

Univerzita Palackého v Olomouci  
Fakulta tělesné kultury

STRUKTURA SPORTOVNÍCH PREFERENCÍ CHLAPCŮ A DÍVEK 2. STUPNĚ

ZŠ MLÁDEŽE 3 VE ZNOJMĚ

Diplomová práce  
(magisterská)

Autor: Bc. Veronika Ziková, učitelství pro střední školy,  
tělesná výchova – geografie

Vedoucí práce: Mgr. Filip Neuls, Ph.D.

Olomouc 2015

## Bibliografická identifikace

<b>Jméno a příjmení autora:</b>	Bc. Veronika Ziková
<b>Název diplomové práce:</b>	Struktura sportovních preferencí chlapců a dívek 2. stupně ZŠ Mládeže 3 ve Znojmě
<b>Pracoviště:</b>	Katedra přírodních věd v kinantropologii
<b>Vedoucí diplomové práce:</b>	Mgr. Filip Neuls, Ph.D.
<b>Rok obhajoby diplomové práce:</b>	2016

**Abstrakt:** Diplomová práce se zabývala analýzou sportovních preferencí u pubescentů ZŠ Mládeže 3 ve Znojmě. Na výzkumu se podílelo celkem šestnáct tříd a 292 žáků (122 dívek a 170 chlapců) ve věku od 11 do 15 let. Chlapci a dívky vyplňovali dotazník sportovních preferencí v online internetovém systému Indares.com (INDARES.COM – International Database for Research and Educational Support). Sportovní preference chlapců a dívek se srovnávaly z hlediska pohlaví, ročníků, zaměření tříd a také s podmínkami a vybavením základní školy. Zjistilo se, že druhý stupeň ZŠ Mládeže 3, preferoval z individuálních sportů plavání, cyklistiku (rychlostní, terénní, sálovou) a atletiku (běžecké aktivity). Z týmových sportů byla preferovanou pohybovou aktivitou házená (vybíjená) před fotbalem (futsalem) a florbalem (pozemním hokejem, hokejbalem). Jako nejoblíbenější aktivitu si děvčata zvolila moderní tance (break dance, disko, hip-hop) a u chlapců dominoval fotbal (futsal). Na základě zpracovaných dat z dotazníku sportovních preferencí byla třem učitelům tělesné výchovy z druhého stupně předložena anonymní anketa, která byla distribuována v papírové formě. Odpovědi dotazovaných učitelů byly v nezměněné formě uvedeny v diplomové práci.

**Klíčová slova:** pohybová aktivita, sportovní preference, tělesná výchova, pubescence, Indares.com

Souhlasím s půjčováním diplomové práce v rámci knihovnických služeb.

## Bibliographical identification

<b>Author's first name and Surname:</b>	Bc. Veronika Ziková
<b>Title of master thesis:</b>	The structure of sport preferences in boys and girls of the second level of a primary school Mládeže 3 in Znojmo
<b>Department:</b>	Center for Kinanthropology Research
<b>Supervisor:</b>	Mgr. Filip Neuls, Ph.D.
<b>The year of presentation:</b>	2016

**Abstract:** This diploma thesis deals with an analysis of sport preferences of adolescents attending in ZŠ Mládeže 3 in Znojmo. Research involved participation of 16 classes and 292 pupils (122 girls and 170 boys) aged 11 to 15. The boys and girls filled in a questionnaire of sport preferences in an on-line system Indares.com (INDARES.COM – International Database for Research and Educational Support). Sport preferences of the boys and the girls were compared from the viewpoint of their gender, focus of their classes and the conditions and equipment of the primary school. It was found out that the pupils prefer swimming and cycling (speed, indoor, outdoor) and athletics (running activities) out of individual sports and handball (dodgeball) was the most preferred activity out of collective sports, besides football and floorball. The most favorite activity among girls was modern dancing such as break dance, disco, hip-hop while football was the most favorite among boys. According to the data from the questionnaire of the sport preferences, three physical education teachers were given an anonymous survey which was distributed in printed form. The answers of the teachers were published in an unchanged form in the diploma thesis.

**Keywords:** physical activity, sport preferences, physical education, pubescence, Indares.com

I agree the thesis paper to be lent within the library service.

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci zpracovala samostatně pod vedením Mgr. Filipa Neulse, Ph.D., uvedla všechny použité literární a odborné zdroje a dodržovala zásady vědecké etiky.

V Olomouci dne 30. 11. 2015

.....

Tato diplomová práce byla zpracována v rámci výzkumného grantu podpořeného Grantovou agenturou České republiky (referenční číslo 13-32935S) „Objektivizace komplexního monitoringu školního fyzického a psychického zatížení adolescentů v kontextu s fyzickou a psychickou kondicí.“

Děkuji Mgr. Neulsovi, Ph.D. za pomoc a cenné rady, které mi poskytl při zpracování diplomové práce. Dále bych chtěla poděkovat paní ředitelce Mgr. Romaně Loydové za realizaci výzkumu, pedagogům a žákům na ZŠ Mládeže 3 ve Znojmě za jejich ochotu a spolupráci.

## **OBSAH**

<b>1 ÚVOD</b> .....	<b>8</b>
<b>2 PŘEHLED POZNATKŮ</b> .....	<b>10</b>
2. 1 Charakteristika období pubescence .....	10
2. 2 Pohybová aktivita .....	11
2. 2. 1 Problémy spojené s nedostatkem pohybové aktivity .....	12
2. 2. 2 Činitelé ovlivňující pohybovou aktivitu.....	13
2. 3 Sportovní preference.....	14
2. 3. 1 Postoj, motivace a zájmy.....	15
2. 4 Volný čas dětí a mládeže .....	16
2. 5 Rámcový vzdělávací program a školní vzdělávací program .....	17
2. 5. 1 Tělesná výchova.....	18
2. 6 Základní škola Mládeže 3, Znojmo .....	20
2. 6. 1 Třídy s rozšířenou výukou tělesné výchovy.....	21
2. 6. 2. Třídy netbookové .....	22
<b>3 CÍLE A VÝZKUMNÉ OTÁZKY</b> .....	<b>23</b>
3. 1 Dílčí cíle.....	23
3. 2 Výzkumné otázky .....	23
<b>4 METODIKA</b> .....	<b>24</b>
4. 1 Charakteristika zkoumaného souboru.....	25
4. 2 Program INDARES .....	25
4. 3 Výzkumné metody a techniky .....	25
4. 3. 1 Dotazník sportovních preferencí .....	26

4. 3. 2 Anketa pro učitele tělesné výchovy .....	27
<b>5 VÝSLEDKY .....</b>	<b>28</b>
5. 1 Sportovní preference z hlediska pohlaví.....	28
5. 2 Sportovní preference z hlediska ročníků .....	35
5. 2. 1 Sportovní preference 6. ročníku v závislosti na pohlaví.....	37
5. 2. 2 Sportovní preference 7. ročníku v závislosti na pohlaví.....	39
5. 2. 3 Sportovní preference 8. ročníku v závislosti na pohlaví.....	41
5. 2. 4 Sportovní preference 9. ročníku v závislosti na pohlaví.....	43
5. 3 Sportovní preference dle zaměření třídy.....	45
5. 4 Sportovní preference v porovnání s vybavením ZŠ Mládeže 3.....	47
5. 5 Anketní šetření učitelů tělesné výchovy .....	48
<b>6 DISKUZE .....</b>	<b>52</b>
6. 1 Limity práce.....	57
<b>7 ZÁVĚRY.....</b>	<b>58</b>
<b>8 SOUHRN .....</b>	<b>60</b>
<b>9 SUMMARY .....</b>	<b>61</b>
<b>10 REFERENČNÍ SEZNAM.....</b>	<b>63</b>
<b>11 SEZNAM PŘÍLOH.....</b>	<b>67</b>

## 1 ÚVOD

V posledních letech často slycháme o nedostatku respektive poklesu pohybové aktivity a o nezdravém životním stylu jak u dětí a mládeže, tak i u dospělých. Konkurentem pohybu se stávají moderní technologie. S jejich rozvojem potřeba pohybu výrazně klesá a dochází k hypokinezi populace. V současnosti si moderní člověk nedokáže představit život bez automobilu, televize, mobilního telefonu a osobního počítače. Nechuť k pohybové aktivitě je čím dál tím více patrná. Děti do školy jezdí hromadnou dopravou nebo s rodiči v autě a některé z nich dokonce pohybovou činnost vykonávají pouze ve školní tělesné výchově. Zbytek dne mohou děti prosedět u domácích úkolů, televize nebo počítače (Čechovská & Dobrý, 2010; Kudláček & Frömel, 2012). Pohybová aktivita by však měla tvořit právě onen zbytek dne k trávení jejich aktivního volného času a nahradit tak sedavý způsob života.

Pravidelné cvičení snižuje psychický stres, deprese, úzkost a zvyšuje pocit sebedůvěry, zlepšuje náladu a přináší pocit radosti. Dětství a dospívání jsou klíčovými obdobími, kdy se utvářejí a formují vztahy dětí a mládeže k pohybové aktivitě. V následné dospělosti hraje tedy vybudovaný vztah k pohybovým činnostem významnou roli, neboť podle výzkumů byl v další životní etapě, v době dospělosti, zaznamenán pokles pohybové aktivity (Branche, Nikogosian, & Lobstein 2007; Clapp, Kim, & Burciu, 2000; Kudláček & Frömel, 2012; Sigmund & Sigmundová, 2011).

Nesmíme opomenout, že pravidelná pohybová aktivita je prevencí různých onemocnění. V dětství a pubertě mnoho zdravotních problémů neřešíme, ovšem naše tělo stárne a zdravotní problémy přicházejí v pozdějších letech. Obvykle až v průběhu života si začínáme uvědomovat, že naše zdraví je vzácná a mnohdy neobnovitelná hodnota. Těmto problémům lze předcházet, a to tak, že nebudeme podléhat dnešní moderní době a budeme se více věnovat pohybové aktivitě i vhodně zvolené stravě (Kudláček & Frömel, 2012; Stejskal, 2004).

Mnoho studií poukazuje na nedostatečnou pohybovou aktivitu současné populace. Jsou vydávána mnohá doporučení pro pohybovou činnost všech věkových skupin. Vycházejí i různé metodické materiály s motivační tematikou (Kalman & Vašíčková, 2013; Mužík & Vlček, 2010; Stejskal, 2004).



V rámci pedagogické praxe a nynějším působením na ZŠ Mládeže 3 ve Znojmě jsem si všimla, že zájem o jakoukoliv pohybovou aktivitu a tělesná cvičení upadá. Školní tělesná výchova už pravděpodobně nepatří mezi nejoblíbenější vyučované předměty. Děti se vymlouvají a vymýšlí si různé historky, jen aby nemusely v hodinách tělesné výchovy cvičit. Rodiče bez problému napíší svému dítěti omluvenku jen proto, že se jejich ratolestem nechce cvičit nebo se jim dokonce nechce převlékat do cvičebního úboru. Rozhodla jsem se tedy zkoumat sportovní preference chlapců a dívek celého druhého stupně této školy. Na základě výsledků bych chtěla škole a pedagogickým pracovníkům poskytnout zpětnou vazbu o sportovních preferencích těchto žáků a napomoci tak k řešení v problematice zájmu o pohybovou aktivitu. Dále bych chtěla vhodně přispět k tvorbě programů ve školní tělesné výchově a popřípadě i zajistit nové sportovní zájmové kroužky.

Význam zjišťování zájmové struktury žáků je všeobecně uznáván. Díky zájmové struktuře žáků jsme schopni ovlivnit jejich postoje k pohybové aktivitě. Respektováním preferenční sféry můžeme pozitivně ovlivnit vztah žáků k pohybové aktivitě. Průběžná diagnostika sportovních zájmů mládeže má stále větší význam jak v kinantropologii, tak i ve školské praxi (Frömel, Formánková, & Sallis, 2002; Frömel, Novosad, & Svozil, 1999).

V České republice je stále minimum výzkumu na sportovní preference žáků základních škol. Jedině pokud se seznámíme se zájmy dětí a mládeže, budeme jejich zájmy respektovat a odpustíme si tradiční výkonové vedení školní tělesné výchovy, můžeme dosáhnout pozitivního vztahu dětí a mládeže k pohybové aktivitě do dalších etap života.

## 2 PŘEHLED POZNATKŮ

### 2.1 Charakteristika období pubescence

Specifikace a vymezení tohoto období jsou u různých autorů poněkud odlišná. Dle Kohoutka (2000) období puberty trvá asi od 11 do 14 až 15 let a končí pohlavní dospělostí. Vágnerová (2012) charakterizuje období dospívání jako přechodnou dobu mezi dětstvím a dospělostí od 10 do 20 let a Kuric (2000) jako dolní hranici vymezuje rok 10 (11) a horní hranici 14 (15). Uvedené hranice je třeba chápat jako přibližné, vzhledem k individuálnímu vývoji jedinců.

Pubertou neboli dospíváním rozumíme tělesný a duševní vývoj do ukončení pohlavní zralosti. Přihlížet se musí na vývojové individuální odlišnosti jedinců a také na pohlavní odlišnosti. Výzkumy poukazují na rozdíly v pohlavním i v celkovém psychickém vývoji mezi chlapci a dívkami až dva roky ve prospěch dívek (Kuric, 2000). Období pubescence je Řičanem (2014) vnímáno jako období z celého života za nejdramatičtější a nejzajímavější. Tělesná proměna, jejíž součástí je i pohlavní dospívání, by sama o sobě stačila vychýlit psychickou rovnováhu osobnosti.

Z hlediska tělesného vývoje se urychluje růst, což můžeme sledovat na disharmonii v pohybech. Na disharmonii motoriky má také podíl nerovnoměrný růst kostí a svalstva. Ke konci stádia již dochází ke sladění pohybů (Kuric, 2000). V důsledku dřívějšího nástupu pubescence u dívek je jejich tělesná výška (v rozmezí 11–13 let) vyšší než u chlapců. Končetiny oproti trupu rostou rychleji. V tělesné výšce i hmotnosti jsou mezi jedinci značné rozdíly. Na konci období mají chlapci vyšší tělesnou výšku i hmotnost než dívky (Vilímová, 2009). Dalším znakem je pohlavní diferenciaci, kdy dozrávají orgány a objevují se sekundární pohlavní znaky. Při těchto změnách má nejdůležitější funkci činnost endokrinních žláz a tvorba hormonů (Kuric, 2000).

Z hlediska duševního je v tomto období patrná duševní nevyrovnanost, přecitlivělost a emoční nestabilita. Pubescent přehodnocuje své dosavadní postoje a názory na svět a na vše nahlíží kritičtěji. Začíná uvažovat o problémech, které mu byly dříve cizí (Kuric, 2000). Hormonální aktivita ovlivňuje emotivní vztahy a projevy dospívajících k sobě samotným, k druhému pohlaví a ke svému okolí (Vilímová, 2009).

U pubescentů se musí počítat se zvýšenou vznětlivostí, náladovostí, vzrušivostí, nesoustředěností a afektovými reakcemi. Snaží se odlišit od dětí i dospělých. Upravují si svůj zevnějšek, zájmy a hodnoty a vytváří si vlastní styl. Pedagogové musí být tedy trpěliví a snažit se pochopit jejich chování (Hájek, Hofbauer, & Pávková, 2011).

Pro toto období je důležité kamarádství a přátelství, ale i první lásky. Pubescentovi začne záležet na druhém pohlaví, na tom, zda se bude líbit. Touží být v blízkosti milované/ho (Říčan, 2004).

## 2.2 Pohybová aktivita

*„Tělo necht' každodenní své hýbání má.“*

Jan Amos Komenský

V dnešní době je pohybová aktivita bezesporu aktuálním a řešeným tématem. Neustálé množství narůstajících studií na toto téma v různých oblastech vědeckého bádání nás v tom zajisté utvrzují. Podle Hodaně (2000) je pohybová aktivita sumou všech skutečně realizovaných pohybových činností.

Je to druh tělesného pohybu člověka, který vykonává hybná soustava při energetickém výdeji vyšším než při stavu jedince v klidovém metabolismu (Mužík & Vlček, 2010). Působí proti stresu a řadí se mezi nejdůležitější determinanty zdravého vývoje člověka (Kudláček & Frömel, 2012).

Je třeba si stále více uvědomovat, že pravidelná pohybová aktivita je účinný prostředek, jak předcházet i léčit řadu špatných návyků, nemocí a zdravotních poruch. Žádný jiný prostředek nemá na zdravý životní styl takový vliv jako pohybová aktivita a výživa (Stejskal 2004).

Životním stylem chápe Rychtecký (2006) způsob života jedince, respektive skupiny, který se projevuje vědomím či neuvědomovaným výběrem mezi množinou vzorců chování a aktivit. Nejsnadněji ovlivnitelný je v dětství a v průběhu života jedince se mění.

Prostřednictvím pohybové aktivity u dětí a mládeže se zajišťuje normální tělesný vývoj, zvyšuje se svalová hmota, posiluje se kostra a šlachy, dále má správný vliv na rozvoj krevního oběhu a je důležitým regulátorem obezity. Přiměřená pohybová

aktivita je nutná pro optimální růst a vývoj nervového systému. I přes veškerá pozitiva pravidelné pohybové aktivity není člověk v dnešní době schopen pochopit nutnost jejího začlenění do svého života. (Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, 2002). Pohybová aktivita má přitom významný psychický a socializační efekt.

Jak uvádí Stejskal (2004), nedostatek tělesného pohybu jak v zaměstnání, tak i ve volném čase je pojmenován jako tzv. „sedavý způsob života“. Lidé se pohybují čím dál méně v porovnání s minulostí. Jsou více unavení a na jakoukoliv jinou pohybovou zátěž nemají ani pomyšlení. Navíc část lidské populace během dne nemá čas na jídlo a pracují ve stresu. Psychický stres pak kompenzují zvýšenou konzumací jídla především ve večerních hodinách.

Dle Světové zdravotnické organizace (World Health Organization, 2011) by pohybová aktivita dětí ve věkovém rozmezí od 5 do 17 let měla obsahovat pohybové hry, sport, domácí práce, rekreaci a tělesnou výchovu. Děti a mládež ve věku 5–17 let by měly provádět pohybovou aktivitu střední až vyšší intenzity nejméně 60 minut každý den. Většina prováděných pohybových aktivit by měla být vytrvalostního charakteru a zabývat se činnostmi zvyšující svalovou sílu a flexibilitu. Podle Stackeové (2009) by měly být dětem a dospívajícím nabídnuty takové aktivity, které by je bavily. Měla by převažovat aerobní pohybová aktivita, nejméně třikrát týdně, stejně jako cvičení podporující kvalitu kostní tkáně a posilovací cvičení.

### **2. 2. 1 Problémy spojené s nedostatkem pohybové aktivity**

Jak uvádí Stejskal (2004), především nedostatek pohybu a vysoká konzumace potravy vedou k poruchám regulačních systémů. Tyto poruchy označujeme jako hromadná neinfekční onemocnění nebo civilizační choroby. Mezi tato onemocnění patří např. ischemická choroba srdeční, hypertenze, mozková příhoda, diabetes II. typu a obezita.

Také Čechovská a Dobrý (2010) poukazují na nedostatečnost pohybové aktivity. Lidé trpící nedostatkem pohybu jsou mnohem více náchylní k civilizačním chorobám. Výskyt nadváhy a obezity v dětském věku má vážné zdravotní dopady na kosterní, svalový, kardiovaskulární systém, ale také na sebevědomí a deprese. Obezita není pouze vzhledovou záležitostí, ve většině případů je spojena s celou řadou vážných zdravotních

komplikací (Currie et al., 2012). Vyskytuje-li se nadváha nebo obezita v dětském věku, je vysoká pravděpodobnost výskytu nadváhy a obezity i v dospělosti (Bunc, 2010).

Bylo prokázáno, že dlouhodobá pohybová aktivita prodlužuje život a snižuje úmrtnost na onemocnění, která jsou způsobena sedavým životním stylem. Ovšem to, co je vhodné pro nás, nemusí být vhodné pro druhého. Záleží na mnoha faktorech, např. na zdravotním stavu, věku, pohlaví a trénovanosti jedince. Proto i předpis pohybové aktivity je stejně důležitý jako předpis léků od lékaře (Stejskal, 2004). Lékaři jsou lidmi respektováni a měli by to být oni, kdo se podílí na doporučení pohybové aktivity (Sovová & Pastucha, 2012).

## **2. 2. 2 Činitelé ovlivňující pohybovou aktivitu**

Kudláček a Frömel (2012) uvádí, že kromě sociálního okolí, zájmových organizací a školních sportovních klubů hraje výjimečnou roli rodina, vrstevníci a škola. Rodina je stále důležitým sociálním zázemím i přesto, že se pubescenti od rodiny začínají odpoutávat a osamostatňovat se (Vágnerová, 2012). Je stále prvním a určujícím sociálním a psychologickým prostředím, kde si pubescent utváření hodnoty, návyky a chování. Rodina sehrává primární postavení při orientaci dospívajících ke sportovní činnosti (Charvát, 2002).

Sekot (2003) uvádí, že chlapce spíše ovlivňují otcové a dívky naopak matky. Rodiče mající pozitivní vztah k jakékoliv pohybové činnosti přirozeně vedou i své děti k těmto činnostem. Každý z nás zná alespoň jeden případ, kdy jsou rodiče schopni vyvíjet na své ratolesti tlak k podávání maximálních výkonů ve hře. To však může v období dospívání vést ke vzdoru. Pubescent si vytváří své zájmy, své názory a může si zvolit svoji preferovanou pohybovou činnost, se kterou rodiče nemusí souhlasit. V nejhorším případě mohou pubescenti na pohybovou činnost úplně zanevřít. Rodiče by měli vést své děti k všestrannosti, podporovat je v jejich zájmech a navést je na správnou cestu. Především rodina je největší hnací silou ke sportování dětí a mládeže. Čím větší význam přisuzují rodiče sportu, tím silněji děti chápou sport jako hodnotnou atraktivní činnost (Valjent & Flemr, 2010).

V rodinách, kde rodiče nesportují, se u většiny dětí spektrum pohybové činnosti redukuje jen na hodiny povinné školní tělesné výchovy. Škola je důležitá pro vytvoření trvalého vztahu k pohybové aktivitě, protože především v rámci povinné školní tělesné

výchovy může učitel nabídnout různé zábavné pohybové vyžití (Charvát, 2002). Každá škola by měla nabízet mimoškolní vyžití ve formě kroužků a volitelných předmětů.

Významné a rozhodující postavení mezi činiteli má i učitel. Učitel by měl žáky vzdělávat i vychovávat. Osobnost učitele může ovlivnit budoucí zájem žáků o sport, hlavně u těch žáků, kteří nevyrůstají ve sportovně založené rodině (Vilímová, 2009). Pokud žáci uvidí ve svém učiteli nadšení z pohybové aktivity, je pravděpodobné, že budou nadšení i oni. Podle Dobrého et al. (2009) by učitelé měli u žáků podporovat zvýšení pravidelné pohybové aktivity, získávat je pro její celoživotní pěstování, naučit je, aby se věnovali pravidelné pohybové aktivitě denně v souhrnu 30–60 minut v různé intenzitě, varovat je před riziky spojené s nedostatečnou pohybovou aktivitou atd.

Vrstevníci jsou pro dospívající stále důležitější, neboť se s nimi ztotožňují a jsou zdrojem potřebné emoční a sociální opory. Mají svá oblíbená místa, kde se obvykle schází. Takovými místy mohou být restaurace, cukrárny, bistra, sídliště a sportovní kluby (Vágnerová, 2012).

### **2.3 Sportovní preference**

Pro slovo preference vygeneroval slovník cizích slov SCS. ABZ. CZ (2005–2015) významy, jakými jsou zvýhodnění, výhoda, výsada, přednost. S těmito pojmy se shodují i Kudláček a Frömel (2012).

Preference vyjadřují přednost něčeho před něčím. Jedná se o sklon k určitým činnostem a zájmům. Jde o alternativu výběru, která v konečné fázi převáží ostatní možnosti výběru daných možností. Základem pro sestavení takového žebříčku je pocit uspokojení, potěšení, radosti, štěstí a zábavy (Kudláček & Frömel, 2012).

Jak uvádí Kudláček a Frömel (2012) výzkum preferencí sportovních aktivit představuje nástroj, který může poodhalit mezery v plánování pro volnočasovou pohybovou a sportovní aktivitu. V neposlední řadě uvádí, že představuje účinný nástroj pro aktualizaci programů školní tělesné výchovy. Problematika sportovních preferencí v souvislosti mezinárodního výzkumu nebyla v minulosti dostatečně vyzdvihovaným tématem.

Pohybový prožitek by neměl být pro žáky nepříjemný. Měli bychom se snažit žákům v jejich preferencích vyhovět, protože chceme zvýšit jejich zájem o pohybovou činnost, nikoliv je od pohybu odradit. To však neznamená, že by žáci měli mít ve svých

rukou náplň vyučovací jednotky tělesné výchovy. Učitel a žák by měli společně dojít ke kompromisu ve volbě pohybové činnosti.

### **2. 3. 1 Postoje, motivace a zájmy**

Kudláček a Frömel (2012) definují postoj jako „tendence nebo predispozice individua k oceňování určitého objektu nebo symbolu tohoto objektu určitým způsobem“. Dále uvádí, že postoj je dynamický konstrukt, který se může, ale nemusí měnit. Ke změně postoje může dojít z různých přesvědčení, ať už od svých blízkých nebo z médií. Celá změna je závislá na důvěryhodnosti zdroje, obsahu sdělení, atraktivitě a způsobu podání informací cílové skupině.

Většina teorií motivace začíná základními motivy přežití, často nazývány jako pudy. Motivace je: „souhrn vnitřních i vnějších faktorů, které 1. vzbuzují, aktivují, dodávají energii lidskému chování a prožívání; 2. zaměřují toto prožívání a jednání určitým směrem; 3. řídí jeho průběh, způsob dosahování výsledků; 4. ovlivňují též způsob reagování jedince na jeho jednání, prožívání, jeho vztahy k ostatním lidem a ke světu“ (Průcha, Walterová, & Mareš, 2008). Hartl a Hartlová (2010) v pedagogickém slovníku definují motivaci jako „proces usměrňování, udržování a energetizace chování; nejčastěji je chápána jako intrapsychický proces zvyšování nebo poklesu aktivity, mobilizace sil, energetizace organismu; v zaměření motivace se uplatňuje osobnost jedince, jeho hierarchie hodnot i dosavadní zkušenosti, schopnosti a naučené dovednosti“.

Vymezení pojmu zájem patří v psychologii k nejproblematictější a nejrůzněji vymezovaným pojmům a je obvykle chápán jako činnost, na niž je člověk ochoten vynakládat úsilí, peníze a čas. Jedná se o výběrovou a trvalejší pohotovost pozornosti vůči objektům (Kudláček & Frömel, 2012).

V období dospívání dominují poznávací zájmy. Preference některých vyučovacích předmětů se často váže na osobnost učitele. Učitel tělesné výchovy by měl žáky zaujmout nejen svými dovednostmi a schopnostmi, ale hlavně svým individuálním přístupem a tolerancí k žákům. Pubescenti jsou nadšeni novinkami a pomůckami, které učitel do výuky přinese. Rozšiřují si tak své spektrum zájmů.

Podle Hájka, Hofbauera a Pávkové (2011) jsou zájmy dospívajících mnohem hlubší, trvalejší a rozdílnější, než tomu bylo v mladším školním věku.

## 2.4 Volný čas dětí a mládeže

Pod pojmem volný čas si mnoho z nás představí činnosti, které jsou konané mimo pracovní dobu. Dále např. aktivity provozovány svobodně, dobrovolně a pro člověka jsou zábavou či odpočinkem. Někdo půjde ve svém volném čase do posilovny, jiný bude sedět doma nad počítačovými hrami nebo uskuteční výlet do přírody. Ovšem tento pojem má různé definice, které se určitým způsobem shodují, ale do jisté míry se také odlišují.

Již v antice se Aristoteles zmiňuje o volném čase. Hovořil o rozjímavé činnosti, která je vrcholem lidské blaženosti. Tenkrát byl volný čas pojatý jako prostor pro sebezdokonalování (Hodaň & Dohnal, 2005).

Za volný čas je podle sociologických kritérií považován čas, v němž se jedinec svobodně rozhoduje vzhledem ke svým zájmům, pocitům a náladě. Je to část mimoškolního a mimopracovního času, která zbude po zabezpečení různých potřeb jedince. V žádném jiném životním období není jedinec schopen zajímat se o tak široké spektrum zájmových aktivit jako v dětství a dospívání (Sak, 2000). Pávková a kol. (2008) pod pojmem volný čas zahrnují odpočinek, zábavu, rekreaci, zájmové činnosti a vzdělávání.

Způsob, kterým tráví dnešní děti a mládež svoje volnočasové aktivity, není příliš pozitivní. Je totiž stále více spojován s médii. Přirozené prostředí je tak nahrazováno prostředím mediálním (virtuální realitou). Na prvních místech v žebříčku aktivit ve volném čase jsou činnosti spojené s moderní technikou (např. televize), naopak k trvalému poklesu dochází např. u četby knih (Sak, 2000).

Jak uvádí Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy (2002), aktivní trávení volného času a aktivní odpočinek musí splňovat:

- Aktivní přístup dětí a mládeže k provádění činnosti
- Kompenzace jednotvárné zátěže (např. při vyučování a dlouhém sezení)
- Posilování zdravého způsobu života a zdraví
- Pohyb na čerstvém vzduchu spojený s fyzickou aktivitou
- Zábava kompenzující duševní napětí a přispívající k rozvoji osobnosti



- Zájmová činnost s účastí na práci ve výtvarných, přírodovědných, hudebních kroužcích apod.

Z pedagogického hlediska tvoří volný čas prostor pro neformální výchovu dětí a mládeže, pro relaxaci, odpočinek, zábavu, pro rozvoj zájmů, které přispívají k formování osobnosti. Není tedy pochyb, že volný čas v životě dětí a mládeže hraje významnou roli (Peráčková, 2008).

Jakým způsobem žáci a mládež tráví svůj volný čas, by nám nemělo být lhostejné. Říčan (2014) uvádí, že sféra volného času může do určité míry kompenzovat nedostatky školského systému.

## **2.5 Rámcový vzdělávací program a školní vzdělávací program**

V České republice je platný dokument Rámcového vzdělávacího programu (RVP), který zahrnuje obsah všech vzdělávacích oborů. RVP je kurikulární dokument na státní úrovni, který stanovuje obecný rámec závazných požadavků pro jednotlivé stupně a obory vzdělávání. Na školní úrovni je školní vzdělávací program (ŠVP), který si každá škola vytváří sama podle svých možností a podmínek. RVP formuluje závazná pravidla pro tvorbu konkrétních ŠVP. Hlavní důraz je kladen na získávání klíčových kompetencí, podle stupně vzdělání (Národní ústav pro vzdělávání, 2015).

Jednou z položek rámcového vzdělávacího programu je vzdělávací oblast Člověk a zdraví. Tato oblast zahrnuje Tělesnou výchovu a Výchovou ke zdraví. Prostřednictvím těchto dvou předmětů je žákům poskytnout informace o možnostech aktivního rozvoje a ochrany zdraví. Žáci by měli získat návyky jak správně vyvažovat psychické a fyzické zatížení, jak zařazovat pohybovou aktivitu do denního režimu a jak rozvíjet celkovou zdatnost organismu (Miklánková, 2013).

Transformace českého školství přinesla některé změny do tvorby osnov, výběru učiva i práci učitele s osnovami a učivem. Dřívější osnovy určovaly obsah pro jednotlivé ročníky včetně kontrolních cviků. Dnes je obsah širší a je rozdělen do tematických celků. Tento záměr má vyhovět vývojové diferenciaci žáků. Učitel se řídí především věkovými a vzdělávacími potřebami žáků a jejich zájmy (Vilímová, 2009).

V současné době je výzkum sportovních preferencí úzce spjat s tvorbou ŠVP. Objasněním struktury sportovních preferencí můžeme usnadnit práci učitelům při tvorbě

a formulaci programů pohybové aktivity. Jsou to právě učitelé, kteří se podílejí na tvorbě programů. Respektování určitých sportovních preferencí považujeme ve školní tělesné výchově za typické pro současné pojetí, kdy je žák centrem naší pedagogické pozornosti (Kudláček & Frömel, 2012).

### 2. 5. 1 Tělesná výchova

Tělesná výchova je podle Vilímové (2009) cílevědomá, výchovná a vzdělávací činnost, která působí na tělesný a pohybový vývoj člověka. Upevňuje zdraví, zvyšuje tělesnou zdatnost a pohybovou výkonnost. Součástí hodin tělesné výchovy jsou i teoretické poznatky z oblasti sportu. Žáci by měli vědět, proč je pohybová aktivita pro ně přínosná a co mohou pravidelným cvičením získat.

Předmět tělesná výchova je pro žáky České republiky povinný předmět, vyučovaný v 6.–9. ročníku základní školy v rozsahu dvou hodin týdně. Výjimku tvoří školy s rozšířenou výukou tělesné výchovy, kde je hodinová dotace vyšší. Je pouze na řediteli školy, jestli hodinovou dotaci tělesné výchovy navýší. Pedagogové zabývající se tělesnou výchovou usilovali o rozšíření výuky na tři hodiny, ovšem z finančních důvodů tato idea ztroskotala, protože zavedením jedné hodiny navíc, by investice dosahovala do řádově několika miliard korun (Učitelské noviny, 2002; Vašíčková & Frömel, 2009).

Podle Adamčáka a Nemce (2010), kteří zjišťovali spokojenost s realizací tělesné výchovy u žáků 2. stupně základní školy, je většina žáků a žákyň s hodinovou dotací spokojena a dvě hodiny týdně považují za optimální.

Dalším, kdo se zabýval spokojeností a realizací výuky tělesné výchovy na českých základních školách, byl Mužík (2010). Z nashromážděných dat vyplývá, že tři čtvrtiny respondentů byli s úrovní realizace tělesné výchovy v době jejich školní docházky spokojeni. Důležitými faktory ovlivňující vztah k tělesné výchově byly osobnost učitele, vztah ke sportu a způsob, kterým byla tělesná výchova vyučována.

Podle Vilímové (2009) základní strukturu tělesné výchovy tvoří:

- **Základní tělesná výchova** – zabezpečuje optimální tělesný rozvoj, pohybový vývoj a základní tělovýchovné vzdělání jedince.

- **Rekreační tělesná výchova** – přispívá k udržení optimální tělesné zdatnosti a pohybové výkonnosti, poskytuje aktivní odpočinek, potěšení a zábavu.
- **Zdravotní tělesná výchova** – ovlivňuje odstraňování zdravotních nedostatků, nebo alespoň snižuje jejich negativní vlivy.

Bunc (2010) zdůrazňuje, že hlavním cílem tělesné výchovy je vyvolat nebo upevnit v dětech zájem o pohybovou aktivitu a sport. Tělesná výchova se snaží o to, aby se pohybová aktivita stala přirozenou potřebou každodenního života dětí a budoucí dospělé populace. Tyto návyky se nejlépe ovlivňují a utvářejí již v mladším školním věku dítěte. Proto je velice důležité, aby nejen učitelé tělesné výchovy, ale i rodiče vedli děti k pohybové aktivitě. Čím dříve si děti vybudují pozitivní vztah k pohybu, tím větší je předpoklad toho, že budou aktivní i po zbytek života. Cílem je získat žáky pro celoživotní realizace pohybové aktivity, učit je uvědomit si a pochopit hodnotu pohybové aktivity, která je nedílnou součástí jejich zdraví (Le Masuirer & Corbin, 2006; Vašíčková & Frömel, 2009).

Podle Sigmunda, Frömele, Chmelíka, Lokvencové a Groffik (2009) je školní tělesná výchova jednou z klíčových determinant k pohybově aktivnímu a zdravému životnímu stylu. Pomocí školní tělesné výchovy můžeme dlouhodobě formovat pozitivní postoje dětí k pravidelné pohybové aktivitě a realizovat ji v pestré škále jejich druhů, intenzit a didaktických forem.

Dvořáková (2012) uvádí, že cílem tělesné výchovy není soutěžení, ale aktivní zapojení všech žáků. Vyžaduje se odklon od výkonového pojetí tělesné výchovy. Důležité je, aby ve výuce bylo zapojeno co nejvíce žáků. Tělesná výchova by žákům měla přinést hlavně zážitky, příjemné pocity a emoce. Žáci se v hodinách tělesné výchovy učí zvládnout nové dovednosti a měli by se dozvědět o základních pravidlech sportovních her, fair play a také o bezpečnosti v prováděné pohybové činnosti. Jelikož je pohybová aktivita významná jako socializační činitel, je žádoucí, aby učitel záměrně vytvářel situace, kdy jsou spolupráce a společné hledání řešení nezbytné pro splnění úkolu. Žáci se učí zvládat různé emoce, úspěchy a prohry.

Ve vymezení cílů školní tělesné výchovy nepanuje ve světě úplná shoda. Prosazuje se směr jak ke sportovně orientovanému tělocviku, tak i k tělocviku jako kultivačnímu prostředku (Vilímová, 2009).

Česká republika vykazuje stoupající trend, kdy jsou žáci osvobozeni od školní tělesné výchovy. Výsledky ukazují, že 7,9 % českých dětí je od povinné školní tělesné výchovy osvobozeno, přičemž počet chlapců (9,8 %) je ve srovnání s dívkami (6 %) vyšší (Kalman & Vašíčková, 2013).

## **2.6 Základní škola Mládeže 3, Znojmo**

Historie ZŠ Mládeže 3 má dlouholetou tradici. V jedné z budov sídlila od roku 1910 Chlapecká měšťanská škola císaře Franze Josefa. Byla považována za nejvýstavnější znojemskou školu. Objekt školy zasáhl nálet za druhé světové války a objekt musel být důkladně opraven (Základní škola Mládeže 3, 2015).

ZŠ Mládeže 3 se nachází ve střední části města Znojma. Jedná se o školu úplnou. Zahrnuje tedy ročníky od první do deváté třídy. Tvoří ji komplex pěti budov a navštěvuje ji kolem 700 žáků. Převážná většina jsou žáci z blízkého okolí školy, ale mnoho dětí dojíždí i z vesnic v blízkosti Znojma. Školu navštěvují i žáci se sociálním znevýhodněním a žáci z Dětského domova Znojmo. Pokud děti trpí poruchami učení, pracují podle individuálního vzdělávacího plánu. Zvláštní péče je věnována také žákům se zdravotním znevýhodněním. Žáky vyučuje 40 pedagogických pracovníků a na provozu školy se podílí 8 pracovních sil. Žáci, rodiče i učitelé mohou využít výchovného poradce a školního psychologa (Základní škola Mládeže 3, 2015).

ZŠ Mládeže 3 (2015) uvádí, že objekty jsou vybaveny odbornými učebnami zaměřené na výuku fyziky, chemie, informatiky, výtvarné a hudební výchovy, cizích jazyků, přírodopisu a zeměpisu s výpočetní technikou a Smart tabulemi, dílnami a nově zrekonstruovanou kuchyňkou. Také nesmíme opomenout velkou a malou tělocvičnu a dvě venkovní víceúčelová betonová hřiště v areálu školy. Škola využila prostoru k vybudování posilovny, čímž přispěla k rozšíření nabídky pro sportovní vyžití. V posilovně jsou k dispozici závěsné systémy TRX (Total-body resistance exercise), gymnastické míče, ping-pongové stoly, projektor atd. (Příloha 4). K dispozici jsou i Městské lázně Znojmo, které jsou využívány třídami s rozšířenou výukou tělesné výchovy.

Škola nabízí rozmanité zájmové kroužky, v nichž se děti zabývají činnostmi, které jim přináší aktivní využití volného času po vyučování. Žákům jsou nabízeny pohybové aktivity jako např. florbal, stolní tenis, pohybové hry, vybíjená, posilování a fotbal. Dále

dramatický, výtvarný, počítačový, matematický, dyslektický kroužek, sborový zpěv a hra na flétnu. Dalšími populárními kroužky jsou taneční country skupina Zuzana a folklorní soubor Dyjavánek, které jsou známé po celé České republice i ve světě. Škola často poskytuje své prostory nejen pro zájmové kroužky žákům, ale je otevřená i pro širokou veřejnost. Probíhají zde i tréninky místních klubů.

Zapojením se do pohybového programu s názvem Odznak všestrannosti olympijských vítězů (OVOV) škola motivuje žáky k lepší fyzické zdatnosti. Program slouží jako hlavní ukazatel jejich vlastních výkonů. Žáci si své výkony porovnávají a chtějí své výkony stále zlepšovat. Pohybový program učí všestrannosti, náročnost je lehká a nepotřebuje žádné výjimečné pomůcky nebo prostory k realizování jednotlivých úkolů.

### **2. 6. 1 Třídy s rozšířenou výukou tělesné výchovy**

Škola se specializuje na sportovní výchovu dětí. Vychovává mládež především pro lehkou atletiku, soustředí se také na fotbalisty, florbalisty a plavce. Spolupracuje s fotbalovými a florbalovými trenéry a se znojenským oddílem plavání. Pouze ve třídách se sportovním zaměřením probíhá koedukované vyučování. Dívek je v těchto třídách minimum, proto cvičí společně s chlapci.

Na této základní škole je možnost od 6. ročníku navštěvovat třídu s rozšířenou výukou tělesné výchovy. Pro žáky z 5. ročníku jsou vypsány talentové přijímací zkoušky, které se skládají z testové soustavy: člunkový běh, šplh, kotoul vpřed a vzad, přeskoky přes švihadlo, hod medicinbalem obouruč přes hlavu vzad, shyby na šikmé lavičce, skok z místa, dribling s basketbalovým míčem kolem dvou met. Výkony žáků jsou pečlivě zaznamenány, vyhodnoceny, posléze zpracovány a předány ředitelce školy, která písemně uvědomí rodiče o výsledcích jejich dítěte. Každý zájemce musí doložit zprávu o zdravotní způsobilosti. Podmínkou je, aby byl žák aktivním členem některého sportovního klubu. Výhodou je bezproblémový prospěch.

Oproti standardním třídám mají žáci navíc dvě vyučovací hodiny sportovních her a jednu vyučovací hodinu regeneračního plavání. Plavání mají žáci zařazeno do rozvrhu vždy v pondělí po víkendových zápasech. Žáci úspěšně reprezentují školu i město Znojmo. Pravidelně se účastní fotbalových a florbalových turnajů, přeborů a atletických

závodů. Pro žáky s rozšířenou výukou tělesné výchovy je každý rok pořádán lyžařský výcvik v Čenkovicích v Orlických horách.

### **2. 6. 2 Netbookové třídy**

Moderní technologie jsou v dnešní době u žáků žádané, proto se vedení školy rozhodlo o zavedení tzv. netbookových tříd. Škola v roce 2010 získala finanční dotaci v rámci projektu EU Peníze školám a je v pilotní studii projektu Vzdělání 21. Z dotací pořídila vybavení pro netbookové třídy. Do těchto tříd mohou rodiče přihlásit své děti se zájmem o moderní způsob výuky. Každý žák má svůj netbook, se kterým během výuky pracuje, plní různé úkoly a vypracovává projekty. Žáci používají učebnice Fraus, pracovní i klasické školní sešity.

Z dosavadního hodnocení projektu vyplívá, že zapojení digitálních technologií do výuky přispívá k názornosti, k větší aktivitě ve vyučování a lepším výsledkům. Moderní technologie pomáhají k hlubšímu porozumění látce, rozvíjí tvořivost žáků, podporuje smysluplné vyhledávání informací a práci s nimi. Dále podporují a rozvíjejí metakognitivní dovednosti žáků (Vzdělání 21, 2015). Moderní technologie jsou přínosem do výuky, ovšem přináší sebou i zdravotní problémy, jako jsou např. problémy s pohybovým aparátem, zrakem, psychosomatické potíže a jiné (Hlávková, 2008).

### **3 CÍLE A VÝZKUMNÉ OTÁZKY**

Hlavním cílem diplomové práce je analyzovat sportovní preference u chlapců a dívek druhého stupně ZŠ Mládeže 3 ve Znojmě. Pomocí internetového systému Indares.com porovnat získaná data z hlediska pohlaví, ročníků zaměření tříd a také z hlediska podmínek a vybavení školy. Na základě zjištěných výsledků přispět k přehledu zájmů chlapců a dívek v jednotlivých hlediscích. Dále pak zjistit postoj a názory učitelů tělesné výchovy na problematiku sportovních zájmů žáků.

#### **3.1 Dílčí cíle**

1. Seznámit žáky s internetovým systémem Indares.com.
2. Aplikovat určenou výzkumnou metodu (dotazník sportovních preferencí) u chlapců a dívek 2. stupně ZŠ Mládeže 3 ve Znojmě.
3. Vyhodnotit data chlapců a dívek a porovnat je podle určených hledisek.
4. Porovnat výsledky sportovních preferencí s vybavením (náradí a náčiní) a možnostmi školy.
5. Výsledky výzkumu poskytnout ředitelce školy a učitelům tělesné výchovy.

#### **3.2 Výzkumné otázky**

1. Jaké jsou preference pohybových aktivit u chlapců a dívek 2. stupně ZŠ Mládeže 3 ve Znojmě?
2. Budou zjištěny rozdíly v preferenci pohybové aktivity v závislosti na pohlaví, ročnících a na zaměření třídy?
3. Shoduje se vybavení v tělesné výchově se sportovními preferencemi chlapců a dívek?
4. Poskytuje škola vhodné podmínky pro realizaci výsledných sportovních preferencí žáků?
5. Jsou učitelé tělesné výchovy ochotni přiklonit se k preferovaným sportovním aktivitám žáků?

## 4 METODIKA

Výzkum sportovních preferencí byl prováděn po souhlasu ředitelky školy na ZŠ Mládeže 3 ve Znojmě u chlapců a dívek celého 2. stupně ve školním roce 2014/15. Žáci i pedagogové tělesné výchovy byli s tímto výzkumem srozuměni a seznámeni. Vše probíhalo na dobrovolné bázi.

Vyplnění dotazníků proběhlo v období od 25. března do 17. dubna 2015 vzhledem k časové náročnosti a počtu žáků. Vše probíhalo v rámci hodin tělesné výchovy v počítačových učebnách. Na začátku hodiny byli žáci seznámeni s internetovým systémem Indares.com (INDARES.COM – International Database for Research and Educational Support) a poté proběhla registrace žáků. Každé třídě byl přiřazen kód, který byl vložen do systému při registraci. Žákům byly názorně ukázány možnosti využití tohoto systému – záznamy pohybové aktivity, denního počtu kroků, tělesná zdatnost, aktivní transport, tělesné parametry, dotazníky. Žáci mohou i nadále používat systém pro své vlastní potřeby a získávat přehled o vlastní pohybové aktivitě. Mohou své výkony porovnávat, a tak se i motivovat mezi sebou.

Po registraci začali žáci vyplňovat dotazník sportovních preferencí. Na začátku dotazníku vyplňovali žáci organizovanou sportovní aktivitu ve volném čase v posledních dvanácti měsících a nejčastěji prováděné neorganizované sportovní aktivity v letním a zimním období. Dále si mohli v každém druhu sportu zvolit pět sportovních aktivit od nejoblíbenějších, které se řadily na první místo, až po méně oblíbené. Za předpokladu, že nepreferují pět aktivit, měli na výběr i méně nebo žádnou sportovní aktivitu.

U porovnávání výsledků v kategoriích z hlediska ročníků a zaměření tříd byly vybrány vždy první tři preferované aktivity v pořadí. Výsledky celého druhého stupně z hlediska pohlaví byly rozepsány podrobněji. V jednotlivých kategoriích chlapců a dívek za jednotlivé preferované pohybové aktivity byly v tabulkách uvedeny body. Čím méně bodů pohybová aktivita získala, tím byla pohybová aktivita preferovanější. Na vyplňování dotazníku byl žákům poskytnut čas v rozmezí 15–25 minut.



#### **4.1 Charakteristika zkoumaného souboru**

Pro dobrovolnou účast na výzkumu byli osloveni chlapci a dívky z celého 2. stupně (6.–9. třída) ZŠ Mládeže 3 ve Znojmě. Výzkumu se zúčastnily následující třídy: 6. A, 6. B, 6. C, 6. D, 6. E, 6. F, 7. A, 7. B, 7. C, 7. D, 8. A, 8. B, 8. D, 9. A, 9. C, 9. D. Do systému Indares.com se registrovalo 303 žáků. Dotazník skutečně vyplnilo 292 žáků (122 dívek a 170 chlapců) ve věku od 11 do 15 let. Chlapci a dívky byli rozděleni do skupin (podle svých tříd) podle přiděleného kódu. Zkoumaných tříd bylo celkem šestnáct. Analyzovaly se třídy klasické, se sportovním zaměřením a netbookové třídy.

Vyplňování dotazníku se nezúčastnila netbooková třída 8. C, která v době testování byla na exkurzi v Brně. Také se nezúčastnili žáci, kteří nebyli v den testování přítomni ve škole.

#### **4.2 Program INDARES.COM**

Jedná se o komplexní volně přístupný online systém, který slouží k evidenci, analýze a porovnávání pohybové aktivity jeho uživatelů. Smyslem systému je moderním způsobem zvýšit zájem o pohybovou aktivitu a informovat uživatele o jejich dosažených výsledcích. Slouží k podpoře vzdělávání a výzkumu oblasti pohybové aktivity. Práce v systému je přehledná, jednoduchá a uzpůsobena tak, aby ji zvládl s minimálním úsilím každý uživatel. Výhodou systému je i možnost používat jej v 7 jazycích včetně češtiny. Pokud registrovaný uživatel vlastní krokoměr nebo má aplikaci krokoměr v mobilním telefonu, může využít v systému speciální část vytvořenou pro již zmíněný přístroj. Indares.com, jakožto webová aplikace, je dostupná na adrese [www.indares.com](http://www.indares.com). Registrace je bezplatná. Po samotném zaregistrování může uživatel systém volně používat (Křen et al., 2007).

#### **4.3 Výzkumné metody a techniky**

Výzkum byl proveden formou standardizovaného dotazníku a ankety. Dotazník vyplňovali chlapci a dívky pomocí internetového systému Indares.com. Po vyplnění dotazníků následovalo zpracování a vyhodnocení dat do přehledných tabulek v programu Microsoft Office Excel 2007.

Anketa byla učitelům tělesné výchovy předána v písemné formě. V diplomové práci byly zveřejněny všechny otevřené odpovědi dotazovaných učitelů tělesné výchovy v nezměněné formě.

#### **4. 3. 1 Dotazník sportovních preferencí**

Dle Kudláčka a Frömela (2012) se jedná o standardizovaný dotazník, který je navržen ke zjišťování základních informací o zapojení respondentů do sportovních aktivit v rámci organizovaných a neorganizovaných forem. Je rozdělen do osmi oblastí:

- Individuální sporty – např. plavání, stolní tenis, atletika
- Týmové sporty – např. basketbal, fotbal, americký fotbal
- Kondiční aktivity – např. běh, jóga, spinning
- Sportovní aktivity ve vodě – např. skoky do vody, cvičení ve vodě, zdravotní plavání
- Sportovní aktivity v přírodě – např. lanové aktivity, bruslení, golf
- Bojová umění – např. box, karate, judo
- Rytmické a taneční aktivity – např. moderní tance, bojové tance, standardní tance
- Sportovní aktivity – souhrnně – např. týmové sporty, individuální sporty, kondiční aktivity

Každá oblast (kategorie) obsahuje soubor pohybových aktivit. Sporty příbuzného charakteru nebo systému jsou uvedeny v závorkách. Příkladem může být florbal (pozemní hokej, hokejbal). O pohybových aktivitách, které jsou uvedeny v závorkách, se ve své práci dále nezmiňuji (Příloha 2).

Respondent má před sebou celkem devět kroků, které postupně vyplňuje. V prvním kroku jsou otázky ohledně pravidelně prováděné organizované sportovní aktivity a nejčastěji prováděné neorganizované sportovní aktivity v letním a zimním období. V dalších krocích si respondent zvolí pět nejoblíbenějších aktivit v dané skupině podle oblíbenosti. Pokud nepreferuje sportovní aktivitu z dané oblasti, nemusí uvést žádnou sportovní aktivitu. V posledním devátém kroku vybírá nejoblíbenější sportovní aktivitu podle typu a svoji absolutně nejoblíbenější aktivitu. Při zpracování výsledků

statistickým softwarem se vychází z postupu, kdy každá pohybová aktivita dostane určitý počet bodů a to podle volby jedince. Jeden bod bude připsán aktivitě, která byla respondentem označena na prvním místě. Takto se seřadí prvních pět (i méně) zvolených aktivit, přičemž následující aktivity dostanou všechny průměrnou hodnotu dalších pořadí (např. při osmi aktivitách dostanou nezvolené aktivity 6–8 průměrnou hodnotu 7). Takto se určí průměr u všech jednotlivých kategorií (Kudláček & Frömel, 2012).

Dotazník by mohl být do budoucna využit jako kvalitní nástroj pro sestavení pohybových programů do tělesné výchovy i zájmových kroužků.

#### **4. 3. 2 Anketa pro učitele tělesné výchovy**

V současné době panuje velká terminologická různorodost v definování termínu kvalitativní výzkum (Švaříček & Šedřová, 2014). Podle Hendla (2012) rovněž neexistuje obecně uznávaný způsob, jak bychom mohli provést kvalitativní výzkum. Ve své práci jsem použila některé postupy a prvky kvalitativního výzkumu.

Hendl (2004) chápe anketu jako nesystematický průzkum názorů u obvykle malé skupiny lidí, kteří nesplňují statistická kritéria. Význam ankety je především v zajímavosti odpovědí, které se obvykle zveřejňují v plném znění tak, jak je dotázaný zodpověděl. Umožňují tak kvalitativní zkoumání. Anketa vyjadřuje názory respondentů, které nelze zobecňovat.

Anketa byla zpracována na základě konzultace s vedoucím diplomové práce, obsahuje celkem 11 otázek a vyplňovali ji 3 učitelé tělesné výchovy na uvedené základní škole. Anketa je anonymní a obsahuje uzavřené, ale i otevřené otázky (Příloha 3). Otázky jsou směřované na názory a postoje učitelů k problematice zájmů o pohybovou aktivitu. Její vyplnění nezabere více než 10 minut. Anketa byla učitelům rozdána 11. 11. 2015 a zpracována 13. 11. 2015. Snahou bylo učitele vtáhnout do problematiky zájmů o pohybovou aktivitu dětí a mládeže. Jelikož jsou názory učitelů tělesné výchovy podstatným zdrojem informací pro moji práci, požádala jsem je o spolupráci s vyplněním ankety. Právě názory učitelů, plynoucí z jejich praxe, jsou klíčovými daty pro moji práci. Návratnost vyplněných anket byla 100%. Ve výsledcích práce jsou uvedeny všechny odpovědi na otevřené otázky z ankety dotazovaných učitelů vzestupně podle délky jejich praxe ve školství.

## **5 VÝSLEDKY**

Výzkumu sportovních preferencí 2. stupně ZŠ Mládeže 3 ve Znojmě se účastnilo 292 (122 dívek a 170 chlapců) z celkového počtu 303 žáků ve věku od 11 do 15 let. Chlapci a dívky byli porovnáváni dle pohlaví, ročníků a zaměření tříd. Dále se sportovní preference porovnávaly s podmínkami a vybavením základní školy. Celkově chlapci i dívky preferovali týmové sporty nad individuálními. Za nejoblíbenější aktivity považoval celý druhý stupeň fotbal, florbal a moderní tance. Z individuálních sportů bylo na první místo zařazeno plavání. Kategorii týmových sportů ovládla házená, fotbal a florbal. Díky velké preferenci chlapců a dívek o moderní tance by měly být tyto pohybové aktivity zahrnuty do předmětu tělesné výchovy. Z kondičních aktivit dali přednost běhu, posilovacím cvičením a zdravotním cvičením v uvedeném pořadí (tabulka 1).

### **5.1 Sportovní preference z hlediska pohlaví**

V kategorii individuálních sportů obě pohlaví preferovala plavání. Na druhém místě dívky inklinovaly k cyklistice a chlapci ke stolnímu tenisu. Na ZŠ Mládeže není žákům k dispozici žádný cyklistický kurz. Je pouze na učitelích, jestli si cyklistický kurz zařadí v rámci třídních výletů. Stolní tenis mohou chlapci i dívky hrát v hodinách tělesné výchovy a v zájmovém kroužku (tabulka 2)

**Tabulka 1. Sportovní preference celého 2. stupně ZŠ Mládeže 3 ve Znojmě**

<b>Druhý stupeň ZŠ Mládeže 3 – souhrnně</b>			
<b>(n= 292)</b>			
<b>Pořadí</b>	<b>Pohybová aktivita</b>	<b>Body (celkem)</b>	<b>Body (průměr)</b>
<b>Individuální sporty</b>			
1.	Plavání	1802,5	6,32
2.	Cyklistika	2051,5	7,20
3.	Atletika	2068,5	7,26
<b>Týmové sporty</b>			
1.	Házená	1378,0	4,84
2.	Fotbal	1541,5	5,41
3.	Florbal	1617,0	5,67
<b>Kondiční aktivity</b>			
1.	Běh	827,0	2,90
2.	Posilovací cvičení	1118,0	3,92
3.	Zdravotní cvičení	1705,5	5,98
<b>Sportovní aktivita ve vodě</b>			
1.	Skoky do vody	704,0	2,47
2.	Plavání s ploutvemi	741,5	2,60
3.	Zdravotní plavání	903,5	3,17
<b>Sportovní aktivity v přírodě</b>			
1.	Plavání, koupání, vodní atrakce, skákání do vody	1701,0	5,97
2.	Bruslení	2158,5	7,57
3.	Cykloturistika	2186,5	7,67
<b>Bojová umění</b>			
1.	Box	1170,5	4,11
2.	Karate	1194,5	4,19
3.	Judo	1238,0	4,34
<b>Rytmické a taneční aktivity</b>			
1.	Moderní tance	1063,0	3,73
2.	Bojové tance	1521,5	5,34
3.	Moderní gymnastika	1552,0	5,45
<b>Sportovní aktivity – souhrnně</b>			
1.	Týmové sporty	703,5	2,47
2.	Individuální sporty	959,0	3,36
3.	Kondiční aktivity	1180,0	4,14
<b>Nejoblíbenější aktivity</b>			
1.	Fotbal (futsal)	65,0	—
2.	Florbal	30,0	—
3.	Moderní tance	16,0	—

**Tabulka 2. Sportovní preference – individuální sporty z hlediska pohlaví**

Pořadí	Individuální sporty	Body (celkem)	Body (průměr)
<b>Chlapci (n = 170)</b>			
1.	Plavání	1074,0	6,59
2.	Stolní tenis	1101,0	6,75
3.	Atletika	1205,0	7,39
4.	Cyklistika	1206,5	7,40
5.	Bowling	1304,0	8,00
6.	Badminton	1471,0	9,02
7.	Bruslení	1495,0	9,17
<b>Dívky (n = 122)</b>			
1.	Plavání	717,0	5,93
2.	Cyklistika	833,5	6,89
3.	Atletika	852,0	7,04
4.	Sportovní gymnastika	922,0	7,62
5.	Bruslení	940,5	7,77
6.	Badminton	1012,0	8,36
7.	Stolní tenis	1056,5	8,73

V týmových sportech si první místo u dívek udržela házená. Mezi dívkami sledujeme nárůst oblíbenosti basketbalu a florbalu. Není překvapením, že u chlapců je dominantním týmovým sportem fotbal. U chlapců sledujeme zájem i o pohybové aktivity, jakými jsou lední hokej, ragby a nohejbal (tabulka 3).

**Tabulka 3. Sportovní preference – týmové sporty z hlediska pohlaví**

Pořadí	Týmové sporty	Body (celkem)	Body (průměr)
<b>Chlapci (n = 170)</b>			
1.	Fotbal	719,5	4,41
2.	Florbal	894,5	5,49
3.	Házená	970,0	5,95
4.	Basketbal	1036,5	6,36
5.	Lední hokej	1246,5	7,65
6.	Ragby	1271,0	7,80
7.	Nohejbal	1290,0	7,91
<b>Dívky (n = 122)</b>			
1.	Házená	398,0	3,29
2.	Volejbal	496,0	4,10
3.	Basketbal	706,5	5,84
4.	Florbal	719,5	5,95
5.	Fotbal	821,0	6,79
6.	Baseball, softball	943,0	7,79
7.	Frisbee	990,0	8,18

Běh byl u obou pohlaví nejpreferovanější kondiční aktivitou. Z dalších kondičních aktivit preferovali dívky i chlapci posilovací cvičení. Do oblíbených pohybových aktivit se u dívek zařadila i jóga a zdravotní cvičení, kdežto u chlapců byl preferován spinning (tabulka 4).

**Tabulka 4. Sportovní preference – kondiční aktivity z hlediska pohlaví**

Pořadí	Kondiční aktivity	Body (celkem)	Body (průměr)
<b>Chlapci (n = 170)</b>			
1.	Běh	474,5	2,91
2.	Posilovací cvičení	625,0	3,83
3.	Spinning	977,0	5,99
4.	Zdravotní cvičení	1018,5	6,25
5.	Kulturistika	1036,0	6,36
6.	Kondiční chůze	1082,5	6,64
7.	Jóga	1092,0	6,70
<b>Dívky (n = 122)</b>			
1.	Běh	350,5	2,90
2.	Posilovací cvičení	492,0	4,07
3.	Jóga	633,0	5,23
4.	Zdravotní cvičení	684,0	5,65
5.	Sportovní aerobik	709,5	5,86
6.	Kondiční chůze	747,0	6,17
7.	Spinning	792,5	6,55

U sportovních aktivit ve vodě byly na prvních dvou pozicích obsazeny skoky do vody a plavání s ploutvemi. U dívek není preference k pohybové aktivitě v této kategorii zcela jednoznačná (tabulka 5).

**Tabulka 5. Sportovní preference – sportovní aktivity ve vodě z hlediska pohlaví**

Pořadí	Sportovní aktivity ve vodě	Body (celkem)	Body (průměr)
<b>Chlapci (n = 170)</b>			
1.	Skoky do vody	384,0	2,36
2.	Plavání s ploutvemi	421,0	2,58
3.	Zdravotní plavání	526,0	3,23
4.	Cvičení ve vodě	576,5	3,54
5.	Synchronizované plavání	650,0	3,99
<b>Dívky (n = 122)</b>			
1.	Skoky do vody	318,0	2,63
2.	Plavání s ploutvemi	319,5	2,64
3.	Cvičení ve vodě	347,5	2,87
4.	Zdravotní plavání	374,5	3,10
5.	Synchronizované plavání	468,0	3,87

V kategorii sportovních aktivit v přírodě převažovaly letní sporty nad zimními. Dívky a chlapci měli celkově zálibu v plavání, koupání vodních atrakcích a skákání do vody. U dívek byl zaznamenán zájem o bruslení (in-line, kolečkové) a překvapivě o jezdeckví, naopak u chlapců se objevil zájem o lanové aktivity a cykloturistiku (tabulka 6).

**Tabulka 6. Sportovní preference – sportovní aktivity v přírodě z hlediska pohlaví**

Pořadí	Sportovní aktivity v přírodě	Body (celkem)	Body (průměr)
<b>Chlapci (n = 170)</b>			
1.	Plavání, koupání, vodní atrakce, skákání do vody	1094,0	6,71
2.	Lanové aktivity	1212,0	7,44
3.	Cykloturistika	1235,5	7,58
4.	Bruslení	1323,5	8,12
5.	Boardové sporty	1441,0	8,84
6.	Golf	1485,0	9,11
7.	Lodní aktivity	1494,5	9,17
<b>Dívky (n = 122)</b>			
1.	Plavání, koupání, vodní atrakce, skákání do vody	595,5	4,92
2.	Bruslení	823,5	6,81
3.	Jezdeckví	928,5	7,67
4.	Cykloturistika	939,5	7,76
5.	Lanové aktivity	984,0	8,13
6.	Pěší turistika, chůze na sněžnicích, tramping	1053,0	8,70
7.	Boardové sporty	1115,5	9,22



Pro bojová umění se žáci shodli v preferencích těchto uvedených pohybových aktivit: box, karate, judo (tabulka 7). V rytmických a tanečních aktivitách se dívky i chlapci zajímali o moderní tance. Dále bylo významné zjištění u dívek v zájmu o moderní gymnastiku a balet, výrazový tanec. Zmíněné aktivity se v hodinách tělesné výchovy nevyučují. Stejně jako dívky jsou na tom chlapci s bojovými tanci. Bojové tance se také na škole nevyučují (tabulka 8).

**Tabulka 7. Sportovní preference – bojová umění z hlediska pohlaví**

Pořadí	Bojová umění	Body (celkem)	Body (průměr)
<b>Chlapci (n = 170)</b>			
1.	Box	687,5	4,22
2.	Karate	700,0	4,29
3.	Judo	729,0	4,47
4.	Kick-box	821,5	5,04
5.	Kung-Fu	823,0	5,05
6.	Zápas	947,5	5,81
7.	Musado	991,5	6,08
<b>Dívky (n = 122)</b>			
1.	Box	479,0	3,96
2.	Karate	487,0	4,02
3.	Judo	501,5	4,14
4.	Kung-Fu	630,0	5,21
5.	Kick-box	665,5	5,50
6.	Taekwon-Do	677,0	5,60
7.	Zápas	710,5	5,87

**Tabulka 8. Sportovní preference – rytmické a taneční aktivity z hlediska pohlaví**

Pořadí	Rytmické a taneční aktivity – chlapci n = 170	Body (celkem)	Body (průměr)
<b>Chlapci (n = 170)</b>			
1.	Moderní tance	644,0	3,95
2.	Bojové umění	744,5	4,57
3.	Rock'n'roll	929,0	5,70
4.	Lidové tance	968,0	5,94
5.	Standardní tance	979,0	6,01
6.	Moderní gymnastika	990,0	6,07
7.	Latinsko-americké tance	1026,0	6,29
<b>Dívky (n = 122)</b>			
1.	Moderní tance	411,0	3,40
2.	Moderní gymnastika	554,0	4,58
3.	Balet, výrazový tanec	559,0	4,62
4.	Taneční aerobik	633,0	5,23
5.	Orientální tance	743,5	6,14
6.	Lidové tance	757,0	6,26
7.	Standardní tance	767,5	6,34

Ze sportovních aktivit-souhrnně dávali chlapci a dívky jednoznačně přednost týmovým sportům před individuálními. Chlapci se zajímali o kondiční aktivity a bojová umění. Dívky spíše upřednostnily rytmické a taneční aktivity, o bojová umění nejeví takový zájem jako chlapci (tabulka 9).

**Tabulka 9. Sportovní preference – sportovní aktivity-souhrnně z hlediska pohlaví**

Pořadí	Sportovní aktivity-souhrnně	Body (celkem)	Body (průměr)
<b>Chlapci (n = 170)</b>			
1.	Týmové sporty	323,5	1,98
2.	Individuální sporty	546,5	3,35
3.	Kondiční aktivity	664,5	4,08
4.	Bojová umění	722,5	4,43
5.	Sportovní aktivity v přírodě	751,5	4,61
6.	Sportovní aktivity ve vodě	755,0	4,63
7.	Rytmické taneční aktivity	874,5	5,37
<b>Dívky (n = 122)</b>			
1.	Týmové sporty	379,0	3,13
2.	Individuální sporty	409,5	3,38
3.	Rytmické a taneční aktivity	463,5	3,83
4.	Sportovní aktivity v přírodě	487,5	4,03
5.	Kondiční aktivity	513,5	4,24
6.	Sportovní aktivity ve vodě	516,5	4,27
7.	Bojová umění	618,5	5,11

Za úplně nejoblíbenější aktivitu chlapci považovali fotbal a dívky moderní tance (tabulka 10).

**Tabulka 10. Sportovní preference – nejoblíbenější aktivity z hlediska pohlaví**

Pořadí	Nejoblíbenější aktivity	Body (celkem)
<b>Chlapci (n = 170)</b>		
1.	Fotbal	58,0
2.	Florbal	26,0
3.	Basketbal	11,0
<b>Dívky (n = 122)</b>		
1.	Moderní tance	15,0
2.	Atletika, plavání	9,0
3.	Balet, výrazový tanec	7,0

## 5.2 Sportovní preference dle ročníků

V kategorii individuálních sportů zvolily 6., 7. a 8. třídy na první místo plavání. Naopak 9. třídy se přiklonily spíše k cyklistice. Druhou pohybovou aktivitou v pořadí byla sportovní gymnastika, kterou preferovali pouze žáci z 8. tříd. Jako třetí preferovanou aktivitou byl zvolen stolní tenis, který byl oblíben v 6. a 7. třídách. V 8. a 9. třídách dávali přednost spíše atletice.

V týmových sportech u 6., 7. a 8. tříd převládal zájem házené. U chlapců a dívek 9. tříd byla tato oblíbená aktivita řazena až na třetí místo. Pouze chlapci a dívky 9. tříd preferovali fotbal nad házenou. Ve všech ročnících se objevil zájem o florbal.

Stabilitu si v kondičních aktivitách udržel běh a posilovací cvičení v uvedeném pořadí. V kategorii sportovní aktivity v přírodě měly všechny ročníky zálibu v plavání, koupání, vodních atrakcích a skákání do vody na prvním místě. Dále se objevovaly pohybové aktivity jako cykloturistika, lanové aktivity a bruslení. V bojových uměních byl u 8. ročníku na třetí pozici zaznamenán zájem o kick-box. V rytmických a tanečních aktivitách byl opět zjištěn zájem o moderní tance, a to u 6., 7. a 8. ročníku. V 9. ročníku dali chlapci a dívky přednost bojovým tancům před moderními tanci (tabulka 11).

**Tabulka 11. Sportovní preference z hlediska ročníků**

Kategorie	6. třídy (n= 110)	7. třídy (n= 66)	8. třídy (n= 57)	9. třídy (n= 59)
Pořadí	Pohybová aktivita	Pohybová aktivita	Pohybová aktivita	Pohybová aktivita
<b>Individuální sporty</b>				
1.	Plavání	Plavání	Plavání	Cyklistika
2.	Cyklistika	Atletika	Sportovní gymnastika	Plavání
3.	Stolní tenis	Stolní tenis	Atletika	Atletika
<b>Týmové sporty</b>				
1.	Házená	Házená	Házená	Fotbal
2.	Florbal	Fotbal	Basketbal	Florbal
3.	Fotbal	Florbal	Florbal	Házená
<b>Kondiční aktivity</b>				
1.	Běh	Běh	Běh	Běh
2.	Posilovací cvičení	Posilovací cvičení	Posilovací cvičení	Posilovací cvičení
3.	Zdravotní cvičení	Spinning	Spinning	Jóga
<b>Sportovní aktivity ve vodě</b>				
1.	Skoky do vody	Plavání s ploutvemi	Zdravotní plavání	Plavání s ploutvemi
2.	Plavání s ploutvemi	Skoky do vody	Plavání s ploutvemi	Skoky do vody
3.	Zdravotní plavání	Cvičení ve vodě	Skoky do vody	Zdravotní plavání
<b>Sportovní aktivity v přírodě</b>				
1.	Plavání, koupání, vodní atrakce, skákání do vody	Plavání, koupání, vodní atrakce, skákání do vody	Plavání, koupání, vodní atrakce, skákání do vody	Plavání, koupání, vodní atrakce, skákání do vody
2.	Cykloturistika	Lanové aktivity	Lanové aktivity	Cykloturistika
3.	Lanové aktivity	Bruslení	Bruslení	Bruslení
<b>Bojová umění</b>				
1.	Box	Karate	Karate	Box
2.	Karate	Box	Judo	Karate
3.	Judo	Judo	Kick-box	Judo
<b>Rytmické a taneční aktivity</b>				
1.	Moderní tance	Moderní tance	Moderní tance	Bojové tance
2.	Moderní gymnastika	Moderní gymnastika	Bojové tance	Moderní tance
3.	Taneční aerobik	Bojové tance	Balet, výrazový tanec	Moderní gymnastika
<b>Sportovní aktivity souhrnně</b>				
1.	Týmové sporty	Týmové sporty	Týmové sporty	Týmové sporty
2.	Individuální sporty	Individuální sporty	Individuální sporty	Individuální sporty
3.	Sportovní aktivity v přírodě	Kondiční aktivity	Rytmické a taneční aktivity	Kondiční aktivity
<b>Nejoblíbenější aktivity</b>				
1.	Fotbal	Fotbal	Fotbal	Fotbal
2.	Florbal	Atletika	Florbal	Cyklistika, plavání
3.	Moderní tance	Basketbal	Plavání	Cykloturistika

### **5. 2. 1 Sportovní preference 6. ročníku v závislosti na pohlaví**

V individuálních sportech u děvčat 6. tříd obsadilo první místo plavání, ovšem u chlapců je tato pohybová aktivita řazena až na třetí místo. Chlapci preferovali stolní tenis nad cyklistikou a plaváním.

V kategorii týmových sportů byly u chlapců na prvních třech místech zařazeny pohybové aktivity jako fotbal, florbal a házená v uvedeném pořadí. Dívky daly přednost volejbalu před basketbalem. V tomto případě je možné zkreslení v pojmu volejbal. Děvčata zde mohla preferovat přehazovanou. Volejbal je totiž v osnovách školy zařazen až od 7. ročníku.

Běh a posilovací cvičení si u obou pohlaví drží první příčky, ovšem u dívek byl zaznamenán zájem o sportovní aerobik a u chlapců zájem o zdravotní cvičení. Také ve sportovních aktivitách ve vodě se dívky a chlapci shodli. Rozdílnost byla na třetí pozici, kdy dívky projevily zájem o cvičení ve vodě, kdežto chlapci měli zájem o zdravotní plavání.

Co se týká sportovních aktivit-souhrnně, dívky preferovaly rytmické a taneční aktivity nad týmovými sporty. Týmové sporty zařadily na druhé místo (tabulka 12).

**Tabulka 12. Sportovní preference 6. tříd v závislosti na pohlaví**

Kategorie	Dívky (n= 43)	Chlapci (n= 67)
Pořadí	Pohybová aktivita	Pohybová aktivita
<b>Individuální sporty</b>		
1.	Plavání	Stolní tenis
2.	Atletika	Cyklistika
3.	Sportovní gymnastika	Plavání
<b>Týmové sporty</b>		
1.	Házená	Fotbal
2.	Volejbal	Florbal
3.	Basketbal	Házená
<b>Kondiční aktivity</b>		
1.	Běh	Běh
2.	Posilovací cvičení	Posilovací cvičení
3.	Sportovní aerobik	Zdravotní cvičení
<b>Sportovní aktivity ve vodě</b>		
1.	Skoky do vody	Skoky do vody
2.	Plavání s ploutvemi	Plavání s ploutvemi
3.	Cvičení ve vodě	Zdravotní plavání
<b>Sportovní aktivity v přírodě</b>		
1.	Plavání, koupání, vodní atrakce, skákání do vody	Plavání, koupání, vodní atrakce, skákání do vody
2.	Jezdectví	Cykloturistika
3.	Bruslení	Lanové aktivity
<b>Bojová umění</b>		
1.	Box	Box
2.	Judo	Karate
3.	Karate	Judo
<b>Rytmické a taneční aktivity</b>		
1.	Moderní tance	Moderní tance
2.	Taneční aerobik	Rock'n'roll
3.	Moderní gymnastika	Bojové tance
<b>Sportovní aktivity – souhrnně</b>		
1.	Rytmické a taneční aktivity	Týmové sporty
2.	Týmové sporty	Individuální sporty
3.	Sportovní aktivity v přírodě	Kondiční aktivity
<b>Nejoblíbenější aktivity</b>		
1.	Moderní tance	Fotbal
2.	Moderní gymnastika, atletika	Florbal
3.	Střelba, lukostřelba, florbal, taneční aerobik, lidové tance	Basketbal

### **5. 2. 2 Sportovní preference 7. ročníku v závislosti na pohlaví**

V 7. ročníku došlo mezi děvčaty a chlapci ke shodě zájmu o plavání v individuálních sportech. Do popředí se u dívek dostala atletika. Chlapci spíše preferovali stolní tenis před atletikou. V týmových sportech u obou pohlaví vítězí házená. V kategorii sportovních aktivit v přírodě vzrostl u chlapců zájem o lanové aktivity. Jako nejoblíbenější aktivitu si dívky zvolily atletiku a chlapci fotbal (tabulka 13).

**Tabulka 13. Sportovní preference 7. tříd v závislosti na pohlaví**

Kategorie	Dívky (n= 28)	Chlapci (n= 38)
Pořadí	Pohybová aktivita	Pohybová aktivita
<b>Individuální sporty</b>		
1.	Plavání	Plavání
2.	Atletika	Stolní tenis
3.	Bruslení	Atletika
<b>Týmové sporty</b>		
1.	Házená	Házená
2.	Volejbal	Fotbal
3.	Florbal	Basketbal
<b>Kondiční aktivity</b>		
1.	Běh	Posilovací cvičení
2.	Posilovací cvičení	Běh
3.	Zdravotní cvičení	Spinning
<b>Sportovní aktivity ve vodě</b>		
1.	Skoky do vody	Plavání s ploutvemi
2.	Plavání s ploutvemi	Skoky do vody
3.	Cvičení ve vodě	Cvičení ve vodě
<b>Sportovní aktivity v přírodě</b>		
1.	Plavání, koupání, vodní atrakce, skákání do vody	Lanové aktivity
2.	Bruslení	Plavání, koupání, vodní atrakce, skákání do vody
3.	Lanové aktivity	Bruslení
<b>Bojová umění</b>		
1.	Box	Karate
2.	Karate	Judo
3.	Judo	Box
<b>Rytmické a taneční aktivity</b>		
1.	Moderní tance	Moderní tance
2.	Balet, výrazový tanec	Bojové tance
3.	Moderní gymnastika	Lidové tance
<b>Sportovní aktivity – souhrnně</b>		
1.	Týmové sporty	Týmové sporty
2.	Individuální sporty	Individuální sporty
3.	Sportovní aktivity v přírodě	Bojová umění
<b>Nejoblíbenější aktivity</b>		
1.	Atletika	Fotbal
2.	Házená; badminton; sportovní gymnastika; plavání, koupání, vodní atrakce, skákání do vody	Florbal
3.	Judo; basketbal; běh; jezdectví	Basketbal



### **5. 2. 3 Sportovní preference 8. ročníku v závislosti na pohlaví**

V 8. ročníku se u chlapců objevil zájem o atletiku, sportovní gymnastiku a plavání v uvedeném pořadí. Sportovní gymnastika byla také preferována u dívek, a to před atletikou. V týmových sportech byl opět u dívek na prvním místě zájem o házenou. U chlapců byla házená umístěna na třetí místo. Chlapci preferovali spíše fotbal a basketbal. Stálost si v kondičních aktivitách udržel běh a posilovací cvičení. Stejně jako chlapci v 7. ročníku, tak i chlapci v 8. ročníku zařadili lanové aktivity na první místo. U chlapců se poprvé objevují zájmy o boardové sporty a u děvčat o pěší turistiku, chůzi na sněžnicích a tramping. I v kategorii bojových umění si můžeme všimnout změny na třetí pozici preferovaných pohybových aktivit. Děvčata jako třetí nejpreferovanější aktivitu této kategorie zvolila kung-fu, chlapci na stejné místo zvolili kick-box.

V rytmických a tanečních aktivitách se moderní tance jeví jako stabilní pohybová aktivita. V této kategorii děvčata zmínila zájem o orientální (břišní) tance a chlapci se zhlédli v lidových tancích. Pokud bychom se podívali na sportovní aktivity souhrnně, děvčata preferovala individuální sporty nad týmovými sporty (tabulka 14).

**Tabulka 14. Sportovní preference 8. tříd v závislosti na pohlaví**

Kategorie	Dívky (n= 28)	Chlapci (n= 29)
Pořadí	Pohybová aktivita	Pohybová aktivita
<b>Individuální sporty</b>		
1.	Plavání	Atletika
2.	Sportovní gymnastika	Sportovní gymnastika
3.	Atletika	Plavání
<b>Týmové sporty</b>		
1.	Házená	Fotbal
2.	Volejbal	Basketbal
3.	Florbal	Házená
<b>Kondiční aktivity</b>		
1.	Běh	Běh
2.	Posilovací cvičení	Posilovací cvičení
3.	Zdravotní cvičení	Spinning
<b>Sportovní aktivity ve vodě</b>		
1.	Zdravotní plavání	Plavání s ploutvemi
2.	Plavání s ploutvemi	Skoky do vody
3.	Cvičení ve vodě	Zdravotní plavání
<b>Sportovní aktivity v přírodě</b>		
1.	Plavání, koupání, vodní atrakce, skákání do vody	Lanové aktivity
2.	Cykloturistika	Plavání, koupání, vodní atrakce, skákání do vody
3.	Pěší turistika, chůze na sněžnicích, tramping	Boardové sporty
<b>Bojová umění</b>		
1.	Karate	Judo
2.	Judo	Karate
3.	Kung-Fu	Kick-box
<b>Rytmické a taneční aktivity</b>		
1.	Moderní tance	Moderní tance
2.	Balet, výrazový tanec	Bojové tance
3.	Orientální tance	Lidové tance
<b>Sportovní aktivity – souhrnně</b>		
1.	Individuální	Týmové sporty
2.	Týmové sporty	Individuální sporty
3.	Rytmické a taneční aktivity	Bojová umění
<b>Nejoblíbenější aktivity</b>		
1.	Plavání	Fotbal
2.	Atletika; moderní tance	Florbal
3.	Balet, výrazový tanec; fotbal; basketbal; sportovní gymnastika	Basketbal

#### **5. 2. 4 Sportovní preference 9. ročníku v závislosti na pohlaví**

Individuálním sportem u chlapců a dívek 9. ročníku byla cyklistika. Tuto pohybovou aktivitu dívky i chlapci preferovali před plaváním. V týmových sportech dívky preferovaly volejbal před házenou. Motivací pro žáky 9. ročníku je turnaj ve volejbale proti učitelům základní školy. U chlapců preferovanými sporty zůstal fotbal a florbal, ovšem do popředí zájmu se dostal i lední hokej.

V kategorii sportovních aktivit v přírodě se u děvčat objevil zájem o boardové sporty. Opět v kategorii sportovních aktivit-souhrnně preferovala děvčata individuální sporty nad týmovými (tabulka 15).

**Tabulka 15. Sportovní preference 9. tříd v závislosti na pohlaví**

Kategorie	Dívky (n= 23)	Chlapci (n= 36)
Pořadí	Pohybová aktivita	Pohybová aktivita
<b>Individuální sporty</b>		
1.	Cyklistika	Cyklistika
2.	Plavání	Plavání
3.	Bruslení	Tenis
<b>Týmové sporty</b>		
1.	Volejbal	Fotbal
2.	Házená	Florbal
3.	Basketbal	Lední hokej
<b>Kondiční aktivity</b>		
1.	Běh	Běh
2.	Posilovací cvičení	Posilovací cvičení
3.	Jóga	Spinning
<b>Sportovní aktivity ve vodě</b>		
1.	Cvičení ve vodě	Skoky do vody
2.	Plavání s ploutvemi (potápění)	Plavání s ploutvemi
3.	Zdravotní plavání	Zdravotní plavání
<b>Sportovní aktivity v přírodě</b>		
1.	Plavání, koupání, vodní atrakce, skákání do vody	Cykloturistika
2.	Pěší turistika, chůze na sněžnicích, tramping	Bruslení
3.	Boardové sporty	Plavání, koupání, vodní atrakce, skákání do vody
<b>Bojová umění</b>		
1.	Box	Box
2.	Judo	Karate
3.	Karate	Judo
<b>Rytmické a taneční aktivity</b>		
1.	Moderní tance	Bojové tance
2.	Moderní gymnastika	Moderní tance
3.	Balet, výrazový tanec	Rock'n'roll
<b>Sportovní aktivity – souhrnně</b>		
1.	Individuální	Týmové sporty
2.	Týmové sporty	Individuální sporty
3.	Kondiční aktivity	Kondiční
<b>Nejoblíbenější aktivity</b>		
1.	Plavání; cyklistika	Fotbal
2.	Kanoistika, veslování; sportovní gymnastika; stolní tenis; házená	Posilovací cvičení, cykloturistika
3.	Volejbal; posilovací cvičení	Lední hokej

### 5.3 Sportovní preference dle zaměření třídy

V této kapitole budeme porovnávat sportovní preference chlapců a dívek dle zaměření tříd. Klasické třídy navštěvuje podstatně více žáků než je tomu ve třídách netbookových a sportovních.

V kategorii individuálních sportů se v nejpreferovanější pohybové aktivitě shodovaly třídy klasické a sportovní. Netbookové třídy preferovaly spíše cyklistiku než plavání. Přestože jsou sportovní třídy zaměřeny na fotbal, florbal a lehkou atletiku, na třetí místo chlapci i dívky sportovních tříd zvolili házenou. V klasických a netbookových třídách chlapci a dívky dávali přednost házené nad fotbalem.

V kondičních aktivitách se třídy shodly na prvních dvou pozicích. Rozdíl byl zaznamenán na třetím místě, kdy klasické třídy jako třetí nejpreferovanější pohybovou aktivitu zvolily jógu. Netbookové a sportovní třídy projevíly zájem o zdravotní cvičení.

V kategorii sportovních aktivit v přírodě dominuje u klasických, netbookových a sportovních tříd plavání, koupání, vodní atrakce a skákání do vody. Z výsledků je patrné, že i klasické a netbookové třídy mají o tuto pohybovou aktivitu zájem. Plavecký kurz z časových, finančních a prostorových důvodů absolvují pouze třídy sportovní. Bez absolvování plaveckého kurzu na základní škole nemohou ostatní třídy, ani v rámci svých třídních výletu, uskutečnit výlet např. do aquaparku, a to z důvodu bezpečnosti.

První místo obsadily v kategorii rytmických a tanečních aktivit moderní tance. Na druhém místě klasické třídy preferovaly moderní gymnastiku před bojovými tanci. Souhrnně dávaly třídy přednost týmovým sportům před individuálními.

Nejoblíbenějšími aktivitami sportovních tříd byly fotbal, florbal a plavání v uvedeném pořadí. Klasické třídy a netbookové třídy preferovaly moderní tance před florbalem (tabulka 16).

**Tabulka 16. Sportovní preference z hlediska zaměření tříd**

Kategorie	Klasické třídy (n= 152)	Netbookové třídy (n= 55)	Sportovní třídy (n= 86)
Pořadí	Pohybová aktivita	Pohybová aktivita	Pohybová aktivita
<b>Individuální sporty</b>			
1.	Plavání	Cyklistika	Plavání
2.	Cyklistika	Plavání	Atletika
3.	Atletika	Atletika	Stolní tenis
<b>Týmové sporty</b>			
1.	Házená	Házená	Fotbal
2.	Volejbal	Fotbal	Florbal
3.	Florbal	Florbal	Házená
<b>Kondiční aktivity</b>			
1.	Běh	Běh	Běh
2.	Posilovací cvičení	Posilovací cvičení	Posilovací cvičení
3.	Jóga	Zdravotní cvičení	Zdravotní cvičení
<b>Sportovní aktivity ve vodě</b>			
1.	Skoky do vody	Plavání s ploutvemi	Skoky do vody
2.	Plavání s ploutvemi	Skoky do vody	Plavání s ploutvemi
3.	Cvičení ve vodě	Zdravotní plavání	Zdravotní plavání
<b>Sportovní aktivity v přírodě</b>			
1.	Plavání, koupání, vodní atrakce, skákání do vody	Plavání, koupání, vodní atrakce, skákání do vody	Plavání, koupání, vodní atrakce, skákání do vody
2.	Bruslení	Cykloturistika	Lanové aktivity
3.	Lanové aktivity	Bruslení	Bruslení
<b>Bojová umění</b>			
1.	Box	Box	Karate
2.	Judo	Karate	Box
3.	Karate	Judo	Judo
<b>Rytmické a taneční aktivity</b>			
1.	Moderní tance	Moderní tance	Moderní tance
2.	Moderní gymnastika	Bojové tance	Bojové tance
3.	Balet, výrazový tanec	Rock'n'roll	Standardní tance
<b>Sportovní aktivity souhrnně</b>			
1.	Týmové sporty	Týmové sporty	Týmové sporty
2.	Individuální sporty	Individuální sporty	Individuální sporty
3.	Rytmické a taneční aktivity	Kondiční aktivity	Kondiční aktivity
<b>Nejoblíbenější aktivity</b>			
1.	Fotbal	Fotbal	Fotbal
2.	Moderní tance	Moderní tance	Florbal
3.	Basketbal, florbal, plavání, atletika	Cykloturistika, posilovací cvičení, basketbal	Plavání

#### 5. 4 Sportovní preference v porovnání s vybavením školy

Vybavení na ZŠ Mládeže 3 je celkem hojné. Škola každý rok dokupuje moderní pomůcky a opotřeбенé vyřazuje. Jak již bylo zmíněno v teoretické části, škole patří velká a malá tělocvična, dvě venkovní více účelová betonová hřiště v areálu školy a nově vybudovaná posilovna. Na základě výzkumu, kde žáci preferovali cyklistiku nad atletikou, je do budoucna vhodné postupně na školu umístit do posilovny kola. V dnešní době s moderní technikou se dají vytvořit podmínky, které by mohly simulovat přírodní prostředí. Žáci by pak mohli bezpečně své zájmy realizovat přímo v hodinách tělesné výchovy. Bezpečnost žáků je na této základní škole na prvním místě.

Další zájem byl u žáků 2. stupně o stolní tenis. Stolní tenis se pravidelně hraje v hodinách tělesné výchovy, kde jsou žákům k dispozici čtyři ping-pongové stoly, 34 pálek a 12 míčků. Velice oblíbená je hra tzv. „kolotoč“. Výhodou je, že se do hry zapojí všichni žáci. Stolní tenis se hraje v prostorách nově vybudované posilovny. Pokud žáky preferovaná aktivita přestane bavit, mají k dispozici např. závěsné systémy TRX, gymnastické míče apod.

Z rytmických a tanečních aktivit byl u žáků zájem o moderní tance. Škola z akustických důvodů rádio s CD přehrávačem z tělocvičen vyřadila a místo nich pořídila netbook, který je umístěn v posilovně. Netbook je napojený na reproduktory a s pomocí dataprojektoru se žákům mohou pustit DVD s různými tanečními kreacemi i hudba. Pokud některý z žáků chodí do tanečního zájmového kroužku, je jim vyhrazen čas pro předvedení a naučení sestavy spolužáků. Další preferovanou rytmickou a taneční pohybovou aktivitou byla moderní gymnastika. Na moderní gymnastiku nemá škola vybavení, ovšem není vyloučeno, že do budoucna bude vybavení potřebné k uskutečnění této pohybové aktivity vlastnit. Zájem projeví žáci o bruslení. I pro tuto aktivitu nemá škola vybavení. Vlastní-li žáci své vybavení na bruslení, nevylučuje se možnost zrealizovat zájmový kroužek. Zájmový kroužek by bylo ovšem vhodné zařadit již na první stupeň základní školy.

Pro další preferované sportovní aktivity, jako jsou např. fotbal, florbal, basketbal, volejbal, házená atd. má škola dostačující a kvalitní vybavení (Příloha 4).

## **5.5 Anketní šetření učitelů tělesné výchovy**

Na základě výsledků sportovních preferencí byla učitelům tělesné výchovy předložena anketa. Na anketu odpověděli celkem tři učitelé, kteří vyučují žáky z tělesné výchovy na druhém stupni již jmenované školy. Výsledky byly seřazeny vzestupně podle délky praxe ve školství. Výsledky jednotlivých otázek v nezměněné formě:

### **Otázka č. 1. Jakého jste pohlaví?**

Na anketu odpověděli dva muži a jedna žena.

### **Otázka č. 2. Zakroužkujte kategorii svého věku.**

Druhá otázka se zaměřila na věk dotazovaných. Zjištěné věkové kategorie byly následující: do 30 let, 30–35 let, 35–45 let.

### **Otázka č. 3. Jaká je délka Vaší praxe ve školství? (v letech)**

V další otázce mě zajímala délka praxe ve školství. Zkušenost ve školství je u prvních dvou dotazovaných spíše nízká (2 roky a 5 let) ovšem u třetí dotazované osoby je praxe ve školství 18 let.

### **Otázka č. 4. Co si představíte pod pojmem sportovní preference?**

V této otázce jsem chtěla zjistit, co si dotazovaní učitelé představí pod sportovními preferencemi. V prvních dvou případech byla uváděna oblíbenost. Zde jsou uveřejněny odpovědi učitelů:

*„Sport, který je nejvíce oblíben“.*

*„Preferovaný – oblíbený sport, který děcka baví a jde jim“.*

*„Upřednostnění sportu, pohybové aktivity“.*



**Otázka č. 5. Jaký je Váš názor na sportovní preference žáků v dnešní době? (obecně)**

Dostáváme se k názorům učitelů na sportovní preference žáků. Odpovědi na zmíněnou otázku byly různé.

*„Žáci si vybírají sporty méně fyzicky náročné. Navštěvují jen sporty kolektivní a takové, kde dochází k fyzickému kontaktu“.*

*„Když už nějaký sport dnešní děti dělají, jsou jednostranně zaměřeni pouze na svůj sport“.*

*„Sportovní preference jsou žádané z důvodu vyšší aktivity žáků v hodinách TEV“.*

**Otázka č. 6. Zaznamenali jste (na Vaší škole) snížený zájem o pohybovou aktivitu v rámci tělesné výchovy? Čím je podle Vás tento snížený zájem způsoben?**

Vzhledem k spíše nízkému počtu let odpracovaných ve školství u prvních dvou dotazovaných učitelů, bude pravděpodobně i jejich zkušenost s pohybovou aktivitou v rámci tělesné výchovy nízká, ovšem oba dva učitelé se shodují na vlivu a přístupu rodičů.

*„Vzhledem k mé krátké praxi nemohu posoudit. Myslím si, že zájem je menší, hlavně kvůli technickým vymoženostem a přístupem rodičů“.*

*„V dnešní době je spousta jiných lákadel, než je sport. Doba je stále více a více pohodlnější a dětem se moc sportovat nechce. Nė že by se jim třeba nechtělo, ale rodiče je ke sportu nevedou“.*

*„Obecně snížený zájem o pohybovou aktivitu nevidím, jen děti jsou méně fyzicky zdatné. Objevují se svalové dysbalance, mají menší, snížený práh bolestivosti atd. U některých je jediná pohybová aktivita pouze v hodinách TEV. Děti nejsou ke sportu vedeny ze strany rodičů, nemají na nic čas“.*

**Otázka č. 7. Domníváte se, že by bylo možné upřednostnit zájmy žáků nad tradiční školní výukou tělesné výchovy?**

I přesto, že bychom měli vzhlížet na zájmy dětí a mládeže, na tuto otázku jasná odpověď nebyla. Pouze jedna odpověď byla striktní.

*„Mírné úpravy by byly možné“.*

*„Do určité míry určitě ano, ale klasická TV by se měla zachovat“.*

*„Určitě ano“.*

**Otázka č. 8. Myslíte si, že předložené výsledky o sportovních preferencích žáků ZŠ Mládeže 3, přinesou ve Vaší škole změnu ve výuce tělesné výchovy?**

Na předložené výsledky reagovali učitelé tělesné výchovy překvapeně. Překvapením zjištěním byla individuální pohybová aktivita plavání, která se umístila u žáků celého 2. stupně na prvním místě. V tomto případě změna ve výuce tělesné výchovy u klasických a netbookových tříd nastat nemůže, a to z důvodu finančního, časového a prostorového. K této otázce se učitelé vyjádřili následovně:

*„Spíše ne“.*

*„Sportovní trend jde stále dopředu a naše škola s ním drží krok. Většina sportů z předložených výsledků se u nás učí“.*

*„Osobně vkládám do hodin TV aktivity preferované dětmi, jen v souladu s ŠVP“.*

**Otázka č. 9. Jaká je Vaše nejoblíbenější pohybová aktivita? Upřednostňujete Vaši preferovanou pohybovou aktivitu v rámci hodin tělesné výchovy?**

Otázkou jsem chtěla zjistit, jestli učitelé nejsou zainteresováni do své nejoblíbenější pohybové aktivity a nevnučují svoji pohybovou aktivitu na úkor zájmů žáků.

*„Mojí nejoblíbenější pohybovou aktivitou je fotbal a celkově týmové sporty. V tělesné výchově svůj sport neprosazuji“.*

*„Kdysi jsem hrával hokej, který je u mě pořád na prvním místě. Ted' se věnuji florbalu. Svoje oblíbené sporty neupřednostňuji v TV“.*

*„Beach volejbal, jízda na kole, koloběžce. V rámci hodin TEV – nejsou podmínky“.*

**Otázka č. 10. Myslíte si, že jsou na ZŠ Mládeže 3 dostačující podmínky a také vybavení (náradí a náčiní) pro preferované sportovní vyžití žáků?**

Jak je uvedeno v Příloze 4, vybavení a podmínky jsou na ZŠ Mládeže dostačující k preferovaným pohybovým aktivitám žáků. Na tomto názoru se shodli všichni tři dotazovaní učitelé.

*„Myslím si, že ano. Vybavení naší školy je dobré“.*

*„Ano“.*

*„Ano“.*

**Otázka č. 11. Byli byste ochotni absolvovat kurzy nebo semináře pro atraktivnost výuky tělesné výchovy na základě předložených výsledků sportovních preferencí žáků?**

V poslední otázce jsem chtěla zjistit ochotu učitelů učit se novým trendům ve sportovní sféře. Odpovědi učitelů byly následující:

*„ Určitě ano“.*

*„Pokud by byly semináře a kurzy školou placené, proč ne“.*

*„Ano“.*

## 6 DISKUZE

Problémem dnešního světa je nízká pohybová aktivita, se kterou souvisí řada civilizačních chorob. Obrovský nárůst těchto onemocnění je problémem v posledních desetiletích nejen vyspělých, ale i rozvojových zemí. Kolem 40 % dětí a mládeže trpělo především v důsledku sedavého způsobu života nějakým typem zdravotního oslabení. Situace mezi dětmi a mládeží je alarmující, protože ke snižování pohybové aktivity dochází již mezi 10–12 lety. Pohybová aktivita je hlavní součástí zdraví a životního stylu jedince (Kalman, Hamřík & Pavelka, 2009; Valjent & Flemr, 2010). Pohybová činnost je nezbytnou životní potřebou nejen pro dítě, ale pro každého člověka. Není důležitý výkon nebo sportovní výsledek, ale důležité je vytvářet pozitivní postoj a vztah dětí k pohybové činnosti. Dalšími podmínkami, které vytváří pozitivní vztah k pohybové aktivitě, jsou např. vnitřní motivace, kladný prožitek, spokojenost, pohybové sebevědomí apod. (Corbin 2002; Mužík, 2007).

Většina dětí a mládeže nesplňuje doporučenou denní pohybovou aktivitu (60 minut denně). Jedním z atraktivních přístupů ke zvýšení pohybové aktivity jsou mimoškolní programy. Jestliže známe preference dětí a mládeže, máme usnadněnou volbu při tvorbě programů, respektive zájmových kroužků. Pokud jim vytvoříme preferované sportovní zájmy, je pravděpodobné, že zvýšíme i jejich pohybovou aktivitu a tím i zájem o další pravidelnou pohybovou aktivitu (Pate, 2009). Sak (2000) ovšem uvádí, že je sport pro děti a mládež příliš namáhavý na to, aby jej provozovali. Místo pohybu si raději sednou k počítači či televizi.

Jelikož děti tráví více času ve škole, hlavní úlohu pro formování aktivního životního stylu přebírá škola. Rodina i škola však mezi sebou musí úzce spolupracovat. Dětem i rodičům musí škola poskytnout možnost zrealizovat pohybovou aktivitu (Bunc, 2010). Způsob trávení volného času má velký vliv na celoživotní orientaci člověka. Je proto důležité, aby se jedinec učil smysluplně trávit svůj volný čas už od útlého věku. Jedinec se totiž nerodí s tím, že ví, jak správně naložit se svým volným časem. Tuto dovednost si musí osvojit a naučit se ji během svého života. Podle Saka (2000) patří realizace zájmů a potřeb dítěte a mladého člověka prostřednictvím volnočasových aktivit do sociálního učení. Volnočasové aktivity působí na děti a mládež pozitivně. Podpora rodičů, učitelů nebo pracovníků volného času má kladný vliv na rozvoj osobnosti (Hájek, Hofbauer, & Pávková, 2008).

Nejenom na základních školách mají učitelé tělesné výchovy možnost zasáhnout do výuky svého vyučovaného předmětu. Mají možnost do určité míry přizpůsobit obsah tělesné výchovy žákům. Každý jedinec je individuální osobnost a s tím souvisí i různorodost v zájmech, postojích a názorech. Vzhledem k odlišnosti zájmů se odvíjí i motivace k pohybové aktivitě.

Hlavním cílem této práce bylo zjistit sportovní preference na ZŠ Mládeže 3 ve Znojmě. Dále zjistit u učitelů tělesné výchovy na uvedené základní škole postoje a názory na sportovní zájmy chlapců a dívek v dnešní době.

Sportovní preference chlapců a dívek celého druhého stupně byly zjištěny pomocí dotazníku sportovních preferencí v internetovém online systému Indares.com. Srovnávaly se sportovní preference žáků z hlediska pohlaví, ročníků, zaměření tříd a také s podmínkami a vybavením základní školy. Frömel, Novosad, & Svozil (1999) upozorňují, že je třeba věnovat zvýšenou pozornost rozvoji diagnostických technik k zjišťování struktury sportovních zájmů.

Podle Frömela et al. (1999) v popředí zájmů dívek na základní škole jsou plavání, tanec, bruslení, lyžování a sportovní hry. U chlapců podobně jako u dívek dominuje plavání, sportovní hry, bruslení, lyžování a jízda na kole. Z výsledků Rychteckého (2006) patří u dívek ve věku 9–19 let mezi nejoblíbenější pohybové aktivity cyklistika, bruslení, aerobik, plavání a volejbal. Ze zkoumaného souboru chlapců uvádí Rychtecký (2006) jako nejoblíbenější pohybové aktivity cyklistiku, plavání a stolní tenis.

Chlapci a dívky ZŠ Mládeže 3 ve Znojmě mezi nejoblíbenější sportovní aktivity-souhrnně považují týmové sporty. Z týmových sportů se na prvních třech pozicích objevily pohybové aktivity jako házená, fotbal a florbal. V případě házené (vybíjené), která se umístila na prvním místě, žáci spíše inklinovali k pohybové aktivitě uvedené v závorce. Házená se na základní škole nevyučuje, není zanesena do tematického plánu školy. Je velice pravděpodobné, že žáci měli na mysli vybíjenou. Vybíjená se hraje v každém ročníku v různých formách jako např. týmová vybíjená, americká vybíjená, vybíjená na tři životy apod. To, že se na druhém místě umístil fotbal a na třetím místě florbal, nejspíše vypovídá i o větším zastoupení chlapců na základní škole.

Výsledky mého výzkumu se shodují s výše uvedenými výzkumy. Do popředí zájmu se u chlapců a dívek v kategorii individuálních sportů dostává plavání. Podle výzkumu Kudláčka a Frömela (2012) je plavání u dívek na prvním místě, u chlapců na místě druhém. Preferovaná pohybová aktivita plavání byla pro učitele ZŠ Mládeže 3 ve

Znojmě překvapením, ovšem podle výzkumu Kudláčka a Frömela (2012) je plavání u dívek na prvním místě, u chlapců na místě druhém. Tudiž se nejedná o nic překvapivého. Plavání se tedy jeví jako stabilní preferovaná pohybová aktivita jak u dívek, tak i chlapců. Plaveckého kurzu se na 2. stupni účastní pouze sportovní třídy. Vzhledem k vytíženosti Městským lázní Znojmo nebude možné u vedení školy preferovanou pohybovou aktivitu u chlapců a dívek z klasických a netbookových tříd prosadit. Dále se v pořadí na druhém místě u dívek umístila cyklistika, u chlapců stolní tenis. Z výzkumu Kudláčka a Frömela (2012) vyplývá, že také u děvčat je na druhém místě zájem o cyklistiku. Chlapci v mém zkoumaném souboru tuto pohybovou aktivitu na prvních třech místech nepreferují. Soubor chlapců z výzkumu Kudláčka a Frömela (2012) se také přiklání ke stolnímu tenisu.

Škola nevlastní žádná cyklistická kola a o jejich zakoupení prozatím neuvažuje. Cyklistický kurz škola také ve svém vzdělávacím programu nenabízí. S cyklistikou se mohou žáci setkat v rámci svých třídních výletů. Pro učitele tělesné výchovy by neměl být problém zanást do školního vzdělávacího programu cyklistický kurz. U chlapců se na druhém místě umístil stolní tenis. Pro ředitelku školy je to jistě uspokojivé zjištění, protože se ve volném prostoru budovy školy vybudovala posilovna, ve které jsou umístěny čtyři stoly určené ke stolnímu tenisu.

V kondičních aktivitách se neprojevil žádný výrazný rozdíl mezi pohlavím, zaměřením tříd ani rozdíl z hlediska ročníků. Zřízením posilovny na ZŠ Mládeže 3 ve Znojmě byl dobrý krok, vzhledem k preferenci posilovacích cvičení u chlapců a dívek. Ani v bojových sportech se také neprojevily žádné výrazné rozdíly. S bojovými sporty se nejspíše studenti setkají pouze v zájmových kroužcích nebo sportovních klubech. Pro zpestření výuky tělesné výchovy by nemuselo být špatné zařadit lekci karate, juda nebo boxu, které se u žáků vyskytovaly na předních pozicích. Pokud si učitelé netroufnou na výuku bojových umění, mohou pozvat do výuky trenéry těchto sportů, kteří by žákům ukázali sestavy svých sportů.

V kategorii rytmických a tanečních aktivit dominují u chlapců i u dívek moderní tance. V tomto případě se nejedná o nic zvláštního, neboť ve Znojmě je velice populární taneční skupina Mighty Shake, která se orientuje v širokém spektru tanečních stylů. Tato slavná taneční skupina každý půl rok pořádá náborů jak pro děti a mládež, tak i pro dospělé. Během školního roku pořádá taneční skupina různá vystoupení, kde děti a mládež předvádí své naučené dovednosti. Dívky mají také zájem o moderní

gymnastiku, balet a výrazové tance, chlapci o bojové tance a standardní tance. Z výzkumu Kudláčka a Frömela (2012) se také moderní, bojové a standardní tance umístily na předních místech v preferencích žáků.

Zajímavým zjištěním jsou také výsledky z hlediska zaměření ročníků, kde se na prvním místě 6., 7. a 8. tříd umístila házená. V 9. třídách dávali žáci přednost fotbalu. I v kategorii individuálních sportů se 9. třídy svými výsledky lišily od ostatních ročníků. V 9. ročníku preferují cyklistiku před plaváním. V kategorii individuálních sportů preferují dívky 6., 7. a 8. ročníku plavání, pouze dívky 9. ročníku preferují cyklistiku. O atletiku nemají zájem dívky 9. ročníku. Co se týká sportovních aktivit-souhrnně, pouze dívky z 8. a 9. ročníků preferují individuální sporty nad týmovými. U chlapců jsou sportovní preference podobné dívčím. V 6. a 7. ročníků mají chlapci zájem o stolní tenis. V kategorii sportovních aktivit v přírodě mají chlapci 7. a 8. ročníku zájem o lanové aktivity. V 8. ročníku chlapci na třetí místo v preferovaných pohybových aktivitách umístily boardové sporty. S touto pohybovou aktivitou byli chlapci 8. ročníku teoreticky seznámeni v hodině TV. Pro zájemce byla možnost s učiteli tělesné výchovy navštívit ATC Merkur v Pasohlávkách a zkusit si wakeboarding.

Z hlediska zaměření tříd v týmových sportech označily třídy klasické a netbookové svoji nejpreferovanější pohybovou aktivitu házenou. U tříd sportovních byl dominantní fotbal. Ve sportovních třídách jsou většinou fotbalisti, kteří navštěvují sportovní klub 1. SC Znojmo FK. Také fotbalisté z uvedeného klubu naši školu pravidelně navštěvují. Není tedy překvapením, že sportovní třídy preferují právě fotbal. Další větší rozdíly v rozdílnostech pohybové aktivity, z hlediska zaměření tříd, nebyly zjištěny.

Vybavení školní tělesné výchovy je na velice dobré úrovni. Škola každý rok dokupuje nové moderní vybavení (nářadí a náčiní). Ředitelka školy nákup cvičebních a sportovních pomůcek zcela přenesla do kompetencí učitelů tělesné výchovy. Je tedy na učitelích tělesné výchovy, jaké pomůcky se v daném roce rozhodnou pořídit a zakoupit. Z výsledků sportovních preferencí se zjistilo, že žáci jeví zájem o cyklistiku. Vzhledem k preferovanosti této pohybové aktivity by učitelé tělesné výchovy mohli zvážit zakoupení spinningových kol, která by se mohla umístit do posilovny. Ve výsledcích se také objevuje bruslení. Pokud by žáci vlastnili své vybavení, je možné uvažovat o realizaci zájmového kroužku.

Další cílem práce bylo zjistit postoje a názory učitelů tělesné výchovy na problematiku sportovních zájmů žáků. Na otázku sportovních preferencí v dnešní době (otázka č. 5) se názory učitelů lišily. Jeden z učitelů se domníval, že si žáci vybírají sporty, které jsou méně fyzicky náročné. Studie z Univerzity Severního Texasu naznačuje, že by učitelé tělesné výchovy měli zlepšit fyzickou kondici u dětí, rozvíjet u nich patřičné dovednosti a schopnosti. Pro rozvoj fyzické kondice jsou důležité školou založené vzdělávací programy (Zhang, Thomas & Weiller, 2015). Jelikož se u dětí a mládeže nepříznivě projevuje nedostatek pohybové aktivity vlivem technologických vymožeností dnešní doby, odráží se jejich pohybová aktivita i v úrovni tělesné zdatnosti (Sigmund, Frömel, Neuls, Skalík, & Groffík, 2002).

Dotazovaná učitelka tělesné výchovy je názoru, že jsou sportovní preference žádané z důvodu vyšší aktivity žáků v hodinách tělesné výchovy. Téhož názoru jsou i Frömel, Formánková a Sallis (2002), Kudláček a Frömel (2012). Podle nich je diagnostika sportovních preferencí chlapců i dívek důležitá pro úspěšnost realizaci kurikul a také pro vytváření pozitivních postojů k tělesné výchově a pohybové aktivitě celkově. Pokud mají děti z pohybové aktivity příjemný pocit, zažívají radost a je jim umožněn výběr svých oblíbených pohybových činností, jsem přesvědčená, že i jejich přístup a vztah k pohybové aktivitě se může změnit.

K otázce, zda učitelé upřednostňují svoji pohybovou aktivitu v hodinách tělesné výchovy, se vyjádřili muži jednoznačně, kdežto u učitelky tělesné výchovy bychom mohli spekulovat. Kudláček a Frömel (2012) tvrdí, že se příliš často ve vyučovacích jednotkách tělesné výchovy stává, že programy, resp. obsah vyučovacích jednotek je určován podle zájmu učitele než zájmu žáků. To může mít za následek odmítání aktivní účasti žáků v hodinách tělesné výchovy, protože zřejmě nesouhlasí se sportovní aktivitou, kterou jim učitel nabízí.



## 6.1 Limity práce

- Počet dívek je ve sportovních třídách nízký ve srovnání s klasickými a netbookovými třídami.
- Absence žáků v den vyplňování dotazníku sportovních preferencí.
- Neznalost pohybové aktivity uvedené v dotazníku sportovních preferencí (curling, bodystyling, spinning, aikido, musado apod.).
- Problematika sezónnosti (výzkum prováděn na přelomu března a dubna, kdy jsou některé aktivity omezené).
- Inklinace ke sportovním aktivitám uvedených v závorkách např. házená (vybíjená), volejbal (přehazovaná) apod.
- Některé pohybové aktivity jsou v tematickém plánu školy zařazeny do vyšších ročníků např. volejbal (přehazovaná) nebo nejsou zařazeny vůbec.
- Problematika správnosti vyplnění osobních údajů při registraci.

## 7 ZÁVĚRY

- Nejpreferovanější pohybovou aktivitou u chlapců a dívek druhého stupně ZŠ Mládeže je plavání.
- V individuálních sportech chlapci a dívky na první místo řadí plavání. Na druhém místě se u chlapců umístil stolní tenis, u dívek cyklistika. Třetí místo u obou pohlaví obsadila atletika.
- V týmových sportech se obě pohlaví v preferencích pohybové aktivity odlišují. Dívky dávají přednost házené, volejbalu a basketbalu, kdežto u chlapců jsou dominantními pohybovými aktivitami fotbal, florbal a házená.
- V kategorii sportovních aktivit (souhrnně) chlapci a dívky celého 2. stupně preferují týmové sporty než individuální. Z týmových sportů má druhý stupeň zájem o házenou, fotbal a florbal. Z individuálních sportů dávají přednost plavání, cyklistice a atletice.
- Chlapci a dívky se v kondičních aktivitách shodují na prvních dvou místech preferovaných aktivit. Jsou jimi běh a posilovací cvičení. U dívek se objevil zájem o jógu, u chlapců o spinning.
- K úplné shodě ve třech preferovaných pohybových aktivitách dochází v kategorii bojových umění.
- Mezi nejoblíbenější pohybové aktivity druhého stupně patří fotbal, florbal a moderní tance. Dívky mezi své nejoblíbenější pohybové aktivity řadí moderní tance, plavání a atletiku, chlapci dávají přednost fotbalu, florbalu a basketbalu.
- Ve většině případů se třídy klasické, netbookové a sportovní shodují na prvních třech pohybových aktivitách v různém pořadí.
- 6., 7. a 8. třídy z individuálních sportů dávají přednost plavání, pouze 9. třídy preferují cyklistiku. Zájem o stolní tenis mají 6. a 7. třídy, o sportovní gymnastiku mají zájem pouze 8. třídy. 6. třídy neuvádí atletiku mezi tři nejpreferovanější pohybové aktivity. Z týmových sportů se ročníky shodují na preferencích těchto třech pohybových aktivit v různém pořadí: házená, florbal a fotbal.

- Inventář školní tělesné výchovy se do určité míry shoduje se zájmy chlapců a dívek na základní škole.
- Učitelé tělesné výchovy na ZŠ Mládeže ve Znojmě se do jisté míry shodují na upřednostnění zájmů žáků nad tradiční školní tělesnou výchovou. Dále neupřednostňují své preferované pohybové aktivity nad preferovanými aktivitami chlapců a dívek.
- Dotazovaní učitelé se shodli na dostačujících podmínkách a na adekvátním vybavení (nářadí a náčiní) na uvedené základní škole.
- Do jisté míry se učitelé shodli i na ochotě v absolvování kurzů a seminářů pro zlepšení atraktivnosti ve výuce tělesné výchovy.

## 8 SOUHRN

Cílem diplomové práce bylo zjistit sportovní preference u chlapců a dívek celého druhého stupně ZŠ Mládeže 3 ve Znojmě. Dále pak zjistit postoj a názory učitelů tělesné výchovy na problematiku sportovních zájmů žáků. Výzkum probíhal v období od 25. března do 17. dubna 2015. Dotazník sportovních preferencí byl vyplněn 292 žáky (122 dívek a 170 chlapců) ve věku od 11 do 15 let v online systému Indares.com. Chlapci a dívky byli porovnání z hlediska pohlaví, ročníku, zaměření tříd. Sportovní preference druhého stupně se porovnávaly také s podmínkami a vybavením základní školy.

Z výsledků dotazníku sportovních preferencí vyplývá, že celý druhý stupeň základní školy preferuje týmové sporty nad individuálními sporty. Z týmových sportů dívky upřednostňují házenou, volejbal a basketbal. U chlapců dominuje fotbal, florbal a házená. Z individuálních sportů mají dívky zájem o plavání, cyklistiku a atletiku. Chlapci mají zájem také o plavání a atletiku, ale preferují spíše stolní tenis než cyklistiku. Chlapci a dívky se odlišují v nejoblíbenější pohybové aktivitě. U dívek je zájem o moderní tance a u chlapců dominuje fotbal.

Z hlediska porovnávání ročníků v kategorii individuálních sportů se 6., 7. a 8. třídy přiklání k plavání, 9. třídy se přiklání spíše k cyklistice. V 6. a 7. třídách projevují zájem o stolní tenis, v 8. a 9. třídách dávají přednost atletice. V týmových sportech u 6., 7. a 8. tříd převládá zájem o házenou. Ve všech ročnících se třídy zajímají o florbal. Stabilitu si v kondičních aktivitách drží běh a posilovací cvičení. Dále se objevují preferované pohybové aktivity jako plavání, koupání, vodní atrakce a skákání do vody, cykloturistika, lanové aktivity a bruslení.

Nejpreferovanější pohybovou aktivitou z nabídky individuálních sportů u tříd klasických a sportovních se na první místo řadí plavání. Netbookové třídy preferují spíše cyklistiku než plavání. V týmových sportech třídy klasické a netbookové svoji nejpreferovanější pohybovou aktivitu značí házenou. U tříd sportovních je dominantní fotbal. Další větší rozdíly ve sportovních preferencích nebyly zjištěny.

Učitelé tělesné výchovy ZŠ Mládeže 3 ve Znojmě měli možnost vyjádřit se k problematice sportovních zájmů dětí pomocí anonymní ankety, která byla distribuovaná pouze v písemné formě.

## 9 SUMMARY

The main aim of this diploma thesis was to find out sport preferences of boys and girls of the whole second level of the primary school ZŠ Mládeže 3 in Znojmo. Another aim of the thesis was to find out the attitudes and opinions of the physical education teachers which concerned the issue of pupils' attitude towards sports. The research took place in the period from 25<sup>th</sup> March until 17<sup>th</sup> April 2015. The questionnaire of the sport preferences was filled in by 292 pupils (122 girls and 170 boys) aged 11 to 15 in an on-line system Indares.com (INDARES.COM – International Database for Research and Educational Support). The boys and the girls were compared from the viewpoint of gender, class and focus of the classes. The sport preferences of the second level of the primary school were also compared with the conditions and equipment of the primary school.

The results of the survey show that the whole second level of the primary school prefers collective sports over individual sports. The girls prefer handball, volleyball and basketball out of the collective sports. The boys prefer football, floorball and handball out of collective sports. Considering the individual sports, the girls are interested in swimming, cycling (speed, indoor, outdoor) and athletics (running activities). The boys are also interested in swimming and athletics, but they prefer table tennis over cycling. The boys and the girls differed in the most favorite physical activity. The girls favor modern dances such as break dance, disco, hip-hop and the boys favor football.

From the viewpoint of the comparison of the classes in the category of the individual sports, 6<sup>th</sup>, 7<sup>th</sup> and 8<sup>th</sup> classes chose swimming as the most favorite sport, while the 9<sup>th</sup> classes preferred cycling. Table tennis was favored in 6<sup>th</sup> and 7<sup>th</sup> classes and in 8<sup>th</sup> and 9<sup>th</sup> classes the pupils preferred athletics. All the classes are interested in floorball and jogging. Strengthening exercises were also chosen out of fitness activities. Other preferred activities are swimming, water sports and diving, cycling, mountain activities and in-line skating.

In the classical and sport classes is swimming as the most preferred physical activity. The netbook classes preferred cycling over swimming. The preferred team sport for the classical and netbook classes is handball and the sport classes are more interested in football. There were no other major differences found out in their sport preferences.

The physical education teachers at ZŠ Mládeže 3 in Znojmo had an opportunity to express their opinion regarding to the issue of the children sport preferences by means of an anonymous survey which was distributed in a paper form only.

## 10 REFERENČNÍ SEZNAM

- Adamčák, Š., & Nemeč, M. (2010). *Pohybové hry a školská telesná a športová výchova*. Banská Bystrica: Univerzita Mateja Bela, Fakulta humanitných vied.
- Branca, F., Nikogosian, H., & Lobstein T. (2007). *The challenge of obesity in the WHO European region and the strategies for response: summary*. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe.
- Bunc, V. (2010). Obezita a nadváha dětí důsledek jejich neadekvátního pohybového režimu. In V. Mužík, P. Vlček et al. (Eds.), *Škola, pohyb a zdraví. Výzkumné výsledky a projekty*. Brno: Masarykova univerzita.
- Clapp, J., Kim, H., & Burciu, B. (2000). Beginning regular exercise in early pregnancy: effect on fetoplacental growth. *American Journal of Obstetrics and Gynaecology* 183(6), 1484–1488.
- Corbin, C. B. (2002). Physical activity for everyone: What every physical educator should know about promoting lifelong physical activity. *Journal of Teaching in Physical Education*, 21(2), 128–144.
- Currie, C., Zanotti, C., Morgan, A., Currie, D., de Looze, M., Roberts, C. et al. (Eds.). (2012). *Social determinants of health and well-being among young people. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: International report from the 2009/2010 survey*. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe.
- Čechovská, I. & Dobrý, L. (2010). Ovlivňují různé pohybové aktivity úmrtnost? *Tělesná výchova a sport mládeže*. 76(5), 2–4.
- Dobrý, L., Čechovská, I., Kračmar, B., Psotta, R., & Süß, V. (2009). Kinantropologie a pohybové aktivity. In V. Mužík & V. Süß (Eds.), *Tělesná výchova a sport mládeže v 21. století*. Brno: Masarykova univerzita.
- Dvořáková, H. (2012). *Školáci v pohybu, tělesná výchova v praxi*. Praha: Grada.
- Fialová, L. (2010). *Aktuální témata didaktiky školní tělesné výchovy*. Praha: Karolinum.
- Frömel, K., Formánková S., & Sallis, J. F. (2002). Physical activity and sport preference of 10 to 14-year-old children: A 5 year prospective study. *Acta Universitatis Palacianae Gymnica*, 32(1), 11–16.
- Frömel, K., Novosad, J., & Svozil, Z. (1999). *Pohybová aktivita a sportovní zájmy mládeže*. Olomouc: Univerzita Palackého.

- Hájek, B., Hofbauer, B., & Pávková, J. (2011). *Pedagogické ovlivňování volného času trendy pedagogiky volného času*. Praha: Portál.
- Hendl, J. (2004). *Přehled statistických metod zpracování dat: analýza a metaanalýza dat*. Praha: Portál.
- Hendl, J. (2012). *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. Praha: Portál.
- Hlávková, J. (2008). *Zdraví a počítače*. Retrieved 28<sup>th</sup> October 2015 from the World Wide Web: <http://www.szu.cz/tema/pracovni-prostredi/zdravi-a-pocitace?highlight=hl%C3%A1vkov%C3%A1>.
- Hodaň, B., & Dohnal, T. (2005) *Rekreologie*. Olomouc: Hanex.
- Charvát, M. (2002). *Sociální aspekty sportovních aktivit*. Brno: Paido.
- Kalman, M., Hamřík, Z., & Pavelka, J. (2009). *Podpora pohybové aktivity: pro odbornou veřejnost*. Olomouc: ORE-institut.
- Kalman, M., & Vašíčková, J. (Eds.). (2013). *Zdraví a životní styl dětí a školáků. HBSC – Česká republika – 2013*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Kohoutek, R. (2000). *Základy psychologie osobnosti*. Brno: CERM.
- Křen, F., Chmelík, F., Frömel, K., Fical, P., Fical, J., Kudláček, M., & Mitáš, J. (2007). *Indares.com-online systém* [Computer software]. Olomouc: Univerzita Palackého.
- Kudláček, M., & Frömel, K. (2012). *Sportovní preference a pohybová aktivita studentek a studentů středních škol*. Olomouc: Univerzita Palackého.
- Le Masurier, G. C., & Corbin, C. B. (2006). Top 10 reasons for quality physical education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance (JOPERD)*, 77(6), 44–53.
- Miklánková, L. (2013). Výchova dětí ke zdravému životnímu stylu – strategie, intervence, prevence. *Studia Kinanthropologica*, XIV, 2013, (1), 41–48.
- Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy.(2002). *Volný čas a prevence u dětí a mládeže*. Praha: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy.
- Mužík, V. (2007). *Výživa a pohyb jako součást výchovy ke zdraví na základní škole*. Brno: Paido.
- Mužík, V. (2010). Názory občanů České republiky na realizaci kurikula tělesné výchovy v základním vzdělávání. In V. Mužík, P. Vlček et al. (Eds.), *Škola, pohyb a zdraví. Výzkumné výsledky a projekty*. Brno: Masarykova univerzita.
- Mužík, V., & Vlček, P. et al. (2010). *Škola a zdraví 21*. Brno: Masarykova univerzita.



- Národní ústav pro vzdělávání. (2015). *Rámcové vzdělávací programy*. Retrieved 28<sup>th</sup> October 2015 from the World Wide Web: <http://www.nuv.cz/t/rvp>.
- Pate, R., R. (2009). After-school interventions to increase physical activity among youth. *British Journal of Sports Medicine*, 43, 14–18.
- Pávková, J., Hájek, B., Hofbauer, B., Hrdličková, V., & Pavlíková, A. (2008). *Pedagogika volného času*. Praha: Portál.
- Peráčková, J. (2008). *Telovýchovné a športové zájmy v rámci volnočasových aktivit žiakov*. Bratislava: Univerzita Komenského.
- Průcha, J., Walterová, E., & Mareš, J. (2008). *Pedagogický slovník*. Praha: Portál.
- Rychtecký, A. (2006). *Monitorování účasti české mládeže ve sportu a pohybové aktivitě v České republice*. Praha: Univerzita Karlova.
- Říčan, P. (2014). *Cesta životem: vývojová psychologie*. Praha: Portál.
- Sak, P. (2000). *Proměny české mládeže: česká mládež v pohledu sociologických výzkumů*. Praha: Petrklíč.
- SCS. ABZ. CZ (2005-2015). *Slovník cizích slov*. Retrieved 20<sup>th</sup> October 2015 from the World Wide Web: <http://slovník-cizich-slov.abz.cz/web.php/slovo/preference>.
- Sekot, A. (2003). *Sport a společnost*. Brno: Paido.
- Sigmund, E., Frömel, K., Chmelík, F., Lokvencová, P., & Groffik, D. (2009). Oblíbený obsah vyučovacích jednotek tělesné výchovy – pozitivně hodnocený prostředek vyššího tělesného zatížení děvčat. *Tělesná kultura*, 32(2), 45–63.
- Sigmund, E., Frömel, K., Neuls, F., Skalík, K., & Groffik, D. (2002). Inaktivita v životním způsobu adolescentních dívek klasifikovaných podle úrovně tělesné hmotnosti. *Acta Universitatis Palackinae Olomucensis. Gymnica*, 32(1), 17–25.
- Sigmund, E., & Sigmundová D. (2011). *Pohybová aktivita pro podporu zdraví dětí a mládeže*. Olomouc: Univerzita Palackého.
- Sovová, E., & Pastucha, D. (2012). *Přehled doporučení pro předpis pohybové aktivity v primární prevenci onemocnění*, 92(8), 437–439.
- Stackeová, D. (2009). Doporučení pohybové aktivity pro děti a dospívající. *Tělesná výchova a sport mládeže*, 75(2), 25–31.
- Stejskal, P. (2004). *Proč a jak se zdravě hýbat*. Břeclav: Presstempus.
- Švaříček, R., & Šedřová, K. (2014). *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál.

- Učitel'ské noviny. (2002). *Škola může zlepšit fyzickou zdatnost dětí*. Retrieved 28<sup>th</sup> October 2015 from the World Wide Web: <http://www.ucitelskenoviny.cz/?archiv&rok=2002>.
- Vágnerová, M. (2012). *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Praha: Karolinum.
- Valjent, Z., & Flemr, L. (2010). Sportovní aktivity dětí ve Středočeském kraji. *Česká kinantropologie: časopis Vědecké společnosti kinantropologie*. Praha: Vědecká společnost kinantropologie.
- Vašíčková, J., & Frömel, K. (2009). Pohybově aktivní životní styl adolescentů České republiky: Východiska pro kurikula tělesné výchovy. *Česká kinantropologie*, 13(4), 70–76.
- Vilímová, V. (2009). *Didaktika tělesné výchovy*. Brno: Masarykova univerzita.
- Vzdělání21. (2015). *Hodnocení projektu*. Retrieved 16<sup>th</sup> October 2015 from the World Wide Web: <http://www.vzdelani21.cz/hodnoceni-projektu/>.
- World Health Organization. (2011). *Global recommendations on physical activity for health*. Geneva: World Health Organization.
- Zhang, T., Thomas, K., & Weiller, K. (2015). Predicting physical activity in 10-12 year old children: A social ecological approach. *Journal of Teaching in Physical Education*, 34(3), 517–536.
- Základní škola Mládeže 3, Znojmo (2015). *Základní škola, Mládeže 3, Znojmo*. Retrieved 24<sup>th</sup> August 2015 from the World Wide Web: <http://www.zsmladeze.cz/>.

## **11 SEZNAM PŘÍLOH**

**Příloha 1** Dopis ředitele školy

**Příloha 2** Dotazník sportovních preferencí

**Příloha 3** Anketa pro učitele tělesné výchovy

**Příloha 4** Inventář tělesné výchovy na ZŠ Mládeže 3, Znojmo

## **Příloha 1** Dopis ředitelce školy

Vážená paní ředitelko,

Jmenuji se Veronika Ziková a jsem studentkou 2. ročníku navazujícího magisterského studia, Fakulty tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci. Studuji učitelství v kombinaci tělesná výchova – geografie a ráda bych na Vaší škole uskutečnila výzkum pro svoji diplomovou práci. Výzkumu by se účastnili žáci celého druhého stupně základní školy. Mým hlavním cílem bude vyhodnotit sportovní preference Vašich žáků pomocí dotazníku umístěného na webových stránkách prostřednictvím systému Indares.com. Každý žák se zdarma zaregistruje a vyplní mnou požadovaný dotazník. Vše bych uskutečnila v rámci tělesné výchovy. Žáky bych informovala o systému Indares.com, ukázala bych možnosti systému a také bych jim ráda sdělila informace o problematice nedostatečného pohybu dětí a mládeže. Téma je v dnešní době velmi aktuální. Výsledky z dotazníků budou sloužit pouze pro účely mé diplomové práce a v případě zájmu Vám výsledky mého výzkumu ráda poskytnu.

Předem Vám velice děkuji.

Souhlasím – nesouhlasím, aby na Základní škole, Mládeže 3, Znojmo byl uskutečněn výzkum sportovních preferencí žáků celého druhého stupně.

.....

Podpis ředitelky školy

## Příloha 2 Dotazník sportovních preferencí

### Dotazník sportovních preferencí

Krok: 1/9

Uveďte účast v pravidelně prováděné a organizované sportovní aktivitě (tj. pod vedením učitele nebo trenéra) během týdne ve volném čase v posledních 12 měsících - mimo prázdniny a dovolenou.

Provádím organizovanou sportovní aktivitu:

Druh sportovní aktivity:

Sportovní aktivity:

Hodin za týden:

Uveďte nejčastěji prováděnou neorganizovanou sportovní aktivitu ve volném čase v posledních 12 měsících - letní období:

Druh sportovní aktivity:

Sportovní aktivity:

Uveďte nejčastěji prováděnou neorganizovanou sportovní aktivitu ve volném čase v posledních 12 měsících - zimní období:

Druh sportovní aktivity:

Sportovní aktivity:

[Další >](#)

Krok: 2/9

Zvolte 5 nejoblíbenějších aktivit v dané skupině, kterým byste se rádi věnovali. Na první místo uveďte nejoblíbenější aktivitu, na druhé druhou nejoblíbenější, atd...

Individuální sporty
Atletika (běžecké aktivity)
Badminton
Bowling (kuželky, kulečnickové sporty, petangue)
Bruslení (krasobruslení, rychlobruslení)
Cyklistika (rychlостní, terénní, sálová)
Golf (minigolf)
Kanoistika, veslování
Kombinované sporty (triatlon, moderní pětiboj)
Lyžování běžecké (biatlon, severská kombinace)
Lyžování sjezdové (alpské, akrobatické, rychlostní)
Plavání
Snowboarding
Sportovní gymnastika
Squash (ricochet, racquetball)
Stolní tenis
Střelba, lukostřelba
Tenis (soft tenis)

První místo:

Druhé místo:

Třetí místo:

Čtvrté místo:

Páté místo:

[< Předchozí](#) [Další >](#)

Zvolte 5 nejoblíbenějších aktivit v dané skupině, kterým byste se rádi věnovali. Na první místo uveďte nejoblíbenější aktivitu, na druhé druhou nejoblíbenější, atd...

Týmové sporty
Americký fotbal
Baseball, softball (další pálkové hry)
Basketbal
Curling
Florbal (pozemní hokej, hokejbal)
Fotbal (futsal)
Frisbee
Házená (vybíjená)
Lakros
Lední hokej (in-line)
Nohejbal
Ragby
Vodní pólo („vodní verze“ ostatních sportů)
Volejbal (beach, přehazovaná)

První místo:

Druhé místo:

Třetí místo:

Čtvrté místo:

Páté místo:

[< Předchozí](#) [Další >](#)

Krok: 4/9

Zvolte 5 nejoblíbenějších aktivit v dané skupině, kterým byste se rádi věnovali. Na první místo uveďte nejoblíbenější aktivitu, na druhé druhou nejoblíbenější, atd...

Kondiční aktivity
Běh (jogging)
Bodystyling
Jóga
Kondiční chůze (nordic walking)
Kulturistika
Posilovací cvičení
Spinning
Sportovní aerobik
Taebo (box aerobik)
Tai-Chi
Zdravotní cvičení

První místo:

Druhé místo:

Třetí místo:

Čtvrté místo:

Páté místo:

[< Předchozí](#) [Další >](#)

Krok: 5/9

Zvolte 5 nejoblíbenějších aktivit v dané skupině, kterým byste se rádi věnovali. Na první místo uveďte nejoblíbenější aktivitu, na druhé druhou nejoblíbenější, atd...

Sportovní aktivity ve vodě
Cvičení ve vodě (aquagymnastika, aqua aerobik)
Plavání s ploutvemi (potápění)
Skoky do vody
Synchronizované plavání
Zdravotní plavání (koupání)

První místo:

Druhé místo:

Třetí místo:

Čtvrté místo:

Páté místo:

[< Předchozí](#) [Další >](#)

Zvolte 5 nejoblíbenějších aktivit v dané skupině, kterým byste se rádi věnovali. Na první místo uveďte nejoblíbenější aktivitu, na druhé druhou nejoblíbenější, atd...

Sportovní aktivity v přírodě
Boardové sporty (skateboard, surfing, kiting)
Bruslení (in-line, kolečkové)
Cykloturistika
Golf
Jezdectví
Lanové aktivity
Létání, plachtění, rogalo
Lezení (horolezectví, bouldering, umělá stěna)
Lodní aktivity (rafting, kajak, kanoe, jachting)
Lyžování běžecké
Lyžování sjezdové, skialpinismus
Motorismus, skicross, vodní motorismus
Orientační aktivity (radiové, lyžařské)
Parašutismus (paragliding, skydiving, airboarding)
Pěší turistika, chůze na sněžnicích, tramping
Plavání, koupání, vodní atrakce, skákání do vody
Snowboarding

První místo: Druhé místo: Třetí místo: Čtvrté místo: Páté místo: 

[< Předchozí](#) [Další >](#)

Zvolte 5 nejoblíbenějších aktivit v dané skupině, kterým byste se rádi věnovali. Na první místo uveďte nejoblíbenější aktivitu, na druhé druhou nejoblíbenější, atd...

Bojová umění
Aikido
Box
Judo
Karate
Kick-box (thai-box)
Kung-Fu
Musado
Taekwon-Do
Zápas (sumo)

První místo: Druhé místo: Třetí místo: Čtvrté místo: Páté místo: 

[< Předchozí](#) [Další >](#)

Zvolte 5 nejoblíbenějších aktivit v dané skupině, kterým byste se rádi věnovali. Na první místo uveďte nejoblíbenější aktivitu, na druhé druhou nejoblíbenější, atd...

Rytmické a taneční aktivity
Balet, výrazový tanec
Bojové tance (capoeira)
Latinsko-americké tance
Lidové tance (country)
Moderní gymnastika
Moderní tance (break dance, disko, hip-hop)
Orientální tance (břišní tanec)
Rock'n'roll
Standardní tance
Taneční aerobik

První místo: Druhé místo: Třetí místo: Čtvrté místo: Páté místo: 

[< Předchozí](#) [Další >](#)

Zvolte 5 nejoblíbenějších typů aktivit, kterým byste se rádi věnovali. Na první místo uveďte nejoblíbenější typ aktivit, na druhé druhé nejoblíbenější, atd...

Sportovní aktivity - souhrně
Individuální sporty
Týmové sporty
Kondiční aktivity
Sportovní aktivity ve vodě
Sportovní aktivity v přírodě
Bojová umění
Rytmické a taneční aktivity

První místo:

Druhé místo:

Třetí místo:

Čtvrté místo:

Páté místo:

Vyberte svoji absolutně nejoblíbenější aktivitu.

Sportovní aktivita:

[< Předchozí](#) [Ulož data](#)



### **Příloha 3** Anketa pro učitele tělesné výchovy

Vážení kolegové,

ve své diplomové práci se zabývám sportovními preferencemi žáků ZŠ Mládeže 3 ve Znojmě. Pro svoji práci jsem vytvořila anketu, o jejíž vyplnění Vás touto formou žádám. Téma, kterým jsem se zabývala, je aktuální. Domnívám se, že jako učitele tělesné výchovy by Vás mohly zajímat sportovní preference žáků na vašem pracovišti. Vaše názory jsou pro moji práci velmi přínosné a důležité. K anketě jsou přiloženy i výsledky sportovních preferencí žáků vaší školy.

Anketa je anonymní a nezabere Vám více než 10 minut. Vaše názory budou uveřejněny pouze v mé práci.

1. Jakého jste pohlaví?

a) Muž

b) Žena

2. Zakroužkujte kategorii svého věku.

a) Do 30 let

b) 30 – 35 let

c) 35 – 45 let

d) Nad 45 let

3. Jaká je délka Vaší praxe ve školství? (v letech)

.....

4. Co si představíte pod pojmem sportovní preference?

.....  
.....  
.....

5. Jaký je Váš názor na sportovní preference žáků v dnešní době? (obecně)

.....  
.....  
.....  
.....

6. Zaznamenali jste snížený zájem (na Vaší škole) o pohybovou aktivitu v rámci tělesné výchovy? Čím je podle Vás tento snížený zájem způsoben?

.....  
.....  
.....  
.....

7. Domníváte se, že by bylo možné upřednostnit zájmy žáků nad tradiční školní výukou tělesné výchovy?

.....  
.....  
.....

8. Myslíte si, že předložené výsledky o sportovních preferencích žáků Základní školy Mládeže 3, přinesou ve Vaší škole změnu ve výuce tělesné výchovy?

.....  
.....  
.....

9. Jaká je Vaše nejoblíbenější pohybová aktivita? Upřednostňujete Vaši preferovanou pohybovou aktivitu v rámci hodin tělesné výchovy?

.....  
.....  
.....

10. Myslíte si, že jsou na Základní škole Mládeže 3 dostačující podmínky a také vybavení (náradí a náčiní) pro preferované sportovní vyžití žáků?

.....  
.....  
.....

11. Byli byste ochotni absolvovat kurzy, nebo semináře pro atraktivnost výuky tělesné výchovy na základě předložených výsledků sportovních preferencí žáků?

.....  
.....

**Příloha 4** Inventář tělesné výchovy na ZŠ Mládeže 3, Znojmo

<b>Sport</b>	<b>Nářadí, náčiní a ostatní vybavení</b>	<b>Kus</b>
<b>Atletika</b>	Plastové nízké překážky	15
	Kriketové míčky	18
	Granáty	9
	Tréninkový žebřík	2
	Pásmo 10 m	1
	Pásmo 20 m	1
	Dřevěné štafetové kolíky	10
	Tretry	12 párů
<b>Basketbal</b>	Basketbalový koš	8
	Basketbalový míč	20
<b>Fitness</b>	Medicinbal 3 kg	8
	Medicinbal 2 kg	3
	Medicinbal 1 kg	10
	TRX	16
	Gymnastický míč	14
	Činka VINYL 2 kg	4
	Činka VINYL 1 kg	6
	Švihadlo	25
	Expander	4
	Závěsná hrazda	1
	Ribstol	14
	Lavička	16
	Karimatka	12
	<b>Florbal</b>	Branky velké
Branky malé		2
Florbalové hole		26
Míček		21
Brankařská helma		4
Brankařské kalhoty		2
Brankařský dres		3
Chrániče na kolena		4
<b>Fotbal</b>	Míč	8
	Branka	6
<b>Gymnastika</b>	Žíněnka	12
	Koberec pro akrobacii	1
	Hrazda	1
	Gymnastické kruhy	2
	Švédská bedna	5

	Koza	4
	Kůň	1
	Bradla	1
	Doskoková žíněnka	1
	Odrazový můstek	4
	Tyč na šplh	8
	Lano na šplh	6
	Lano na přetahování	2
<b>Softball</b>	Míček	5
	Pálka	2
<b>Stolní tenis</b>	Pálka	34
	Stůl	4
	Míček	12
<b>Volejbal</b>	Míč	26
	Síť	5
<b>Zimní sporty</b>	Lyžařské boty	14 párů
	Lyže	14 párů
<b>Ostatní</b>	Kužel	12
	Kloboučky – mety	22
	Stopky	4
	Rozlišovací dres červený	12
	Rozlišovací dres zelený	12
	Rozlišovací dres černý	12
	Rozlišovací dres oranžový	12
	Reakční míček velký	3
	Reakční míček malý	5
	Ringo kroužek	6
	Netbook	1
	Různá sportovní DVD	6
	Reproduktor	4
	Dataprojektor	1