneděláním, ležením“ (8 %), „cvičením“ (8 %), „kino“ (8 %), „práce s počítačem“ (8 %), „sport pasivně“ (8 %), „chalupaření“ (8 %) a „výlety do přírody“ (8 %).

O druhé místo, kdy uvedli studenti, že mají dostatek času (54 %), se dělí se studenty filosofie.

Studenti etiky v sociální práci uvedli, že nemají překážky v trávení volného času (38 %) a ti, kteří mají, tak z důvodu školních povinností (31 %), nedostatku peněz (8 %), finanční náročnosti koníčků (8 %), nedostatku času (8 %) a domácích prací (8 %).

Studenti etiky v sociální práci by si přáli „dovolenou u moře“ (15 %), „wellness aktivity, osobního kouče“ a „aktivní sportovní rekreaci“ (15 %), „platbu na zaoceánské lodi“, „exotickou dovolenou“, „safari“, „návštěvu příbuzných“, „četbu knih“, „naučit se další jazyk“, a „více finančních prostředků“ (8 %).

Studenti etiky v sociální práci odpověděli, že pociťují únavu ve 31 %, tj. (4 respondenti z 13), nepociťují únavu v 15 %, tj. (2 respondenti z 13) a pociťují občas v 54 %, např. při zkouškovém období, tj. (7 respondentů z 13).

Studenti etiky v sociální práci upřednostňují aktivní odpočinek (8 %), tj. (1 z 12 respondentů), pasivní odpočinek upřednostňuje (46 %), tj. (6 z 12 respondentů) a pro variantu „50:50 (záleží na situaci, počasí, období roku)“ (46 %), tj. (6 z 12 respondentů).

Studenti etiky v sociální práci se ohodnotili jako dostatečně pohybově založení (46 %). Nedostatečně pohybově založení se cítí 15 % studentů a průměrně pohybově založení se ohodnotili studenti v 38 %.

Studenti etiky v sociální práci uvedli u spánku variantu, že spí „méně jak 6 hodin“ (62 %), „7 – 8,5 hodiny“ (23 %) a studentů spí „méně než 7 hodin“ (15 %).

U studentů etiky v sociální práci je výsledek u této otázky „skřivan“ (77 %) a „sova“ (23 %).

Studenti etiky v sociální práci nejvíce preferují na TF knihovnu (46 %), na celé JU hřiště, tělocvičnu, hernu stolního tenisu Na Sádkách, na celé JU menzu, kavárnu (15 %) a na TF počítačovou učebnu a volitelné kurzy (8 %).

Studenti etiky v sociální práci požadují vybudovat tělocvičnu (25 %) a na TF zařadit do studijních programů tělesnou výchovu, 2 hodiny týdně, dále na TF požadují vybudovat kulturní sál, na TF vybudovat Relax centrum (fitness, wellness), na celé JU za asistence vysokoškolských sportovních klubů pořádat sportovní turnaje, na celé JU pořádat více sportovních aktivit kolektivní hry, půjčování kol) a dále na celé JU vybudovat sportovní halu nebo víceúčelový sportovní sál (8 %).

Hypotéza č. 3.

Můj předpoklad ve výzkumné hypotéze, že u studentů pedagogiky volného času bude zaznamenáno více druhů u pohybové rekreace, se naplnil. Studenti pedagogiky volného času mají nejvíce druhů pohybové rekreace v počtu 6, druzí jsou studenti etiky v sociální práci se 3 druhy pohybové rekreace a na třetím místě jsou studenti filosofie se 2 druhy pohybové rekreace.

Studenti filosofie vykazali celkem 12 druhů rekreačních aktivit celkem, z toho **2 druhy pohybové rekreace** (divadlo; kino; práce s počítačem; relax, sauna; spánek, odpočinek, nic nedělání, ležení; cestování za odpočinkem; posezení s přáteli, četba knih; fotografování; sledování televize; **cvičení a sport aktivně**). U **studentů pedagogiky volného** času je 22 druhů aktivit celkem, z toho **6 druhů pohybové rekreace** (divadlo; kino; sledování televize; práce s počítačem; **tanec**; věnování se koníčkům; relax, sauna; pobyt na chatě; **cestování za sportem**; cestování za odpočinkem; posezení s přáteli; návštěva příbuzných; **aktivní sportovní činnost (fitness, fotbal, lyžování, plavání, tenis, squash aj.); turistika, trampování, výlety do přírody**; hudební produkce; péče o sebe; odpočinek, nic

nedělání; rodina; posezení s přáteli; učení se doma; četba a **sport aktivně a turistika, cykloturistika**).

Studenti teologie služby vykazují 7 druhů rekreačních aktivit celkem, z toho **0 druhů pohybové rekreace** (práce s počítačem; věnování se koníčkům; návštěva příbuzných; rodina; nábožensko-kulturní aktivity; učení se do školy a četba).

Studenti teologie vykazují 6 druhů rekreačních aktivit celkem, z toho **1 druh pohybová rekreace** (práce s počítačem; **tanec**; posezení s přáteli; nábožensko-kulturní aktivity; učení se do školy; divadlo).

Studenti učitelství náboženství a etiky vykazují 9 druhů rekreačních aktivit celkem, z toho **0 druhů pohybové rekreace** (divadlo; práce s počítačem; věnování se koníčkům; posezení s přáteli, četba knih; hudební produkce, rodina; nábožensko-kulturní aktivity a četba).

Studenti etiky v sociální práci vykazují 15 druhů rekreačních aktivit celkem, z toho **3 druhy pohybové rekreace** (divadlo; věnování se koníčkům; posezení s přáteli; návštěva příbuzných; četba knih; **turistika, trampování, výlety do přírody**; péče o psa; odpočinek, nic nedělání; **cvičení**; učení se doma; četba, kino; sport pasivně; chalupaření; **výlety do přírody**)

U oborů teologie služby a učitelství náboženství a etiky jsem nezaznamenala žádnou pohybovou rekreaci. Mohla bych vzít v úvahu, že aktivita „věnování se koníčkům“ může zahrnovat pohybovou aktivitu, ale více se přikláním k tomu, že studenti těchto oborů dávají přednost rekreaci intelektuální, sociální, kulturně-umělecké a zájmové.

Hypotéza č. 4.

Můj předpoklad, že oproti předchozím výzkumům, kdy nastal propad v četbě literatury, bude u studentů TF zaznamenána četba ve větší míře, se naplnil. V mém výzkumu je četba knih u studentů Teologické fakulty ze všech aktivit na prvním místě. Nejvíce celkový výsledek ovlivnily odpovědi studentů učitelství náboženství a etiky, kde „četbu knih“ uvedli v 50 %. Domnívám se, že vysokoškolská mládež se opět navrácí k četbě knih. Výsledek jistě ovlivnil i fakt, že můj výzkum byl prováděn na Teologické fakultě, kde je četba knih velice preferována. Nemalý přínos má také dobře vybavená knihovna TF.

Hypotéza č. 5.

Další můj předpoklad ve výzkumné hypotéze, že budou studenti převážně spokojeni se stávajícími zařízeními pro trávení volného času na TF i celé JU se naplnil. Studenti nejvíce oceňují na TF knihovnu (50 %), na celé JU hřiště, tělocvičnu, hernu stolního tenisu Na Sádkách (16,67 %), na TF počítačovou učebnu (8,33 %) a volitelné kurzy (8,33 %). Předpoklad, že většina bude mít návrh na další zařízení pro zlepšení trávení volného času, se také naplnil. Studenti nejvíce navrhují vybudovat tělocvičnu (33,33 %), na TF zařadit do studijních programů tělesnou výchovu, 2 hodiny týdně (11,11), na pořádat více společenských akcí (11,11) a na celé JU pořádat více sportovních aktivit (kolektivní hry, půjčování kol), (9,72 %).

Doporučení pro praxi

Na základě získaných výsledků doporučuji na Teologické fakultě Jihočeské univerzity vybudovat tělocvičnu a zařadit do studijních programů tělesnou výchovu, 2 hodiny týdně. V duchu Světové zdravotnické organizace (WHO) dále navrhuji podpořit zdraví vysokoškolských studentů Teologické fakulty Jihočeské univerzity. Za velmi důležité považuji podpořit každodenní pohybový režim studentů, jejich životosprávu včetně dostatečného spánku a nalezení duševní rovnováhy, například zavedením cvičením jógy.

7 PŘÍLOHY

Příloha č. 1.

DOTAZNÍK

REKREAČNÍ FUNKCE VOLNÉHO ČASU U STUDENTŮ TF JU

Vážené studentky, vážení studenti,
jmenuji se Daniela Uhlířová, jsem studentkou Teologické fakulty Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích, oboru Pedagogika volného času. Chtěla bych Vás požádat o anonymní vyplnění dotazníku. Získané údaje budou použity pro diplomovou práci s názvem „Rekreační funkce volného času u studentů TF JU v Českých Budějovicích“ a následná doporučení mohou být využita v činnosti TF.

Velice vám děkuji za váš čas a vyplnění dotazníku.

Daniela Uhlířová, 2013

Základní identifikace:

Pohlaví:

.....

Věk:

.....

Současný studijní obor na TF JU v magisterském studijním programu:

.....

Forma studia:

.....

Absolvovaný bakalářský studijní obor:

.....

Jednotlivé otázky:

1. Co podle Vás znamená pojem rekreace?

.....

2. Jaké znáte druhy rekreace?

.....

3. Jaké rekreační aktivity jste vykonával/a v uplynulém roce nejčastěji?

.....

.....

4. Co si představujete pod pojmem volný čas?

.....

5. Čím se zabýváte ve volném čase?

.....

6. Máte dostatek volného času?

.....

7. Máte nějaké překážky v trávení volného času?
(Pokud ano, uveďte jaké.)

.....

8. Kdybyste měl/a možnost splnit si přání v rámci trávení volného času, jak by znělo?

.....

9. Cítíte často únavu, vyčerpání?

.....

10. Upřednostňujete spíše odpočinek aktivní či pasivní?

.....

11. Myslíte si, že jste dostatečně pohybově založen/a?

.....

12. Kolik hodin denně spíte?

.....

13. Označil/a byste se za ranní typ (tzv. „skřivan“) či večerní typ (tzv. „sova“)?

.....

14. Jaká zařízení pro trávení volného času oceňujete na TF i celé JU?

.....

15. Jaká opatření byste navrhl/a pro zlepšení trávení volného času na TF i celé JU?

.....

.....

Příloha č. 2.

Otázky a shrnuté odpovědi respondentů.

Otázka č. 1.

Co podle Vás znamená pojem rekreace?

- a) aktivní a pasivní odpočinek
- b) pouze aktivní odpočinek
- c) pouze pasivní odpočinek
- d) znovuoobnovení sil
- e) odreagování
- f) cestovní ruch
- g) jiné

Otázka č. 2.

Jaké znáte druhy rekreace?

- a) kulturně-umělecká, zájmová, sociální, intelektuální, pohybová
- b) pohybová, kulturně-umělecká, sociální
- c) pohybová, kulturně-umělecká
- d) pohybová, zájmová
- e) pohybová, zájmová, kulturně-umělecká
- f) intelektuální, zájmová
- g) pohybová, intelektuální, sociální
- h) intelektuální, kulturně-umělecká, zájmová, sociální

Otázka č. 3.

Jaké rekreační aktivity jste vykonával/a v uplynulém roce nejčastěji?

- a) divadlo
- b) kino
- c) sledování televize
- d) práce s počítačem
- e) tanec
- f) věnování se koníčkům
- g) relax, sauna
- h) spánek
- ch) odpočinek, nic nedělání, ležení
- i) pobyt na chatě
- j) cestování za sportem
- k) cestování za odpočinkem
- l) posezení s přáteli
- m) návštěva příbuzných
- n) četba knih
- o) aktivní sportovní činnost (fitness, fotbal, lyžování, plavání, tenis, squash aj.)
- p) turistika, trampování, výlety do přírody
- q) geocaching

Otázka č. 4.

Co si představujete pod pojmem volný čas?

- a) čas, kdy se mohu svobodně realizovat
- b) čas strávený mimo práci a školu
- c) čas po splnění všech povinností a mohu se věnovat relaxaci
- d) čas, kdy si mohu dělat, co chci a s kým chci
- e) čas, který mohu využít pro své záliby a koníčky
- f) čas, kdy dělám něco jen pro sebe, odpočívám, sportuji
- g) jiná odpověď

Otázka č. 5.

Čím se zabýváte ve volném čase?

- a) fotografování
- b) výroba šperků
- c) výtvarné činnosti
- d) hudební produkce
- e) sledování televize

- f) péče o sebe
- g) péče o sebe
- h) odpočinek, nic nedělání
- ch) cvičení
- i) rodina
- j) nábožensko-kulturní aktivity
- k) posezení s přáteli
- l) učení se do školy
- m) četba
- n) divadlo
- o) kino
- p) práce s počítačem
- q) sport pasivně
- r) sport aktivně
- s) chalupaření
- t) turistika, cykloturistika
- u) výlety do přírody

Otázka č. 6.

Máte dostatek volného času?

- a) ano
- b) ne
- c) jiná odpověď (např. jak kdy)

Otázka č. 7.

Máte nějaké překážky v trávení volného času?

(Pokud ano, uveďte jaké.)

- a) nemám
- b) nedostatek peněz
- c) finanční náročnost koníčků
- d) školní povinnosti
- e) nedostatek času
- f) domácí práce
- g) jiné

Otázka č. 8.

Kdybyste měla možnost splnit si přání v rámci trávení volného času, jak by znělo?

- a) návštěva baletu ND
- b) návštěva kreativních kurzů, abych se naučil (a) nové věci

- c) zaplatit si skvělý taneční workshop
- d) exotická dovolená
- e) dovolená u moře
- f) cesta kolem světa
- g) plavba na zaoceánské lodi
- h) wellness aktivity, osobní kouč
- ch) zdokonalení se ve svém koníčku
- i) olympské hry
- j) safari
- k) rodina
- l) přátelé
- m) návštěva příbuzných
- n) více sociálních kontaktů
- o) četba knih
- p) naučit se další jazyk
- q) být zdrav (a)
- r) více volného času
- s) více finančních prostředků
- t) pobyt v přírodě
- u) cvičit každý den
- v) maraton
- w) aktivní sportovní rekreace

Otázka č. 9.

Cítíte často únavu, vyčerpání?

- a) ano
- b) ne
- c) občas (např. při zkuškovém období)

Otázka č. 10.

Upřednostňujete spíše odpočinek aktivní či pasivní?

- a) aktivní
- b) pasivní
- c) 50:50(záleží na situaci, počasí, období roku)

Otázka č. 11.

Myslíte si, že jste dostatečně pohybově založen/a?

- a) ano
- b) ne

- c) průměrně

Otázka č. 12.

Kolik hodin denně spíte?

- a) 7 - 8,5
- b) méně než 7
- c) méně než 6
- d) více jak 8,5

Otázka č. 13.

Označil/a byste se za ranní typ (tzv. „skřivan“) či večerní typ (tzv. „sova“)?

- a) „skřivan“
- b) „sova“
- c) ani za jeden

Otázka č. 14.

Jaká zařízení pro trávení volného času oceňujete na TF i celé JU?

- a) na TF knihovnu
- b) na TF počítačovou učebnu
- c) na TF volitelné kurzy
- d) na celé JU menzu, kavárnu
- e) na celé JU hřiště, tělocvičnu, hernu stolního tenisu Na Sádkách
- f) na celé JU studentský klub a studovny
- g) na celé JU studentské rádio K2
- h) jiná odpověď nebo bez odpovědi

Otázka č. 15.

Jaká opatření byste navrhl/a pro zlepšení trávení volného času na TF i celé JU?

- a) na TF vybudovat tělocvičnu
- b) na TF zařadit do studijních programů tělesnou výchovu 2 hodiny týdně
- c) na TF vybudovat kulturní sál
- d) na TF vybudovat Relax centrum (fitness, wellness)
- e) na celé TF pořádat více společenských akcí
- f) na celé TF pořádat více společenských akcí
- g) na celé JU pořádat více sportovních aktivit (kolektivní hry, půjčování kol)
- h) na celé JU pořádat více akcí pro studenty (například vítání prváků)
- ch) na celé JU vybudovat sportovní halu nebo víceúčelový sportovní sál
- i) na celé JU uzpůsobit předpisy a poskytovat současná zařízení k trávení volného času studentů
- j) jiná odpověď nebo bez odpovědi

SEZNAM ZKRATEK

AŽS : aktivní životní styl

ŽS: životní styl

ČSÚ: Český statistický úřad

ICHPER: Mezinárodní sdružení pro zdraví, tělesnou výchovu a rekreaci

JU: Jihočeská univerzita

OECD: Organizace pro hospodářskou spolupráci a rozvoj

TF: Teologická fakult

WHO: Světová zdravotnická organizace

8 SEZNAM LITERATURY

ČELEDOVÁ, L., ČEVELA, R. *Výchova ke zdraví*. Praha: © GradaPublishing, 2010. ISBN 978-80-247-3213-8. s. 55 – 65.

DRDÁCKÁ, B. a kol. *Didaktika základní a rekreační tělesné výchovy - pohybové rekreace*. Praha: Univerzita Karlova, 1987. ISBN 60-88-87 17/91. s. 6 – 68.

HODAŇ, B. *Volný čas a jeho současné problémy*. Sborník příspěvků přednesený na vědeckém sympoziu v Olomouci, ve dnech 20. a 21. května 2002. Olomouc: Hanex Olomouc © 2002. ISBN 80-85783-37-1. s. 28 – 184.

HODAŇ, B., DOHNAL., T. *Rekreologie*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2008. ISBN 978-80-244-2197-1. s. 19 – 65.

HOFBAUER, B. *Děti mládež a volný čas*, Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-927-5. s. 9 – 15.

HORNER, S., SWARBROOKE, J. *Cestovní ruch, ubytování a stravování, využití volného času*. Grada, 2003. ISBN 80-247-0202-9. s. 335.

KOLDÍNSKÁ, K., *Gender a sociální právo, Rovnost mezi muži a ženami v sociálněprávních souvislostech*. Vyd. 1. Praha: C. H. Beck, 2010. 240 s. ISBN 978-80-7400-343-1. s. 91.

KREJČÍ, M. *Krok k výchově, krok ke zdraví*, I. Díl, *Výchova ke zdraví a prevence obezity*. České Budějovice: Jihočeská univerzita, 2008. ISBN 978-80-7394-082-9. s. 12.

KREJČÍ, M. *Uplatnění jógy v resocializačním procesu dětí a mládeže*. České Budějovice: Jihočeská univerzita, 1998. ISBN 80-7040-311-X. 79 – 157.

KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie zdraví*. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-774-4. s. 118.

KUČEROVÁ, S. *Člověk . Hodnoty . Výchova*. Prešov: ManaCon Prešov. 1996. ISBN 80-85668-34-3. s. 180 – 181.

MACEK, P. *Adolescence*. Praha: Portál, 2003. –144 s. ISBN 80-7178-747-7. s. 35 – 92.

MAHÉŠVARÁNANDA, P. S. *Jóga v denním životě*. Praha: Mladá fronta, 2006. ISBN 80-204-1277-8. s. 22.

MAIOLO, J. *Sociology, Study guide to accompany*. New York: McGraw-Hill, Inc., 1991. ISBN 0-07-004064-8. s. 133.

MUŽÍK, V., KREJČÍ, M. *Tělesná výchova a zdraví*, Olomouc: © Hanex Olomouc, 1997. ISBN 80-85783-17-7. s. 18 – 124.

NAKONEČNÝ, M. *Encyklopedie obecné psychologie*. Praha: Academia, 1997. ISBN 80-200-0625-7. 335 – 418.

PÁSKOVÁ, M., ZELENKA, J. *Výkladový slovník cestovního ruchu*. Praha: Ministerstvo pro místní rozvoj, 2002. s. 248 – 298.

PÁVKOVÁ, J. a kol. *Pedagogika volného času, 3.*, aktualizované vydání, Teorie, praxe a perspektivy výchovy mimo vyučování a zařízení volného času. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-716-6. s. 9 – 18.

PŘADKA, M. *Kapitoly z dějin pedagogiky volného času*. Brno: Masarykova univerzita, 1999. ISBN 80-210-2033-4. s. 15 – 84.

PUNCH, K. *Základy kvantitativního šetření*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2008. 150 s. ISBN 978-80-7367-381-9 (brož.).

SAK, P. a kol. *Člověk a vzdělání a informační společnosti*, Vzdělání a život v komputerizovaném světě, Praha: © Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-230-0. s. 257 – 267.

SCHNEIDER, J., FIALOVÁ, J., VYSKOT I. *Krajinná rekreologie II*. Brno: Mendelova zemědělská a lesnická univerzita, 2008. ISBN 978-80-7375-357-3. s. 8 – 11.

VALJENT, Z. *Aktivní životní styl vysokoškoláků*. Praha: © Zdeněk Valjent – ČVUT v Praze, 2010. – 160 s. ISBN 970-80-01-04669-2. s. 10 – 15.

VÁŽANSKÝ, M. *Základy pedagogiky volného času*. Brno: Paido, 1995. Edice pedagogické literatury. ISBN 80-901737-9-9. s. 30.

Elektronické dokumenty

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD, ČSÚ: *Seznam základních genderových pojmů*. [on-line]. ČSÚ, 2013 [citováno 2013-01-04]. Dostupné na:
http://www.czso.cz/csu/cizinci.nsf/kapitola/gender_pojmy

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD, ČSÚ: *3 - 4. Podíly počtu žáků, dívek a chlapců v jednotlivých druzích škol a typech vzdělávání* [on-line]. ČSÚ, 2013 [citováno 2013-01-04]. Dostupné na:
[http://www.czso.cz/csu/2012edicniplan.nsf/t/F000369262/\\$File/1413123304.pdf](http://www.czso.cz/csu/2012edicniplan.nsf/t/F000369262/$File/1413123304.pdf)

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD, ČSÚ: *3 - 10. Studenti vysokých škol podle fakult v akademickém roce 2011/2012* [on-line]. ČSÚ, 2013 [citováno 2013-01-04]. Dostupné na:
[http://www.czso.cz/csu/2012edicniplan.nsf/t/F000369190/\\$File/1413123310.pdf](http://www.czso.cz/csu/2012edicniplan.nsf/t/F000369190/$File/1413123310.pdf)

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD, ČSÚ: *3 - 16. Mezinárodní srovnání – podíl všech studentů ISCED 5 – 6 na věkové skupině 20 – 24 let* [on-line]. ČSÚ, 2013 [citováno 2013-01-04]. Dostupné na:
[http://www.czso.cz/csu/2012edicniplan.nsf/t/F000369242/\\$File/1413123316.pdf](http://www.czso.cz/csu/2012edicniplan.nsf/t/F000369242/$File/1413123316.pdf)

KAPLÁNEK, M. Skripta. *Pedagogika volného času pro navazující magisterské studium*. tf.jcu.cz [on-line]. 2013 [citováno 2013-01-04].

Dostupné na: <http://www.tf.jcu.cz/getfile/38354c5628884f4d>

KOLIBOVÁ, H. FIALOVÁ, Z. *Pojetí kvantity a kvality volného času studentů Obchodně podnikatelské fakulty v Karviné Slezské univerzity v Opavě*. *Noviny Slezské univerzity* [on-line]. 1999, roč. 5, č. 2 [citováno 2013-01-04]. Dostupné z: <https://plonesu.slu.cz/slu/o-univerzite/docs/prosinec1999.pdf>

MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY, *MŠMT: Koncepce státní politiky pro oblast dětí a mládeže na období 2007- 2013* [on-line]. MŠMT, 2013 [citováno 2013-01-04]. Dostupné na:

<http://www.msmt.cz/vzdelavani/koncepce-statni-politiky-pro-oblast-deti-a-mladeze-na-obdobi?highlightWords=Koncepce+st%C3%A1tn%C3%AD+politiky+pro+oblast+d%C4%9Bt%C3%AD+ml%C3%A1de%C5%BEe+obdob%C3%AD+2007-+2013>

TEOLOGICKÁ FAKUKULTA JIHOČESKÉ UNIVERZITY. *Aktuality, Archiv starších aktualit*. tf.jcu.cz [on-line]. [citováno 2013-01-04]. Dostupné na: <http://www.tf.jcu.cz>

TEOLOGICKÁ FAKUKULTA JIHOČESKÉ UNIVERZITY. *Historie*. tf.jcu.cz [on-line]. 2013 [citováno 2013-01-04]. Dostupné na: <http://www.tf.jcu.cz/historie>

TEOLOGICKÁ FAKUKULTA JIHOČESKÉ UNIVERZITY. *Studijní obory*. tf.jcu.cz [on-line]. 2013 [citováno 2013-01-04]. Dostupné na: <http://www.tf.jcu.cz/uchazec/obory>

TEOLOGICKÁ FAKUKULTA JIHOČESKÉ UNIVERZITY. *Výroční zpráva o činnosti JU za rok 2011* [on-line]. 2013 [citováno 2013-01-04]. Dostupné na:

http://www.jcu.cz/documents/annual_report/folder.2004-07-15.1863871332/vyrocnizprava-o-cinnosti-ju-za-rok-2011/view

UHLÍKOVÁ, P. *Poruchy spánku u dětí a dorostu z pohledu pedopsychiatra, solen: Pediatr. pro Praxi* [on-line]. 2008, 9 (2) [citováno 2013-01-04]. Dostupné na:

<http://www.solen.cz/artkey/ped-200802->

[0002.php?back=%2Fsearch.php%3Fquery%3D%20%20v%FDzkum%20sp%Elnku%26sfrom%3D0%26page%3D30,](http://www.solen.cz/artkey/ped-200802-0002.php?back=%2Fsearch.php%3Fquery%3D%20%20v%FDzkum%20sp%Elnku%26sfrom%3D0%26page%3D30)

VALJENT, Z. *Aktivní životní styl vysokoškoláků* (studentů fakulty elektrotechnické ČVUT v Praze). Praha, 2010. Disertační práce. Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu [on-line]. 2010 [citováno 2013-02-26]. Dostupné na:

http://www.utvs.cvut.cz/lectors/zv_dp17.pdf

9 SEZNAM POUŽITÝCH TABULEK, OBRÁZKŮ A GRAFŮ

9.1 Grafy

Graf 1 Analýza výsledku dotazníkového šetření (G=1)	52
Graf 2 Analýza výsledku dotazníkového šetření (F=2)	53
Graf 3 Analýza výsledků dotazníkového šetření (O=3)	54
Graf 4 Analýza výsledků dotazníkového šetření (C=4)	54
Graf 5 Analýza výsledku dotazníkového šetření (G=1)	55
Graf 6 Analýza výsledku dotazníkového šetření (F=2)	55
Graf 7 Analýza výsledků dotazníkového šetření (O=3)	56
Graf 8 Analýza výsledků dotazníkového šetření (C=4)	56
Graf 9 Analýza výsledku dotazníkového šetření (G=1)	58
Graf 10 Analýza výsledku dotazníkového šetření (F=2)	59
Graf 11 Analýza výsledků dotazníkového šetření (O=3)	62
Graf 12 Analýza výsledků dotazníkového šetření (C =4)	62
Graf 13 Analýza výsledku dotazníkového šetření (G=1)	63
Graf 14 Analýza výsledku dotazníkového šetření (F=2)	64
Graf 15 Analýza výsledků dotazníkového šetření (O=3)	65
Graf 16 Analýza výsledků dotazníkového šetření (C =4)	65
Graf 17 Analýza výsledku dotazníkového šetření (G=1)	66
Graf 18 Analýza výsledku dotazníkového šetření (F=2)	67
Graf 19 Analýza výsledků dotazníkového šetření (O=3)	68
Graf 20 Analýza výsledků dotazníkového šetření (C=4)	69
Graf 21 Analýza výsledku dotazníkového šetření (G=1)	70
Graf 22 Analýza výsledku dotazníkového šetření (F=2)	71
Graf 23 Analýza výsledků dotazníkového šetření (O=3)	72
Graf 24 Analýza výsledků dotazníkového šetření (C=4)	72
Graf 25 Analýza výsledku dotazníkového šetření (G=1)	73
Graf 26 Analýza výsledku dotazníkového šetření (F=2)	74

Graf 27	Analýza výsledků dotazníkového šetření (O=3)	75
Graf 28	Analýza výsledků dotazníkového šetření (C =4)	75
Graf 29	Analýza výsledku dotazníkového šetření (G=1)	77
Graf 30	Analýza výsledku dotazníkového šetření (F=2)	78
Graf 31	Analýza výsledků dotazníkového šetření (O=3)	79
Graf 32	Analýza výsledků dotazníkového šetření (C =4)	80
Graf 33	Analýza výsledku dotazníkového šetření (G=1)	80
Graf 34	Analýza výsledku dotazníkového šetření (F=2)	81
Graf 35	Analýza výsledků dotazníkového šetření (O=3)	82
Graf 36	Analýza výsledků dotazníkového šetření (C =4)	82
Graf 37	Analýza výsledku dotazníkového šetření (G=1)	83
Graf 38	Analýza výsledku dotazníkového šetření (F=2)	84
Graf 39	Analýza výsledků dotazníkového šetření (O=3)	85
Graf 40	Analýza výsledků dotazníkového šetření (C=4)	85
Graf 41	Analýza výsledku dotazníkového šetření (G=1)	86
Graf 42	Analýza výsledku dotazníkového šetření (F=2)	87
Graf 43	Analýza výsledků dotazníkového šetření (O=3)	88
Graf 44	Analýza výsledků dotazníkového šetření (C=4)	88
Graf 45	Analýza výsledku dotazníkového šetření (G=1)	89
Graf 46	Analýza výsledku dotazníkového šetření (F=2)	90
Graf 47	Analýza výsledků dotazníkového šetření (O=3)	91
Graf 48	Analýza výsledků dotazníkového šetření (C=4)	91
Graf 49	Analýza výsledku dotazníkového šetření (G=1)	92
Graf 50	Analýza výsledku dotazníkového šetření (F=2)	92
Graf 51	Analýza výsledků dotazníkového šetření (O=3)	93
Graf 52	Analýza výsledků dotazníkového šetření (C=4)	94
Graf 53	Analýza výsledku dotazníkového šetření (G=1)	94
Graf 54	Analýza výsledku dotazníkového šetření (F=2)	95
Graf 55	Analýza výsledků dotazníkového šetření (O=3)	96
Graf 56	Analýza výsledků dotazníkového šetření (C=4)	97
Graf 57	Analýza výsledku dotazníkového šetření (G=1)	98
Graf 58	Analýza výsledku dotazníkového šetření (F=2)	99
Graf 59	Analýza výsledků dotazníkového šetření (O=3)	100

Graf 60 Analýza výsledků dotazníkového šetření (C=4).....	101
---	-----

9.2 Tabulky

Tabulka 1 Studenti Teologické fakulty k 31.12.2011.....	41
Tabulka 2 Podíl studentů VŠ ke zbytku populace ve školním roce 2011/2012 (v %) ...	41
Tabulka 3 Podíl vysokoškoláků v EU a ČR (v %)	42
Tabulka 4 Charakteristika testovaného souboru respondentů z hlediska počtu, genderu, formy studia a oboru studia	45
Tabulka 5 Analýza výsledku dotazníkového šetření	50

ABSTRAKT

UHLÍŘOVÁ, D. *Rekreační funkce volného času u studentů Teologické fakulty Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích*. České Budějovice 2013. Diplomová práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Teologická fakulta. Katedra pedagogiky. Vedoucí práce M. Kaplánek.

Klíčová slova: rekreace, zotavení, student TF JU, volný čas, funkce volného času.

Diplomová práce se zabývá rekreační funkcí volného času u studentů Teologické fakulty Jihočeské univerzity. V diplomové práci je proveden rozbor literatury v dané problematice s uvedením druhů rekreace a stručného historického přehledu v kontextu volného času. Je provedena analýza rekreace a aktivního životního stylu včetně předchozích výzkumných studií. V ústřední kapitole je definován pojem a funkce volného času, popsána perioda vysokoškolského studia, rekreační aktivity a volný čas studentů s uvedením několika výzkumných studií. V závěru teoretické práce je celá jedna kapitola zaměřena na studenta Teologické fakulty Jihočeské univerzity s rozбором genderu a genderové statistiky na Jihočeské univerzitě. Hlavním cílem výzkumného šetření je zjistit, metodou nestandardizovaného dotazníku, jakým způsobem využívají volného času k rekreaci studenti Teologické fakulty Jihočeské univerzity, případně zjistit návrhy studentů na zlepšení rekreační funkce volného času. Získaná data z nestandardizovaného dotazníku budou porovnána podle genderu, formy studia a jednotlivých oborů studia Teologické fakulty Jihočeské univerzity, dále bude provedeno vyhodnocení a doporučení pro praxi.

ABSTRACT

The recreational function of leisure time in students of the Faculty of Theology, University of South Bohemia in České Budějovice

Keywords: recreational, recovery, student of the TF JU, leisure, fiction of leisure.

This thesis deals with the recreational function of free time for students of the Faculty of Theology of the University of South Bohemia. The thesis is an analysis of the literature on the matter, stating kinds of recreation and brief historical overview in the context of free time. It is an analysis of recreation and active lifestyles including previous research studies. The central section is defined by the concept and function of free time period described in university education, recreational activities and leisure time of students, stating research studies. One whole chapter in the end of the theoretical part is focused on student from Faculty of Theology of the University of South Bohemia with the analysis of gender problem and gender statistics at the University of South Bohemia. The main goal of the research is to determine with the method of non-standardized questionnaire, how students the Faculty of Theology of the University of South Bohemia use leisure time for recreation, pertinently to find proposals to improve the recreational function of free time. The data obtained from non-standardized questionnaire are compared by gender, kind of study and individual fields of study the Faculty of Theology of the University of South Bohemia, the main goal is to make an evaluation and recommendations for practice.