

Univerzita Hradec Králové
Pedagogická fakulta

Diplomová práce

2023

Bc. Kristýna Fialová

Univerzita Hradec Králové
Pedagogická fakulta
Ústav primární, preprimární a speciální pedagogiky

Volnočasové pohybové aktivity pro děti předškolního věku

Diplomová práce

Autor: Bc. Kristýna Fialová
Studijní program: N0112A300001 Pedagogika předškolního věku se zaměřením na děti se speciálními potřebami
Studijní obor: Pedagogika předškolního věku se zaměřením na děti se speciálními potřebami
Vedoucí práce: Mgr. Lucie Francová, Ph.D.

Zadání diplomové práce

Autor: Kristýna Fialová

Studium: P20P0170

Studijní program: N0112A300001 Pedagogika předškolního věku se zaměřením na děti se speciálními potřebami

Studijní obor: Pedagogika předškolního věku se zaměřením na děti se speciálními potřebami

Název diplomové práce: **Volnočasové pohybové aktivity pro děti předškolního věku**

Název diplomové práce AJ: Physical leisure activities for preschool children

Cíl, metody, literatura, předpoklady:

Diplomová práce se zabývá tématem pohybových volnočasových aktivit, určených pro děti předškolního věku. Hlavním cílem je analyzovat aktuální stav volnočasových pohybových aktivit u dětí předškolního věku. Práce bude zjišťovat důvody výběru aktivit, nabídku a obecné přínosy volnočasových pohybových aktivit. V teoretické části bude představen pojem volný čas dětí předškolního věku a jeho vliv na rozvoj dítěte. Bude uveden přehled současných projektů a vybraných organizací, které se zabývají pohybovými aktivitami pro děti předškolního věku. V praktické části bude rozebrána nabídka pohybových kroužků v mateřských školách, jejich organizace, zájem ze strany rodičů a vzájemné porovnání (zájmu a nabídky).

Metody práce: dotazování, analýza.

Klíčová slova: předškolní věk, pohybové aktivity, volný čas, pohyb, pohybové kroužky.

Opravilová, E. (2016). *Předškolní pedagogika*. Praha: Grada.

Hájek, B., Hofbauer, B., Pávková, J. (2011). *Pedagogické ovlivňování volného času: trendy pedagogiky volného času*. Praha: Portál.

Spousta, V. (1994). *Teoretické základy výchovy ve volném čase: úvod do studia pedagogiky volného času*. Brno: Masarykova univerzita.

Knotová, D. (2011). *Pedagogické dimenze volného času*. Brno: Paido.

Matějček, Z. (2014). *Prvních 6 let ve vývoji a výchově dítěte*. Praha: Grada

Zadávací pracoviště: Katedra tělesné výchovy a sportu, Pedagogická fakulta

Vedoucí práce: Mgr. Lucie Francová, Ph.D.

Oponent: Mgr. Dita Culková, Ph.D.

Datum zadání závěrečné práce: 5. 1. 2020

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci Volnočasové a pohybové aktivity pro děti předškolního věku vypracovala pod vedením vedoucí závěrečné práce samostatně a uvedla jsem všechny použité prameny a literaturu.

V Pardubicích, dne

.....

Prohlášení

Prohlašuji, že diplomová práce je uložena v souladu s rektorským výnosem č. 13/2017 (Řád pro nakládání s bakalářskými, diplomovými, rigorózními, dizertačními a habilitačními pracemi na UHK).

Datum:

Podpis studenta:

Poděkování

Ráda bych poděkovala Mgr. Lucii Francové, Ph.D. za odborné vedení práce, poskytování cenných rad a věcných připomínek při psaní této práce. Dále bych chtěla poděkovat mateřským školám, které mi umožnily s nimi spolupracovat.

Anotace

FIALOVÁ, Kristýna. *Volnočasové pohybové aktivity pro děti předškolního věku*. Hradec Králové: Pedagogická fakulta Univerzity Hradec Králové, 2023. 101 s. Diplomová práce.

Diplomová práce se zabývá tématem pohybových volnočasových aktivit, určených pro děti předškolního věku. Hlavním cílem je analyzovat aktuální stav volnočasových pohybových aktivit u dětí předškolního věku. Práce bude zjišťovat důvody výběru aktivit, nabídku a obecné přínosy volnočasových pohybových aktivit. V teoretické části bude představen pojem volný čas dětí předškolního věku a jeho vliv na rozvoj dítěte. Bude uveden přehled současných projektů a vybraných organizací, které se zabývají pohybovými aktivitami pro děti předškolního věku. V praktické části bude rozebrána nabídka pohybových kroužků v mateřských školách, jejich organizace, zájem ze strany rodičů a vzájemné porovnání (zájmu a nabídky).

Klíčová slova: předškolní věk, pohybové aktivity, volný čas, pohyb, pohybové kroužky

Annotation

FIALOVÁ, Kristýna. Physical leisure activities for preschool children. Hradec Králové: Pedagogická fakulta Univerzity Hradec Králové, 2023. 101 s. Diplomová práce.

The diploma thesis deals with the topic of physical leisure activities intended for children of preschool age. The main goal is to analyze the current state of leisure-time physical activities among children of preschool age. The thesis will investigate the reasons for choosing activities, the offer and general benefits of leisure time physical activities. In the theoretical part, the concept of free time of preschool children and its influence on child development will be presented. An overview of current projects and selected organizations that deal with physical activities for preschool children will be presented. In the practical part, the offer of exercise clubs in kindergartens, their organization, interest on the part of parents and mutual comparison (interest and offer) will be discussed.

Keywords: preschool age, physical activities, leisure, movement, exercise clubs

Obsah

ÚVOD.....	11
1 TEORETICKÁ VÝCHODISKA.....	13
1.1 Vývoj a potřeby dítěte předškolního věku	13
1.1.1 Tělesný a motorický vývoj	13
1.1.2 Kognitivní vývoj	16
1.1.3 Sociální a emoční vývoj.....	17
1.1.4 Potřeby dítěte předškolního věku	18
1.2 Problematika volného času	20
1.2.1 Charakteristika volného času	21
1.2.2 Význam volného času.....	22
1.2.3 Vliv volného času na rozvoj dítěte	24
1.2.4 Vliv rodiny na volný čas dítěte	25
1.2.5 Pedagogické ovlivňování volného času – pedagog volného času	27
1.3 Zájmové činnosti dětí předškolního věku	28
1.3.1 Typy zájmů a zájmových činností	29
1.3.2 Zájem u dětí předškolního věku.....	32
1.3.3 Neformální a zájmové vzdělávání	33
1.3.4 Výběr zařízení a organizací poskytující pohybové zájmové vzdělávání a činnosti	35
1.4 Přehled vybraných projektů zabývajících se pohybem u dětí předškolního věku	39
1.5 Bezpečnost a ochrana zdraví	41
1.5.1 Přínosy organizovaných pohybových volnočasových aktivit.....	42
1.5.2 Rizika organizovaných pohybových volnočasových aktivit	43
2 CÍLE, ÚKOLY A VÝZKUMNÉ OTÁZKY	44
2.1 Cíle.....	44
2.1.1 Dílčí cíle.....	44
2.2 Úkoly.....	44
2.3 Výzkumné otázky.....	44
3 METODIKA PRÁCE	45
3.1 Vymezení průzkumného souboru	45
4 VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ	49
4.1 Vyhodnocení dotazníkové šetření	49
4.2 Organizace pohybových kroužků v rámci mateřských škol	65
5 DISKUSE.....	70

6	SHRNUTÍ.....	73
7	ZÁVĚR.....	77
8	SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	79
9	PŘÍLOHY	86

ÚVOD

Tématem diplomové práce jsou volnočasové pohybové aktivity pro děti předškolního věku.

V dnešní době, která je plná digitálních technologií, se děti už od předškolního věku dostávají do kontaktu právě s různými tablety, počítači, televizí a rády u nich tráví svůj volný čas. Podle nejaktuálnějšího zjištění, Jantová, Janto (2022) upozorňují na to, že děti jsou poté více pasivnější, nemají dostatek pohybu a tento problém se poté projevuje například v podobě dětské obezity, nezdravého životního stylu, fyzické neobratnosti a děti neberou pohyb jako přirozenou součást života. Důležitost pohybové aktivity ve volném čase uvádí i PhDr. Helena Chvátalová, podle které pohybové činnosti pozitivně ovlivňují duševní zdraví jedinců, jejich celkovou osobní pohodu a zároveň přispívají k udržení si vhodné tělesné hmotnosti. Rodiče by si ale měli dát pozor, aby měly děti v rámci pohybových volnočasových aktivit především z pohybu radost a samy ho následně vyhledávaly a braly ho ve svém volném čase jako příjemnou záležitost (Chvátalová, 2022). Díky pohybu ve volném čase děti získávají potřebné sebevědomí, učí se pomáhat si, spolupracovat a hodnotit sebe samy. Přínos pohybu pro dětský vývoj by se neměl podle doc. PhDr. Hany Dvořákové podceňovat, měly by pro něj být vytvořeny potřebné podmínky, aby si děti už od útlého věku osvojovaly základy pohybových stereotypů (Dvořáková, 2002).

Cílem diplomové práce je analyzovat aktuální stav volnočasových pohybových aktivit u dětí předškolního věku a zjistit, jaká je nabídka pohybových kroužků v mateřských školách v Pardubicích. Z dotazníkového šetření budu zjišťovat, jaký vidí rodiče největší přínos pohybových kroužků, co je pro ně nejdůležitější při výběru dané aktivity, o jaké pohybové kroužky by měly zájem a jakým pohybovým aktivitám se věnují společně s jejich dětmi oni sami.

V teoretických východiscích bude nejprve popsán vývoj dětí předškolního věku. Dále se budu zabývat volným časem, jeho významem a vlivem na rozvoj dítěte. Co je to zájem, zájmová činnost a jaké jsou typy zájmových činností.

Zaměřím se i na přínosy a rizika organizovaných volnočasových pohybových aktivit. V práci bude také uveden přehled organizací a pohybových kroužků pro děti předškolního věku ve vybrané lokalitě a výběr projektů, které se zabývají pohybem u předškolních dětí.

V praktické části rozeberu výsledky z dotazníkové šetření, které bylo provedeno ve čtyřech mateřských školách v Pardubicích, a také organizaci jednotlivých pohybových kroužků v oslovených mateřských školách.

Diplomová práce by měla přinést přehled aktuální nabídky pohybových kroužků v mateřských školách ve vybrané lokalitě, názor rodičů na sportovní kroužky z hlediska jejich přínosu pro děti a také porovnání mezi zájmem o nadstandardní pohybové činnosti v mateřských školách ze strany rodičů a nabídkou jednotlivých mateřských škol. Mateřským školám by měla tato práce přinést informace o tom, jak jsou rodiče s nabídkou sportovních kroužků spokojeni, o které by měli největší zájem, co je pro ně nejdůležitějším faktorem při výběru pohybových kroužků.

1 TEORETICKÁ VÝCHODISKA

1.1 Vývoj a potřeby dítěte předškolního věku

Předškolní období je podle Vágnerové (2000) doba od 3 do 6 let dítěte. Konečná fáze tohoto období není dána pouze fyzickým věkem, ale především sociálně, kdy jedinec nastupuje do základní školy. Dítě se postupně uvolňuje z vázanosti na rodinu, rozvíjí další aktivity a je mu umožněno uplatnit se ve vrstevnické skupině. Kde si také osvojuje základní normy chování a komunikace.

Podobně vidí i toto období Šimíčková (2010), podle které má předškolní věk dvě rozmezí. Prvním důležitým bodem je vstup do mateřské školy, přibližně okolo třetího a čtvrtého roku dítěte. Následujícím bodem je vstup do základní školy, poté co jedinec dovrší 6 let věku.

Období předškolního věku bývá považováno za jedno z nejzajímavějších vývojových období člověka. Můžeme se setkat i s názvem „období hry“, protože aktivita dítěte se ve hře projevuje nejvíce. Jedinec projevuje velký zájem o vše, co se kolem něho děje (Šulová, 2004).

Vývoj dítěte probíhá po celý jeho život. Rovněž není určen pouze dědičnými vlohami, neprobíhá stejnoměrně ani pravidelně ve všech vývojových fázích. Jednotlivé fáze jsou ovlivňovány jak vnitřními, tak i vnějšími vlivy. Každé dítě je individuální, proto i rychlost daných fází ve vývoji může být odlišná a objevují se zde individuální rozdíly ve zvládnutí určitých dovedností (Michalová, 2007).

Allen a Marotz (2002) dále uvádějí, že změny ve vývoji postupují od jednodušších ke složitějším a podrobnějším. V rámci vývoje můžeme hovořit o tzv. procesu změn. Tyto změny jsou podstatné pro další rozvíjení vědomostí, dovedností a chování. Průběh procesu změn je u dětí převážně stejný. Jediné, co se může u jednotlivců lišit je tempo vývoje.

1.1.1 Tělesný a motorický vývoj

Jedinec, který dosáhl třetího roku života, zakončil velmi důležitou etapu svého vývoje. Naučil se chodit a zcela se pohybovat po vzoru dospělých. Předškolní období dítěte je fáze, ve které nejsou další změny až tak nápadné. Nicméně jedná se o změny stále velmi významné, například v rámci pohybové obratnosti.

Dále Langmeier a Krejčířová (1998) uvádějí, že motorický vývoj v tomto období můžeme nazvat jako stále zdokonalování se, zlepšení pohybové koordinace, větší hbitosti a elegance pohybů.

Motorický vývoj souvisí s celkovou aktivitou dítěte mezi třetím až šestým rokem, s možností pohybu a procvičováním, s podmínkami, které dítě pro rozvoj motorických schopností má (Šulová, 2004, s. 67).

Šulová (2004) dále uvádí, že dítě v předškolním období vyrostne přibližně o 5–7 cm, končetiny se protáhnou, proporce mezi tělem a hlavou jsou nyní už souměrnější. Stejného názoru jsou i Allen a Marotz (2002), kteří dále uvádějí tepovou frekvenci předškolních dětí v průměru 90 až 110 tepů za minutu. Spodní končetiny u dětí rostou rychleji než horní končetiny, proto díky tomu vypadají vyšší a štíhlejší. Současně mizí i dětská baculatost a postoj je vzpřímenější.

Somatický vývoj probíhá u dětí velmi rychle. V průběhu prvního roku se hmotnost dítěte zvýší průměrně třikrát, tedy zhruba o 10 kg. Než dítě dovrší 6 let, jeho hmotnost se zvýší dvakrát. Na konci předškolního období má tedy jedinec okolo 20–25 kg (Dvořáková, 2006).

Osifikace kostí stále pokračuje a okolo šestého roku dítěte dochází k dovršení osifikace zápěstních kůstek, což je velmi důležité pro rozvoj jemné motoriky. Šimíčková (2010) se dále zmiňuje o tzv. první strukturální přeměně, která vyvolává dočasnou disharmonii v tělesné i duševní oblasti. Díky tomu je nezbytné, aby byla přeměna dokončena předtím, než jedinec nastoupí do základní školy.

V rámci předškolního věku dítě zvládá bez problémů jak chůzi, po rovném i nerovném terénu, tak běh, chůzi po schodech, umí seskočit z nízké lavičky, lézt po žebříku, hodit míč (Langmeier, Krejčířová, 1998).

Allen a Marotz (2002) dále uvádí, že jedinec v tomto období zvládne udržet rovnováhu na jedné noze, skákat, házet a chytat míč, rovněž umí do většího míče i kopat a ovládá i jízdu na tříkolce. Ke konci předškolního věku ovládá dítě i chůzi pozpátku, našlapuje na patu a poté na špičku. Některé děti se zvládnou naučit i kotrmelec. V tomto případě je ale velmi nezbytné, aby se naučily správné provedení pro předcházení úrazům. Při dotýkání se rukou prstů u nohou zvládne tento pohyb bez pokrčení kolen, rovněž v tomto období přejde kladinu.

Díky zmiňované osifikaci kostí se rozvíjí jemná motorika. Dítě si v tomto období hraje rádo s různými druhy materiálů jako je například modelína, kostky, kamínky či korálky. Napodobuje tvary, které ho zaujmou, a to hlavně se zapojením hmatu, kdy právě používá plastelínu, písek a další materiály (Šulová, 2004).

Díky větší zručnosti dochází k pokrokům v rámci soběstačnosti, kdy se dítě nají samo, dokáže se svléknout a obléknout, ale někdo potřebuje ještě určitou dopomoc nebo správně připravit jednotlivé části oblečení. Boty si zvládne zout i obout, postupně se učí zavazovat tkaničky. Malou pomoc vyžaduje i při toaletě, ale ke konci předškolního období zvládá vše samostatně (Langmeier, Krejčířová, 1998).

Jemná motorika dále umožňuje dětem, podle slov Kolektivu autorů (2010), manipulaci s tužkou, voskovkami, nůžkami, jíst nejprve lžící a poté celým příborem.

I Langmeier a Krejčířová (1998) uvádějí, že děti cvičí svou zručnost právě díky hram s pískem, plastelínou, při hře s kostkami. Hlavní rozvoj se poté projevuje i při kresbě, díky které může jedinec dojít k rychlejšímu rozumovému pochopení světa. Nejprve nakreslí horizontální, vertikální a kruhové čáry. Postupně se učí kreslit křížek, čtverec a trojúhelník.

Dítě nejprve kreslí tzv. spontánní čáranice, ve kterých vidí pokaždé něco jiného. Postupně dochází k realističtějším kresbám, kdy jedinec umí napodobit základní tvary. V rámci tohoto období hovoříme při kresbě postavy nejprve o tzv. hlavonožcích, kteří mají pouze velké kolečko, představující hlavu a trup, ze kterého vycházejí končetiny (Šulová, 2004).

Zdokonaluje se zároveň i řeč, ztrácí se počáteční patlavost. Špaňhelová (2004) uvádí, že jedinec je ve třech letech schopen říci krátkou básničku, zazpívat i krátkou písničku a pojmenovat základní barvy.

Řeč se stává hlavním dorozumívajícím prostředkem, dochází ke zlepšení skloňování a časování. Šimíčková (2010) uvádí slovní zásobu předškolního dítěte okolo 3 000 slov.

Ze začátku vede jedinec dlouhé monology, postupně je schopný používat podřadná souvětí. Klade neustále otázky, postupně se ptá na význam slov. Ke konci tohoto období je schopen používat řeč i k regulaci svého chování (Michalová, 2007).

1.1.2 Kognitivní vývoj

J. Piaget, jak uvádí Vágnerová (2000), označil uvažování dětí v předškolním věku jako názorné – intuitivní myšlení. Vyznačuje se malou flexibilitou, nepřesností a prelogičností. Celkově nerespektuje zcela zákony logiky. Typickými znaky, jak dále uvádí Vágnerová (2000) jsou:

- *Egocentrismus* – děti v tomto období zkreslují své úsudky na základě jejich osobních preferencí a na svém subjektivním pohledu. Výstižným příkladem může být například, když dítě nechce, aby ho někdo viděl, tak si pouze zakryje oči rukama a myslí si tedy, že pro druhé je neviditelné.
- *Fenomenismus* – děti berou svět podle toho, jak vypadá, jsou pro ně podstatné skutečné znaky. Jedinec může být soustředěný na určitý obraz reality, který není schopen poté opustit. V souvislosti hovoříme také o prezentismu – vazba na přítomnost.
- *Magičnost* – aby děti lépe pochopily reálný svět, pomáhají si právě svou fantazií, kdy dochází ke zkreslení.
- *Absolutismus* – děti potřebují určitou jistotu, proto jsou přesvědčeny, že vše je definitivní a jednoznačné. Názory dospělých jsou pro ně v určitých situacích nepochopitelné, stejně tak aktuální realita.

V rámci předškolního období, konkrétně hned na začátku okolo tří let, se u dětí objevuje také více uvědomělé myšlení. I Labusová (2014) hovoří o tzv. „magických letech. U dětí vidíme bohatou fantazií, díky které se snadněji orientují v pro ně složitějších situacích.

Langmeier a Krejčířová (1998) rovněž uvádí, že děti v tomto období, zhruba kolem 4 let, přecházejí na vyšší úroveň v myšlení – názorné (intuitivní) myšlení. Jsou schopné uvažovat v celostních pojmech, které se tvoří v závislosti na podstatných podobnostech.

Dále dochází k rozvoji pojmového myšlení. Dítě je schopno používat základní prvky myšlenkových operací – analýzu, syntézu a srovnávání. Postupně se pojmové činnosti rozvíjejí, jedinec se učí vytvářet všeobecné rodové pojmy, dokáže pojmenovat dané předměty společným názvem a tuto skutečnost již chápe (Šimíčková, 2010).

1.1.3 Sociální a emoční vývoj

Podle Langmeiera a Krejčířové (1998) je v předškolním období stále nejvýznamnějším prostředím rodina, která se podílí na primární socializaci jedince. Rodiče jsou pro děti jakýmsi ideálem. Pro děti je velmi důležité, aby se rodičům ve všech směrech co nejvíce podobaly a mohly se s nimi identifikovat.

Šulová (2004) dále uvádí důležitost vrstevníků v rámci socializace dětí předškolního věku. Dochází tak k ovlivňování rozvoje kognitivních struktur – řeči a myšlení, ke zlepšení motoriky. Vrstevníky vyžaduje také ke svým hrám, kde má prostor pro zkoušení různých sociálních rolí a různého chování, které odpozoval právě v rodině.

V předškolním období se u dětí dále rozvíjí i prosociální chování, které se vyznačuje určitým stupněm empatie a respektem k ostatním. Vágnerová (2000) uvádí tři příklady, kdy dochází k rozvoji prosociálního chování.

- 1) Aby mohlo dojít k rozvoji prosociálního chování, je nezbytné, aby měly děti uspokojeny své potřeby bezpečí a jistoty – jedinci, kteří během prvních let života získali pocit důvěry, jsou schopni vnímat svět jako relativně bezpečný.
- 2) Úroveň kognitivních kompetencí – na dosažené úrovni je rozvoj prosociálního chování závislý. Dochází k postupné decentraci a na konci předškolního období vidíme, že děti jsou schopné v částečné míře uvažovat z pohledu jiného člověka.
- 3) Sociální učení – na rozvoj prosociálního chování má vliv mimo jiné i sociální učení. Jedinec by měl mít v rodině vhodný model, podle kterého se chovají i sami rodiče, aby měl vzor a mohlo se od něj očekávat dané žádané chování.

U dětí předškolního věku se můžeme setkat například i s rychlým a nepředvídatelným střídáním nálad, které je jedinec postupně schopen regulovat a ke konci tohoto období nejsou emoční výkyvy už tak výrazné. Dále jsou děti společenské, otevřené, rády se postupně učí spolupracovat s ostatními dětmi a dospělými (Allen, Marotz, 2002).

Děti se velmi často v tomto období projevují plačtivě, jak uvádí Kolaříková (2015), což může být dáno například odloučením od matky, v mateřské škole například ztrátou své hračky, kterou si oblíbilo apod. V rámci svého rozvoje se s touto nespokojeností učí vyrovnat a postupně se plačtivost zmírňuje.

Podle Šulové (2004) je formování základních citových projevů jedním z důležitých faktorů u dětí předškolního věku. Rovněž uvádí, že citové prožívání jedinců je hodně intenzivní, proměnlivé a zároveň krátkodobé. Jak bylo zmíněno výše, děti jsou postupně schopny ovládat své emoční projevy, dokáží se zlobit i samy na sebe. Postupně také ustupuje strach z neznáma, dítě je veselé, rádo spolupracuje.

1.1.4 Potřeby dítěte předškolního věku

Volný čas se může postupem času stát aktivizujícím prvkem života. V dnešní době zaujímá velmi důležité místo, z důvodu naplňování určitých potřeb člověka. Základními požadavky na člověka jsou dle Stašové, Slaninové a Junové (2015) tyto:

Potřeby individuální

- potřeba rekreace – důležitost odpočinku, potřebné zbavení se zátěže v průběhu denního režimu,
- potřeba kompenzace – vědomě si užívat život, poskytnutí rozptýlení, vyrovnávat nedostatky,
- potřeba edukace – lidská touha po zážitcích, vzdělání a poznání,
- potřeba kontempace – čas určený pro sebe sama, užívat si klid a pohodu.

Potřeby obecné – sociální

- potřeba komunikace – důležitost vyhledávání sociálních vztahů, sdílení, kontaktu,
- potřeba integrace – pocit, že jedinec někam patří, sociálního bezpečí, stability,
- potřeba participace – spoluúčast na společenském dění, vlastní iniciativa,
- potřeba enkulturace – možnost účasti na kulturním životě a kreativní rozvoj.

V rámci příznivého vývoje dítěte je nezbytné uspokojování jeho potřeb v dostatečné míře. Dunovský (1999) řadí mezi základní potřeby tyto – biologické, psychické, sociální, vývojové. Všechny zmíněné potřeby se vzájemně prolínají, navazují na sebe a jsou rovněž součástí denního režimu dítěte. Je proto velmi důležité naplňovat všechny oblasti potřeb a klást důraz na významné aspekty, umožňující optimální a správný vývoj dětí. V rámci denního režimu jsou to například vhodná strava, pohyb, základy hygieny, dostatečný spánek, rituály a další.

Aby se dítě mohlo vyvíjet v psychicky zdravou a zdatnou osobnost, je žádoucí, aby se potřeby uspokojovaly náležitě a ve správný čas. Potřebám v období předškolního věku dítěte se věnovali profesor Matějček a docent Langmeier, kteří uvádí následujících pět významných psychických potřeb.

1. Potřeba určitého množství, kvality a proměnlivosti vnějších podnětů
 - důležitost citlivého sledování zájmů dětí a podnětů, které přicházejí od dětí samotných,
 - promyšlenost obsahu výchovně vzdělávací činnosti, aby mohly být děti trvale zásobeny různými podněty a aktivitami.
2. Potřeba určité stálosti, řádu a smyslu v podnětech
 - v důsledku pravidelného programu a určitého denního režimu se děti zklidňují,
 - mělo by docházet k uspořádání a střídání činností, protože pro děti je důležitá potřeba smysluplného světa.
3. Potřeba prvotních citových a sociálních vztahů
 - základním poutem je vztah mezi matkou a dítětem, postupně dochází k navazování dalších vztahů například mezi učitelkou MŠ a jedincem a také mezi vrstevníky, jak v MŠ, tak i mimo ni,
 - děti, které navštěvují mateřské školy jsou často samostatnější a nezávislejší.
4. Potřeba identity, tj. potřeba společenského uplatnění a společenské hodnoty
 - kladné ohodnocování jednotlivých pokroků dětí vzhledem k jejich individuálním schopnostem,
 - poznámkami, připomínkami a soudy ovlivňujeme nejen samotné dítě, ale i jeho postavení v dané skupině.
5. Potřeba otevřené budoucnosti neboli životní perspektiva
 - už i malé děti vzhlíží ke svým určitým cílům,
 - významný je proces osamostatňování, kdy si jedinec uvědomuje vlastní já – to je spojené s vědomím, co už umím, s důvěrou ve své síly a schopnosti,
 - důležité je také zdravé povzbuzování dětí a vytváření bezpečného prostoru pro pochopení přirozené důvěry ve vlastní síly a schopnosti.

(Matějček, 2013)

1.2 Problematika volného času

Téma volný čas dětí se v současné době probírá čím dál častěji především kvůli pasivitě dětí, kdy rády sledují televizi, tráví hodně času u dalších digitálních technologií a tento problém se poté projevuje v podobě dětské obezity a nezdravého životního stylu (Jantová, Janto, 2022).

Hájek, Hofbauer a Pávková (2008) říkají, že podmínky v současném světě a vývoji vytváří dostatečné předpoklady k tomu, aby volnočasové aktivity začínaly být velmi důležitým celoživotním činitelem.

K tématu volného času, konkrétně k jeho využití, se vyjadřuje i několik vědních oborů, které jsou jak tradiční, tak i rozvíjející se. Kaplánek (2006) uvádí například pedagogiku volného času. Problematice volného času se věnovalo a stále věnuje mnoho profesionálních pedagogů, ale i dobrovolníků, aby docházelo ke zkvalitňování jednotlivých nabídek ohledně využití volného času. Volný čas by se měl stát plnohodnotnou součástí života každého jedince a podílet se na jeho rozvoji.

V souvislosti s volným časem hovoříme o vědě o volném čase a o již zmiňované pedagogice volného času. Hájek, Hofbauer a Pávková (2008) vysvětlují tyto dva pojmy následovně:

Věda o volném čase

- zkoumá, jak vznikl volný čas,
- jaký je jeho rozsah, funkce a podmíněnost se společenskou souvislostí,
- zabývá se jeho vstupem mezi jedince už od mladého věku.

Pedagogika volného času

- zkoumá cíl, obsah, pojetí a způsoby výchovného zhodnocování volného času,
- věnuje se organizacím a institucím, uskutečňujícím dané aktivity,
- zabývá se koncepcemi dalšího vývoje volného času, které jsou propracované na základě společenského vývoje.

1.2.1 Charakteristika volného času

„Volný čas je možno chápat jako opak nutné práce a povinností, dobu, kdy si své činnosti můžeme svobodně vybrat, děláme je dobrovolně a rádi, přinášejí nám pocit uspokojení a uvolnění“ (Pávková a kol., 1999, s. 15).

Hofbauer (2004) vymezuje volný čas jako dobu, která zbyde po dokončení pracovních i nepracovních povinností. Jedná se o aktivitu, do které jedinec vstupuje s určitým očekáváním a koná ji na základě samostatného rozhodnutí.

Podobného názoru je i Němec (2002), který považuje volný čas za dobu, kdy si jedinec volí svobodně a dělá aktivity, přinášející mu radost, zábavu, odpočinek a potěšení. Současně se jedná i o sociální dimenzi, nejde tedy jen o dimenzi člověka jako jednotlivce. Spoustu aktivit ve volném čase koná jedinec ve skupinách a různých organizacích. Díky tomu hovoříme o společenském významu, o tvoření sociálních vazeb.

Volný čas v rámci jednoho dne rozděluje Kantorová a kol. (2010) na tři základní části:

1. *Pracovní čas*

- v souvislosti s dětmi je tento čas pojen s návštěvou škol a dospělými v rámci této doby provádějí veškeré své pracovní povinnosti

2. *Vázaný čas*

- část dne, kdy dochází k uspokojování biologických potřeb, dospělí se starají o děti, domácnost a jsou plněny všechny mimopracovní úkoly

3. *Volný čas*

- část dne, která jedincům zbývá po uspokojení základních biologických potřeb a po dokončení všech povinností

Volný čas je ovšem odlišný u dětí a mládeže a u dospělých. Tuto problematiku uvádí Hájek, Hofbauer a Pávková (2008), kteří upozorňují na následovné odlišnosti:

- rozsah,
- obsah,
- míra samostatnosti a závislosti,
- nutnost pedagogického ovlivňování.

Trávení volného času ovlivňují i určité podmínky. Veselá (2006) uvádí například tyto:

- pohlaví,
- věk,
- zdravotní stav – jestli je jedinec zdravý nebo nemocný,
- rodinný stav a rodinné klima,
- bydliště – bydlení ve městě nebo na vesnici,
- roční období – rozdílné způsoby pro trávení volného času poskytuje jaro, léto, podzim, zima,
- pracovní den, volný den.

1.2.2 Význam volného času

V rámci realizování svých volnočasových zájmů, ambicí a hodnocením výsledků si jedinci volnočasových činností mohou ověřit vlastní síly. Díky tomu získávají novou možnost učit se a učinit z těchto poznatků a sil stálou a velmi důležitou součást života. Dochází proto i k utváření osobnosti jedinců (Hájek, Hofbauer, Pávková, 2008).

Mezi hlavní funkce volného času patří:

- odpočinek – dochází k regeneraci pracovní síly,
- zábava – dochází k regeneraci duševních sil,
- rozvoj osobnosti – dochází ke spoluúčasti na vytváření kultury (Hofbauer, 2004).

Podle Kantorové (2010) je významných těchto pět základních funkcí volného času:

- socializační (společenská) funkce – úkolem je vytváření podmínek nezbytných pro navazování vztahů, vznikajících ve skupinách ve volném čase,
- seberealizační funkce – u jedinců dochází k rozvoji jejich zájmů, nadání a schopností,
- zdravotně hygienická funkce – snaží se o rovnováhu mezi zátěží a odpočinkem,
- formativně výchovná funkce – dochází tak k formování celé osobnosti jedince, jeho charakteru, vůle a motivace,
- preventivní funkce – pokud je volný čas prožívaný přínosnými činnostmi, můžeme tak předcházet sociálně patologickým jevům.

Volný čas je dále chápán jako prostor pro seberealizaci jedinců, kdy si mohou potvrdit sebe sama při daných aktivitách a ověřit si tak své osobní předpoklady. Volný čas je prostor, ve kterém mohou být činnosti prováděny nezávisle na povinnostech. Nejde tedy o žádnou povinnost, ale o jistou lidskou potřebu seberealizace a potvrzování si smyslu svého života. To vše vede k mnohostrannému rozvoji jedince (Vážanský, 2000).

Každé dítě má právo na volný čas. Toto právo obsahuje Úmluva o právech dítěte. Konkrétně článek 31 hovoří o tom, že je dítěti uznáno právo na odpočinek a volný čas, dále účastnit se her a oddechových činností, kulturního života a uměleckých činností, které odpovídají věku jedince.

V roce 1993 byla schválena Charta výchovy pro volný čas, kterou odsouhlasilo Světové sdružení pro rekreaci a volný čas. Mezi nejdůležitější body charty patří tyto:

1. Jedinci mají právo na realizaci volnočasových aktivit, ale tyto činnosti nesmí být v rozporu s normami a sociálními hodnotami spoluobčanů.
2. Volnočasové aktivity jsou významné jak pro kvalitu života, tak i pro zdraví osob a jejich vzdělávání. Lidé by proto měli mít dostatek možností, jak trávit svůj volný čas.
3. Díky činnostem, které jedinci provádí ve volném čase, dochází k jejich seberealizaci, osobnostnímu a společenskému rozvoji. To vše vede ke zkvalitnění jejich života.
4. Stát by se měl postarat o dostatek pracovníků, kteří pracují ve volnočasové sféře, měl by jim poskytnout potřebné vzdělání. Dále by měl stát klást důraz na vytvoření podmínek, které jsou nezbytné pro vznik organizací a sdružení, zabývající se volným časem.
5. Na důležitost rekreace a volného času by měla upozorňovat vzdělávací zařízení a zároveň by je měla integrovat do způsobu života jedinců.

(Stašová, Slaninová, Junová, 2015)

1.2.3 Vliv volného času na rozvoj dítěte

V současné době se o volném čase mluví častěji a je k tomuto tématu přitahována větší pozornost. Pro jedince znamená volný čas dlouhodobou perspektivu života a výchovy, dochází k jejich rozvoji a seberealizaci. Už od dětství by se proto k volnému času mělo přistupovat smysluplně (Hájek, Hofbauer, Pávková, 2008).

Při aktivitách vykonávaných ve volném čase si podle Hofbauera (2004) děti osvojují nový obsah a získávají tak nové sociální zkušenosti.

V rámci volnočasových činností, které děti baví, cítí se při nich dobře a jistě, dochází k rozvoji a posílení jejich sebeúcty, k uspokojování jejich potřeb a prožitků (Jantová, Janto, 2022).

Galloway (2007) uvádí, že dětské tělo bylo stvořeno pro pohyb, který mu velmi prospívá. Proto by děti měly pochopit důležitost pohybu a ve volném čase se věnovat pohybovým činnostem, při kterých bude docházet právě k celkovému pohybovému rozvoji a zlepšování jejich pohybových schopností a dovedností.

Pro děti je pohyb přirozená potřeba, jak uvádí Galloway (2007). Pokud jsou děti fyzicky zatížené, jsou nuceni řešit různé situace. Dochází tedy k prvotnímu rozvoji myšlení. U dětí, které se už od předškolního věku učí řešit problémy spojené s pohybem intuitivně, jsou předpoklady pro jednodušší učení se dalších složitějších pohybových činností ve starším věku.

Podle Chvátalové (2022) je rovněž ve volném čase dětí důležitá pohybová aktivita, která ovlivňuje pozitivně duševní zdraví jedinců, jejich celkovou osobní pohodu a zároveň přispívá k udržení si vhodné tělesné hmotnosti. V rámci těchto volnočasových aktivit by se měli ale rodiče snažit, aby měly děti především z pohybu radost a samy ho následně vyhledávaly a braly ho ve svém volném čase jako příjemnou záležitost.

Například v rámci pohybových aktivit ve volném čase dochází k učení se, jak ovládat své tělo, jak si poradit v okolí jedince a tím posbírat potřebné zkušenosti. Dále Dvořáková (2002) uvádí, že díky pohybu mohou děti vyjádřit sebe sama a zároveň se učí komunikovat s ostatními jedinci. Díky pohybu ve volném čase děti získávají potřebné sebevědomí, učí se pomáhat si, spolupracovat a hodnotit sebe samy.

Přínos pohybu pro dětský vývoj by se neměl podceňovat, měly by pro něj být vytvořeny potřebné podmínky, aby si děti už od útlého věku osvojovaly základy pohybových stereotypů.

Mezi hlavní prvky volnočasových aktivit řadí například Kantorová (2010) hru a herní činnosti. Prostřednictvím hry děti rozvíjejí své zkušenosti a osvojují si nové vědomosti a dovednosti. Hra zároveň přináší radost a děti mohou zažít pocit úspěchu.

1.2.4 Vliv rodiny na volný čas dítěte

Pro děti předškolního věku je rodina primární sociální skupinou, která je zároveň i prvním prostředím volnočasové výchovy a života. Dále podle Hofbauera (2004) je rodina místem, které vytváří hmotné i sociální podmínky, začíná s výchovou a podílí se na vzdělání. Rovněž dává základ mezilidským vztahům a základům hodnotové orientace.

Už od mala jsou pro děti rodiče emocionálně významnou autoritou. Pro děti předškolního věku jsou jakýmsi ideálem, kterému se snaží ve všech směrech co nejvíce podobat a identifikovat se s ním (Vágnerová, 2000).

I podle Kantorové (2010) je rodina přirozeným prostředím výchovy, podílející se na prožívání a ovlivňování volného času jedinců. První zkušenosti s volným časem získávají děti právě v rodině a díky tomu se mohou vytvářet volnočasové zvyky.

Stejného názoru je i Kraus a Poláčková (2001), kteří uvádějí, že právě rodina má nejdůležitější vliv na volný čas dětí. Postupně s věkem dětí je ale tato závislost menší, z důvodu získávání nových sociálních rolí a vazeb.

Podle Špaňhelové (2004) by měly děti trávit volný čas především hrou, a to jak s rodiči, tak i se svými kamarády. Rodiče by měli být dobrým pomocníkem a společníkem při vymýšlení jednotlivých her a celkové zábavy dětí.

Společné trávení volného času s rodinou je pro děti velmi nepostradatelným a důležitým prvkem. Jedná se například o sportování, rekreaci, různé výlety, společenské hry, výtvarné činnosti a další. Důležité jsou i rozhovory dětí a rodičů o jejich zážitcích, radostech, ale i starostech (Kantorová, 2010).

Na volný čas dětí v rámci rodiny působí jako zdroj kladných i negativních vlivů zejména objektivní podmínky života a výchovy dětí. Jde tedy o velikost, úplnost a zakládání rodiny v pozdější době (Hofbauer, 2004).

Spousta (1997) uvádí, že na volný čas dětí v rámci rodiny působí tyto tři faktory:

- materiální (ekonomické) faktory rodinného prostředí – zaměstnání rodičů, materiální vybavení dané rodiny, vliv techniky a technických prostředků a finanční prostředky vynaložené na aktivity ve volném čase,
- psychologické podmínky – struktura rodiny, její vnitřní stabilita a emocionální atmosféra, výchovné aspekty,
- kulturní stránka rodinného prostředí – dosažené vzdělání rodičů, jak jsou rodiče připraveni na výchovu svých dětí a jaká je jejich hodnotová orientace.

Dále Spousta (1997) ve své publikaci zmiňuje, jak rodiče mohou ovlivňovat své děti ve volném čase. Konkrétně se jedná o dvě cesty. První možností je prostřednictvím životního způsobu rodiny a druhou zmiňovanou cestou jsou postoje rodičů k mimorodinným aktivitám jejich dětí.

Dalšími důležitými skutečnostmi při formování vztahu k volnému času jsou podle Pávkové a kol. (1999):

- jaký je v rodině způsob rodinného soužití, o jaký typ rodiny jde, zda je rodina malá nebo velká, uzavřená nebo naopak otevřená, věk rodičů i dětí, celkový počet dětí a jejich pohlaví, rovněž i styl rodinné výchovy,
- jaké mají rodiče zájmy, zda si je navzájem tolerují, jaký význam těmto aktivitám přikládají, kolik finančních prostředků jsou ochotni věnovat jak svým zájmům, tak i zájmům svých dětí.

Velmi důležité je, aby rodiče vždy věděli, jaké aktivity a činnosti, jejich dítě ve volném čase provádí. Podle Špaňhelové (2004) by zároveň rodiče s dětmi, v rámci volnočasových aktivit, měli dodržovat pravidla, která si domluvili. S tím souvisí i vzájemná domluva při výběru určitého kroužku.

1.2.5 Pedagogické ovlivňování volného času – pedagog volného času

Významnou oblastí výchovného působení na jedince je především výchova dětí a mládeže a rovněž i pedagogické ovlivňování volného času. Pedagogické ovlivňování volného času hraje významnou roli při vedení dítěte k vhodnému využívání jeho volného času, poskytuje příležitost k formování jeho zájmů, k uspokojování a kultivování jeho potřeb.

Dále Němec a kol. (2002) uvádějí, že pedagogické ovlivňování volného času dává prostor pro rozvíjení specifických schopností dětí a žádoucí vlastnosti jedinců.

Pedagogika volného času je společenskovední obor. Je to poměrně mladá věda, zabývající se výchovou ve volném čase, teorie výchovy ve volném čase. Přibližně od druhé poloviny 20. století nabývá na svém významu. V této době se ustálily i následující termíny:

- mimotřídní výchova – činnosti, které byly organizované školou, ale mimo výuku, třídu a také mimo osnovy,
- mimoškolní výchova – aktivity organizované zařízeními volného času mimo školu.

(Hájek, Hofbauer a Pávková, 2008).

Pedagog, který pracuje s dětmi v jejich volném čase, tedy v době mimo vyučování, by se měl snažit o uspokojení individuálních potřeb a zájmů jedinců. Je potřeba, aby byl schopný vytvořit bezpečné prostředí s příjemnou atmosférou, kde se budou děti cítit dobře. Základním předpokladem pedagoga či vychovatele ve volném čase je, aby se zajímal o svěřené děti, uměl je patřičně motivovat a podporoval v nich zájem o danou činnost (Němec a kol., 2002).

Hájek, Hofbauer a Pávková (2008) popisují pedagoga volného času a vychovatele jako pedagogické pracovníky, kteří vykonávají přímou výchovně-vzdělávací činnost. Jejich pracovními působišti jsou například střediska volného času a další neškolná zařízení jako rekreační, sociální či kulturní.

Vychovatel a pedagog volného času by měl být podle Pávkové (1999) rádcem a inspirátorem činností, které slouží k nenásilnému procesu učení. Svým výchovným působením vedou děti k tomu, aby využívaly svůj volný čas hodnotným způsobem.

Díky tomu dochází u dětí k nabývání nových poznatků a dovedností z různých oblastí, rozvíjí se jejich schopnosti či případné nadání. Vychovatel či pedagog volného času, který je sám úspěšný v některé zájmové činnosti, má přehled o zájmech svěřených dětí, je pro děti osobou, které si váží.

Kantorová (2010) také uvádí, že stejně jako kterýkoliv pedagogický pracovník, tak i pedagog volného času musí mít potřebné vlastnosti, znalosti a dovednosti.

Měl by se orientovat v pedagogických vědách, základech psychologie a zároveň být seznámen s předmětem pedagogického ovlivňování volného času. Požadavkem je všeobecné vzdělání pedagoga nebo konkrétní specializace v dané oblasti zájmové činnosti.

1.3 Zájmové činnosti dětí předškolního věku

Zájmové činnosti jsou podle Pávkové (1999) cílevědomé aktivity, které se zaměřují na uspokojování a rozvoj individuálních potřeb, zájmů a schopností jedinců. Dále ovlivňují rozvoj osobnosti a vhodnou společenskou orientaci.

Zároveň mají zájmové činnosti vždy aktivní charakter na rozdíl od odpočinku či zábavy. Podstatně ovlivňují osobnost vychovávaného a pokaždé obsahují volní složku. Pokud se děti účastní hodnotných a pedagogicky vedených zájmových činností už od předškolního věku vytváří si návyky pro vhodné využívání volného času i v pozdějším věku (Veselá, 2006).

Zapojení dětí do zájmových činností vede jedince, podle Hájka, Hofbauera a Pávkové (2008), k vhodnému naplňování jejich volného času. Tím dochází k rozvíjení a usměrňování jejich zájmů. Například pokud dochází k uspokojování zájmů v kolektivu pod dohledem odborníka, přináší to pozitivní výsledky a zároveň dojde i k uspokojení z dosažených výsledků. Zájmové činnosti podporují, rozvíjí samostatnost, tvořivost a společenskou aktivitu. Díky tomu jsou děti vedeny k určité účasti i na kulturním a hospodářském životě společnosti, ve které žijí. Současně plní zájmová činnost jak funkci výchovnou, tak i vzdělávací. Dochází při ní k rozvoji osobnosti jedince, dále motivuje a působí socializačně.

Při zájmových činnostech může docházet k odkrývání a následnému formování talentu, nadání a nabývání vědomostí a zkušeností. Tkáčová (2015) ve své práci dále zmiňuje důležitost zájmových činností z důvodu naplňování výchovných, sociálních, zdravotních a hygienických úloh. Vždy by se mělo dbát na zdravotně vhodné a kulturní prostředí, ve kterém dané činnosti probíhají.

1.3.1 Typy zájmů a zájmových činností

Prvním základním dělením zájmových činností jsou činnosti pravidelné, do kterých patří aktivity zájmových útvarů, a příležitostné, které zahrnují exkurze, olympiády, soutěže a různé besedy. V obou případech mohou probíhat individuálně, skupinově či hromadně (Pávková, 2002).

Pávková (1999) a Hájek, Hofbauer, Pávková (2008) zmiňují další dělení.

Úroveň činnosti:

- aktivní (produktivní) činnosti – u těchto činností vyvíjí činnost sám jedinec, aktivně se zabývá předmětem svého zájmu (například závodí, hraje fotbal nebo kreslí),
- receptivní činnosti – při realizaci těchto zájmů je aktivita jedince omezena pouze vnímáním předmětu zájmu, je zde nebezpečí určité pasivity a osoba má k této činnosti pouze konzumní vztah (jedná se například o sportovní fankluby, sledování představení či účast na přednáškách, které se zabývají předmětem zájmu).

Intenzita zájmu:

- hluboké zájmy – jedinec je jimi silně ovlivněn, dochází ke zdokonalování jeho dovedností, rozvíjení jeho poznání a obohacování citového života,
- povrchní zájmy – u těchto činností není vynakládáno takové úsilí jako u předešlých zájmů, člověk může mít naráz několik povrchních zájmů.

Časové trvání – ovlivněné vývojem a zráním jedince:

- krátkodobé,
- dočasné,
- přechodné.

Společenské normy:

- zájmy žádoucí – hodnotné zájmy a zájmové činnosti, které jsou společensky ovlivňovány a díky tomu může docházet ke společenskému rozvoji jedince, jeho talentu a aktivně trávenému životu,
- zájmy nežádoucí – jedná se o zájmy a činnosti, neslučující se se společenskými či právními normami.

Němec a kol. (2002) dělí zájmové činnosti takto:

- činnosti, které probíhají pravidelně, jsou organizované v přiměřeně stálých zájmových útvarech,
- činnosti pravidelné s individuálním charakterem,
- činnosti probíhající příležitostně, které jsou organizované a jedná se buď o jednorázovou nebo opakující se kolektivní akci,
- činnosti probíhající příležitostně s individuálním charakterem.

Dalším dělením pravidelných zájmových činností je rozlišení na kroužek, soubor, oddíl, klub a kurz.

- kroužek – jedná se o menší zájmový útvar, zabývá se převážně o vnitřní obohacení svých členů a je orientován na individuální rozvoj každého člena,
- soubor – zájmová činnost tohoto útvaru směřuje k veřejné prezentaci výsledků, dovedností, schopností a oproti kroužku je jeho struktura závažnější a má i více členů,
- oddíl – tento pojem je používán spíše ojediněle, zejména u útvarů tělovýchovných nebo turistických, zároveň je součástí většího celku,
- klub – v tomto zájmovém útvaru panuje volnější organizační struktura a činnost členů je z větší části receptivní,
- kurz – je vymezen délkou trvání, probíhá tedy jen v určitém časovém pásmu, podstatou kurzu je nabytí a osvojení si daných vědomostí, dovedností a schopností.

(Pávková, 2002, Hájek, Hofbauer a Pávková, 2008, Hájek, 2007)

Všeobecným rozdělením, jak kategorizovat zájmové činnosti, které zmiňují Pávková a kol. (1999), Pávková (2002) a Hájek, Hofbauer a Pávková (2008) je toto dělení:

- společenskovední zájmové činnosti
 - díky těmto činnostem si jedinci prohlubují poznatky o společnosti, její historii a rozvíjejí své jazykové znalosti,
 - základní oblastí je výchova k vlastenectví, k partnerství a rodičovství,
 - patří sem různé oslavy, události, výročí, setkání a akce dětí z jednotlivých měst apod.
- pracovní-technické (technické) zájmové činnosti
 - dochází k rozvoji konstrukčních dovedností, technické představivosti a prohlubují se zájmy dětí o tvořivou práci,
 - tyto činnosti byly ovlivněny rozvojem nových oborů – elektronika, výpočetní technika atd.,
 - patří sem práce s různými druhy materiálů, hry se stavebnicemi, modelářské práce, podílení se na přípravě pokrmů či aktivity, které se pojí s dopravní výchovou.
- přírodovědné zájmové činnosti
 - děti a ostatní jedinci se seznamují s přírodními vědami, vytvářejí si vztah k přírodě a učí se, jak přírodu chránit,
 - pro nejmenší děti je vhodné pozorování živočichů, rostlin i neživé přírody při vycházkách,
 - důležité je i spolupracovat v rámci mateřských škol a dalších stupňů vzdělání s institucemi jako jsou například muzea, botanické zahrady, ekocentra, zoologické zahrady a další.
- estetickovýchovné zájmové činnosti
 - při těchto činnostech dochází k rozvoji kreativity, představivosti a děti si utvářejí vztah k estetickým hodnotám,
 - důležité je se zaměřovat na všechny projevy – výtvarné, hudební, hudebně-pohybové, literární a dramatické,
 - patří sem například práce a experimentování s různými výtvarnými prostředky, pohybové a taneční hry, dramatické hry, účast na kulturních představeních apod.

- tělovýchovné a sportovní zájmové činnosti
 - prostřednictvím těchto činností se u dětí rozvíjí fyzická zdatnost a psychická odolnost,
 - dochází ke zdravému vývoji jedinců, k jejich sebepoznávání, k učení se dodržování pravidel a hry „fair play“,
 - důležité je vhodné a citlivé vysvětlení přiměřené soutěživosti mezi dětmi, protože při vedení jedinců k velké soutěživosti se u nich podporuje vznik agresivity,
 - řadí se sem například různé druhy sportů, kondiční cvičení, lehká atletika, turistika a další, a současně i sledování sportovních akcí, soutěží.

1.3.2 Zájem u dětí předškolního věku

Základem volnočasových aktivit, které jsou dětem nabízené, by měly být činnosti založené na zájmu (Hájek, Hofbauer a Pávková, 2008).

Zájem charakterizuje Veselá (2006) jako osobnostní vlastnost, která vystihuje vztah k určitým předmětům, činnostem nebo jevům, které mají pro daného jedince zvláštní význam. Zájmy u dětí se vyhraňují a prohlubují postupně s narůstajícím věkem.

Zájmy bývají zpravidla vyvolány potřebami a vztah mezi oběma je zcela oboustranný. Na základě již existujících potřeb dochází k rozvoji zájmů. Zároveň zájmy umožňují uspokojování potřeb, ovlivňují jejich charakter a mohou vznikat další potřeby. Zájmy řadíme mezi aktivačně-motivační vlastnosti, které vedou jedince k určité aktivitě a následně vyvolávají motiv k dané činnosti. Rovněž souvisí s vlohami a schopnostmi, podmiňujícími zvládnutí a vykonání činnosti (Pávková, 1999).

Hájek, Hofbauer, Pávková (2008) uvádí, že už i děti v předškolním věku se chtějí účastnit činností a rozvíjet zájmy v daných oblastech, ve kterých vidí, že jsou úspěšné a dosahují v nich uspokojení a radosti.

Podle Heluse (2009) dochází při zájmech k několika zaměřenostem:

- poznávací – jedinec se chce něco dozvědět,
- sociální – děti navazují sociální kontakty,
- prakticko-prováděcí – realizace a rozvoj dovedností,
- hodnotová – jedinec musí vykonat určité úsilí, aby mohl svůj zájem realizovat,

- životně-stylová – dochází ke stanovení cílů a v pozdějším věku k plánování budoucnosti.

Děti v předškolním věku mají zatím zájmy z časového hlediska krátkodobé. V tomto období je tedy vhodné, aby si děti vyzkoušely více aktivit podle jejich zájmů a přání. Kořátková (2008) říká, že díky těmto prvotním zkušenostem s prvními zájmy (činnostmi) si poté děti volí další cestu. Stává se, že některých zájmů zanechá a v jiných se bude dále zdokonalovat.

Dočkal (2005) uvádí, že už i v předškolním věku dětí můžeme zjistit, jestli je dítě pohybově nadané. Zároveň můžeme i poznat, jestli budou mít pohybové schopnosti sklon více k tanci a sportu.

Když vidíme u jedince zájem o danou činnost, bude ji provádět s radostí, měli bychom ho směřovat do daného kroužku, aby své nadání mohl rozvíjet.

V tomto období jedince mají na výběr jeho zájmů velký vliv rodiče, kteří vybírají pro své děti kroužky, aby vyplnili právě jejich volný čas a zároveň podpořili a urychlili jejich vývoj. Rodiče by si měli dát ale pozor při výběru dané aktivity. Měli by respektovat přání a zájmy svého dítěte a neměli by se nechat ovlivnit svými vlastními přáními a preferencemi. Dítě v předškolním věku je schopné se samo zaměřit na tu činnost, která ho něčím osloví a dokáže se jí po určitou dobu zajímat. Hlavní podstatou je, aby děti dané činnosti prováděly s potěšením a tyto aktivity byly vykonávány na základě zájmu dítěte, nikoli na zájmu rodiče. Tímto tématem se zabývala už i Marie Montessori, která přišla s pojmem „senzitivní fáze“ – kdy je dítě v dané fázi zaujato určitým typem činností (Kořátková, 2008).

1.3.3 Neformální a zájmové vzdělávání

Neformální vzdělávání

Neformální vzdělávání je uskutečňováno stranou od formálního vzdělávacího systému, a proto nedochází k propojenému školskému vzdělávání. Součástí jsou výchovně vzdělávací aktivity, které jsou organizované a uskutečňují se mimo rámec oficiálního školského systému. Neformální vzdělávání poskytují například sdružení dětí a mládeže, školská zařízení, nestátní neziskové organizace, kulturní zařízení a další. Tato forma vzdělávání nabízí jedincům, aby rozvíjeli své životní zkušenosti, dovednosti a postoje, které jsou založeny na určitém systému hodnot (MŠMT, 2023).

Neformální vzdělávání je otázkou dobrovolnosti a mělo by vycházet z motivace jedinců a jejich individuálních zájmů, jak uvádí Průcha (2016). Dále také říká, že do tohoto typu vzdělávání můžeme v rámci předškolního věku dětí zařadit výchovně vzdělávací aktivity, které se uskutečňují v podobě sportovních kroužků či věkově vhodných jazykových kurzů.

Zájmové vzdělávání

Zájmové vzdělávání – termín vyjadřuje různé edukační aktivity, které probíhají mimo školní prostředí, tedy jako neformální vzdělávání. Týkají se jak vzdělávání mládeže, tak vzdělávání dospělých, včetně vzdělávání seniorů.

Zájmové vzdělávání mládeže má velký význam pro hodnotné trávení volného času a jako doplněk školního vzdělávání (Průcha, 2009, s. 377).

V širším pojetí je zájmové vzdělávání chápáno jako součást neformálního vzdělávání. Šerák (2009) současně uvádí i užší pojetí tohoto vzdělávání, součástí, kterého jsou aktivity, realizující se převážně ve školských zařízeních pro zájmové vzdělávání. Tohoto typu vzdělávání se tedy účastní nejčastěji děti a mládež.

Zájmové vzdělávání se realizuje prostřednictvím šesti forem, jak je uvedeno ve vyhlášce č. 74/2005 Sb., o zájmovém vzdělávání v § 2.

- činností výchovnou, zájmovou, vzdělávací a rekreační, které jsou pravidelné a zároveň sem patří i možnosti příprav na vyučování,
- činností výchovnou, zájmovou, vzdělávací a rekreační, které jsou příležitostné a zároveň sem patří i možnosti příprav na vyučování,
- činností táborovou a dalšími podobnými činnostmi,
- osvětovou činností současně se shromažďováním a poskytováním informací pro děti, žáky a studenty, popřípadě i další osoby, a činnostmi, které vedou k prevenci rizikového chování a výchovou k dobrovolnictví,
- individuální práci, která se týká vytváření podmínek pro rozvoj nadání dětí, žáků a studentů,
- využitím nabídky spontánních činností, která by měla být pro děti otevřená nebo vzdělávacími programy navazujícími na rámcové vzdělávací programy škol.

1.3.4 Výběr zařízení a organizací poskytující pohybové zájmové vzdělávání a činnosti

V této podkapitole jsou nejprve popsány obecně kroužky, sportovní organizace a projekty, kde se mohou děti, v rámci svého volného času, věnovat pohybovým aktivitám. Podrobný seznam organizací a kroužků ve vybrané lokalitě Pardubice je uveden v kapitole Přílohy (Viz. příloha č. 1 - Výběr organizací nabízející sportovní volnočasové aktivity pro děti předškolního věku ve vybrané lokalitě – Pardubice). Konkrétní lokalita byla vybrána proto, že oslovené mateřské školy se nacházejí v Pardubicích a z důvodu mého bydliště v této lokalitě. Dále je zde uveden výběr dalších zařízení a organizací, které poskytují pohybové zájmové vzdělávání a činnosti.

Kroužky

Mohou být organizovány mateřskými školami jako nadstandardní aktivity pro děti v rámci pobytu v MŠ nebo jinými organizacemi mimo mateřské školy. Placené kroužky v mateřských školách nemůžou být součástí školního vzdělávacího programu. Kroužky v mateřských školách jsou zcela dobrovolné, rodiče dětí mohou nadstandardní aktivity využít nebo nemusí. Díky zájmovým kroužkům se děti rozvíjejí v daných oblastech (konkrétních sportovních disciplínách), které je baví a díky tomu se mohou dále zlepšovat. Zároveň jsou děti při návštěvě kroužků pod profesionálním dohledem, mezitím co musí být jejich rodiče v práci (Česká školní inspekce, 2016, Mora Medica, 2023).

Kroužky v mateřských školách

V současné době nabízejí mateřské školy ve svém programu různé druhy pohybových nadstandardních aktivit – plavání, pohybový kroužek, jóga, lyžování, tenis a další. Tyto aktivity vznikaly dříve na přání rodičů nebo z důvodu potřebné konkurence. I dnes hrají pro rodiče kroužky často důležitou roli pro výběr dané mateřské školy. Důležité ovšem je, aby dané nadstandardní aktivity nenarušovaly běžný režim mateřské školy. Proto je vhodné, když jsou kroužky organizovány až v odpoledních hodinách. Kroužky mohou být vedeny jak učitelkou či jiným externím pracovníkem (Tomanová, 2000, Svobodová, 2010).

Sportovní organizace

Jsou sdružení fyzických i právnických osob, která působí po celé republice a jsou založeny podle zákona č. 83/1990 Sb. Mezi organizace s celostátní působností patří například Česká obec sokolská, Orel, Klub českých turistů nebo Česká asociace sportu pro všechny. Cílem je podpora sportu a všech pohybových aktivit. Svým členům poskytují potřebný servis a zároveň vytváří možnost vzájemné spolupráce. Základními články sportovních organizací jsou jednotlivé sportovní kluby a tělovýchovné jednoty (MŠMT, 2009, MŠMT, 2011).

Projekty

Projekty jsou ucelené soustavy činností a procesů, jsou časově ohraničené a jejich hlavním cílem je zavést, vytvořit či změnit něco konkrétního. U sportovních projektů jde například o to, aby děti vnímaly pohyb jako běžnou a přirozenou část svého života, aby se zlepšila jejich fyzická zdatnost, výkonnost a celkově jejich úroveň pohybových dovedností. Sportovní projekty, které se zaměřují na pohyb dětí mohou vznikat například ve spolupráci Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy, jednotlivými svazy měst a obcí, sportovními kluby apod. Přehled a popis vybraných projektů, které se zabývají pohybem dětí předškolní věku bude uveden v následující kapitole 1.4 (Management Mania, 2015, Se Sokolem do života, 2023, Fisaf.cz, 2023).

Středisko volného času

Střediska volného času patří obvykle mezi právní subjekty. Podle vyhlášky 74/2005 Sb. o zájmovém vzdělávání § 4 má středisko dva typy:

- dům dětí a mládeže, kde se uskutečňují činnosti z více oblastí zájmového vzdělávání,
- stanice zájmového vzdělávání, které se orientují pouze na jednu oblast zájmového vzdělávání

Domy dětí a mládeže poskytují jak zájmové činnosti pravidelné – v podobě kroužků, tak i příležitostné – různé druhy soutěží a táborevé. Dále jsou to činnosti osvětové, individuální práce s účastníky, která rozvíjí jejich nadání, otevřené spontánní aktivity. Všechny tyto činnosti jsou jedincům poskytovány za úplatu, kterou stanovuje ředitel podle určitých kritérií (Hájek, Hofbauer a Pávková, 2008, Pávková, 1999).

Mateřská centra

Mateřská centra jsou místem neformálního setkávání se maminek či jiných rodinných příslušníků s dětmi. Společně se zúčastňují různých sportovních programů a akcí, které také samy pořádají.

Programem těchto center mohou být dále i tvořivé dílny, umělecké a vzdělávací akce. Probíhají zde nejen kroužky sportovní, ale například i výtvarné a hudební. Mateřská centra jsou otevřená všem věkovým generacím (Rodinné centrum Mašinka, 2023, Mateřské centrum Medvídek, 2023).

Soukromá instituce

Dalšími subjekty, které poskytují mimo jiné i pohybové volnočasové aktivity, jsou organizátoři a provozovatelé různého druhu. Pracují na komerčním základě a mohou být zřizovány jako živnosti. Zaměřují se buď na osvojování si různých dovedností – pohybových, výtvarných nebo hudebních apod. anebo na sociální služby – hlídání dětí pro zaměstnané rodiče a další zájmové činnosti pro děti zaměstnaných rodičů (Hájek, Hofbauer a Pávková, 2008).

Kroužky v mateřských školách

V současné době nabízejí mateřské školy ve svém programu různé druhy pohybových nadstandardních aktivit – plavání, pohybový kroužek, jóga, lyžování, tenis a další. Tyto aktivity vznikaly dříve na přání rodičů nebo z důvodu potřebné konkurence. I dnes hrají pro rodiče kroužky často důležitou roli pro výběr dané mateřské školy. Důležité ovšem je, aby dané nadstandardní aktivity nenarušovaly běžný režim mateřské školy. Proto je vhodné, když jsou kroužky organizovány až v odpoledních hodinách. Kroužky mohou být vedeny jak učitelkou či jiným externím pracovníkem (Tomanová, 2000, Svobodová, 2010).

SOKOL – Česká obec sokolská

Sokol je jednou z nejstarších tělovýchovných organizací, která vznikla v oblasti Čech a Moravy. O založení se v roce 1862 postaral dr. Miroslav Tyrš. Aktivity v této organizaci se během let postupně rozšiřovaly. Od základních pořadových cvičení, cvičení na náradích až po vodní sporty, táboření, letní a zimní sporty. Od roku 1882 se začaly pořádat tzv. slety – veřejná tělovýchovná vystoupení.

V dnešní době najdeme Sokol ve více jak 1000 obcích po celé naší republice. V jednotlivých oddílech si mohou jedinci vybrat z výkonnostního sportování, které nabízí až 80 druhů sportů, dále z nesoutěžního sportování a z všestranného rozvoje celého těla i ducha.

Jedná se o organizaci, která dává možnost sportovat každému, bez ohledu na věku. Hlavním motem Sokola je celkové propojení aktivit pohybových, sportovních, společenských a kulturních (Němec a kol, 2002, Sokol.eu, 2023).

Hnutí DUHA

Dobrovolné sdružení jednotlivců a kolektivů vzniklo v roce 1990. Hlavním posláním je všestranný tělesný i duševní rozvoj jedinců. V dnešní době má 3 100 členů, které se dělí přibližně do 70 článků po celé České republice, které se nazývají dužiny. Jednotlivé dužiny si sami vyberou, která zájmová oblast bude jejich hlavním cílem. Z pohybových činností se zaměřují na turistiku, táboření, různé druhy outdoorových sportů. Sdružení má za sebou spoustu úspěšných projektů pro děti a mládež z dětských domovů, podporuje spoluúčast dětí a mládeže a snaží se o rozvoj dobrovolných služeb (Němec a kol. 2002, DUHA, 2023).

ATOM – Asociace turistických oddílů mládeže

Jedná se o spolek dětí a mládeže, který působí po celé České republice a věnuje se především turistice a tábornictví. Asociace vznikla v roce 1968. Členi si říkají tomíci a v současnosti jich je evidováno necelých 10 000. Hlavními aktivitami jsou výpravy na našem území i v zahraničí, lezení po horách, sjíždění řek a pořádání letních táborů. Spolek je veden spíše na volnějším pravidlech. Není tedy tak svázaný jako například Pionýr nebo skautské hnutí (Němec a kol, 2002, Asociace TOM, 2023).

Skautské hnutí – ČESKÝ JUNÁK

Národní organizace, která vznikla už v roce 1907 jako součást světového skautského hnutí. V současné době má přibližně 60 milionů členů po celém světě. Hlavním cílem je vedení dětí, mládeže a dospělých k tělesné, mravní a duchovní zdatnosti a připravenosti. Děti se učí týmové spolupráci, pracují na svém osobním rozvoji. Zaměřují se hodně na pobyt v přírodě a praktické dovednosti. Z pohybových činností se věnují například sjíždění řek, všestrannému sportování, slaňování skal nebo objevování míst na kole apod. (Hofbauer, 2004, SKAUT, 2023).

1.4 Přehled vybraných projektů zabývajících se pohybem u dětí předškolního věku

Se Sokolem do života aneb svět nekončí za vrátky, cvičíme se zvířátky

- projekt je vytvořen pod záštitou Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy ve spolupráci se Svazem měst a obcí,
- je určený pro věkovou kategorii od 3 do 6 let,
- cílem je, aby se děti naučily vnímat pohyb jako přirozenou část jejich života, a aby se pohybovým aktivitám věnovalo co nejvíce dětí,
- metodika vychází ze sokolského cvičení a několikaleté praxe,
- v rámci projektu plní děti různé pohybové úkoly, dochází k rozvoji jejich poznání a seznámí se i s netradičními aktivitami,
- úkoly a aktivity jsou rozděleny do následujících pěti oblastí: přirozená cvičení, obratnost, dovednost s míčem, rozvíjení poznání a netradiční činnosti,
- Česká obec sokolská poskytuje v rámci projektu všechny materiály zdarma – nejčastěji se jedná o sešity pro děti a potřebné metodiky pro pedagogy,
- nabízí také semináře pro pedagogy, kde se podrobněji seznámí s cílem a obsahem projektu,
- pokud děti splní všechny aktivity, obdrží diplom a malou odměnu v podobě dárkových předmětů.

(Se Sokolem do života, 2023)

Děti na startu

- celonárodní projekt, který vznikl v roce 2013 pod záštitou Českého svazu aerobiku a fitness (FISAF.cz) a také za podpory Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy,
- projekt je určen pro děti předškolního věku a děti mladšího školního věku (od 4 do 9 let),
- hlavním důvodem vzniku projektu byla snižující se fyzická zdatnost, výkonnost, úroveň pohybových dovedností a schopností u dětí,
- hlavním cílem je vzbudit u dětí radost z pohybu, vytvořit pozitivní vztah k aktivnímu a zdravému životnímu stylu, dále rozvoj motoriky, obratnosti, koordinace, síly a rychlosti,

- děti se postupně naučí, jak správně ovládat své tělo, skákat, udělat kotrmelec, běhat, jak se nebát míče,
- jednotlivé kurzy vedou zkušení a odborně proškolení instruktoři,
- kurzy mohou být pořádány např. ve školách, družinách, mateřských školách jako součást pohybových aktivit během nebo po vyučování v tělocvičně, sokolovně, ve sportovních halách nebo sportovních klubech.

(Děti na startu, 2023, Fisaf.cz, 2023, Pardubický svět, 2020)

Sportimáček

- program byl vytvořen v roce 2020 v rámci spolupráce s národními institucemi a sportovními kluby (Česká asociace Sport pro všechny – ČASPV, Sportimáček z.s., Taneční a pohybová škola A-STYL s.z.),
- ČASPV získala pro program akreditaci MŠMT (Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy),
- ČASPV organizuje v rámci projektu také školení pro pedagogy, rodiče a podílí se na přípravě kvalifikovaných trenérů,
- prostřednictvím pohybové a vzdělávací kampaně, která se týká celé republiky, chce tento program ukázat široké veřejnosti, jaká je možnost vedení dětí nenásilnou, a hlavně zábavnou formou k pohybovým dovednostem,
- cílem projektu je tedy zvyšování pohybové gramotnosti u dětí, zároveň chce ukázat dětem, že pohyb je zábava, přináší mnoho benefitů, a proto chce přivést k pohybu co nejvíce dětí,
- součástí programu je i speciálně vyvinuté vybavení, metodika a školení,
- program byl spuštěn v roce 2021 v rámci Libereckého kraje,
- v Pardubicích byl projekt spuštěn v roce 2022 a prvního školení se zúčastnily 3 mateřské školy.

(Sportimáček, 2021, Pardubice eu., 2022)

Lokomoce – Pohyb do MŠ každý den

- Lokomoce je projekt, který vznikl v roce 2014 pod vedením MUDr. Jaroslavy Chalupové, v rámci spolupráce odborníků z oborů neurologie, pohybové terapie, psychologie,
- jejich hlavním cílem je zaměřit se na špatné dopady sedavého způsobu života, které ovlivňují motorický, sociální a psychický vývoj dětí,

- cílem projektu Pohyb do MŠ každý den je vrátit pohyb do mateřských škol, aby ho děti měly více a zároveň si vytvořily dobré pohybové návyky a vzory,
- dalším cílem je každodenní zařazování pohybových aktivit, které se zaměřují na rozvíjení koordinace a správného držení těla,
- pedagogům je nabízeno odborné vzdělávání prostřednictvím seminářů, kde také obdrží vzdělávací materiály k následnému vedení daných pohybových aktivit,
- v rámci tohoto projektu se děti při cvičeních převlékají do vhodného oblečení, které jim nebrání v pohybu, a cvičí bez bot naboso,
- projekt získal akreditaci Ministerstva školství, tělovýchovy a mládeže.

(Lokomoce, 2023)

Pohyb 1P

- projekt byl vytvořen Nadací sportující mládeže a jeho cílem je zjišťovat úroveň pohybových dovedností u dětí předškolního věku,
- zároveň pomáhá také dětem vytvořit si pozitivní vztah k jednotlivým pohybovým aktivitám a pohybu celkově, který dnešním dětem chybí,
- samotné testování, které probíhá hravou formou, probíhá v jednotlivých mateřských školách,
- po absolvování dostanou rodiče materiály, ve kterých jsou výsledky pohybových dovedností jejich dětí, zároveň také obdrží přehled sportovních volnočasových aktivit v jejich okolí a doporučení, jak se správně stravovat.

(Pohyb 1P, 2023)

1.5 Bezpečnost a ochrana zdraví

Při práci s dětmi je podle Hájka, Hofbauera a Pávkové (2008) jeden z nejdůležitějších faktorů bezpečnost, která není pouze fyzická, ale rovněž i sociální a psychická. Proto je velmi podstatné, aby pedagogové a další osoby pracující s dětmi znali bezpečnostní předpisy a základní poučení o bezpečnosti a ochraně zdraví.

Důležitý význam pro bezpečnost a ochranu zdraví dětí, žáků a studentů ve školách, školských zařízeních a dalších institucích má také výkon dozoru daných dospělých osob nad činnostmi dětí, žáků a studentů. Proto je nezbytné, aby zmiňovaná zařízení stanovila obecně závazné právní předpisy, kde budou uvedeny konkrétní informace v péči o bezpečnost a zdraví a také úkoly pro dohled nad dětmi.

V rámci bezpečnosti a ochrany zdraví je také potřeba se řídit Nařízením vlády č. 201/2010 Sb., o způsobu evidence úrazů, hlášení a zasílání záznamu o úrazu, který platí od 1. 1. 2011 (MŠMT, 2023).

Jak bylo zmíněno, je potřeba stanovit právní předpisy a s tím související seznam rizik. Následně by mělo dojít k pojmenování a označení zdrojů těchto rizik a přijmutí potřebných opatření, aby se rizika co nejvíce minimalizovala. Hájek, Hofbauer a Pávková (2008) uvádějí například tato opatření:

- technická – do této oblasti spadá například vhodný výběr nábytku, bezpečné označení schodiště, kryty na topení nebo potřebné sítě na okna v tělocvičně,
- organizační – vypracování provozního řádu tělocvičny, kuchyňky, různých praktických dílen apod., opatření potřebného dohledu nad dětmi,
- výchovná – poučení o volnočasových aktivitách, která jsou věrně prokazatelná, průběžné vzdělávání a výchova k ohleduplnému a bezpečnému chování, seznámení se s informacemi, jak poskytnout první pomoc a absolvování jejího nácviku, průběžné seznamování se s aktuálními předpisy apod.

1.5.1 Přínosy organizovaných pohybových volnočasových aktivit

- Při pravidelných pohybových činnostech, kdy děti navštěvují pohybové kroužky v určitém časovém intervalu, dochází k rozvoji vytrvalosti, svalové síly a k udržování motorických funkcí, rovnováhy a síly (MŠMT, 2008).
- Podle Chvátalové (2022) je pravidelná pohybová aktivita, která je prováděna v dostatečné míře, například tedy v rámci volnočasových aktivit, důležitou součástí prevence civilizačních chorob či dětské nadváhy a obezity.
- Chvátalová (2022) hovoří také například o důležitém přínosu plavání, které je preferované u obou pohlaví a oblíbené už i u dětí předškolního věku. Prostřednictvím plaveckých aktivit dochází k posilování celého svalstva těla, zvyšování výkonnosti, posilování srdce. Rovněž má příznivý vliv na odstranění bolestí zad.
- Přínosem pro děti je i vyzkoušení si různých druhů činností, které pro ně budou v dalších letech užitečným přínosem, jak uvádí Opravilová (2016).

- Dalším přínosem může být přispívání sportovních organizací k sociálnímu blahobytu v daných oblastech. Dále tyto organizace pomáhají také v naplňování potřeb v oblasti pohybové aktivity jedinců a utváření si tak kladného vztahu ke sportu a celkovému zdravému a aktivnímu životnímu stylu. Proto je důležité, aby byly děti i v rámci pohybových volnočasových aktivit seznámeny s potřebou pohybu během každodenního života, a ne pouze v rámci pohybového kroužku (MŠMT, 2008).
- Stejně jako ostatní druhy volnočasových aktivit, tak i pohybové činnosti přináší dětem možnost rozvíjení komunikace, spolupráce, pomáhání si navzájem, hodnocení sebe sama, přiměřeného soupeření (Dvořáková, 2002).

1.5.2 Rizika organizovaných pohybových volnočasových aktivit

- Mezi častá rizika patří podle Svobodové (2010) nadměrné zatěžování dětí, kdy nemají dostatečný prostor pro odpočinek, hru a relaxaci. Stejného názoru je i Mertin (2015), který také dodává, že je potřeba, aby rodiče respektovali potřeby svých dětí.
- Rizikem může být i nedostatečné vzdělání a nevhodné vedení pedagoga. Vrkoslavová (2008) uvádí, že například při práci s dětmi předškolního věku chybí daným osobám vzdělání v oblasti předškolní pedagogiky, a proto může docházet k uplatňování nevhodných metod a forem práce, které mohou mít špatný vliv na vztah k dané aktivitě.
- Vrkoslavová (2008) upozorňuje také na nezralost a citlivost u některých dětí předškolního věku, kdy díky tomu mohou mít nadstandardní volnočasové aktivity nevhodné následky.
- Rizikovým faktorem u pohybových volnočasových aktivit je i nebezpečí úrazu, které může souviset se zmiňovaným přetěžováním či jednostranným zatížením jedinců. Benešová (2009) zmiňuje, že děti ve věku od 1 roku do 14 let jsou nejčastěji ošetřovány ambulantně v důsledku domácího zranění nebo je příčinou právě úraz způsobený při pohybové aktivitě ve volném čase.

2 CÍLE, ÚKOLY A VÝZKUMNÉ OTÁZKY

Téma diplomové práce jsem si vybrala, protože mám ráda různé pohybové aktivity a pohyb všeobecně beru jako přirozenou součást svého života. Proto si myslím, že i u dětí bychom tento postoj měli budovat a pohybové činnosti by měly být součástí volného času dětí.

2.1 Cíle

- Analyzovat aktuální stav volnočasových pohybových aktivit u dětí předškolního věku.

2.1.1 Dílčí cíle

- Porovnat zájem s aktuální nabídkou, zjistit důvody výběru aktivit, nabídku a obecné přínosy volnočasových pohybových aktivit.

2.2 Úkoly

- výběr a vypůjčení potřebných informačních zdrojů (knihy, odborné časopisy, internetové zdroje),
- analýza všech informačních zdrojů,
- vytvoření dotazníku k diplomové práci,
- výběr mateřských škol a oslovení mateřských škol,
- rozdání a následné sesbírání dotazníků,
- hodnocení výsledků dotazníkového šetření k diplomové práci.

2.3 Výzkumné otázky

- Jaké jsou přínosy pohybových volnočasových aktivit pro děti předškolního věku ze strany rodičů?
- Jaké jsou hlavní důvody výběru daných volnočasových pohybových aktivit pro děti předškolního věku ze strany rodičů?
- Jaká je nabídka a organizace pohybových kroužků v mateřských školách?
- Jaká je vzájemná komparace mezi zájmem a nabídkou?

3 METODIKA PRÁCE

V rámci své diplomové práce jsem si pro průzkum zvolila kvantitativní metodu, konkrétně dotazník. Abych mohla oslovit více respondentů a získat tak i více dat, rozhodla jsem se právě pro tuto metodu. Dotazníky jsem využila jak v papírové, tak i v elektronické formě.

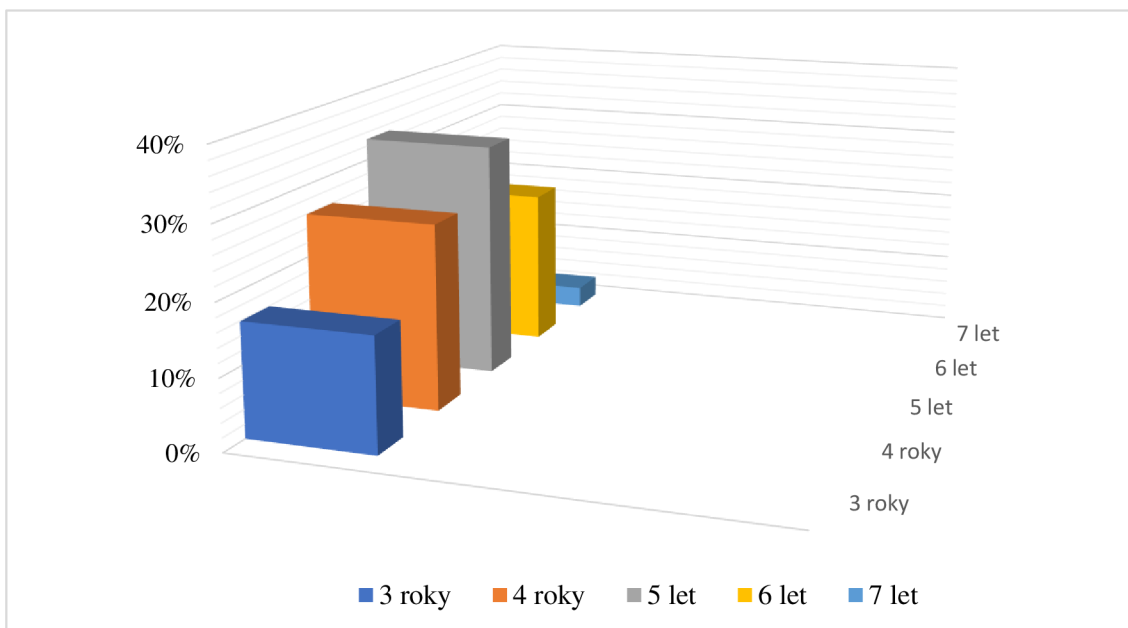
3.1 Vymezení průzkumného souboru

V rámci svého průzkumu jsem oslovila čtyři mateřské školy v Pardubicích. Jednalo se o státní mateřské školy, které měly počet tříd v rozmezí od čtyř do sedmi. Dané mateřské školy jsem si vybrala podle jejich nabídky zájmových činností v oblasti pohybových kroužků, které měly uvedeny na svých webových stránkách.

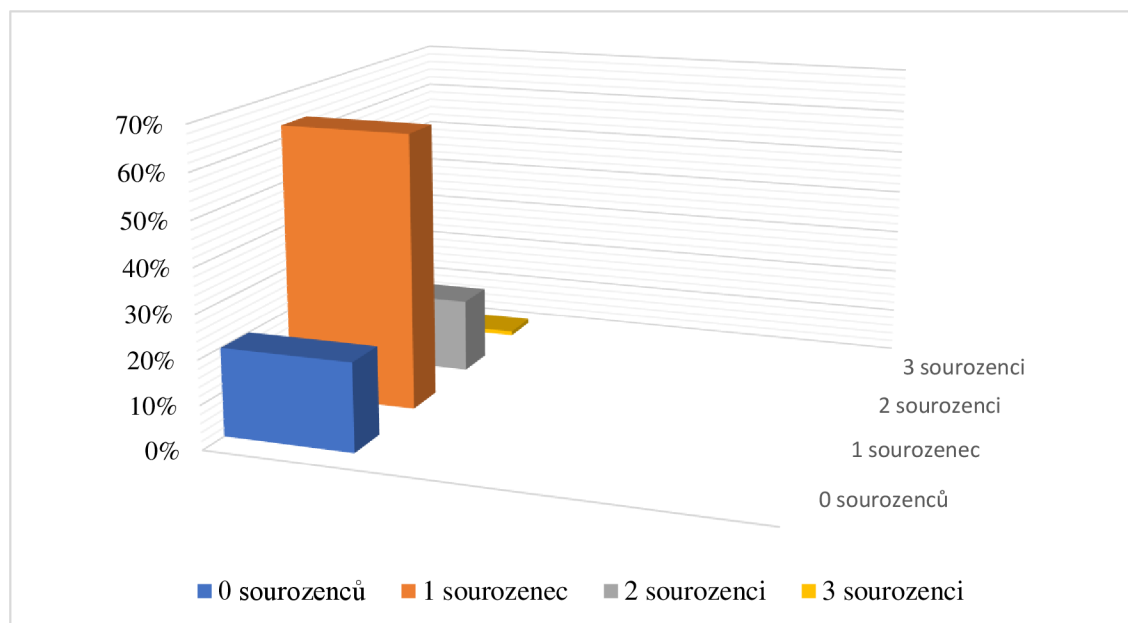
Dotazníky byly určeny pro rodiče dětí. Do dvou mateřských škol jsem rozdala 200 dotazníků v papírové formě a vrátilo se mi jich 85. Ve zbylých dvou mateřských školách jsem po domluvě s ředitelkami využila online formu vyplnění. Touto cestou jsem získala 82 odpovědí od rodičů. Celkem se mi podařilo tedy získat 167 vyplněných dotazníků.

Věkové zastoupení dětí v průzkumu bylo od tří do sedmi let (viz. Graf 1). Nejpočetnější skupinou byly odpovědi rodičů od dětí pětiletých celkem 33 %. Poté následovaly děti čtyřleté, kterých bylo téměř 26 % a děti šestileté v zastoupení 22 %.

Z hlediska pohlaví bylo v průzkumu 51 % chlapců a 49 % dívek (viz. Tabulka 1).



Graf 1
Věkové zastoupení dětí



Graf 2
Počet sourozenců u dětí

Nejvíce byli v průzkumu zastoupeni rodiče, kteří mají 2 děti, celkem 63 %. Téměř 20 % respondentů má pouze jednoho potomka a necelých 17 % rodičů má celkem 3 děti.

Tabulka 1

Pohlavní zastoupení dětí

	Četnost	%
chlapec	85	51
dívka	82	49

3.2 Metody

Dotazník

Dotazník je složen z celkem 20 otázek (viz. příloha č. 2 – Vzor dotazníku pro rodiče). Obsahuje otázky uzavřené, kdy rodiče vybírají z nabízených odpovědí, a otázky otevřené, kde mají rodiče prostor pro své odpovědi. U některých otázek vybírají respondenti pouze jednu odpověď, v jiných otázkách mohou zvolit více možností.

Některé otázky jsem tvořila sama, u jiných jsem se inspirovala, u již provedených podobných průzkumů (Organizované volnočasové aktivity pro děti předškolního věku, Procházková, 2019 a Organizované zájmové činnosti u dětí předškolního věku, Nováková, 2014).

Jedná se o velmi používanou výzkumnou techniku, která se používá nejen v pedagogických výzkumech, ale také v sociologických, demografických a dalších oblastech, které se zaměřují na člověka a společnost.

Mezi výhody této metody, jak uvádí Pelikán (1998), patří: lze získat větší množství dat, jedná se o snadnou administraci a údaje z dotazníků jsme schopni ve většině případů zcela kvantifikovat. V rámci dotazníku jsme i schopni získat informace, které bychom nezískali jinou výzkumnou technikou.

Na druhou stranu i tato výzkumná metoda má své nevýhody, mezi které Pelikán (1998) řadí: respondenti nemusí odpovědět na všechny otázky, konkrétní forma dotazování nemusí vyhovovat všem respondentům nebo si v některých případech musí dotazování zvolit jednu variantu, kterou by za jiných okolností nezvolili.

3.3 Sběr dat

Pro svůj průzkum jsem si vybrala čtyři mateřské školy, u kterých jsem z jejich webových stránek zjistila, že mají ve své nabídce zájmových činností více pohybových kroužků, než pouze plavání a například všeobecný sportovní kroužek.

Ve všech případech jsem jednala s ředitelkami mateřských škol, kdy jsem k navázání kontaktu využila telefonní spojení.

Pokud vedení souhlasilo s účastí v průzkumu, domluvily jsme si termín předání dotazníků, popřípadě jsme se domluvily na zaslání odkazu na online formu dotazníku. Při osobním setkání jsem předala dotazníky vedení mateřské školy, sdělila jim potřebné informace k vyplnění a následně byl domluven i termín, kdy si vyplněné dotazníky budu moci vyzvednout. Dotazníky jsem nechávala v mateřských školách celkem tři týdny.

S danými mateřskými školami se mi jednalo dobře, všechny oslovené paní ředitelky mi vyšly vstříc. I ve dvou případech, kdy nebyla možná osobní návštěva a rozdání papírových dotazníků, mělo vedení přátelský přístup a samy mateřské školy mi nabídly vyplnění dotazníku v online formě.

3.4 Zpracování dat

- pomocí PC – přípravné tabulky a grafy v programu Microsoft Word a Microsoft Excel,
- sledované hodnoty – četnosti odpovědí a procentuální zastoupení.

4 VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

4.1 Vyhodnocení dotazníkové šetření

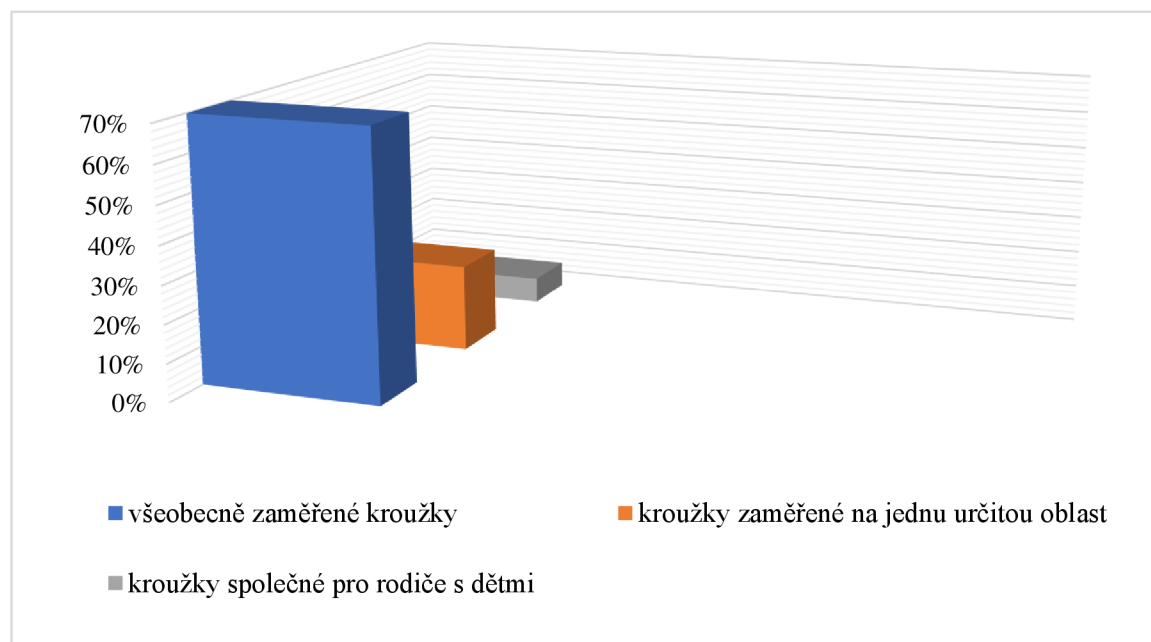
Tato kapitola vyhodnocuje pomocí grafů a tabulek jednotlivé otázky z průzkumného dotazníku. Pro lepší přehlednost byly tabulky zvoleny u otázek s více jak sedmi odpověďmi a zároveň u otázek, které mají pouze dvě odpovědi. První tři otázky z dotazníku se zabývají věkovým zastoupením dětí, pohlavním zastoupením dětí a také počtem sourozenců a jsou blíže popsány v podkapitole 3.1 Vymezení průzkumného souboru.

Celkem se vyplnilo 167 dotazníků. U některých otázek respondenti ovšem neuvedli žádnou odpověď, proto se u určitých otázek a výsledků liší četnosti od celkového počtu. Pokud tedy nebyly uvedeny všechny odpovědi nebo je u některých otázek jiný počet respondentů než celkový, je počítáno z aktuálního stavu odpovědí.

Dotazník je rozdělen na čtyři hlavní části.

- Obecné informace
- Pohybové kroužky v rámci MŠ
- Volnočasové pohybové aktivity mimo MŠ
- Volnočasové pohybové aktivity v rámci rodiny

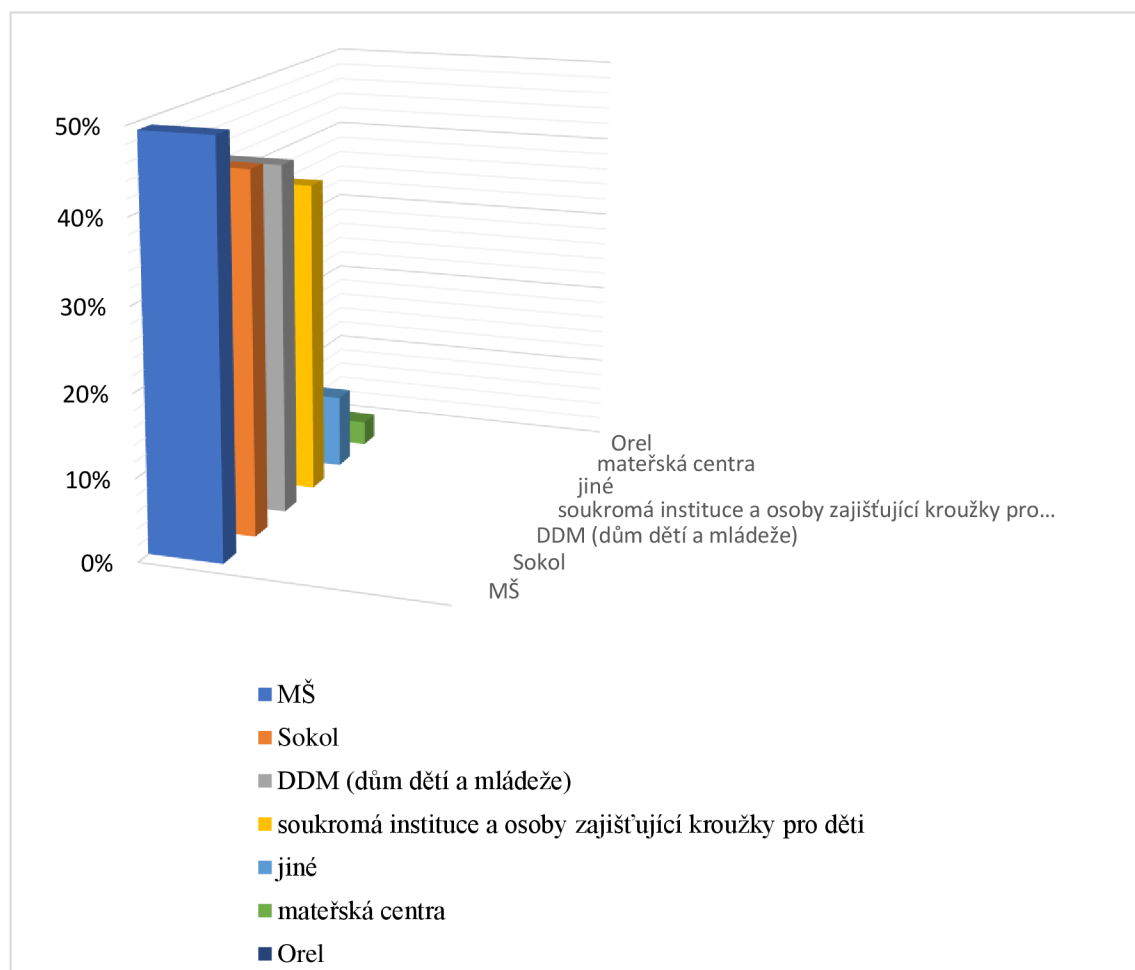
Obecné informace



Graf 3

Nejvhodnější zaměření kroužků

Jako nejvhodnější kroužky pro děti předškolního věku vnímají respondenti všeobecně zaměřené kroužky. Tuto možnost zvolilo 70 % dotazovaných. Naopak činnosti, které jsou zaměřeny na jednu konkrétní oblast, volilo pouze 23 % rodičů. Podle mého názoru jsou všeobecně stavěné kroužky pro děti lepší z toho důvodu, že si při nich procvičí například různé druhy lokomočních, nelokomočních i manipulačních pohybů. Rozvíjí zde i pohybové schopnosti a dovednosti.



Graf 4

Preferovaní organizátoři sportovních/pohybových kroužků

V této otázce měli respondenti označit ty organizace, které podle nich poskytují nejkvalitnější sportovní/pohybové kroužky určené pro děti předškolního věku. Nejvíce rodičů, celkem 49 %, uvedlo mateřskou školu. Druhou nejpočetnější organizací byl Sokol s téměř 44 % odpovědí a 42,5 % odpovědí získal dům dětí a mládeže. Větší počet odpovědí, konkrétně 38 % se objevilo i u soukromé instituce a osoby zajišťující kroužky pro děti. Zdůvodněním celkového výsledku může být například spokojenost rodičů s nabídkou sportovních/pohybových kroužků v mateřských školách (viz. Tabulka 7), dále předchozí zkušenost nebo reference na výše zmiňované organizace.

Respondenti také uvedli v rámci odpovědi „jiné“, že na typu organizátora nezáleží, že vše je vždy o lidech a jejich kvalitách. Dále rodiče uvedli, že nerozlišují mezi jednotlivými organizacemi, vybírají tedy spíše podle druhu kroužku, co by pro své dítě chtěli zvolit nebo o co má jedinec zájem. Nikdo z respondentů neuvedl organizaci Orel.

Tabulka 2

Nejdůležitější přínos sportovních/pohybových kroužků

	Četnost	%
podpora zdravého životního stylu se zapojením pohybu	144	86,2
kontakt s vrstevníky	129	77,2
hledání zájmu do budoucna	68	40,7
náplň volného času (mimo technologie)	56	33,5
dítě se učí vydržet u jednoho zájmu	26	15,6
zdokonalení dítěte v jedné oblasti	18	10,7
sportovní/pohybové kroužky nejsou důležitým přínosem pro děti předškolního věku	5	2,9
jiné	3	1,8

Nejdůležitějším přínosem sportovních/pohybových kroužků je podle dotazovaných podpora zdravého životního stylu se zapojením pohybu. Tuto odpověď uvedlo celkem 86 % respondentů. Jako druhý největší přínos vidí rodiče v tom, že jsou jejich děti v kontaktu s vrstevníky. Tuto odpověď označilo 77 % respondentů. Dalším důležitým přínosem je podle dotazovaných i hledání zájmu do budoucna (téměř 41 % odpovědí) a také to, že děti mají vhodnou náplň volného času a netráví tak příliš mnoho času u technologií. Já osobně souhlasím s odpovědí rodičů, že velmi důležitým přínosem je právě podporovat u dětí zdravý životní styl už od nízkého věku. Protože to, co se naučí v předškolním věku v rámci zdravého životního stylu, si mohou odnést i do dalších let života. Zde hodně záleží ale i na rodině, jak bude u jedince tento styl podporovat a vyvíjet. Z celkového počtu respondentů uvedly pouze necelé 3 % rodičů, že sportovní/pohybové kroužky nejsou důležitým přínosem pro jejich děti.

Tabulka 3

Sportovní/pohybové kroužky mají nějaká rizika

	Četnost	%
ANO	39	24,2
NE	122	75,8

Téměř 76 % respondentů je toho názoru, že sportovní/pohybové kroužky nemají nějaká rizika. Zbylých 24 % dotazovaných je opačného názoru a podle nich určitá rizika existují.

Rodiče nejčastěji uváděli možnost nějakého zranění, dále přetěžování dětí, když budou mít více pohybových kroužků nebo na danou činnost budou docházet příliš často a také přecenění dítěte přemotivovanými rodiči.

Jako další riziko uvedli posměch od druhých dětí za nedostatečné výkony, šikanu nebo i to, že si dítě může vypěstovat nechuť k danému kroužku z důvodu, že nemá rád paní učitelku, která daný kroužek vede, nebo že s ním nechodí jeho kamarád.

Pohybové kroužky v rámci MŠ

Tabulka 4

Dítě navštěvuje sportovní/pohybový kroužek v rámci nabídky MŠ

	Četnost	%
ANO	80	47,9
NE	87	52,1

V průzkumu bylo zjištěno, že 52 % respondentů, respektive jejich děti, nenavštěvují sportovní/pohybový kroužek, který nabízí jejich mateřská škola. Naopak sportovní/pohybový kroužek v rámci nabídky mateřské školy navštěvuje téměř 48 % dětí dotazovaných rodičů.

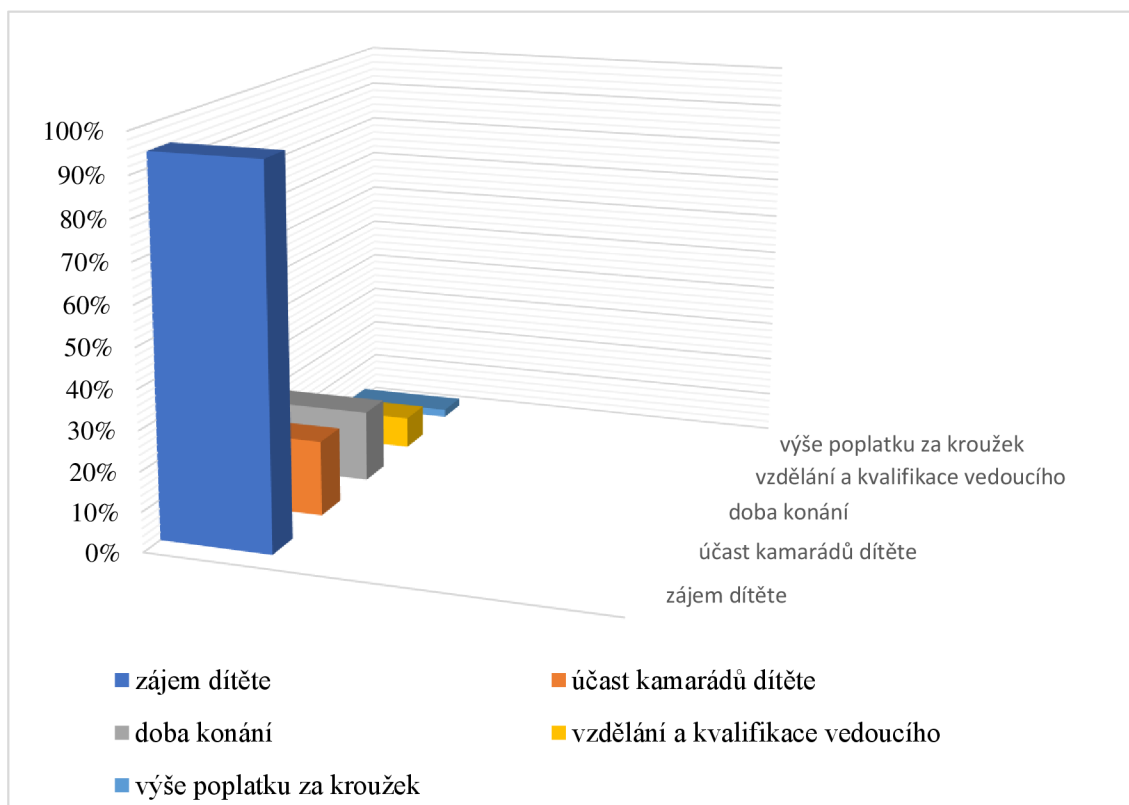
Tabulka 5

Navštěvovaný kroužek v rámci MŠ

	Četnost	%
plavání	35	43,7
lyžování	16	20
jóga	15	18,7
všeobecné pohybové aktivity ("pohybovky")	12	15
aerobic/tanec	9	11,2
tenis	8	10
inline bruslení	4	5
basketbal	4	5
sokolík	1	1,2

V návaznosti na předcházející otázku měli respondenti uvést, jaký kroužek jejich děti navštěvují v rámci nabídky dané mateřské školy. Nejčastěji se jednalo o plavání, které uvedlo téměř 44 % dotazovaných. Další čtenější odpovědí bylo lyžování s 20 % a následovala jóga, kterou navštěvuje necelých 19 % dětí respondentů. Sportovní/pohybový kroužek, který dostal také ještě více jak 10 odpovědí byly všeobecné pohybové aktivity.

Tuto odpověď uvedlo 15 % rodičů. S menší četností odpověděli dotazovaní dále také aerobic, tenis, inline bruslení a v jednom případě se objevil kroužek „sokolík“.



Graf 5

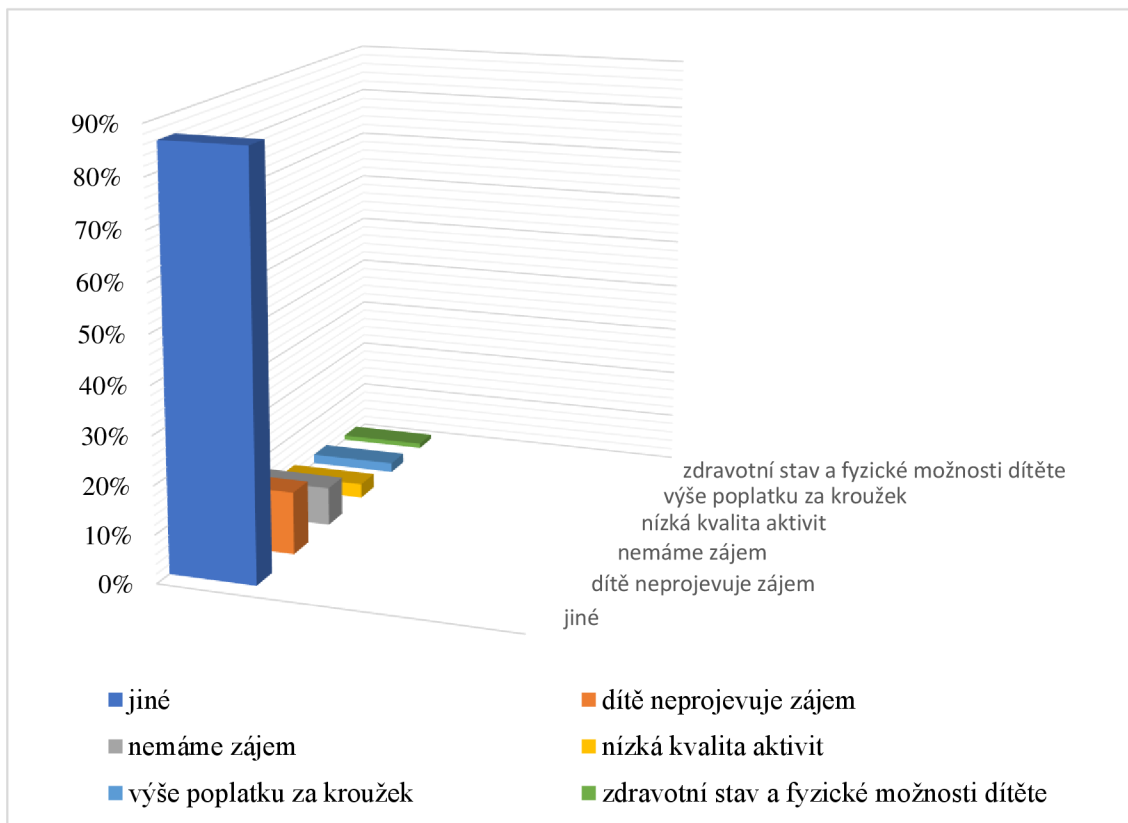
Nejdůležitější prvek při výběru sportovního/pohybového kroužku v rámci MŠ

Následovala další otázka, kdy měli respondenti vybrat, jaký jeden prvek byl pro ně nejdůležitější při výběru daného sportovního/pohybového kroužku v rámci nabídky mateřské školy. 94 % dotazovaných vybralo možnost zájem dítěte. Následovala odpověď účast kamarádů s 19 %. Třetí v pořadí s 18 % byla možnost doba konání daného kroužku, jestli se koná v dopoledních či odpoledních hodinách. 8 % respondentů považuje za nejdůležitější prvek výběru vzdělání a kvalifikaci vedoucího, který vede zájmovou činnost a pro 2 % rodičů je nejdůležitějším činitelem výše poplatku za kroužek. Podle mého názoru je právě zájem dítěte o daný sportovní/pohybový kroužek jedním z nejdůležitějších ukazatelů, podle kterého by rodiče měli vybírat. Protože pokud by na zájmovou činnost docházel jedinec už od začátku s nechutí, netěšil by se tam, mohlo by to vést k následnému negativnímu přístupu ke všem pohybovým aktivitám a sportu celkově.

Tabulka 6*Zdůvodnění výběru daného sportovního/pohybového kroužku z nabídky MŠ*

	Četnost	%
zájem dítěte	31	38,7
aktivní trávení volného času (pohyb + zdravý životní styl)	17	21,2
kontakt s vrstevníky (účast kamaráda)	12	15
rozvoj pohybových návyků a dovedností	12	15
zkušenost, recenze a doporučení od jiných rodičů	6	7,5
dostupnost v MŠ	4	5
vzdělání a zkušenosti instruktorů	3	3,7
vyzkoušení nového druhu sportu	3	3,7
zlepšení se v plavání	3	3,7
přínos do budoucna	2	2,5
zaměření rodiny	2	2,5
čas konání	2	2,5
sportovní nadání dítěte	1	1,2

Dále měli respondenti sami uvést, z jakého důvodu vybrali pro své dítě daný sportovní/pohybový kroužek. Nejvíce rodičů, téměř 39 %, odpovědělo, že zájmovou činnost vybrali podle zájmu svého dítěte. Tato odpověď se shoduje s výsledkem z předcházející otázky, kdy je podle dotazovaných nejdůležitějším prvkem výběru právě zájem dítěte. Druhou nejčastější odpovědí, kterou uvedlo 21 % respondentů, bylo aktivní trávení volného času spojené celkově s pohybem a zdravým životním stylem. 15 % dotazovaných dále zdůvodnilo svůj výběr kroužku tím, že děti jsou v kontaktu s vrstevníky nebo se činnosti účastní i jejich kamarádi a také že dochází k rozvoji pohybových návyků a dovedností. 7,5 % dotazovaných dá na předešlou zkušenost či recenzi a doporučení od jiných rodičů. Následným důvodem je například i dostupnost kroužku v mateřské škole, tuto odpověď uvedlo 5 % rodičů. Méně častým zdůvodněním bylo vzdělání a zkušenosti instruktorů, vyzkoušení nového druhu sportu a zlepšení se v plavání. Tyto možnosti odpověděly pokaždé téměř 4 % respondentů. 2,5 % dotazovaných pak uvedlo ještě přínos pro dítě do budoucna, zaměření rodiny nebo čas konání sportovního/pohybového kroužku. V jednom případě se objevila i odpověď, že daný kroužek vybrali rodiče z důvodu sportovního nadání svého dítěte.



Graf 6

Důvod nevybrání sportovního/pohybového kroužku z nabídky MŠ

Pokud děti respondentů nenavštěvují žádný sportovní/pohybový kroužek v rámci nabídky mateřské školy, měli rodiče vybrat z daných možností, proč tomu tak je. 86 % dotazovaných zvolilo možnost „jiné“. Nejčastěji uváděli, že dítě navštěvuje kroužek mimo mateřskou školu, ověřenost a spokojenost s jinou soukromou institucí, dále také, že nejsou v nabídce kroužky pro menší děti, ale jen pro starší. Někteří rodiče by také uvítali kroužky zaměřené pro chlapce či více akčnější činnost, než je jóga. Jiní respondenti jsou toho názoru, že děti mají v mateřské škole dostatek pohybu přes den, takže další sportovní/pohybový kroužek už není potřeba. 13 % dotazovaných vybralo odpověď, že dítě neprojevuje zájem a 8 % respondentů uvedlo, že celkově rodina nemá zájem. Pouze 3 % rodičů nevybralo pro své dítě kroužek z důvodu nízké kvality aktivit, 2 % odradila výše poplatku za daný kroužek a 1 % je ovlivněno zdravotním stavem a fyzickými možnostmi dítěte.

Tabulka 7*Spokojenost rodičů s nabídkou sportovních/pohybových kroužků v MŠ*

	Četnost	%
ANO	113	74,3
NE	39	25,7

Tabulka 8*Poptávka po širší nabídce sportovních/pohybových kroužků v MŠ*

	Četnost	%
ANO	97	61,8
NE	60	38,2

Následnými dvěma otázkami mělo být zjištěno, jestli jsou rodiče spokojeni s nabídkou sportovních/pohybových kroužků v daných mateřských školách a zda by uvítali širší nabídku. Přes 74 % respondentů je s nabízenými aktivitami spokojeno a pouze necelých 26 % dotazovaných spokojeno není.

I když je většina rodičů spokojena, i přesto by téměř 62 % respondentů uvítalo, kdyby nabídka sportovních/pohybových kroužků v mateřských školách byla širší.

Tabulka 9*Zájem o zařazení nových sportovních/pohybových kroužků v rámci nabídky MŠ*

	Četnost	%
všeobecný sportovní/pohybový kroužek	36	37,1
tancování	34	35
atletika	11	11,3
bruslení	8	8,2
gymnastika	7	7,2
plavání	7	7,2
florbal	6	6,2
lyžování	5	5,2
míčové a kolektivní sporty	5	5,2
fotbal	4	4,1
jóga	4	4,1
kroužek zaměřený více na chlapce (nejen jóga a tanec)	4	4,1
pohybové kroužky už i pro malé děti, nejen pro předškoláky	2	2,1
zdravotní cvičení	2	2,1

V návaznosti na předchozí dvě otázky měli respondenti tedy uvést, jaký sportovní/pohybový kroužek by chtěli pro své děti v mateřské škole. Nejvíce poptávanou aktivitou je všeobecný sportovní/pohybový kroužek, který by chtělo 37 % respondentů.

Druhým nejvíce chtěným kroužkem je tancování s 35 % odpovědí. Přes 11 % rodičů by si pro své děti přálo atletiku a přes 8 % respondentů uvedlo bruslení.

Více jak 7 % rodičů by uvítalo gymnastiku a plavání, nad 6 % odpovědí byl zmíněn florbal. Přes 5 % respondentů chce lyžování, míčové a kolektivní sporty. O fotbal, jógu a kroužek zaměřený více na chlapce, kde by nešlo jen o jógu a tanec, má zájem 4 % dotazovaných. 2 % rodičů by pro své děti mělo rádo v mateřské škole pohybové kroužky, které jsou už i pro menší děti, a nejen pro předškoláky a zájem by byl i o zdravotní cvičení.

Volnočasové pohybové aktivity mimo MŠ

Tabulka 10

Dítě navštěvuje sportovní/pohybový kroužek mimo MŠ

	Četnost	%
ANO	107	64,5
NE	59	35,5

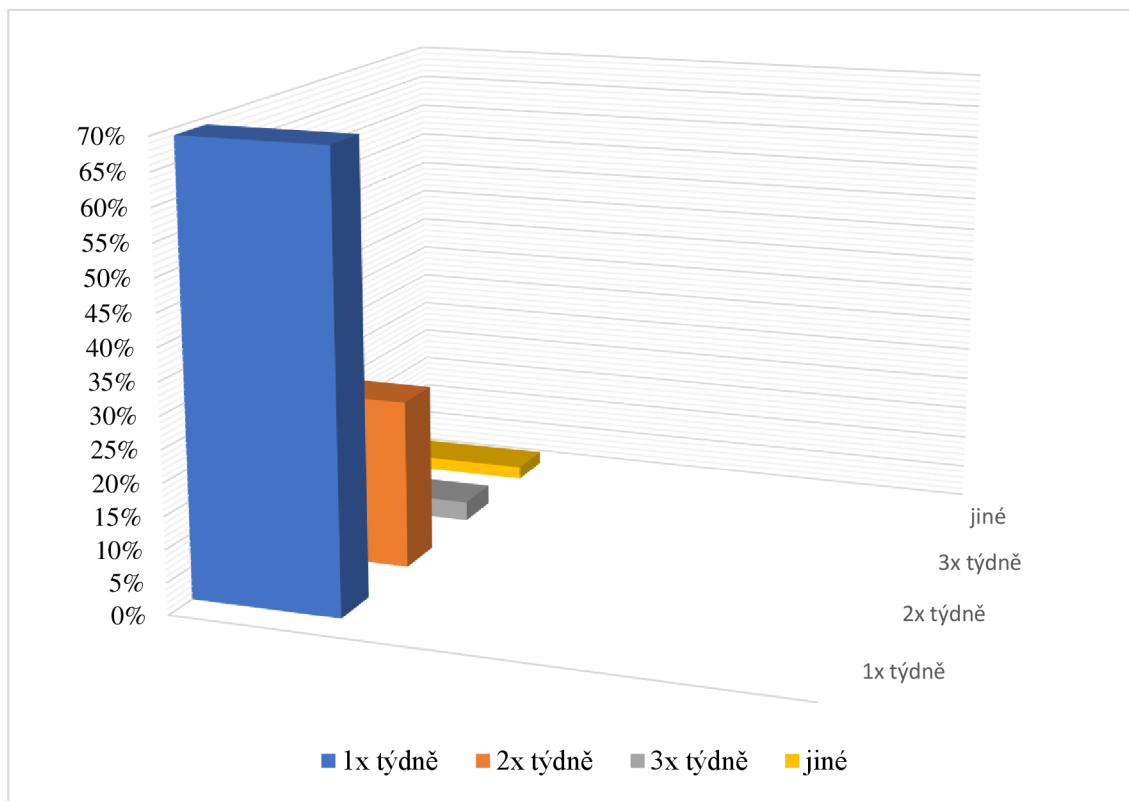
V průzkumu bylo zjištěno, že 64,5 % respondentů, respektive jejich děti, navštěvují nějaký sportovní/pohybový kroužek mimo mateřskou školu. 35,5 % dětí dotazovaných žádný sportovní/pohybový kroužek ve svém volném čase nenavštěvuje.

Tabulka 11*Navštěvovaný sportovní/pohybový kroužek*

	Četnost	%
plavání	26	24,2
tancování (aerobic, "Hrošík", balet)	24	22,4
všestranný pohybový kroužek (SK Lvíček)	22	20,5
Sokol (všestranný pohybový kroužek)	18	16,8
fotbal	16	15
hokej	3	2,8
Gymnathlon	3	2,8
tenis	3	2,8
judo	3	2,8
gymnastika	2	1,9
florbal	2	1,9
atletika	2	1,9
parkour	2	1,9
bouldering	2	1,9
lyžování	1	0,9
akvabely	1	0,9
lezení	1	0,9
hasiči	1	0,9
cvičení ve Sportlife	1	0,9
capoeira	1	0,9
sálová kopaná	1	0,9

V následující otázce měli respondenti napsat, o jaký sportovní/pohybový kroužek se jedná. Dotazovaní uvedli velké množství kroužků, které může naznačovat dostatečnou nabídku sportovních/pohybových kroužků v Pardubicích. Nejčastěji se jednalo o plavání, které uvedlo přes 24 % rodičů. Druhým nejčastějším kroužkem je tancování s více jak 22 % odpovědí. Konkrétně šlo například o aerobic, balet či taneční kroužek Hrošík. 20,5 % rodičů vybralo pro svoje děti všestrannou pohybovou aktivitu, kde byl zmíněn například SK Lvíček. Často zmiňovaným byl i Sokol také se všestranným pohybovým kroužkem. Tuto odpověď uvedlo téměř 17 % dotazovaných. 15 % dětí respondentů dochází na fotbal. Méně častými volnočasovými aktivitami jsou poté hokej, Gymnathlon, tenis a judo, které vybrala pouze necelá 3 % respondentů. Téměř 2 % dotazovaných využívá tyto kroužky – gymnastiku, florbal, atletiku, parkour a bouldering.

Necelé 1 % rodičů vybralo pro své děti následující aktivity – lyžování, akvabely, lezení, hasiči, cvičení ve Sportlife, capoeira a sálová kopaní.

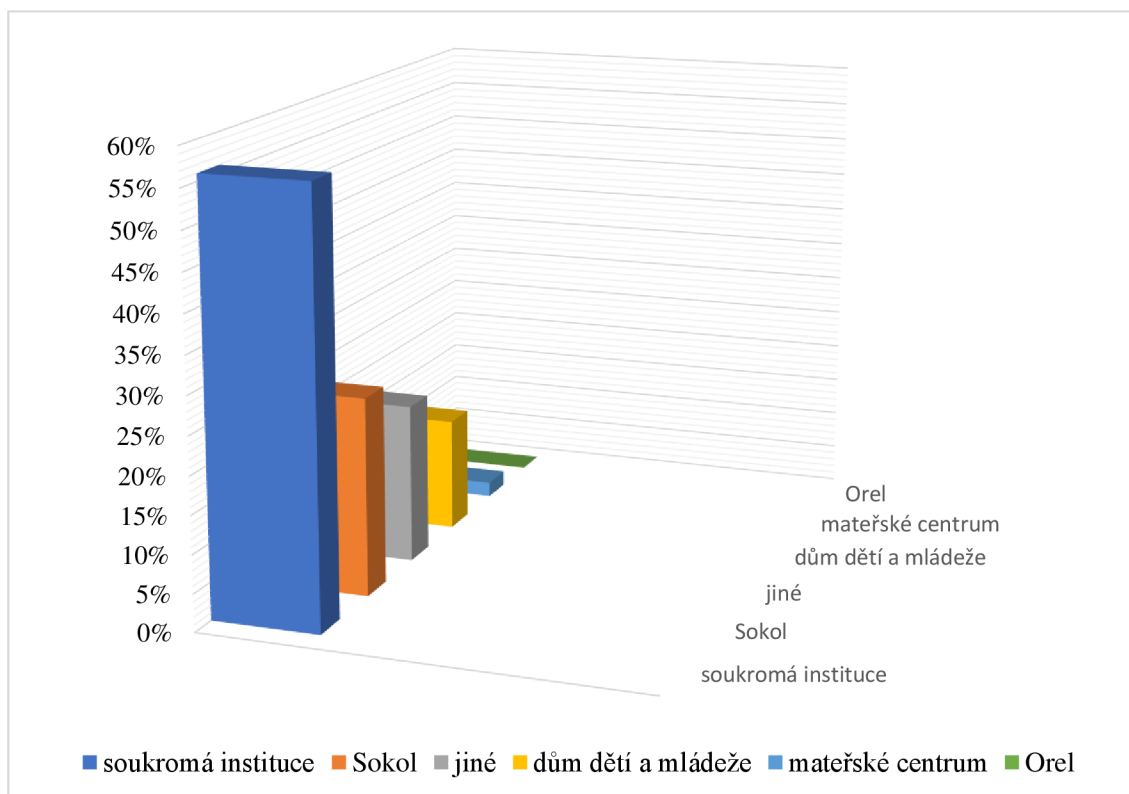


Graf 7

Týdenní návštěvnost daného sportovního/pohybového kroužku

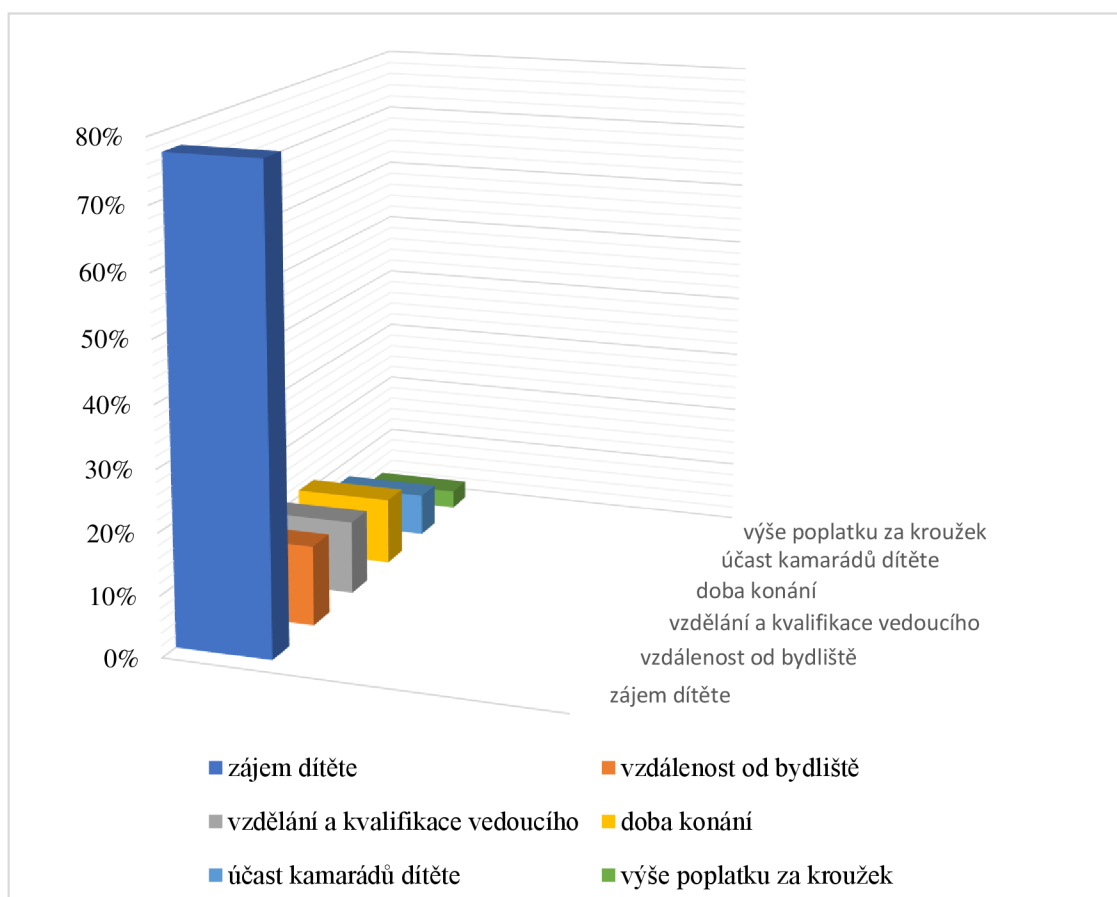
Dále bylo zjišťováno, kolikrát za týden děti docházejí na daný sportovní/pohybový kroužek. Průzkum ukázal, že 69 % dětí dotazovaných rodičů navštěvuje kroužek 1x týdně. 2x za týden dochází na volnočasovou aktivitu 26 % dětí. Pouze 3 % respondentů vybralo možnost 3x týdně a 2 % rodičů zvolilo odpověď jiné. Zde uvedli, že jejich děti dochází na sportovní/pohybový kroužek 4x týdně.

Osobně jsem zastáncem prvních dvou variant, kdy dítě dochází na daný kroužek 1x nebo 2x za týden, protože poté může docházet k přetěžování dítěte nebo nemusí mít dostatek času na volný přirozený pohyb.



Graf 8
Organizátoři sportovních/pohybových kroužků

Pokud děti navštěvují sportovní/pohybové kroužky mimo mateřskou školu, jsou to nejčastěji ty, které jsou organizované soukromou institucí. Tuto možnost vybralo 56 % respondentů. 26 % dotazovaných, zvolilo kroužek organizovaný Sokolem. V rámci odpovědi „jiné“, kterou označilo 21 % rodičů se objevovaly tyto odpovědi – sportovní klub, FK Pardubice, Univerzita Pardubice, plavecký stadion, fotbalový klub, FK Spartak, Sportovní spolek Pardubice, plavecký bazén Maják. Dále 15 % dětí respondentů využívá služby domu dětí a mládeže. Nejméně navštěvované jsou kroužky organizované mateřskými centry, tuto odpověď vybraly pouze 2 % dotazovaných. Možnost Orel nevybral nikdo z respondentů.



Graf 9

Nejdůležitější prvek při výběru sportovního/pohybového kroužku

I v rámci sportovních/pohybových kroužků navštěvovaných dětmi mimo mateřskou školu bylo zjišťováno, co bylo pro rodiče při výběru jedním z nejdůležitějších faktorů. Stejně jako u totožné otázky (viz. Graf 5), ale v rámci nabídky kroužků v mateřské škole, vybralo nejvíce respondentů možnost zájem dítěte, celkem 77 %. Druhým nejdůležitějším důvodem s 13 % odpovědí byla vzdálenost od bydliště a třetím faktorem bylo vzdělání a kvalifikace vedoucího, který vede zájmovou činnost. Tuto možnost uvedlo 12 % dotazovaných. Podle 11 % rodičů hrála největší roli ve výběru doba konání daného kroužku. Účast kamarádů dítěte na sportovním/pohybovém kroužku je nejdůležitější pouze u 7 % respondentů. U stejné otázky, ale v rámci nabídky aktivit mateřské školy, je ale tato odpověď druhým nejčastějším důvodem, proč rodiče daný kroužek pro své děti vyberou. Konkrétně tak odpovědělo 19 % dotazovaných. Dále pouze 3 % respondentů vybralo jako nejdůležitější prvek při výběru výši poplatku za kroužek. I v tomto případě je podle mého názoru velmi dobře, že rodiče dají na své děti a na to, co je baví, co rády dělají a podle toho jim poté konkrétní kroužek vyberou.

Tabulka 12

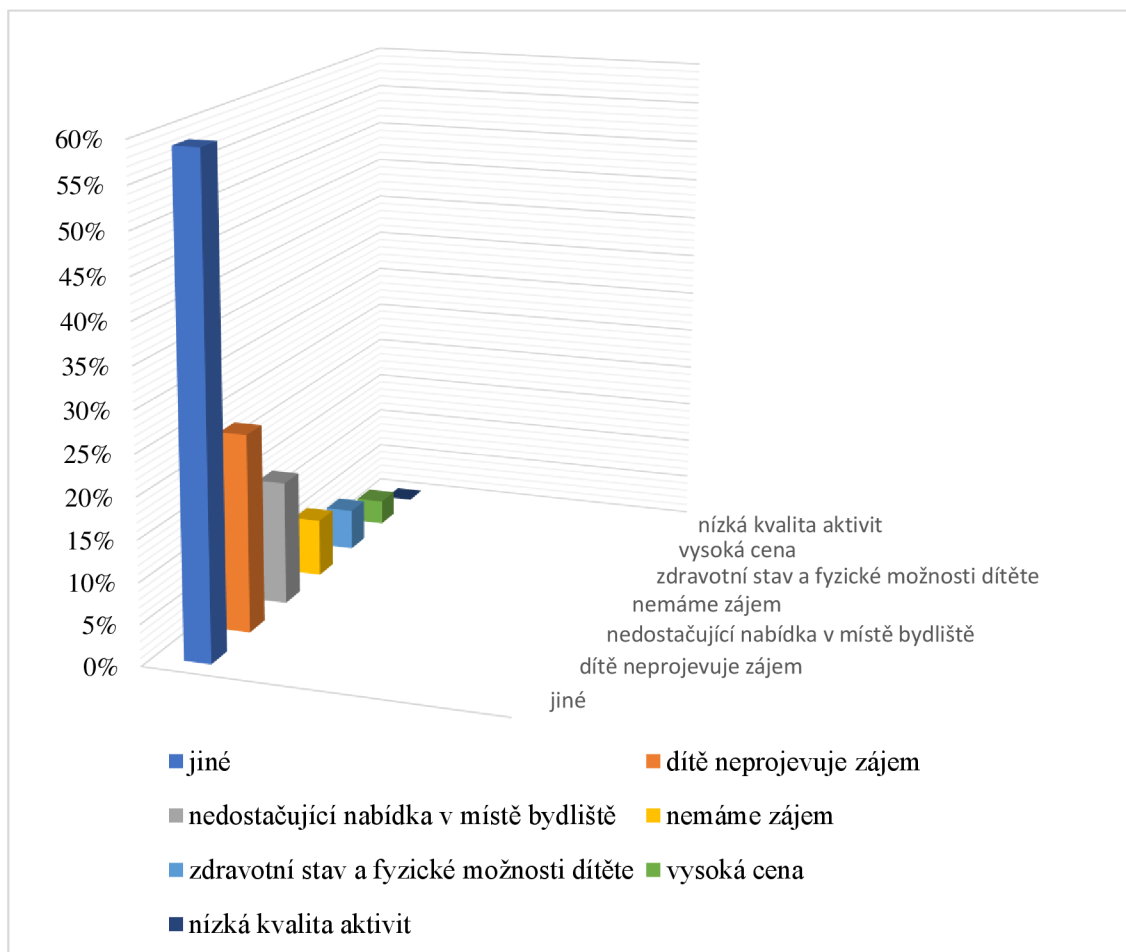
Zdůvodnění výběru daného sportovního/pohybového kroužku

	Četnost	%
zájem dítěte	29	27,1
potřeba pohybu pro dítě, vytvoření kladného vztahu k pohybu	27	25,2
účast kamaráda, kontakt s vrstevníky	24	22,4
rozvoj všestrannosti, pohybových dovedností a aktivit	22	20,5
dobrá zkušenost s danou organizací, vedoucím/cvičitelem	12	11,2
zájmy rodiny	5	4,7
vyzkoušení co nejvíce aktivit	4	3,7
rozvoj samostatnosti (Cvičení dodává odvalu a udržuje silnou mysl. Marcus Tullius Cicero)	4	3,7
uznávání (poslouchání) další autority	3	2,8
všeobecná orientace kroužku	3	2,8
vlohy dítěte, předpoklady, podpora sportovního nadání	3	2,8
věková dostupnost	2	1,9
sportovní kroužek vnímám jako nutnost, pak už jen vybrat jaký	1	0,9
doba konání	1	0,9

V následující otázce měli respondenti napsat, proč pro své dítě vybrali daný sportovní/pohybový kroužek, co je vedlo zrovna k tomuto rozhodnutí. Nejčastěji dotazovaní uváděli opět zájem dítěte, kdy tuto odpověď napsalo téměř 27 % rodičů. Pro 25 % respondentů je důvodem výběru potřeba pohybu pro dítě a vytvoření si kladného vztahu k pohybu. Myslím si, že právě už v předškolním věku by mělo docházet u dětí k utváření si pozitivního vztahu k pohybu, aby se děti samy rády hýbaly a byly v pohybu.

Ze začátku nám k tomu může pomoci přirozený pohyb a hra a postupně můžeme zařazovat další zájmové činnosti. Dále se znovu objevovala odpověď účast kamaráda a kontakt s vrstevníky, kterou uvedlo přes 22 % rodičů. Pro necelých 20,5 % dotazovaných je důvodem výběru potřeba rozvoje všestrannosti, pohybových dovedností a aktivit. Další častější odpovědi s 11 % byla dobrá zkušenost s danou organizací a vedoucím, kteří sportovní/pohybový kroužek vedou. Necelých 5 % respondentů je ovlivněno zájmy své rodiny. Pro další rodiče je zase důležité to, že si jejich dítě vyzkouší co nejvíce aktivit, nebo že v rámci kroužku dochází k rozvoji samostatnosti. Tyto odpovědi uvedly skoro 4 % rodičů. Pro téměř 3 % respondentů je v rámci výběru důležité, že dítě uznává další autoritu, dále pak všeobecná orientace kroužku či vlohy dítěte, předpoklady a podpora jeho sportovního nadání.

Necelé 1 % dotazovaných uvedlo ještě jako důvod, že sportovní kroužek vnímá jako nutnost a poté už stačí vybrat o jaký kroužek se bude jednat a posledním prvkem při rozhodování byla doba konání dané aktivity.

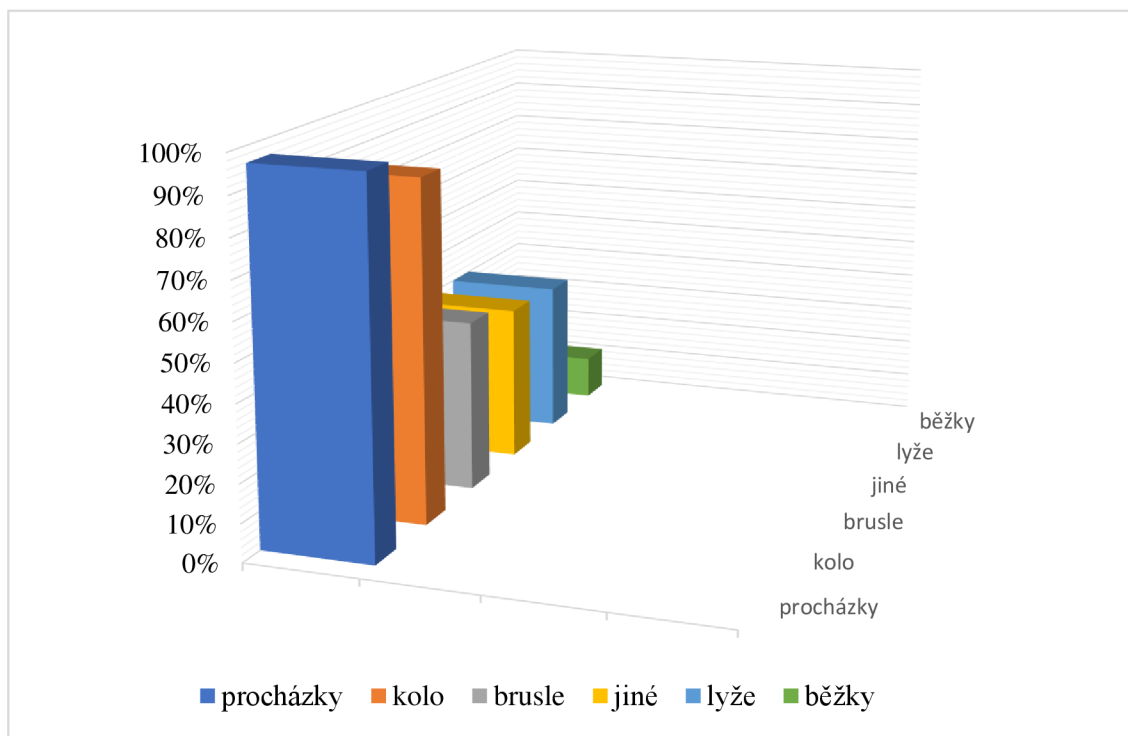


Graf 10
Důvod nevybrání sportovního/pohybového kroužku

Následující otázkou mělo být zjištěno, proč rodiče nevybrali pro své děti žádný sportovní/pohybový kroužek. Z nabízených odpovědí uvedli respondenti nejčastěji možnost „jiné“, celkem 59 %. Konkrétně šlo o následující odpovědi. Strach z jiného kolektivu a s tím související nedozrálост dítěte, časová nedostupnost, dostatečná nabídka mateřské školy a dostatečný pohyb a sportovní aktivity v rámci rodiny. Někteří dotazovaní uvedli také to, že malé děti si mají užívat právě aktivity, volný čas s rodinou a nemají být odkládány do kroužků, nebo že je po celodenním pobytu v mateřské škole dítě unavené. Dalším důvodem je návštěva jiných kroužků, například hudebních nebo výtvarných. Druhým nejčastěji voleným důvodem z nabízených možností bylo, že dítě neprojevuje zájem.

Tuto odpověď vybralo téměř 24 % respondentů. 15 % dotazovaných je toho názoru, že v místě bydliště je nedostatečná nabídka aktivit, proto žádnou pro své dítě nevybrali. 7 % rodičů nemá celkově zájem a 5 % dotazovaných uvedlo jako důvod zdravotní stav a fyzické možnosti dítěte. Pro 3 % rodičů je odrazující vysoká cena volnočasových aktivit. Nikdo z respondentů neuvedl možnost nízké kvality aktivit.

Volnočasové pohybové aktivity v rámci rodiny



Graf 11

Volnočasové pohybové aktivity v rámci rodiny

V průzkumu bylo také zjišťováno, jakým pohybovým aktivitám se věnují rodiče společně s dětmi ve svém volném čase. Téměř 96 % respondentů vybralo z nabízených odpovědí procházky. Druhou nejčastěji využívanou aktivitou je jízda na kole, kterou uvedlo necelých 89 % dotazovaných. V rámci volného času se rodiny, celkem 45 %, také věnují jízdě na bruslích. 41 % obdržela odpověď „jiné“. Zde respondenti psali nejčastěji plavání, výlety a turistika, koloběžky, fotbal, běh, míčové hry, hry na zahradě a na hřišti, tanec, badminton, tenis a motokáry. Lyžování se věnuje 40 % rodin a na běžky vyráží přes 11 % rodičů s dětmi.

4.2 Organizace pohybových kroužků v rámci mateřských škol

V této kapitole je rozebrána organizace jednotlivých pohybových kroužků, které nabízejí mateřské školy, které se zúčastnily dotazníkového šetření. Pro prezentaci výsledků jsem použila označení jednotlivých mateřských škol MŠ 1, MŠ 2, MŠ 3, MŠ 4.

Mateřské školy, konkrétně paní ředitelky odpovídaly celkem na 7 otázek (Viz. příloha č. 3 – Vzor tabulky pro p. ředitelky – Organizace pohybových kroužků v mateřské škole), týkajících se organizace volnočasových pohybových aktivit v jejich mateřské škole.

Údaje jsou uvedeny za školní rok 2021/2022 a jedná se o následující pohybové kroužky:

- Plavání
- Lyžování
- In-line bruslení
- Pohybová aktivita (Pohybovky, Hýbánky, Taneční a pohybová průprava)
- Jóga pro děti
- Basketbal
- Tenis

Tabulka 13

Organizace kroužku „Plavání“

	MŠ 1	MŠ 2	MŠ 3	MŠ 4
Kdy probíhá:	dopoledne	dopoledne	dopoledne	dopoledne
Jak často:	1x týdně	1x týdně	1x týdně	1x týdně
Časová náročnost:	45 minut	45 minut	45 minut	45 minut
Počet dětí:	40	50	63	56
Kdo ho vede:	externista	externista	externista	externista
Kde probíhá:	mimo MŠ	mimo MŠ	mimo MŠ	mimo MŠ
Kdo vede děti na kroužek:	pedagog	pedagog	pedagog	pedagog

Všechny čtyři oslovené mateřské školy organizují pro děti plavecký kurz. Jedná se vždy o 10 lekcí a jedna lekce trvá 45 minut v dopoledních hodinách. Děti doprovází do plaveckého bazénu pedagog a samotná lekce je poté vedena lektorem z plavecké školy.

Tabulka 14*Organizace kroužku „Pohybová aktivita“*

	MŠ 1	MŠ 2	MŠ 3	MŠ 4
Kdy probíhá:	odpoledne	odpoledne	odpoledne	odpoledne
Jak často:	1x týdně	1x týdně	1x týdně	1x týdně
Časová náročnost:	45 minut	45 minut	45 minut	45 minut
Počet dětí:	20 (1. pololetí) 15 (2. pololetí)	16 (1. skupina) 15 (2. skupina)	21 (1. pololetí) 13 (2. pololetí)	20 (1. pololetí) 15 (2. pololetí)
Kdo ho vede:	pedagog	externista	externista	pedagog
Kde probíhá:	třída MŠ	tělocvična MŠ	třída MŠ	třída MŠ
Kdo vede děti na kroužek:	pedagog	pedagog	provozní zaměstnanec	pedagog

Všechny čtyři mateřské školy mají také v nabídce kroužek pohybových aktivit. Ve dvou mateřských školách je nazýván jako „Pohybovky“, jedna mateřská škola uvádí název „Hýbáňky“ a jedna mateřská škola používá název „Taneční a pohybová průprava“. Ve všech případech je kroužek pořádán odpoledne, jedenkrát týdně a trvá 45 minut. Ve třech případech se děti přihlašují zvlášť na první a druhé pololetí. Ve druhém pololetí došlo k poklesu dětí ve třech mateřských školách. V jedné mateřské škole je pohybový kroužek pořádáný pro velký zájem pro dvě skupiny, aby měly děti dostatek prostoru a lektor se mohl věnovat dostatečně všem dětem. Pohybová aktivita je ve dvou mateřských školách vedena pedagogem MŠ a ve dvou mateřských školách dochází do MŠ externista. Na místo, kde „pohybovka“ probíhá, převádí děti vždy pedagog, kromě jedné MŠ. Zde vede na kroužek děti provozní zaměstnanec.

Pouze jedna mateřská škola má k dispozici tělocvičnu, ve které pohybová aktivita probíhá. Zbylé tři mateřské školy organizují kroužek v běžné třídě.

Tabulka 15*Organizace kroužku „Lyžování“*

	MŠ 1	MŠ 3	MŠ 4
Kdy probíhá:	dopoledne	dopoledne	dopoledne
Jak často:	1x týdně – 5 lekcí	1x týdně – 5 lekcí	1x týdně – 4 lekce
Časová náročnost:	2x 50 minut	2x 50 minut	2x 50 minut
Počet dětí:	20	29	13
Kdo ho vede:	externista	externista	externista
Kde probíhá:	mimo MŠ	mimo MŠ	mimo MŠ
Kdo vede děti na kroužek:	pedagog	pedagog	pedagog

Tři ze čtyř mateřských škol nabízejí dětem lyžařský kurz, který vedou externisté z lyžařské školy Ski Fanatic. Lyžování probíhá v dopoledních hodinách, jedenkrát týdně, po dobu 1 hodiny a 40 minut. Dvě mateřské školy organizují dětem celkem 5 lekcí a jedna mateřská škola zařizuje pro děti 4 lekce. Děti doprovází na lyžařský kurz vždy pedagog.

Tabulka 16*Organizace kroužku „In-line bruslení“*

	MŠ 1	MŠ 3
Kdy probíhá:	dopoledne	dopoledne
Jak často:	1x týdně	1x týdně
Časová náročnost:	2x 50 minut	2x 50 minut
Počet dětí:	25	34
Kdo ho vede:	externista	externista
Kde probíhá:	mimo MŠ	mimo MŠ
Kdo vede děti na kroužek:	pedagog	pedagog

Dalším nabízeným pohybovým kroužkem je ve dvou mateřských školách in-line bruslení. Obě MŠ organizují aktivitu jedenkrát týdně v dopoledních hodinách a jedna lekce trvá 1 hodinu a 40 minut. Tento pohybový kroužek mají mateřské školy na programu vždy ve druhém pololetí a děti navštíví celkem 5 lekcí. V obou případech je in-line bruslení organizováno mimo mateřské školy outdoorovou organizací Ski Fanatic a dětem se věnují školení instruktoři. Doprovod dětem dělají jejich pedagogové z mateřských škol.

Tabulka 17*Organizace kroužku „Jóga pro děti“*

	MŠ 1	MŠ 2
Kdy probíhá:	dopoledne	odpoledne
Jak často:	1x týdně	1x týdně
Časová náročnost:	45 minut	50 minut
Počet dětí:	18 (1. pololetí) 15 (2. pololetí)	13 (1. skupina) 11 (2. skupina) 11 (3. skupina)
Kdo ho vede:	externista	externista
Kde probíhá:	třída MŠ	tělocvična MŠ
Kdo vede děti na kroužek:	externista	externista

Dvě mateřské školy nabízejí dětem pohybový kroužek dětské jógy, který probíhá jedenkrát týdně po dobu 45 minut a 50 minut. V obou případech vede aktivitu externista, který si po písemném souhlasu rodičů přebírá děti na jednotlivých třídách. V jedné MŠ probíhá jóga ve třídě a ve druhé MŠ v tělocvičně, která je součástí jejich budovy. Stejně jako u kroužku „Pohybová aktivita“ klesl ve druhém pololetí počet dětí, navštěvujících jógu. Na druhou stranu ve druhé mateřské škole je o dětskou jógu takový zájem, že museli otevřít 3 skupiny, aby se lektorka mohla dětem dostatečně věnovat. Tomu právě pomáhá i to, že jsou děti rozděleny do menších skupin.

Tabulka 18*Organizace kroužku „Basketbal“*

	MŠ 4
Kdy probíhá:	odpoledne
Jak často:	1x týdně
Časová náročnost:	45 minut
Počet dětí:	16
Kdo ho vede:	externista
Kde probíhá:	mimo MŠ
Kdo vede děti na kroužek:	externista

Jedna ze čtyř oslovených mateřských škol nabízí dětem pohybový kroužek basketbalu, který se koná jedenkrát týdně po dobu 45 minut. Kroužek navštěvuje celkem 16 dětí, které si v mateřské škole v odpoledních hodinách vyzvedává externista (lektor z BK Pardubice) a vede děti do tělocvičny základní školy, kde s ním mají výuka basketbalu.

Tabulka 19*Organizace kroužku „Tennis“*

	MŠ 3
Kdy probíhá:	dopoledne
Jak často:	1x týdně
Časová náročnost:	30 minut
Počet dětí:	27 (1. pololetí) 24 (2. pololetí)
Kdo ho vede:	externista
Kde probíhá:	mimo MŠ
Kdo vede děti na kroužek:	asistent pedagoga nebo pedagog

V nabídce jedné oslovené mateřské školy je i kroužek tenisu, probíhající jedenkrát týdně vždy dopoledne. Výuka tenisu trvá 30 minut ve sportovní hale vedle mateřské školy a je vedena odborným lektorem. I u tohoto pohybového kroužku došlo k poklesu dětí ve druhém pololetí, celkem o tři děti. Převodem dětí z mateřské školy do haly je pověřen asistent pedagoga nebo pedagog.

5 DISKUSE

Pro svoji diplomovou práci jsem si vybrala dotazníkové šetření, abych získala informace od většího počtu rodičů a měla jsem tak k dispozici dostačující množství odpovědí a názorů jednotlivých rodičů na volnočasové pohybové aktivity organizované v rámci mateřských škol, kam dochází jejich děti, a také na pohybové kroužky mimo mateřskou školu. Podle mého názoru byla tato metoda zvolena vhodně, protože se mi podařilo získat dostatečné množství dat k vyhodnocení zkoumaného tématu, a zjistit jaká je aktuální nabídka pohybových volnočasových aktivit v rámci oslovených mateřských škol.

Dotazníkové šetření ukázalo, že největší přínos sportovních/pohybových kroužků spatřuje téměř většina respondentů, konkrétně 86 %, v podpoře zdravého životního stylu se zapojením pohybu. Chvátalová (2022) rovněž uvádí důležitost pohybové aktivity ve volném čase právě z důvodu podpory nejen duševního zdraví jedince, ale také v rámci celkové osobní pohody, kdy pohyb zároveň přispívá k udržení si vhodné tělesné hmotnosti. Stejného názoru je i Galloway (2007), který uvádí, že dětské tělo bylo stvořeno pro pohyb, který mu velmi prospívá. Pokud se budou děti ve volném čase věnovat pohybovým činnostem, bude při nich docházet k celkovému pohybovému rozvoji a zlepšování jejich pohybových schopností a dovedností. Druhým nejdůležitějším přínosem sportovních kroužků je podle rodičů kontakt jejich dětí s vrstevníky, kdy tuto možnost vybralo 77 % respondentů. Podle Němce (2002) se spousta aktivit ve volném čase koná právě ve skupinách a různých organizacích. Díky tomu můžeme hovořit o společenském významu a o tvoření sociálních vazeb mezi účastníky daných volnočasových aktivit. Dále téměř 41 % rodičů spatřuje nejdůležitější přínos sportovních a pohybových kroužků ohledně hledání zájmů do budoucna. Tento přínos uvádí i Opravilová (2016), podle které je vyzkoušení si různých druhů činností užitečným přínosem v dalších letech dětí.

Pohybové volnočasové aktivity mohou mít i určitá rizika, mezi která patří například podle Svobodové (2010) a Mertina (2015) nadměrné zatěžování dětí, kdy nemají dostatečný prostor pro odpočinek, hru a relaxaci. Dalším rizikovým faktorem je i nebezpečí úrazu, které může souviset se zmiňovaným přetěžováním či jednostranným zatížením jedinců. V průzkumném šetření vyšlo, že téměř 76 % rodičů je toho názoru, že sportovní/pohybové kroužky nemají nějaká rizika. Naopak podle 24 % rodičů určitá rizika existují.

Nejčastěji podle nich může dojít k výše zmiňovanému zranění nebo přetěžování dětí, když budou mít více pohybových kroužků nebo na danou činnost budou docházet příliš často. Rodiče také berou jako riziko určité přecenění dítěte přemotivovanými rodiči.

V předškolním období děti mají na výběr jejich zájmů velký vliv rodiče, kteří vybírají pro své děti kroužky, aby vyplnili jejich volný čas. Podle Kořátkové (2008) je proto velmi důležité, aby si rodiče dávali pozor při výběru daných aktivit a respektovali přání a zájmy svých dětí. V dotazníkovém šetření bylo proto zjišťováno, jaký je pro rodiče nejdůležitější prvek při výběru pohybových kroužků nabízených mateřskými školami a jinými organizacemi mimo MŠ. V rámci pohybových kroužků v mateřských školách uvedlo 94 % respondentů výše zmiňovaný zájem dětí, což je i podle mého názoru velmi důležité, protože děti by měly na daný kroužek chodit s radostí a měly by ho dělat proto, že je baví, a ne jenom kvůli přání rodičů. Dále 19 % rodičů uvedlo účast kamarádů jejich dítěte a pro 18 % rodičů je nejdůležitějším prvkem při výběru také doba konání daného kroužku, zda se koná v dopoledních nebo odpoledních hodinách. Při výběru sportovních kroužků mimo mateřskou školu je pro rodiče nejdůležitější rovněž zájem dítěte, kdy tuto možnost vybralo celkem 77 % respondentů. Pro 13 % rodičů je nejdůležitější vzdálenost místa konání daného kroužku od místa jejich bydliště a 12 % považuje za nejdůležitější vzdělání a kvalifikaci vedoucího, který vede zájmovou činnost.

V rámci nabídky pohybových kroužků v oslovených mateřských školách navštěvuje dané zájmové činnosti téměř 48 % dětí dotazovaných rodičů. Naopak 52 % respondentů uvedlo, že jejich děti žádný z nabízených pohybových kroužků nenavštěvují. Jako důvod nevybrání sportovního kroužku uváděli nejčastěji, že dítě navštěvuje kroužek mimo mateřskou školu, ověřenost a spokojenost s jinou soukromou institucí, a že nejsou v nabídce kroužky pro mladší děti. Někteří rodiče by také uvítali kroužky zaměřené pro chlapce či více akčnější činnost, než je jóga. Jiní respondenti jsou toho názoru, že děti mají v mateřské škole dostatek pohybu přes den, takže další sportovní/pohybový kroužek už není potřeba. Naopak sportovní kroužek mimo mateřskou školu navštěvuje 64,5 % respondentů, respektive jejich děti. Nejčastěji se jedná o plavání, tancování, všestranný pohybový kroužek vedený organizací SK Lvíček nebo Sokolem. Dále rodiče uváděli například fotbal, hokej, Gymnathlon, tenis a judo.

Dotazníkové šetření dále ukázalo, že přes 74 % respondentů je s nabídkou pohybových kroužků v oslovených mateřských školách spokojeno a pouze necelých 26 % dotazovaných spokojeno není. I když je tedy většina rodičů spokojena, i přesto by téměř 62 % respondentů uvítalo, kdyby nabídka sportovních kroužků v daných mateřských školách byla širší. Největší zájem by měli rodiče o všeobecný sportovní/pohybový kroužek a tancování. Dále pak například o atletiku, bruslení, gymnastiku, florbal, lyžování, míčové a kolektivní sporty, fotbal, jógu nebo zdravotní cvičení. Rodiče by rovněž uvítali, kdyby některé pohybové kroužky byly i pro mladší děti, a ne pouze pro předškoláky.

V průzkumném šetření bylo také zjišťováno, jakým volnočasovým pohybovým aktivitám se věnují rodiče společně s dětmi, protože jak uvádí Hofbauer (2004), rodina je primární sociální skupinou, která je zároveň i prvním prostředím volnočasové výchovy a života. I podle Kantorové (2010) je společné trávení volného času s rodinou pro děti velmi nepostradatelným a důležitým prvkem, kdy se jedná například o sportování, rekreaci či různé výlety. Z průzkumu bylo zjištěno, že nejčastěji chodí rodiče se svými dětmi na procházky, kdy tuto možnost vybralo téměř 96 % respondentů, dále pak necelých 89 % rodin využívá svůj volný čas zároveň i k projížďkám na kolách a v rámci volného času se rodiny, celkem 45 %, také věnují jízdě na bruslích. Rodiče dále uváděli aktivity jako jsou například plavání, výlety, turistika, míčové hry nebo různé hry na zahradě a hřištích.

6 SHRnutí

Dotazníkové šetření ukázalo, že oslovené mateřské školy nabízejí dětem různé druhy sportovních/pohybových kroužků. S touto nabídkou je přes 74 % rodičů spokojeno a dané aktivity vybírá většina rodičů, celkem 94 %, podle zájmu svých dětí. Z výsledků také vyplývá, že pohybovým aktivitám ve volném čase se věnují i rodiče společně s dětmi. Nejčastěji chodí společně na procházky a jezdí na kole.

Zjištěné výsledky nám dále umožňují odpovědět na stanovené výzkumné otázky.

Jaké jsou spatřovány přínosy pohybových volnočasových aktivit pro děti předškolního věku ze strany rodičů?

V průzkumném šetření bylo zjištěno, že rodiče dětí předškolního věku vidí největší přínos v pohybových volnočasových aktivitách z hlediska podpory zdravého životního stylu a zapojení pohybu do života dětí. Druhým nejdůležitějším přínosem je pro rodiče to, že děti jsou při těchto aktivitách v kontaktu se svými vrstevníky. Další přínos spatřují respondenti také v tom, že si jejich děti hledají zájmy do budoucna, volný čas tráví vhodným způsobem (pohybem, sportem) a nikoliv sezením u digitálních technologií. Zároveň se mohou, podle rodičů, děti díky pohybovým volnočasovým aktivitám zlepšit v určité oblasti. Pouze malá část respondentů, konkrétně necelá 3 %, je toho názoru, že pohybové kroužky nejsou pro jejich děti důležitým přínosem.

Jaké jsou hlavní důvody výběru daných volnočasových pohybových aktivit pro děti předškolního věku ze strany rodičů?

V rámci volnočasových pohybových aktivit v mateřských školách je pro rodiče hlavním důvodem při výběru daného pohybového kroužku zájem dítěte. Tento důvod uvedlo celkem 94 % respondentů. Dalšími nejdůležitějšími důvody jsou pro rodiče účast kamarádů jejich dětí, kdy tuto možnost vybralo 19 % respondentů, a doba kdy se daný pohybový kroužek koná (dopoledne nebo odpoledne). Tuto odpověď uvedlo 18 % rodičů.

Při výběru volnočasových pohybových aktivit mimo mateřskou školu je pro 77 % rodičů hlavním důvodem výběru daného pohybového kroužku rovněž zájem jejich dětí. Naopak dalšími důvody při výběru jsou v 13 % vzdálenost místa konání pohybového kroužku od místa jejich bydliště a v 12 % je to vzdělání a kvalifikace vedoucího, který vede zájmovou činnost.

Jaká je nabídka a organizace pohybových kroužků v mateřských školách?

Všechny čtyři oslovené mateřské školy nabízejí dětem výuku plavání v městském plaveckém bazénu. Výuka je organizovaná vždy 1x za týden dopoledne, vedou ji lektoři z plavecké školy a celkem se jedná o 10 lekcí. Děti na plavání doprovází pedagog z dané mateřské školy.

Všechny čtyři mateřské školy mají také v nabídce kroužek pohybových aktivit, který probíhá ve všech případech 1x za týden v odpoledních hodinách. Ve dvou mateřských školách je veden pedagogem a ve dvou případech dochází na výuku externista. Pouze jedna mateřská škola má svou tělocvičnu, proto pohybový kroužek probíhá zde. U ostatní mateřských škol je zájmová pohybová aktivita realizovaná v běžné třídě. Na místo, kde kroužek pohybových aktivit probíhá, převádí děti vždy pedagog, kromě jedné mateřské školy. Zde vede děti na kroužek provozní zaměstnanec.

Tři ze čtyř oslovených mateřských škol nabízejí dětem lyžařský kurz, který obsahuje ve dvou případech 5 lekcí a v jednom případě 4 lekce. Lyžování probíhá vždy 1x týdně v dopoledních hodinách, pod vedením zkušených instruktorů z lyžařské školy Ski Fanatic.

Dvě mateřské školy mají ve své nabídce sportovní kroužek in-line bruslení. Výuka probíhá ve druhém pololetí vždy 1x za týden, děti navštíví 5 lekcí a jsou pod dohledem zkušených instruktorů z organizace Ski Fanatic. Děti doprovází na lekce pedagog z dané mateřské školy.

Dalším nabízeným pohybovým kroužkem je ve dvou mateřských školách jóga pro děti. V jedné mateřské škole je jóga realizovaná dopoledne ve třídě mateřské školy a ve druhé mateřské škole probíhá kroužek až v odpoledních hodinách v tělocvičně dané MŠ. V obou případech se jóga koná 1x týdně, je vedena externistou, který si zároveň přebírá děti na jednotlivých třídách a vede je na místo, kde jóga probíhá.

Jedna z oslovených mateřských škol má také ve své nabídce nadstandardních aktivit kroužek basketbalu. Basketbal probíhá v odpoledních hodinách mimo mateřskou školu v tělocvičně základní školy. Kroužek je organizovaný 1x za týden, je veden lektorem z BK Pardubice, který si přebírá děti v dané mateřské škole a odvádí je do tělocvičny.

Dalším nabízeným sportovním kroužkem je tenis, který má v nabídce jedna z oslovených mateřských škol. Výuka tenisu probíhá 1x za týden v dopoledních hodinách ve sportovní hale vedle dané mateřské školy, pod vedením odborného lektora. Na tenis převádí děti asistent pedagoga nebo pedagog.

Jaká je vzájemná komparace mezi zájmem a nabídkou?

Z průzkumného šetření vyplývá, že přes 74 % respondentů je spokojeno s nabídkou sportovních/pohybových kroužků v daných mateřských školách. I přesto, že je většina rodičů spokojena, téměř 62 % respondentů by uvítalo, kdyby byla nabídka sportovních/pohybových kroužků v mateřských školách širší.

Oslovené mateřské školy nabízejí dětem tyto nadstandardní pohybové aktivity:

- Plavání
- Pohybová aktivita
- Lyžování
- In-line bruslení
- Jóga pro děti
- Basketbal
- Tenis

V průzkumném šetření bylo zjištěno, že rodiče by měli největší zájem o zařazení všeobecného sportovního/pohybového kroužku. Určitou formu tohoto kroužku oslovené mateřské školy nabízejí ve formě zmiňované zájmové činnosti „Pohybová aktivita“ pod různými názvy jako Pohybovky, Hýbáňky nebo Taneční a pohybová průprava. Druhou nejvíce poptávanou aktivitou je taneční kroužek. Samotnou výuku tancování nenabízí žádná z daných mateřských škol, ale jedna mateřská škola má v nabídce kroužek Taneční a pohybová průprava, kde se prolíná určitá forma tance a všeobecné pohybové aktivity. Rodiče by také měli zájem o kroužek atletiky, který ale žádná z daných mateřských škol ve své nabídce nemá.

Rodiče mají rovněž zájem například o bruslení, plavání, lyžování a jógu. Tyto aktivity část oslovených mateřských škol nabízí.

Dále se v průzkumném šetření ukázalo, že v žádné oslovené mateřské škole není v nabídce kroužek gymnastiky, florbalu, míčových a kolektivních sportů, fotbalu, zdravotního cvičení a kroužek určený už i pro mladší děti (ne pouze pro předškoláky), o které by rodiče měli zájem.

7 ZÁVĚR

Diplomová práce poskytuje informace týkající se aktuální nabídky pohybových volnočasových aktivit pro děti předškolního věku, o důvodu jejich výběru a také o obecných přínosech pohybových volnočasových aktivit.

V teoretických východiscích jsem se nejprve zabývala vývojem dětí předškolního věku, který by měl znát každý, kdo pracuje s dětmi, aby nedocházelo například k přetěžování dětí v rámci výše zmiňovaných pohybových aktivit. Dále jsem se věnovala problematice volného času, co je obecně volný čas, jaký je jeho význam, jaký může mít vliv na rozvoj jedince. Jaký může mít rodina vliv na volný čas dítěte, i jak je ovlivněn volný čas z pedagogického hlediska. V rámci volnočasových pohybových aktivit jsem se také zaměřila na to, jaké jsou přínosy organizovaných pohybových volnočasových aktivit a zároveň i na rizika, která tyto aktivity mohou přinášet. Tyto informace jsem následně porovnávala s odpověďmi v dotazníkovém šetření a zjistila, jestli rodiče vidí stejné přínosy a zároveň, zda podle nich pohybové volnočasové aktivity přináší určitá rizika pro jejich děti. V souvislosti s volnočasovými pohybovými aktivitami jsem se rovněž zabývala nabídkou pohybových kroužků ve vybrané lokalitě a vytvořila přehled aktuálních sportovních možností pro děti předškolního věku v Pardubicích.

V praktické části bylo hlavním cílem zjistit, jaká je nabídka pohybových kroužků v daných mateřských školách, jejich organizace, zájem ze strany rodičů a vzájemné porovnání (zájmu a nabídky). Zjišťování těchto otázek a dalších probíhalo pomocí dotazníkového šetření, které bylo určeno pro rodiče dětí. Organizace pohybových kroužků byla zjišťována ve spolupráci s p. ředitelkami, které vyplňovaly připravenou tabulku, ve které odpovídaly na konkrétní otázky. Dle mého názoru se stanovené cíle podařilo splnit, protože z výsledků průzkumného šetření se dozvídáme odpovědi na tyto cíle. Z výsledků vyplývá, že v daných mateřských školách je přes 74 % respondentů spokojeno s nabídkou sportovních/pohybových kroužků, ale téměř 62 % rodičů by uvítalo širší nabídku. Některé nabízené sportovní kroužky probíhají v dopoledních hodinách, některé až odpoledne. Většina pohybových zájmových aktivit je vedena externisty, kteří do mateřských škol docházejí nebo realizují výuku daného kroužku mimo MŠ, například v plaveckém bazénu, v tělocvičně základní školy či sportovní hale. Z průzkumného šetření se také dozvídáme, že rodiče by měli největší zájem o všeobecný sportovní/pohybový kroužek a o tancování.

Dále pak o atletiku, bruslení, gymnastiku, lyžování, florbal, míčové a kolektivní sporty, fotbal, jógu, zdravotní cvičení a kroužek určený už i pro menší děti než jen pro předškoláky.

V rámci průzkumného šetření bylo potřeba získat dostačující počet respondentů, aby mohl být průzkum kvalitně vyhodnocen. Podle mého názoru se mi podařilo vybrat dostatečné množství dotazníků, aby byly výsledky vyhodnoceny objektivně. Celkem jsem získala 167 dotazníků ze 4 mateřských škol. Návratnost dotazníků, které byly rozdány v papírové formě do dvou mateřských škol, byla téměř poloviční, kdy se mi vrátilo zpět 85 dotazníků z 200. U zbylých dvou mateřských škol jsem musela použít online formu vyplnění. V tomto případě se mi podařilo získat 82 vyplněných dotazníků.

Při pokračování na tomto tématu by se další práce daly rozšířit o více mateřských škol v daném regionu nebo by šlo zahrnout do průzkumu i další regiony. Díky tomu by vznikl rozsáhlejší soubor, ve kterém by se mohly porovnávat vybrané regiony.

Výsledky této diplomové práce by měly poskytnout daným mateřským školám zpětnou vazbu ohledně nabízených volnočasových pohybových aktivit, konkrétně jak jsou rodiče spokojeni s aktuální nabídkou, o jaké pohybové kroužky by měli zájem a co je pro ně nejdůležitějším faktorem při výběru sportovních kroužků. V rámci spolupráce s oslovenými mateřskými školami mě některé paní ředitelky poprosily o zpětnou vazbu ohledně výsledků průzkumného šetření.

8 SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

1. AerobicCentrum [online]. *Junior Aerobic*. 2015. [cit. 2023-20-03]. Dostupné z: <https://www.aerobicpce.cz/index.php/junior-aerobic-informace/>.
2. Allen, K., & Marotz, L. (2002). *Přehled vývoje dítěte od prenatálního období do 8 let*. Praha: Portál.
3. Asociace TOM [online]. *Co je Asociace TOM*. 2023. [cit. 2023-11-03]. Dostupné z: <https://www.a-tom.cz/asociace-tom/co-je-asociace-tom>.
4. Ballet Prima [online]. *Baletní studio*. 2011. [cit. 2023-19-03]. Dostupné z: www.balletprima.cz/index.php?page=1-uvod.
5. Barbieru, I. [online]. *The Role of the Educator in a Montessori Classroom*. 2016. [cit. 2023-08-03]. Dostupné z: (PDF) *The Role of the Educator in a Montessori Classroom* (researchgate.net).
6. Benešová, V. [online]. *Dětská úrazovost v České republice*. 2009. In. Sborník příspěvků z Mezinárodního semináře, *Prevence dětských úrazů – Prevence násilí na dětech – Podpora mentálního zdraví dětí* (s. 10). [cit. 2023-11-03]. Dostupné z: <https://www.mzcr.cz/wpcontent/uploads/wepub/1359/8484/Sbornik%20z%20Mezinarodniho%20seminare.pdf>.
7. BETA Pardubice [online]. *Katalog kroužků*. 2023. [cit. 2023-20-03]. Dostupné z: <https://www.ddmstolbova.com/krouzky>.
8. Česká školní inspekce [online]. *Stanovisko k poskytování nebo organizování placených kroužků v mateřských školách*. 2016. [cit. 2023-07-04]. Dostupné z: <https://www.csicr.cz/getattachment/5e47003f-10c7-4c2f-9a48-74a8b4e121ad/Stanovisko-placene-krouzky-v-MS.aspx>.
9. Děti na startu [online]. *Kdo může projekt Děti na startu organizovat a pro koho je určen?* 2023. [cit. 2023-26-03]. Dostupné z: <https://ceskosehybe.cz/deti-na-startu/sportovni-zarizeni-skola/>.
10. Dočkal, V. (2005). *Zaměřeno na talenty aneb Nadání má každý*. Praha: Lidové noviny.
11. DUHA [online]. *Duha je když...* 2023. [cit. 2023-11-03]. Dostupné z: www.duha.cz/o-nas.
12. Dunovský, J. (1999). *Sociální pediatrie: vybrané kapitoly*. Praha: Grada.
13. Dvořáková, H. (2002). *Pohybem a hrou rozvíjíme osobnost dítěte*. Praha: Portál.
14. Dvořáková, H. (2006). *Pohybové činnosti pro předškolní vzdělávání*. Praha: Raabe.

15. Fisaf.cz [online]. *Děti na startu*. 2023. [cit. 2023-26-03]. Dostupné z: <https://fisaf.cz/skolafitnessprofesionalu/nabidka-kurzu/deti-na-startu/>.
16. Galloway, J. (2007). *Děti v kondici – zdravé, šťastné, šikovné*. Praha: Grada.
17. Gekon Boulder Bar [online]. *O nás*. 2011. [cit. 2023-19-03]. Dostupné z: gekon-boulderbar.cz/index.php?page=o-nas.
18. Gymnathlon [online]. *Sportovní program pro děti 2,5–4 roky*. 2023. [cit. 2023-20-03]. Dostupné z: <https://www.gymnathlon.cz/baby>.
19. Gymnathlon [online]. *Sportovní program pro děti 4-6 let*. 2023. [cit. 2023-20-03]. Dostupné z: <https://www.gymnathlon.cz/junior>.
20. Haga Pardubice [online]. *Stálý nábor dívek a žen*. 2023. [cit. 2023-20-03]. Dostupné z: <https://hagapardubice.cz/nabor-divky>.
21. Hájek, B. (2007). *Nástin metodiky vedení zájmové činnosti*. Praha: Univerzita Karlova.
22. Hájek, B., Hofbauer, B., & Pávková, J. (2008). *Pedagogické ovlivňování volného času*. Praha: Portál.
23. Hastrmanek [online]. *O nas*. 2018. [cit. 2023-20-03]. Dostupné z: <https://www.hastrmanek-pce.cz>.
24. HBC Svítkov Stars [online]. *Přidej se k úspěšnému klubu!* 2023. [cit. 2023-20-03]. Dostupné z: www.svitkovstars.cz/nabor-svitkov-stars/.
25. HC Dynamo [online]. *Bruslení s Dynamáčkem*. 2023. [cit. 2023-20-03]. Dostupné z: <https://www.hcdynamo.cz/mladez/zobraz.asp?t=kurz-brusleni-informace>.
26. HC Dynamo [online]. *Sportování s Dynamáčkem*. 2023. [cit. 2023-20-03]. Dostupné z: <https://www.hcdynamo.cz/mladez/zobraz.asp?t=sportovani-dynamacek-informace>.
27. Helus, Z. (2009). *Dítě v osobnostním pojetí: obrat k dítěti jako výzva a úkol pro učitele i rodiče*. Praha: Portál.
28. Hofbauer, B. (2004). *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál.
29. Chvátalová, H. (2022). Jak přivést k pohybu i děti, které nechtějí sportovat. *Informatorium 3-8*, 22(6), str. 20-21.
30. Jantová, A., & Janto, P., Šance dětem [online]. *Volný čas a volnočasové aktivity*. 2022 [cit. 2023-04-01]. Dostupné z: Volný čas a volnočasové aktivity | Šance Dětem (sancedetem.cz).
31. Judoklub [online]. *Informace o náboru*. 2023. [cit. 2023-20-03]. Dostupné z: <https://www.judopardubice.cz/informace-o-naboru>.

32. Kaplánek, M. (2006). *Výchova a volný čas – sborník příspěvků 1. mezinárodní konference o výchově a volném čase*. České Budějovice: Jihočeská univerzita.
33. Kantorová, J. a kol. (2010). *Vybrané kapitoly z obecné pedagogiky II*. Olomouc: Hanex.
34. Karate Lions Pardubice [online]. *Začněte trénovat karate, sebeobranu a kondici*. 2023. [cit. 2023-20-03]. Dostupné z: <https://karate-lions.cz>.
35. Kolaříková, M. (2015). *Dítě předškolního věku v prostředí sociální exkluze*. Opava: Slezská univerzita.
36. Kořátková, S. (2008). *Dítě a mateřská škola*. Praha: Grada.
37. Kořátková, S. (2014). *Dítě a mateřská škola: co by měli rodiče znát, učitelé respektovat a rozvíjet*. Praha: Grada.
38. Kraus, B., Poláčková, V. (2001). *Člověk – prostředí – výchova*. Brno: Paido.
39. Labusová, E, Šance dětem [online]. *Předškolní období*. 2014 [cit. 2022-12-01]. Dostupné z: [Předškolní období | Šance Dětem \(sancedetem.cz\)](http://PredskolniObdobi.cz).
40. Langmeier, J., & Krejčířová, D. (1998). *Vývojová psychologie*. Praha: Grada Publishing, spol.
41. Lokomoce [online]. *O Lokomoci*. 2023. [cit. 2023-26-03]. Dostupné z: <https://www.lokomoce.cz/o-lokomoci>.
42. Management Mania [online]. *Projekt*. 2015. [cit. 2023-07-04]. Dostupné z: <https://managementmania.com/cs/projekt>.
43. Matějček, Z. (2013). *Co děti nejvíc potřebují*. Praha: Portál.
44. Mateřské centrum Medvídek [online]. *MC Medvídek*. 2023. [cit. 2023-11-03]. Dostupné z: <https://medvidekkuo.cz/o-nas/>.
45. Mertin, V. (2015). *Ze zkušeností dětského psychologa*. Praha: Portál.
46. Michalová, Z, Metodický portál RVP.cz [online]. *Vývoj dítěte v některých oblastech od narození do zahájení školní docházky*. 2007 [cit. 2022-12-01]. Dostupné z: Odborný článek: Vývoj dítěte v některých oblastech od narození do zahájení školní docházky (rvp.cz).
47. Monsignore [online]. *Baletní školka Timu Tutus*. 2013. [cit. 2023-19-03]. Dostupné z: <https://www.monsignore.cz/cs/baletni-skolka.php>.
48. Mora Medica [online]. *Kroužky pro děti a jejich význam*. 2023. [cit. 2023-07-04]. Dostupné z: <https://www.moramedica.cz/krouzky-pro-deti-a-jejich-vyznam/>.

49. MŠMT [online]. *Bezpečnost a ochrana při práci*. 2013-2023. [cit. 2023-12-03].
Dostupné z: <https://www.msmt.cz/ministerstvo/bezpecnost-a-ochrana-zdravi-pri-praci>.
50. MŠMT [online]. *Koncepce státní podpory sportu v České republice*. 2009. [cit. 2023-07-04]. Dostupné z:
<https://www.msmt.cz/file/8267?highlightWords=koncepce+státní+podpory+sportu>.
51. MŠMT [online]. *Neformální vzdělávání*. 2013-2023. [cit. 2023-11-03]. Dostupné z:
<https://www.msmt.cz/mladez/neformalni-vzdelavani-1>.
52. MŠMT [online]. *Pokyny EU pro pohybovou aktivitu*. 2008. [cit. 2023-12-03].
Dostupné z: <https://www.msmt.cz/sport/pokyny-eu-pro-pohybovou-aktivitu>.
53. MŠMT [online]. *Státní podpora sportu pro rok 2012*. 2011. [cit. 2023-07-04].
Dostupné z:
<https://www.msmt.cz/file/16801?highlightWords=sportovní+oragnizace>.
54. Němec, J. a kol. (2002). *Kapitoly ze sociální pedagogiky a pedagogiky volného času*. Brno: Paido.
55. Opravilová, E. (2016). *Předškolní pedagogika*. Praha: Grada.
56. Pardubice.eu [online]. *Děti v mateřinkách se mohou těšit na více pohybových aktivit*. 2022. [cit. 2023-26-03]. Dostupné z: <https://pardubice.eu/deti-v-materinkach-se-mohou-tesit-na-vice-pohybovych-aktivit>.
57. Pardubice.eu [online]. *Katalog pro volný čas dětí a mládeže*. 2023. [cit. 2023-19-03]. Dostupné z: <https://pardubice.eu/katalog-aktivit?page=16>.
58. Pardubický svět [online]. *Projekt Děti na startu už přivedl k pohybu téměř 10 000 dětí*. 2020. [cit. 2023-26-03]. Dostupné z: <https://pardubice.cz/projekt-deti-na-startu-uz-privedl-k-pohybu-temer-10-000-deti/>.
59. Pasos Pardubice [online]. *Přípravka dětí (4-7 let)*. 2023. [cit. 2023-20-03]. Dostupné z: <https://www.pasos.cz/tymy/pripravka-deti/>.
60. Pávková a kol. (1999). *Pedagogika volného času: Teorie, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času*. Praha: Portál.
61. Pávková, J. (2002). *Pedagogika volného času*. Praha: Portál.
62. Pelikán, J. (1998). *Základy empirického výzkumu pedagogických jevů*. Praha: Karolinum.
63. Plavecký klub Pardubice [online]. *Přípravná dětská výuka na dětském bazénu*. 2023. [cit. 2023-20-03]. Dostupné z: <https://pkpar/neplavci/>.

64. PM Stars [online]. *Tým Minies*. 2023. [cit. 2023-19-03]. Dostupné z:
<https://www.pmstars.cz/o-nas/tym-minies>.
65. Pohyb 1P [online]. *O projektu Pohyb 1P*. 2023. [cit. 2023-26-03]. Dostupné z:
<https://pohyb1p.cz/o-projektu/>.
66. Průcha, J., Walterová, E. & Mareš, J. (2009). *Pedagogický slovník: Nové, rozšířené a aktualizované vydání*. Praha: Portál.
67. Průcha, J. (2016). *Předškolní dítě a svět vzdělávání: přehled teorie, praxe a výzkumných poznatků*. Praha: Wolters Kluwer.
68. Restart [online]. *Restart*. 2020. [cit. 2023-20-03]. Dostupné z:
<https://restart.cz/uvod>.
69. Rodinné centrum Mašinka [online]. *Co jsou rodinná nebo mateřská centra a k čemu slouží*. 2023. [cit. 2023-11-03]. Dostupné z:
<https://sites.google.com/site/rodinnecentrummasinka/co-jsou-rodinna-ci-materska-centra-a-k-cemu-slouzi>.
70. SC PAP [online]. *Kurzy plavání v Pardubicích*. 2023. [cit. 2023-20-03]. Dostupné z:
<https://www.scpap.cz/pripravky-a-kurzy>.
71. SDH Pardubice [online]. *SDH Pardubice – Město*. 2023. [cit. 2023-19-03].
Dostupné z: www.sdhpardubice.cz.
72. Se Sokolem do života [online]. *O projektu*. 2023. [cit. 2023-26-03]. Dostupné z:
<https://www.sesokolemdozivota.cz/o-projektu-vseobecne>.
73. SKAUT [online]. *Skautský program*. 2023. [cit. 2023-11-03]. Dostupné z:
<https://skaut.cz/skauting/program>.
74. Ski Fanatic [online]. *Aktivity*. 2023. [cit. 2023-19-03]. Dostupné z:
<https://www.skifanatic.cz/ski-fanatic-aktivity>.
75. SK Lvíček [online]. *Sportovní oddíl pro chlapce a dívky ve věku 4-15 let*. 2023. [cit. 2023-19-03]. Dostupné z: <https://www.sklvicek.cz>.
76. Sokol.eu [online]. *Co je Sokol*. 2023. [cit. 2023-11-03]. Dostupné z:
<https://www.sokol.eu/sokol-poslani-symbolika>.
77. Sportimáček [online]. *Sportimáček*. 2021. [cit. 2023-26-03]. Dostupné z:
<https://www.sportimacek.cz>.
78. Sportlife [online]. *Sportlife Fitness club – Naše služby*. 2023. [cit. 2023-19-03].
Dostupné z: <https://www.sportlife-pce.cz>.
79. Spousta, V. (1997). *Teoretické základy výchovy ve volném čase*. Brno: Masarykova univerzita.

80. Stašová, L., Slaninová, G., & Junová, I. (2015). *Nová generace – Vybrané aspekty socializace a výchovy současných dětí a mládeže v kontextu medializované společnosti*. Gaudeamus.
81. Svobodová, E. a kol. (2010). *Vzdělávání v mateřské škole: Školní a třídní vzdělávací program*. Praha: Portál.
82. Šerák, M. (2009). *Zájmové vzdělávání dospělých*. Praha: Portál.
83. Šimíčková, J. a kol. (2010). *Přehled vývojové psychologie*. Olomouc: Univerzita Palackého.
84. Špaňhelová, I. (2004). *Dítě v předškolním období*. Praha: Mladá fronta.
85. Šulová, L. (2004). *Raný psychický vývoj dítěte*. Praha: Karolinum.
86. T-Bass [online]. *O nás*. 2023. [cit. 2023-19-03]. Dostupné z: <https://www.t-bass.cz/o-nas/deti/>.
87. Tenisová akademie [online]. *Nábor do tenisové školky*. 2017. [cit. 2023-20-03]. Dostupné z: <https://www.tenis-pardubice.cz/tenisove-nabor/>.
88. T. J. Sokol Pardubice I [online]. *Sokolská všestrannost*. 2023. [cit. 2023-19-03]. Dostupné z: www.sokolpardubice.cz/cviceni-a-sporty/sokolska-vsestrannost/.
89. Tkáčová, K. (2015). *Zájmová činnost dětí v mateřské škole* [Bakalářská práce, Univerzita Konštantína filozofa v Nitre].
291B3603DBE24F428D78E6CAC4FA0043.pdf.
90. Tomanová, D. (2000). *Nabídka volnočasových aktivit v mateřské škole*. In: Socialia, *Mládež a volný čas* (s. 359-363). Hradec Králové: Gaudeamus.
91. TS Coralina [online]. *Taneční skupina Coralina*. 2016. [cit. 2023-19-03]. Dostupné z: <https://mazoretky-pardubice.webnode.cz>.
92. Vágnerová, M. (2000). *Vývojová psychologie: Dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál.
93. Vážanský, M. (2000). Aktuální problémy výchovy ve volném čase. In Socialia, *Mládež a volný čas*. Univerzita Hradec Králové.
94. Vektorsport [online]. *Cvičení pro děti*. 2023. [cit. 2023-19-03]. Dostupné z: <https://vektorsport.cz/cviceni-pro-deti/>.
95. Veselá, J. (2006). *Kapitoly ze sociální pedagogiky*. Univerzita Pardubice.
96. Vrkoslavová, M. (2008). Patří kroužky do mateřské školy?. *Informatorium 3-8*, 08(6), str. 10-11.

97. Vyhláška č. 74/2005 Sb., o zájmovém vzdělávání, ve znění vyhlášky č. 109/2011 Sb., vyhlášky č. 279/2012 Sb., vyhlášky č. 197/2016 Sb., vyhlášky č. 163/2018 Sb., vyhlášky č. 196/2019 Sb. a , vyhlášky č. 423/2020 Sb. a vyhlášky č. 111/2022 Sb.
Dostupné z: <https://www.msmt.cz/dokumenty/vyhlaskey-ke-skolskemu-zakonu>.
98. Waynes [online]. *Info pro rodiče*. 2023. [cit. 2023-20-03]. Dostupné z: <https://www.waynes.cz/info-pro-rodice/>.

9 PŘÍLOHY

Příloha č. 1 – Výběr organizací nabízející sportovní volnočasové aktivity pro děti předškolního věku ve vybrané lokalitě – Pardubice

Příloha č. 2 – Vzor dotazníku pro rodiče

Příloha č. 3 – Vzor tabulky pro p. ředitelky – Organizace pohybových kroužků v mateřské škole

Příloha č. 1 - Výběr organizací nabízející sportovní volnočasové aktivity pro děti předškolního věku ve vybrané lokalitě – Pardubice

Ski Fanatic

- Sportovky
 - všeobecná sportovní příprava,
 - 30 lekcí během školního roku – 1x za týden, 50 minut,
 - děti se seznámí zábavnou formou s různými pohybovými a míčovými hrami, sporty, cvičením obratnosti, vyzkouší si základní gymnastické a atletické cviky.
- Kroužek lyžování
 - zaměřeno na všeobecné lyžařské dovednosti,
 - celkem 8 lekcí během 8 týdnů – jedna lekce trvá po dobu 2x 45 minut.
- In-line kurz
 - tento kurz je vhodný jak pro začátečníky, tak i pro pokročilé,
 - jedná se o 4 lekce během 4 týdnů – jedna lekce trvá po dobu 2x 50 minut,
 - jde si domluvit také individuální výuku pro rodiče s dětmi.

(Ski Fanatic, 2023)

TJ Sokol

- Sokolská všestrannost
 - cvičení pro samotné děti i pro děti společně s rodiči,
 - děti získávají základy pro správné držení těla, pozitivní vztah k pohybu, formou her rozvíjejí pohybové dovednosti a navazují nové přátelské vztahy,
 - využívání říkanek, hudby.
- Minibadminton pro nejmenší – od 5 let
- Cvičení dětí s rodiči
- Sportovní gymnastika

(T. J. Sokol Pardubice I, 2023)

DDM Alfa

- Baletní příprava
- Taneční příprava
- Fit dance baby
- Lezení na umělé stěně
- Bowling mini s kondičním cvičením
- Gymnastická příprava
- Sálková kopaná – příprava
- Florbal
- Cvičení dětí s rodiči
- Pohádkové cvičení

(Pardubice. eu, 2023)

DDM Beta

- Sportovky Š1
- Opičky tančí
- Cvičení rodiče s dětmi
- Hrošík
- PS Hroch

(BETA Pardubice, 2023)

SK Lvíček

- sportovní oddíl pro děti od 4 let,
- všestranná pohybová aktivita – během školního roku mají děti v rámci oddílu možnost vyzkoušet si následující aktivity:
 - Atletika
 - Gymnastika
 - Plavání
 - In-line bruslení
 - Míčové hry – fotbal, basketbal, volejbal, florbal

(SK Lvíček, 2023)

Gymnathlon

- Kategorie Baby
 - pro děti od 2,5 do 4 roků,
 - společné cvičení dětí s rodiči,
 - první seznámení s pohybem, cílem je maximální prožitek,
 - vedení k samostatnosti,
 - zaměřeno na 10 základních pohybových dovedností.
- Kategorie Junior
 - pro děti ve věku od 4 do 6 let,
 - budování všestrannosti a pozitivní motivace k pohybu,
 - seznámení se s atletickými a gymnastickými cvičeními, všestrannými sportovními hrami,
 - zaměřeno na 12 hlavních pohybových dovedností.

(Gymnathlon, 2023)

SDH Pardubice

- dětem předškolního věku je hasičský sport nabízen ve formě přípravky, která je určena pro věkovou kategorii od 3 do 7 let,
- hasičský kroužek probíhá každou středu po dobu hodiny a půl.

(SDH Pardubice, 2023)

PLAVÁNÍ:

Plavecký klub Pardubice

- pro děti od 4 let – kurzy pro plavce i neplavce

SC PAP

- Kurz plavání – Plavání rodičů s dětmi
- Kurz plavání – Děti od 4 let

Hastrmánek Pardubice

- Kurzy plavání pro děti předškolního věku – jednotlivci i skupiny

((Plavecký klub Pardubice, 2023, SC PAP, 2023, Hastrmanek, 2018)

ATLETIKA:

Atletický klub AC Pardubice

- Atletika – pro děti od 5 let

Hvězda Pardubice

- Atletika – pro děti od 5 let

(Pardubice. eu, 2023)

TANEC:

T-BASS

- taneční skupina, nabízející výuku tance pro děti už od 3 let
- Street dance
- Break dance

PM Stars Pardubice

- mažoretkový sport a cheerleading,
- tým Minies – pro děti od 5 do 7 let.

TS Coralina

- taneční sport pro věkovou kategorii 5-12 let

Monsignore

- Tiny pre – balet pro děti od 5 do 7 let

Ballet Prima

- baletní studio, které nabízí výuku baletu a klasického tance pro dívky i chlapce od 4 let

Základní umělecká škola ZUŠ

- Balet

Aerobic centrum

- Junior aerobic – pro věkovou kategorii 4-6 let

(T-Bass, 2023, PM Stars, 2023, TS Coralina, 2016, Monsignore, 2013, Ballet Prima, 201, Pardubice. eu, 2023, AerobicCentrum, 2015)

MÍČOVÉ SPORTY:

HBC Svítkov Stars

- Hokejbal – pro kluky i holky od 5 let

SK Pardubičky

- Fotbal – od 5 let

FK Pardubice

- Fotbal – od 5 let

BK Studánka

- Basketbal – od 5 let

HAGA Pardubice

- florbalový klub
- Minipřípravka – od 4 do 5 let
- Špunti – přípravka – od 5 do 9 let

HC Dynamo Pardubice

- Sportování s Dynamáčkem – pro děti od 4 do 6 let
- Bruslení s Dynamáčkem – pro děti od 4 do 7 let

Waynes

- baseballový klub,
- pro děti už od 5 let.

PASOS Pardubice

- softballový a baseballový klub,
- pro děti od 4 do 7 let nabízí:
- Přípravka pro děti – všeobecný rozvoj dětí

Tenisová akademie

- tenisová školka pro děti ve věku od 5 do 7 let,
- děti se mohou hlásit v průběhu celého kalendářního roku.

(HBC Svítkov Stars, 2023, Pardubice. eu, 2023, Haga Pardubice, 2023, HC Dynamo, 2023, Waynes, 2023, Pasos Pardubice, 2023, Tenisová akademie, 2017)

BOJOVÉ SPORTY:

KARATE LIONS PARDUBICE

- „Lvíčata“ 3-5 let – sportovní přípravka
- Karate a sebeobrana – 5-10 let

JUDOKLUB PARDUBICE

- Judo – kategorie Benjamínci od 3 do 6 let

AIKIDO PARDUBICE

- Oddíl pro děti a dospělé – pro děti od 5 let

(Karate Lions Pardubice, 2023, Judoklub, 2023, Pardubice. eu, 2023)

HOROLEZECTVÍ:

Gekon Boulder

- horolezecký kroužek pro děti od 5 let,
- cílem je seznámit děti se zajímavou pohybovou aktivitou, rozvíjet u nich sílu a celkovou motoriku.

(Gekon Boulder Bar, 2011)

KRASOBRUSLENÍ:

Krasobruslařský klub Pardubcie

- Krasobruslení – pro děti od 4 let

(Pardubice. eu, 2023)

SPORTOVNÍ CENTRA:

Sportlife

- Pohybový kroužek 3-6 let tanečky
- Pohybový kroužek 3-6 let fitness kondička

Vektor Sportcentrum

- Přípravka pro děti – od 3 do 4 let
- Pohybovka pro děti – od 4 do 6 let

Restaat

- sportovní centrum
- Maminky s dětmi
- Dětský kondičák
- Squashová škola

(Sportlife, 2023, Vektorsport, 2023, Restart, 2020)

Volnočasové pohybové aktivity pro děti předškolního věku

Vážení rodiče, jmenuji se Kristýna Fialová a jsem studentkou Pedagogické fakulty Univerzity Hradec Králové. Chtěla bych Vás poprosit o vyplnění tohoto dotazníku, který bude součástí mé diplomové práce, ve které budu zjišťovat aktuální nabídku pohybových volnočasových aktivit nabízenou mateřskými školami. Výsledky budou sloužit pouze pro zpracování mé diplomové práce.

Předem děkuji za vyplnění dotazníku.

Pozn.: U otázek vybírejte vždy pouze jednu odpověď, pokud není uvedeno jinak.

Základní údaje:

1. Věk vašeho dítěte.
3 4 5 6 7
2. Jedná se o chlapce nebo dívku?
 chlapec
 dívka
3. Počet sourozenců dítěte?

Obecné informace:

4. Za nejvhodnější kroužky pro děti předškolního věku považují.
 - a) všeobecně zaměřené kroužky
 - b) kroužky zaměřené na jednu určitou oblast
 - c) kroužky společné pro rodiče s dětmi

5. Za nejkvalitnější sportovní/pohybové kroužky, určené pro děti předškolního věku, považují ty, které jsou organizované: (vyberte maximálně 2 odpovědi)

- DDM (Dům dětí a mládeže)
- MŠ
- Mateřská centra
- Soukromá instituce a osoby zajišťující kroužky pro děti
- Sokol
- Orel
- Jiné:.....
.....

6. Nejdůležitějším přínosem sportovních/pohybových kroužků pro děti předškolního věku, je podle mého názoru: (vyberte maximálně 3 odpovědi)

- kontakt s vrstevníky
- zdokonalení dítěte v jedné oblasti
- dítě se učí vydržet u jednoho zájmu
- hledání zájmu do budoucna
- podpora zdravého životního stylu se zapojením pohybu
- naplň volného času (mimo technologie)
- sportovní/pohybové kroužky nejsou důležitým přínosem pro děti předškolního věku
- jiné:.....
.....

7. Mají podle Vás sportovní/pohybové kroužky pro děti předškolního věku nějaká rizika?

ANO,

jaká:.....
.....
.....
.....
.....
.....

NE

Pohybové kroužky v rámci MŠ:

8. Dítě navštěvuje sportovní/pohybový kroužek v rámci nabídky MŠ?

ANO

NE

Pozn.: Pokud je vaše odpověď NE, neodpovídejte na otázky č. 9, 10, 11.

9. O jaký kroužek se jedná?

10. Při výběru sportovního/pohybového kroužku z nabídky MŠ pro mě hrálo největší roli:

zájem dítěte

vzdělání a kvalifikace vedoucího, který vede zájmovou činnost

výše poplatku za kroužek

účast kamarádů dítěte

doba konání (dopoledne X odpoledne)

11. Pohybový kroužek jsem pro své dítě vybral/a z důvodu? (Co mě vedlo k tomuto rozhodnutí)

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

12. Pokud vaše dítě NEnavštěvuje žádný sportovní/pohybový kroužek v rámci MŠ, z jakého je to důvodu? (možnost více odpovědí)

- nemáme zájem
- dítě neprojevuje zájem
- nízká kvalita aktivit
- výše poplatku za kroužek
- zdravotní stav a fyzické možnosti dítěte
- jiné:.....
.....

13. Jste spokojen/a s nabídkou sportovních/pohybových kroužků v MŠ?

- ANO
- NE

14. Uvítal/a byste širší nabídku sportovních/pohybových kroužků v MŠ?

- ANO
- NE

15. Jaký sportovní/pohybový kroužek byste chtěl/a pro své dítě v MŠ?

Volnočasové pohybové aktivity mimo MŠ:

16. Dítě navštěvuje sportovní/pohybový kroužek mimo MŠ?

- ANO
- NE

Pozn.: Pokud je vaše odpověď NE, neodpovídejte na otázky č. 16.a, 16.b, 16.c, 17, 18.

16.a) O jaký kroužek se jedná?

16.b) Kolikrát týdně tento kroužek navštěvuje?

- 1x týdně
- 2x týdně
- 3x týdně
- jiné:.....

16.c) Kdo tento kroužek organizuje?

- Dům dětí a mládeže
- Mateřské centrum
- Sokol
- Orel
- Soukromá instituce
- jiné:.....
.....

17. Při výběru sportovního/pohybového kroužku pro mě hrálo největší roli:

- zájem dítěte
- vzdělání a kvalifikace vedoucího, který vede zájmovou činnost
- výše poplatku za kroužek
- účast kamarádů dítěte
- doba konání (dopoledne X odpoledne)
- vzdálenost od bydliště

18. Pohybový kroužek jsem pro své dítě vybral/a z důvodu? (Co mě vedlo k tomuto rozhodnutí)

.....

.....

.....

.....

.....

19. Pokud vaše dítě NEnavštěvuje žádný sportovní/pohybový kroužek, z jakého je to důvodu? (možnost více odpovědí)

- nemáme zájem
 - vysoká cena volnočasových aktivit
 - nedostačující nabídka v místě bydliště
 - nízká kvalita aktivit
 - dítě neprojevuje zájem
 - zdravotní stav a fyzické možnosti dítěte
 - jiné:.....
-

20. Jakým pohybovým aktivitám se věnujete ve společném volném čase, jako rodina? (možnost více odpovědí)

- procházky
- kolo
- lyže
- běžky
- brusle
- jiné:.....

Děkuji, že jste si našli čas na vyplnění tohoto dotazníku.

Příloha č. 3 - Vzor tabulky pro p. ředitelky – Organizace pohybových kroužků v mateřské škole

Organizace pohybových kroužků v mateřské škole

Název kroužku	
Kdy probíhá (dopoledne/odpoledne)	
Jak často probíhá (týdně, měsíčně,...)	
Jak dlouho trvá daný pohybový kroužek (časová náročnost)	
Počet dětí navštěvujících daný pohybový kroužek	
Kdo vede pohybový kroužek (učitel MŠ nebo externista)	
Kde pohybový kroužek probíhá (ve třídě nebo mimo MŠ)	
Kdo vede děti na daný pohybový kroužek	