

Univerzita Palackého v Olomouci

Pedagogická fakulta

Ústav pedagogiky a sociálních věcí

Kateřina Lehnertová

III. ročník - kombinované studium

Obor: vychovatelství

**Volnočasová aktivita a profesionální
sport dětí v městě Kravaře**

Bakalářská práce

Vedoucí práce: Mgr. Iveta Tichá

Olomouc 2011

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala samostatně a použila jen uvedených pramenů a literatury.

V Kravařích 4.3.2011

.....

Poděkování

Ráda bych poděkovala Mgr. Ivetě Tiché za odborné vedení a pomoc při zpracování bakalářské práce.

Obsah

Úvod.....	5
Teoretická část.....	6
1 Volný čas, sport a s nimi spojené terminologie.....	6
1.1 Pojem „volný čas.....	6
1.1.1 Definice základních pojmů.....	6
1.2 Pojem „sport.....	7
1.2.1 Definice základních pojmů.....	7
2 Volný čas dětí a činitelé, kteří ho ovlivňují.....	9
2.1 Volný čas dětí.....	9
2.2 Činitelé vývoje jedince.....	9
2.2.1 Rodina	10
2.2.2 Vrstevnické skupiny.....	11
2.2.3 Instituce pro výchovu mimo vyučování.....	11
2.2.4 Sdělovací prostředky.....	12
3 Sport a sportovní příprava dětí.....	13
3.1 Sport.....	13
3.2 Sportování dětí.....	14
3.3 Sportovní příprava dětí.....	15
3.4 Cíle sportovní přípravy.....	15
3.5 Trénink.....	16
3.6 Profesionální sportovec.....	17
4 Nabídka volnočasových aktivit ve městě Kravaře.....	18
4.1 Město Kravaře	18
4.2 Cyklostezka.....	18
4.3 Sportovní a rekreační centrum Buly aréna.....	19
4.4 TJ SK Kravaře	21
4.5 Centrum volného času Kravaře.....	21
4.6 ZUŠ Ivo Žídka Kravaře.....	23
PRAKTICKÁ ČÁST.....	24
5 Metodologie výzkumu.....	24
5.1 Cíl výzkumu.....	24
5.2 Kvantitativní výzkum.....	24
5.3 Hypotézy.....	25
5.4 Výzkumný soubor.....	25
5.5 Metoda sběru dat.....	25

6	Analýza výzkumu	27
6.1	Vyhodnocení hypotéz.....	27
6.2	Diskuse.....	27
6.3	Vyhodnocení a interpretace jednotlivých položek dotazníku.....	28
	Závěr.....	36
	Resume.....	37
	Seznam literatury a ostatních pramenů.....	38
	Přílohy.....	39

Úvod

Volný čas je jedním z důležitých elementů, které ovlivňují životní styl jedince. Je v zájmu nejenom dětí samotných, ale i celé naší společnosti, aby se na přípravě činností ve volném čase podíleli kvalifikovaní pracovníci s množstvím zkušeností. Cílem výchovy obecně, je vychovat zdravou, silnou a harmonickou osobnost. Nevhodné trávení volného času pak může přispět ke zvyšujícímu se počtu dětí, které páchají trestnou činností nebo se dostávají do styku s halucinogenními látkami. Proto má volný čas i svoji nezastupitelnou roli z hlediska prevence patologických jevů u dětí a mládeže.

Pro svoji bakalářskou práci jsem si zvolila volnočasové aktivity a profesionální sport dětí ve městě Kravaře. Zjišťovala jsem, jak a kde tráví volný čas děti ve městě Kravaře. Jakým aktivitám či zájmovým činnostem se věnují, zda-li ve městě Kravaře mají dostatek možností jak trávit svůj volný čas. Zamýšlela jsem se nejen nad volným časem dětí, ale také speciálně nad sportováním dětí. Jestliže se děti věnují určitému sportu vícekrát týdně, zda-li bychom nemohli říci, že se jedná o profesionální sport.

V teoretické části jsem se pokusila o shrnutí dostupných poznatků a názorů na téma volného času a sportování dětí. Zaměřila jsem se také na jednotlivé činitele výchovy, na sportovní přípravu dětí a soustředila jsem se na možnosti trávení volného času dětí ve městě Kravaře.

V praktické části je metodologie výzkumu, zahrnující výzkumnou otázku s hypotézami. Dále osvětluji metody a způsob sběru dat. Zaměřuji se na zjištění postojů dětí v Kravařích k volnočasovým aktivitám. V poslední kapitole shrnuji získaná data.

Cílem předkládané práce je zjistit, jak tráví svůj volný čas děti ve městě Kravaře, které volnočasové aktivity preferují a jaké možnosti jsou jim nabízeny. A pokud se věnují určitému sportu, jedná-li se o sport „profesionální“.

TEORETICKÁ ČÁST

1 Volný čas, sport a s nimi spojené terminologie

1.1 Pojem „volný čas“

Existuje množství definic objasňujících pojem volného času, které se mnohdy velmi liší. Některé definice zdůrazňují ekonomické, jiné sociologické, psychologické, filosofické nebo kulturní východisko k definování pojmu volný čas.

Volný čas nastává tehdy, když člověk nevykonává činnosti pod nátlakem závazků, které vyplývají z dělby práce a nutnosti zachovat a dále rozvíjet svůj život. Hlavní funkcí volného času je regenerace pracovní síly (odpočinek), regenerace duševní síly (zábava) a spoluúčast na vytváření kultury (rozvoj osobnosti).

Pávková et al. (2002, s.13) definuje pojem volného času následujícím způsobem:

„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“.

Podle Hofbauera (2004, s.13) se tento pojem vymezuje jako čas, který zbývá po splnění povinností, pracovních i nepracovních - to je tzv. zbytková, reziduální teorie volného času. Je to činnost, do níž člověk vstupuje na základě svobodného rozhodnutí s nějakým očekáváním a která mu přináší uspokojení a příjemné zážitky.

1.1.1 Definice základních pojmů

Mimotřídní výchova

Označení pro aktivity, které organizuje škola nad rámec vyučování, např. práce v kroužcích, soutěže, hry.

Mimoškolní výchova

Některými autory označovaná jako mimoškolní výchova. Jedná se o výchovnou činnost, organizovanou mimo školu. Zajišťují ji organizace, hnutí, nadace, např. Domy dětí a mládeže, Centra volného času, Domy ekologické výchovy atd.

Výchova mimo vyučování

Pávková et al. (2002, s.37) vymezuje tento pojem následovně: „*Výchova mimo vyučování probíhá mimo povinné vyučování, probíhá mimo bezprostřední vliv rodiny, je institucionálně zajištěná a uskutečňuje se převážně ve volném čase*“.

Dítě

Podle definice Úmluvy o právech dítěte (OSN, 1989), je za dítě považována každá lidská bytost mladší 18 let.

1.2 Pojem „sport“

Sport je pohybová aktivita, která je provozována podle určitých pravidel a zvyklostí, kde výsledky jednotlivých sportovců jsou měřitelné nebo porovnatelné s výsledky jiných provozovatelů téhož sportovního odvětví. (wikipedie)

Choutka a Dovalil (1987, s.7) tvrdí, že „*sport je účinným prostředkem výchovy a vzdělání lidí, prostředkem sjednocujícím potřeby a zájmy jedince a společnosti.*“

1.2.1 Definice základních pojmů

Sportovec

Je to člověk, který se věnuje sportu. Většinou se tak ale označují především ti, kteří se věnují sportu vrcholovému nebo alespoň výkonnostnímu.

Trénink

Je to adaptace organismu reagovat na podněty z okolního prostředí, které vyvolávají určité množství reakcí, osvojování a zdokonalování určité činnosti. Vyjadřuje proces opakování, cvičení a učení se něčemu. (Choutka, M. a Dovalil, J. 1987, s.27)

Tělovýchovná jednota

Nebo-li sportovní klub je základním článkem vyšší tělovýchovné organizace (asociace), realizuje její hlavní činnost. V ČR se zřizuje obvykle podle zákona č. 83/1990 sb. o sdružování občanů.

2 Volný čas dětí a činitelé, kteří ho ovlivňují

2.1 Volný čas dětí

Je prokázáno, že právě kvalitní výchova dětí ve volném čase má výrazný preventivní charakter. Pávková et al. (2002, s.13) tvrdí, že: „*Specifickou zvláštností volného času dětí a mládeže je to, že z výchovných důvodů je žádoucí jeho pedagogické ovlivňování*“. Děti ještě nemají dostatek zkušeností a potřebují citlivé vedení. Podmínkou úspěšnosti je, aby toto vedení bylo nenásilné, nabízené možnosti pestré a účast na nich dobrovolná. To, do jaké míry by se měl volný čas dětí a mládeže ovlivňovat, závisí na jejich věku, jejich mentální a sociální vyspělosti a na charakteru výchovy rodiny. (Pávková et al. *Pedagogika volného času*, Praha:Portál, 2002, s. 14)

Společnost by se měla zajímat o to, jakým způsobem tráví děti svůj volný čas, především proto, že prevence je ve výchovném působení účinnější než náprava chyb a převýchova. Je prokázáno, že právě kvalitní výchova dětí ve volném čase má výrazný preventivní charakter.

2.2 Činitelé vývoje jedince

Na člověka v průběhu jeho ontogenetického vývoje působí různí činitelé. Určité předpoklady jsou vrozené, po narození začíná působit vliv prostředí, které se různě formuje. Klíčovou roli hraje rodina, na její výchovné působení pak navazuje škola a na výchově mimo vyučování se podílejí různé instituce pro výchovu mimo vyučování (školní družiny, centra volného času, domovy mládeže nebo sdružení dětí a mládeže). Důležitou roli také mají vrstevnické skupiny, stejně jako působení hromadných sdělovacích prostředků a informačních technologií. (Pávková et al. 2002, s. 33)

2.2.1 Rodina

Je zřejmé, že tím hlavním, kdo by se měl zajímat o to, jakým způsobem děti tráví volný čas, jsou jejich rodiče. Způsoby a realizace volného času v našich rodinách se však odlišují a to hlavně v závislosti na různém životním stylu, sociálním statusu nebo i vztahu k volnočasovým aktivitám. Ideální by podle Hofbauera byla: „*Rodina jako inspirátor, podporovatel i realizátor volnočasových aktivit*“, která by své děti učila přistupovat k volnému času tvůrčím způsobem a která bude vytvářet postoje, jež budou děti schopny uplatňovat v budoucnosti i po založení vlastní rodiny. (Hofbauer, B. 2004, s. 61)

ČRDM nabízí desatero rad rodičům, jak mohou vybírat mimoškolní aktivity svých dětí:

- 1. Naslouchejte zájmům svého dítěte.** Výběr mimoškolních aktivit by měl být otázkou vzájemné dohody mezi dítětem a rodičem.
- 2. Důležitá je dobrá parta.** Dítě by mělo mít kolem sebe dobrou partu vrstevníků, protože ti hrají při výběru zájmových činností velkou roli.
- 3. Nejdříve stačí ochutnat.** Proměna zájmů dítěte je přirozená a souvisí s jeho vývojem.
- 4. Nemusíte mít nutně génia.** Dítě, navzdory prokazatelnému talentu, do mimoškolních aktivit vysloveně nenuťte. Je rozhodně lepší mít zdravé tzv. normální dítě, než stresovaného, labilního génia.
- 5. Nechte své dítě užívat si dětství.** Neorganizujte dítěti všechnen volný čas a ponechte mu i pár hodin týdně na trochu „obyčejného lenošení“.
- 6. Myslete na celkový rozvoj dětské osobnosti.** Zdaleka ne každé dítě bude vrcholovým sportovcem nebo houslovým virtuosem. „Hra“ v dobrém oddíle, kde je organizována s výchovným cílem, naopak dá dítěti mnoho užitečných dovedností do praktického života.
- 7. Hledejte kontakty a reference.** Ptejte se na reference o sdružení, oddíle či kroužku.
- 8. Vyžadujte zpětnou vazbu.** Zajímejte se o činnost oddílu, klubu, souboru či kroužku, poznejte dobře jejich vedoucí.
- 9. Myslete s předstihem i na prázdniny.** Celoroční činnost v oddíle, který znáte, je nejlepší vstupenkou na letní tábor, který je vyvrcholením každého roku a jeho završením.
- 10. Rodina je rodina.** Sdružení dětí a mládeže (ani střediska volného času se svými kroužky) nejsou místem, kde děti máte co nejčastěji „odkládat“. Rodinné zázemí a vzpomínky na pěkné chvíle strávené s rodiči, sourozenci či prarodiči nemůže nahradit nic. (Zdroj: ČRDM)

2.2.2 Vrstevnické skupiny

Vytvářejí je děti a mladí lidé obdobného věku, pohlaví nebo zájmu. Vrstevnická skupina může kompenzovat citovou a sociální deprivaci dětí a vytvářet pocit bezpečí a navazování nových sociálních vztahů. Umožňuje osvojit si způsoby samostatného jednání, podněcovat intenzivní zážitky a trvalé vzpomínky.

Vrstevnické skupiny vznikají spontánně a mají neformální charakter. Lze je dělit podle obecných kritérií, platných pro sociální skupiny. Mohou se členit podle pohlaví, věku, velikosti, struktury, sociálního statutu, náboženské orientace apod. Dále je můžeme dělit podle cílů, které si vytvářejí, od těch jejichž cíle jsou jednoznačně pozitivní až po ty, jejichž cíle jsou asociální nebo dokonce antisociální (drogová komunita aj.). Vrstevnická skupina může působit pozitivně, kdy podporuje soudružnost, vzájemnou komunikaci a také individuální růst jednotlivce, ale také může působit negativně, jehož důsledkem se stává antisociální a delikventní chování.

2.2.3 Instituce pro výchovu mimo vyučování

Podílí se na výchově dětí v době mimo vyučování, poskytují dětem racionální využití volného času, formují hodnotové zájmy, rozvíjí specifické schopnosti a upevňují žádoucí morální vlastnosti.

Školní družiny – pracují s dětmi prvního stupně, kde velký význam má zajištění sociální péče a bezpečnosti dětí a jejich výchovná činnost se orientuje na pestrou strukturu zájmových činností s uspokojením značné pohybové potřeby.

Školní kluby – pracují na principu dobrovolnosti s dětmi druhého stupně, kdy hlavním cílem jsou zájmové činnosti dětí.

Střediska (centra) volného času pro děti a mládež – zaměřují se na realizaci specializovaných zájmových činností, organizují pravidelnou (kroužky) i příležitostnou (různé soutěže, tábory, spontánní aktivity) činnost.

Domovy mládeže – zajišťují výchovnou péči, ubytování a stravování žáků středních škol, kteří to mají do školy daleko z místa bydliště, jejich úkolem jsou nejen činnosti spojené s režimem dne a přípravou na vyučování, ale také dbát o účelné využití volného času mládeže.

Základní umělecké školy – poskytují uplatnění všem s vyhraněnými zájmy a schopnostmi v estetickovýchovné (hudební, hudebně-pohybové, výtvarné a literárně-dramatické) oblasti.

Jazykové školy – plní funkci zájmového vzdělávání v oblasti výuky cizích jazyků.

Občanská sdružení, tělovýchovné a sportovní organizace, kulturní a osvětová zařízení – jsou dalšími institucemi, které mohou ovlivňovat volný čas dětí a mládeže. (Pávková et al. 2002, s.44)

2.2.4 Sdělovací prostředky

Možnosti sdělovacích prostředků (médií) se rozvíjí rychlým tempem a jejich běžnému využívání napomáhají přenosné modifikace (rozhlasové přijímače, televizory, mobilní telefony a osobní počítače s využitím internetu). Prostřednictvím médií získávají děti různé informace, uspokojují a rozvíjejí své zájmy, prožívají chvíle radosti, dobrodružství nebo napětí. Přitom však může dojít k přecenění uživatelského přístupu na úkor vlastní aktivity a propagaci a šíření negativních jevů. (Hofbauer, B. 2004, s. 129) Je nesporné, že internet přinesl člověku snadnou a zrychlenou dostupnost informací, měli bychom mít však na paměti, že čas strávený před monitory počítačů začíná zaplňovat velkou část volného dne dětí a mladých lidí. Ačkoliv je počítač velkým pomocníkem při získávání nových vědomostí, děti a mládež ho velmi často využívají ke hrám nebo internetové komunikaci. Také televize se může stát nebezpečnou nástrahou pro mladou generaci. Televize pouze zprostředkovává život jiných, místo života vlastního, reálného. Na jedné straně je užitečná jako zdroj informací, který nám dokáže ukázat, co se děje nebo dělo na vzdálených místech planety. Na opačné straně i televize ničí pravou hodnotnou komunikaci mezi lidmi.

Všude přítomná média ovlivňují značnou měrou naše myšlení v dětství i v dospělosti, ale především v období dětství. Televize, reklama nám zprostředkují životní styl a hodnoty, které jsou zaměřeny na konzumní způsob života. Někteří rodiče se domnívají, že není nic hodnotnějšího než konzumní dětství, zaměřené na materiální vnímání okolního světa. Smyslem a jediným štěstím života je pak něco mít, vlastnit. I přes všechny tyto „nástrahy“ nových technologií bychom měli pamatovat na to, že elektronická média dnes jsou a zřejmě zůstanou i nadále jednou, byť významnou oblastí informačního a komunikačního procesu. A záleží na rodičích a pedagozích, jakým způsobem budou média před dětmi prezentovat.

Všichni činitelé vývoje a všechny oblasti výchovy se navzájem prolínají, ovlivňují a doplňují. Projeví-li se v kterékoliv z nich nedostatky, mohou se pak i negativně projevit v jiné oblasti, což se ale může navzájem vykompenzovat. (Pávková et al. 2002, s. 34)

3 Sport a sportovní příprava dětí

3.1 Sport

Jádrem sportu jsou konkrétní sportovní činnosti, jejichž různorodý charakter umožňuje všem sportovním příznivcům širokou možnost uspokojování potřeb a zájmů. Díky komunikační technice, médiím může sport sledovat široká masa sportovních nadšenců. Sport jim přináší hodnotné zážitky, poskytuje zábavu a poučení, sport také vychovává.

Sport dělíme na rekreační, výkonnostní a vrcholový. (Choutka, M. a Dovalil, J. 1987, s.7, 10)

Rekreační sport je záležitostí volného času, dobrovolné a zájmové činnosti lidí, je to příležitostné sportování v rozsahu maximálně několika hodin týdně, bez oficiální registrace nebo s registrací v rekreačních čistě amatérských soutěžích. Cílem rekreačního sportu je odpočinek a regenerace sil, upevňování zdraví, zdatnosti a kondice, ale hlavně radost z pohybu, určitý prožitek, dobrý pocit a možnost seznámení se s novými lidmi.

Výkonnostní sport neboli amatérský je tradiční formou organizované činnosti, kdy je obvyklý pravidelný trénink v rozsahu několika hodin až několika desítek hodin týdně, registrace v některém sportovním svazu a pravidelná účast v soutěžích. Je založen na spontánnosti, dobrovolnosti a aktivitě ve volném čase sportovců. Ti si měří síly v nejrůznějších závodech a soutěžích, snaží se neustále zlepšovat si svoji sportovní výkonnost, čímž dochází k jejich významnému ovlivňování tělesného, psychického a sociálního vývoje. Cílem je dosahovat individuálně nejvyšší výkony na základě systematické, dlouhodobé přípravy. (Choutka, M. a Dovalil, J. 1987, s.8, 9)

Vrcholový také profesionální **sport** je práce na „plný úvazek“, kdy sportovec obvykle denně trénuje, často i několik hodin nebo se účastní soutěží na mezinárodní nebo alespoň národní úrovni. Možnosti provozování různých sportů na vrcholové profesionální úrovni jsou však dány dostatečným přísunem peněz. To je zajišťováno jednak z reklamy a sponzorských smluv, zde pak popularita a sledovanost jednotlivých sportů (a soutěží v rámci jednoho sportu) vytváří propastné rozdíly v „platu“ sportovců, které se pohybují od tisícínásobku až po zlomky průměrného platu v dané zemi a jednak z nejrůznějších forem státní podpory, který je typický hlavně u nepříliš rozšířených (ale často přesto olympijských) sportů, kdy si stát touto formou zajišťuje „body“ za mezinárodní úspěchy. (wikipedie)

Můžeme říci, že se sport stává jedním z významných fenoménů současné společnosti. Popularita, kterou dosahují vrcholoví závodníci a pozornost věnovaná jednotlivým sportovním soutěžím v masových médiích, jakož i snaha o prosazení sportovců dané země na mezinárodním poli, zvyšují tlak na jednotlivé sportovce a jejich připravenost. Dnes již pro dosažení maximálního výkonu nestačí pouhé krátkodobé zaměření tréninku, ale ze sportovní přípravy se stává dlouhodobý proces začínající už v relativně nízkém věku.(PERIČ,T. 2008, s.17)

3.2 Sportování dětí

Za tímto slovním spojením si lidé představují konkrétní činnost nejmladší generace. Což je nejen zvyšování výkonnosti a přípravy na závody, ale také dlouhodobá a často složitá výchovná činnost, kterou společně vykonávají trenéři, vedoucí i rodiče. Chápeme ji i jako důležitý zdravotní aspekt, který je nezbytný pro harmonický vývoj dětí a jako pomoc při prevenci negativních sociálních jevů.

Sport by měl hrát důležitou roli jako prostředek realizace dítěte, kdy dítě zažívá chvíle opojného vítězství, ale i hořkost porážky, rozzářené oči při úspěchu, ale také únavu po namáhavém tréninku. Děti se při tom učí poznávat a respektovat daná pravidla, získávají nové pohledy na své možnosti, ale i na možnosti druhých, budují si sebedůvěru, rozvíjejí si schopnost zodpovědnosti a soustředění.

Někdy ale sportování dětí není jen nevinná zábava, zvláště v současné době, kdy vrcholový sport může přinést ohromné výdělky. Tomáš Perič (2008, s.18) k tomu říká: „*Intenzivní trénink v raném věku může být i psychicky škodlivý. Mladí šampióni jsou, kromě toho, že mají svou slastní vůli hrát a zvítězit, často nuceni uspokojovat ambice a tužby svých rodičů, trenérů nebo sponzorů.*“ Pro některé rodiče se sport stává budoucím existenčním zabezpečením jejich dětí, drobné úspěchy pokládají za skutečný talent a reálné předpoklady mění za svoje sny. Rodiče obětují na oltář sportovní slávy základní atributy svých dětí.

3.3 Sportovní příprava dětí

Dnes již pro dosažení maximálních výkonů nestačí krátkodobé zaměření tréninku, ale je to dlouhodobý proces sportovní přípravy začínající v relativně nízkém věku. Hlavním rysem je přípravný charakter přispívající k fyzickému i mentálnímu rozvoji. Sportovní příprava by měla být zaměřena na množství a kvalitu dovedností, na šikovnosti dětí, a na to, jak děti sportování baví a těší, jestli mají radost z pohybu. Sportovní příprava dětí vytváří předpoklady pro adaptaci organismu na trénink, což vyžaduje přiměřené zatížení (ani ne moc velké, ani ne příliš malé, prostě tak aby děti nebyly přetížené).

Je to složitý komplex, kde se střídají a prolínají adaptace organismu, motorické učení, pohybové učení a ovlivňování chování. (PERIČ, T. 2008, s. 7, 17, 18)

Pohybové učení je proces, který probíhá v čase a jeho základem je stálé opakování, kdy vzniknou pohybové stereotypy, které jsou pak uloženy v motorické paměti a časem natolik zautomatizují, že jdou mimo naši mysl. Pohybové učení je zlepšování výkonu, kdy důležitější než to, že dítě splnilo pohybový úkol, je, jak ho splnilo. Pohybové učení oslovuje nejen svaly (výkonná část), ale i část řídicí (CNS), z toho vyplývá rozvoj taktického a technického myšlení. Vypěstujeme-li a stabilizujeme-li kvalitní pohybové výkony u dětí, vytvoříme tak širokou pohybovou základnu pro plnění budoucích pohybových úkolů. (KRIŠTOFIČ, J. 2006, s.16, 17)

3.4 Cíle sportovní přípravy

Sportovní příprava dětí by měla přinášet nejlepší možnosti pro jejich rozvoj, tak aby zajistila perspektivu co možná nejvyšší výkonnosti. Cíle této přípravy můžeme rozdělit do tří základních priorit pro trenéry:

1. Vytvořit základy pro pozdější trénink.

Dítě není „malý dospělý“, má jinou stavbu kostí, jinak mu pracuje srdce, jinak vnímá, jinak myslí, a proto by se měl trénink dětí zaměřit hlavně na techniku pohybu, kterou lze dosáhnout mnohonásobným opakováním, na což je třeba dostatek času. Nejdůležitějším článkem v tréninku dětí je zvládnutí základních požadavků dané disciplíny = naučit „řemeslo“. Znamená to např. dokonale zvládnout techniku míče v kopané, bruslení a činnosti s kotoučem v hokeji, v atletice techniku běhu, v karate techniku kopů a úderů,

apod.

2. Vytvořit u dětí vztah ke sportu jako k celoživotní aktivitě.

Dá se říci, že je velmi mnoho dětí, které pravidelně sportují, ale jen minimální počet z nich se stanou vrcholovými sportovci. U ostatních může trenér vypěstovat celoživotní vztah k pohybu, jako k jedné z důležitých součástí moderního člověka. Sportování totiž nejsou jen rekordy, ale je to i příjemná činnost a zábava v přírodě i v kruhu přátel.

3. Nepoškodit děti

I když se nám to může zdát absurdní, ale často se setkáváme s nevhodnou psychickou i fyzickou zátěží trenérů na dítě. Nevhodně vedený trénink v dětství může mít za následek i špatný zdravotní stav v dospělosti. Při různých psychických nátlacích mohou vzniknout také stavy frustrace, úzkosti až deprese. Také různé diety a výživové zásahy nebo farmakologické prostředky mohou dítě poškodit. Při nesprávném vedení sportovní aktivity dětí, ať už trenéry nebo přehnaně ambiciózními rodiči, se mohou děti dostat do vážných situací vedoucích k poškození psychického či fyzického zdraví. Je například vhodný každodenní čtyřhodinový trénink pro 5-leté dítě nebo je normální, aby 16-letá gymnastka, která trénuje i sedm hodin denně, měřila 130 cm a vážila 30 kg? (PERIČ, T. 2008, s.18, 19, 20)

3.5 Trénink

Trénink je adaptace organismu reagovat na podněty z okolního prostředí, které vyvolávají určité množství reakcí. Při dlouhodobém opakování působících vlivů se tyto reakce na ně zmenšují a umožňují lepší reakci organismu na různé zatížení. Kromě adaptace organismu je součástí tréninku také tzv. motorické učení, kdy dochází k učení se novým pohybům a jejich dokonalému a stabilnímu zvládnutí i ve složitých podmínkách soužití. Zásadní roli v tréninku hraje chování člověka (tj. vztahy k ostatním členům kolektivu, rozhodčím a k tréninkovým povinnostem, také vztahy mezi rodiči a trenérem), což je motivace, emoce, vnímání, rozhodování, hodnotová orientace, myšlení, komunikace, atd.(PERIČ, T. 2008, s. 11, 12)

Podle Křištofiče (2006, s.27): „ *Obsah i intenzita tréninkových dávek musí korespondovat s aktuálním fyzickým i psychickým stavem jedinců*“, to znamená určitou regulaci tréninkových dávek třeba po nemoci nebo po zranění.

Sportovní trénink můžeme rozdělit do 4 určitých oblastí = složky sportovního

tréninku:

- kondiční příprava zabývající se rozvojem pohybových schopností
- technická příprava, která rozvíjí nácvik pohybových dovedností
- taktická příprava, kde se nacvičuje vedení sportovního boje
- psychologická příprava se zaměřuje na motivaci myšlení, vnímání, rozhodování,

odolnost a další ovlivňování psychických stavů

Obsahem tréninku mohou být cvičení rozvíjející určitou složku samostatně nebo také některé složky spojené v určitý celek.

Vyvrcholením tréninkového procesu se stávají soutěže, při nichž se prověřují dovednosti a schopnosti, které se děti učily a rozvíjely. Většinou jsou při soutěžích, zápasech nebo závodech přítomny i další osoby (rodiče, kamarádi, příbuzní,..), čímž získávají tyto soutěže vyšší emocionální náboj než tréninky a stávají se výrazným motivačním faktorem.(PERIČ, T. 2008, s. 16, 103)

3.6 Profesionální sportovec

Sportovec je člověk, který se věnuje sportu. Běžně se tak ale označují především ti, kteří se věnují sportu vrcholovému nebo aspoň výkonnostnímu, nikoli pouze sportu pro radost. U vrcholových sportovců běžně zabírá trénink několik hodin denně i v případě, že nejde o placené profesionály. Příprava profesionálního sportovce se sestává nejen ze sportovního tréninku, ale také z nezbytné regenerace a rehabilitace, psychologické přípravy a probíhá pod odborným dohledem. Kariéra vrcholového sportovce přináší opakovanou velkou psychickou zátěž. Je prokázáno, že špičkových sportovních výsledků mohou dosáhnout pouze sportovci nejen s tělesnými, ale také s psychickými předpoklady. (wikipedie)

Pokud se tedy profesionální sportovec věnuje danému sportu několik hodin denně a většinu dní v týdnu, můžeme říci, že i děti, které se věnují nějakému sport více dní týdně, dělají tento sport profesionálně. Například fotbalisté – žáci, mají trénink 3-4x týdně a během víkendu hrají mistrovské zápasy, tudíž se tomuto sportu věnují profesionálně.

4 Nabídka volnočasových aktivit ve městě Kravaře

4.1 Město Kravaře

Město Kravaře leží v údolní nivě řeky Opavy. Je vzdáleno 13 km jižně od polských hranic a 9 km východně od města Opavy. Historická oblast Horního Slezska, ve které se Kravaře nacházejí, se nazývá Hlučínsko. Ve městě žije necelých 7 000 obyvatel, město se skládá ze tří částí – Kravaře, Kravaře-Dvořisko a Kravaře-Kouty.

Ve městě se nachází barokní zámek Kravaře - zde se nachází Zámecké muzeum (Muzeum Hlučínska). Jeho nejhodnotnější částí je zámecká kaple, s původním dochovaným interiérem z poč. 18. století, (ostatní interiéry byly zničeny při požáru zámku r. 1937) a zámecká zahrada. Další památkou je klášter (dnes MÚ), chrám svatého Bartoloměje a fara (vše v cihlové neogotice typické pro Slezsko), projektantem byl Josef Seyfried - architekt, stavitel a hudebník, kravařský rodák. Z Kravař pochází řada významných osobností. Patří mezi ně Alois Hadamec - trenér české národní hokejové reprezentace, Prof. PhDr. Josef Jařab, CSc., dr. h. c., anglista, v letech 1990 - 1997 rektor Univerzity Palackého, Miss ČR a Miss Europe 1995 Monika Žídková, významný český operní pěvec Ivo Židek.

Město Kravaře nabízí svým občanům mnoho možností, jak trávit svůj volný čas. Volnočasové aktivity zajišťuje nejen městská knihovna a kulturní odbor města Kravaře, ale především různé organizace, instituce a spolky, které na území města působí. Samozřejmě, že se nezapomíná ani na nejmenší občany města – děti. Děti se ve městě Kravaře mohou věnovat různým kroužkům, sportovním aktivitám nebo kulturním programům.

4.2 Cyklostezka Kravaře

Jak je všem známo, tak kolo a in-line bruslení jsou nesporně nejekologičtějšími dopravními prostředky a zprostředkovávají pocit sounáležitosti s přírodou. V Kravařích se nabízí nová asfaltová 3.300 m dlouhá cyklostezka č.55 a zároveň in-line stezka, jejíž

součástí je i most pro pěší a cyklisty přes řeku Opavu.

Vybudováním této cyklostezky došlo k dlouho očekávanému propojení mikroregionu Hlučínska a mikroregionu Matice slezské.

Od oficiálního zahájení provozu si stezka pulzuje svým vlastním životem. Cyklistům, bruslařům i jednotlivým turistům jsou k dispozici přehledné informační a orientační tabule, ke krátkému odpočinku vybízí i zastřešené posezení jež nabádá k rozhledu po širém okolí. S příchodem teplejších dnů se objevují i jezdci na kolečkových bruslích, pro něž je tato rovinná stezka přímo ideální místem k sportovním aktivitám. V zimním období, při dostatku sněhu využívají stezku řady lyžařů při svých výjezdech na běžkách. Z cyklostezky č. 55 je možno částečně sledovat přírodní rezervaci Koutské a Zábřežské louky. Rezervace v nadmořské výšce cca 225 m je ojedinělý ucelený komplex mokřadních luk, rozptýlené zeleně a luhů se zbytky mrtvých ramen a periodicky zaplavovaných tůní v nivě řeky Opavy.

4.3 Sportovní a rekreační komplex BULY ARÉNA KRAVAŘE

Jedná se o sportovní areál, který je situovaný v klidové části obce Kravaře-Kouty, na ulici Kostelní 28a, nabízí zábavu a relaxaci 366 dnů v roce. Skýtá dostatek klidu a pohody pro rekreaci i nerušené sportování. Sportovní centrum nabízí široké veřejnosti sportovně a kulturně společenské vyžití a je připraveno zorganizovat a zajistit pro sportovní kluby konání sportovních soustředění v plném rozsahu.

V tomto uceleném sportovně rekreačním komplexu naleznete hotel, ledovou plochu, fotbalové hřiště s nočním osvětlením a umělým povrchem, aquapark, dětské hřiště, tenisovou halu, bowlingovou dráhu, fitness, saunu, masáže i příjemné posezení v restauraci.

Zimní stadión s ledovou plochou byl zahájen v roce 2003. V letních měsících je zpravidla využíván pro hokejové školy, během roku potom vedle tréninků hokejových oddílů a oddílů krasobruslení také pro soustředění mezinárodních reprezentačních mužstev a reprezentačních mužstev České republiky. Pravidelně je zde pořádána každou sobotu od 17:00 hodin diskotéka na ledě, která je provázená hudbou a světelnými efekty

a každou neděli od 15:00 hodin se koná veřejné bruslení. Také je možné využít služby uspořádání sportovních, společenských, firemních nebo charitativních akcí, koncertů, výstav apod. s kapacitou tribuny 640 míst k sezení pro diváky.

Fotbalové hřiště s umělým povrchem třetí generace, s pryžovou podložkou o rozměrech 100m x 64m s atestem ČMFS, na kterém si mohou především v zimních měsících zahrát fotbal jak různé fotbalové kluby, tak také skupiny jednotlivců.

Basketbalové hřiště má obdélníkový tvar, jehož rozměry jsou 37m na délku a 18m na šířku. Jedná se o rovný, tvrdý povrch, který je speciálně vyroben pro případ nepřízně počasí, aby se na něm nedržela voda a dalo se zde hrát ihned po dešti. Hřiště má umělé osvětlení a lze jej využívat nejen pro basketbal, ale také pro volejbal, nohejbal, házenou, florbal aj.

Bowling dvoudráhový provázkový s automatickými stavěči disponuje šestnácti koulemi v rozmezí 6 – 16kg.

Návštěvníci si zde chodí nejen zasoutěžit, ale také se pobavit při nastavení systému s širokým výběrem vybrané grafiky, která nabízí spoustu druhů obrázků pro děti i pro dospělé, řadu soutěží či vtipné obrázky při hození strike nebo spare.

Tenisové kurty jsou součástí sportovního areálu a skládají se ze tří antukových dvorců (z toho jeden je centrální kurt areálu), které lze bez jakékoliv nadsázky řadit k těm kvalitnějším a vyhřívané nafukovací haly se dvěma kurty, která má pevný povrch. Vedle kurtů jsme postavili tribunu se 48 místy určenými k sezení, která slouží především rodičům, kteří sledují své ratolesti v tenisové škole.

Tělocvična je víceúčelové zařízení, určené nejen pro školy, ale i pro širokou veřejnost. Hala má rozměry 36m x 18m. Vybavení, které je stále doplňováno a obměňováno umožňuje zde provozovat nejen tenis, ale také florbal, sálovou kopanou, aerobik, taneční tréninky a jiné sportovní činnosti.

Dětské hřiště pro nejmenší děti je víceúčelové a nabízí spoustu zábavy a her. Naleznete zde moderní prolézačky, houpačky, skluzavky, trampolínu aj. To vše je podloženo speciální podložkou gumového typu tak, aby při úrazu dítě nespadlo na tvrdou zem. Všechny tyto prvky na dětském hřišti jsou certifikovány v závislosti na jejich správném použití. Aby si zde mohli odpočinout i rodiče a vychutnat si kávu, či jiné osvěžení, je přímo v areálu dětského hřiště přichystáno občerstvení.

Aquapark je samostatnou částí sportovního komplexu. Hlavní bazén je určen relaxaci návštěvníků. V bazénu vás upoutá několik různých chrličů, vodních děl, masážní lavice a lehátka, jeskyně s bublery a vodopádem. Hlavní atrakci tohoto bazénu tvoří divoká řeka.

Součástí bazénu jsou i dvě plavecké dráhy. Měří 25 m na délku a jsou doplněny startovacími bloky. Teplota vody v tomto bazénu je 30° C. Je zde také atrakce whirlpool pro 6 osob, dále dva bazény pro děti s vodním hříbem a dlouhý tobogán, který vede venkovním prostorem. Součástí aquaparku je také sauna, pára a masáže.

4.4 TJ SK Kravaře

Tělovýchovná jednota (synonymum pro sportovní klub) je základním článkem vyšší tělovýchovné organizace (asociace), realizuje její hlavní činnost. Účelem může být buď sdílení společných zájmů (sportovní kluby, myslivecká sdružení apod. – někdy též nazývány jako vzájemně prospěšná sdružení) nebo nějaká obecně prospěšná činnost (poskytování sociálních služeb, vzdělávací a informační aktivity apod.).

Tělovýchovná jednota sportovního klubu Kravaře má pod sebou 8 sportovních oddílů – fotbal, tenis, hokej, volejbal, basketbal, šachy, stolní tenis, ASPV (asociace sportu pro všechny). Členů tělovýchovné jednoty je 387, přičemž z toho je 192 dětí, které se v městě Kravaře věnují různým organizovaným sportům. Nejvíce sportovců hraje fotbal, pak jsou to volejbalistky, basketbalisté a stolní tenisté.

4.5 Centrum volného času Kravaře

CVČ zajišťuje a organizuje výchovně vzdělávací a rekreační činnost pro děti, mládež, rodiče a jiné dospělé zájemce v jejich volném čase.

Cílem celoroční práce je získat co nejvíce zájemců pro pravidelnou zájmovou činnost a otevřít všechny plánované zájmové útvary. Dále pak organizování projektů určené dětem vyššího stupně základních škol, zaměřené na spontánní aktivitu pro tuto věkovou kategorii v rámci prevence kriminality dětí a mládeže a různých druhů závislostí.

CVČ nabízí pravidelnou zájmovou činnost, příležitostnou zájmovou činnost, letní táborovou činnost, pořádání různých soutěží.

V pravidelné zájmové činnosti nabízí mnoho typů zájmových kroužků, kdy zájem o ně se odvíjí od momentálního zájmu dětí a jejich rodičů. Mezi standardní a hodně obsazované kroužky patří taneční a sportovní kroužky, škola bruslení, školička pro předškoláky, výtvarné techniky, výuka angličtiny a nebo hra na různé hudební nástroje. Kroužky jsou rozděleny do tří oddělení, vedoucí jednotlivých oddělení jsou pedagogičtí

pracovníci centra volného času Kravaře, a ti mají pod sebou externí pracovníky, kteří vedou jednotlivé kroužky.

I. oddělení – společenských věd a přírodovědy

II.oddělení – estetiky a techniky

III.oddělení – tělovýchovy

Pravidelné zájmové činnosti: aerobic, angličtina, basketbal, bojová umění, country tance, divadelní kroužek, dívčí klub BE IN, dramataček, fit cvičení, florbal, gymnastika, hip hop, hokejový kroužek, horolezecký kroužek, hra na keyboard, hra na kytaru, keramický kroužek, letecký modelář, mažoretky, němčina, rybáři, kroužek mladých programátorů, společenské tance, sportovky, stolní tenis, šití a oděvní návrhy, škola bruslení, školička pro předškoláky, taneční pro mladší, taneční step up, veselé pískání, výtvarné techniky.

Mezi příležitostné akce pořádané CVČ pro děti, mládež a širokou veřejnost patří různé tematické akce, kurzy a soutěže. Při pořádání těchto akcí spolupracuje s externími vedoucími, dobrovolnými pracovníky a organizacemi města. Při přípravě soutěží se obrací na základní školy a školní družiny nejen v městě Kravaře, ale i okolních obcí, které spadají do jejich okrsku. K příležitostné zájm. činnosti například patří: drakiáda, halloweenový průvodu strašidel, sezónní burza pro veřejnost, Karmašovský program pro seniory v domově důchodců, výroba adventních věnců, víkendovka v CVČ, Mikuláš na ledě, výroba věnců, maškarní karneval, sněhulákova zahrada, vítání jara, rej čarodějnic, den matek na zámku, den dětí.

Také soutěží pořádaných CVČ je celá řada, ať už je to pro jednotlivé děti a mládež nebo pro školní družiny. Jde třeba o výtvarnou soutěž Halloweenové strašidlo, soutěž halových házadel, Olympiáda školních družin, soutěž O kuličkového krále, Hry bez hranic, Koho nohy nebolí – soutěž pro ŠD. Ale mezi nejznámější a každoročně oblíbené soutěže patří soutěž Dívka roku a Showmen roku. Tyto soutěže probíhají v několika kolech, soutěžící hodnotí odborná porota, kdy do finále postupují pouze ti nejlepší.

Letní táborová činnost patří rovněž mezi pravidelné činnosti CVČ. Na stanové základně Hadince u Vítkova pořádá CVČ dva až tři desetidenní turnusy (podle zájmu) letních táborů, které jsou provázeny určitou táborovou hrou. CVČ pořádá také dva týdenní příměstské tábory (děti ráno přijdou do CVČ, plní celý den program a v odpoledních hodinách se vrací domů, a ráno opět přicházejí), jeden realizují v prostorách své budovy, ten je zaměřený na angličtinu a in-line bruslení a druhý na nedaleké turistické základně, který je zaměřen na sportování a horolezectví.

CVČ Kravaře se snaží svými akcemi a kroužky co nejvíce vyplnit volný čas dětí,

mládeže a ostatních zájemců z města Kravaře a okolních obcí. O jejich tématické akce, či různé víkendovky je vždy velký zájem a setkávají se s kladným ohlasem.

4.6 ZUŠ Ivo Žídka Kravaře

Další organizací, která nabízí dětem vyplnění svého volného času je základní umělecká škola, která vyučuje 360 žáků v různých uměleckých oborech. Ať už se jedná o výuku výtvarných technik, výuky hraní na hudební nástroje – klavír, housle, flétnu, kytaru, bubny, harmoniku a jiné, výuku sborového zpěvu a nebo výuku oborů tanečních, jako je především balet.

PRAKTICKÁ ČÁST

5 Metodologie výzkumu

5.1 Cíl výzkumu

V předkládaném výzkumu jsem se pokusila pomocí kvantitativního výzkumu zjistit individuální postoje dětí k volnému času a volnočasovým aktivitám v městě Kravaře a jejich určení jednotlivých druhů zájmové činnosti. Jakým aktivitám dávají přednost, jestli sportovním, hudebním nebo výtvarným.

Otázky, které jsem vytvořila pro dotazníkové šetření, se člení do dvou hlavních tematických okruhů:

- 1.okruh je zaměřen na zmapování trávení volného času dětí a upřednostňování různých druhů volnočasových aktivit
- 2.okruh se zabývá jednotlivými kroužky, jejich výběrem a kolik času týdně jim děti věnují

Výzkum si kladl za cíl zjistit: Jaké jsou postoje dětí k volnému času, jakým aktivitám dávají přednost, které kroužky preferují a kolikrát týdně se jim věnují?

5.2 Kvantitativní výzkum

Jelikož předpokladem mé práce bylo vytvoření obecných závěrů, zvolila jsem kvantitativní metodu výzkumu. Tato poskytuje možnost sběru dat, následné zpracování získaných informací a vyvození obecného závěru. Následně mohu tímto šetřením buď ověřit či naopak vyvrátit předložené hypotézy.

K získání požadovaných dat jsem použila metodu dotazníkového šetření. Tímto typem výzkumu jsem se zaměřila na cílovou skupinu se snahou získat odpovědi na testové otázky.

5.3 Hypotézy

H1 Dnešní děti nejraději tráví svůj volný čas hraním her na počítači a sledováním televize.

H2 Rodiče se o způsob trávení volného času svých dětí spíše nezajímají a výběr činností ve volném čase přenechávají především na nich samotných.

H3 Děti při výběru volnočasových aktivit preferují kroužky sportovní.

5.4 Výzkumný soubor

Zkoumaným souborem byly děti ve věku 9 – 15 let.

Celý výzkum byl realizován na Základní škole Kravaře, Komenského 14 a celkem bylo zodpovězeno 115 dotazníků.

5.5 Metoda sběru dat

Dotazník je jednou z mnoha různých technik sběru dat. Je to technika, při níž respondent odpovídá na otázky tištěného formuláře.

Dotazování jsem prováděla v nepřímém kontaktu s dotazovanými, kdy jsem jednotlivým třídním učitelům na základní škole v Kravařích předala pro žáky dotazníky, a ti mi je druhý den vyplněné vrátili. návratnost tedy byla stoprocentní.

Dotazník obsahuje celkem 15 položek. Z existujících typů otázek jsem zvolila formu uzavřených a tam kde to bylo potřeba, formu polouzavřených otázek (s otevřeným koncem). Otázky nabízely respondentovi možnost výběru z nabízených variant a tam, kde byla možnost, že by se respondent do nabízené škály nemusel vejít, jsem nabídla možnost dopsání vlastní odpovědi. Polouzavřené otázky jsem volila v případech, kdy jsem vzhledem k typu odpovědi žádala vysvětlení nebo objasnění. Tyto dva typy otázek jsem si zvolila především proto, aby bylo možno výzkum snadno vyhodnotit a výsledky výzkumu co nejvíce zobecnit. Dalším důvodem byl nízký věk některých respondentů, kdy jsem předpokládala, že v případě otevřených otázek by se respondentům odpovídalo těžko, museli by odpověď srozumitelně naformulovat a vyjádřit. Tyto dva typy otázek mi umožnily získat potřebné informace k dalšímu číselnému a statistickému zpracování.

Struktura dotazníku je složena z těchto částí:

První dvě otázky mají spíše demografický charakter a bylo jich využito k rozdělení celkového vzorku respondentů dle získaných údajů – věk, pohlaví.

Následující část dotazníku (otázky 3 – 8) je zaměřena na zmapování vztahu dětí a volného času v jednotlivých oblastech, k zjišťování individuálního postoje dětí k trávení svého volného času a k získání informací, kolik času denně jsou děti ochotny věnovat médiím.

Poslední část (otázky 9 – 15) je věnována zájmovým činnostem, které děti navštěvují a jejich jednotlivým zaměřením a upřednostňováním určitých druhů.

6 Analýza výzkumu

6.1 Vyhodnocení hypotéz

Hypotéza č. 1

Hypotéza, která tvrdila, že dnešní děti tráví svůj volný čas především hraním her na počítači a sledováním televize se spíše nepotvrdila. Výzkum ukázal, že 39% dětí nejraději svůj volný čas tráví chozením venku se svými kamarády, pak je 23% dětí, které svůj volný čas věnují hrám na počítači a zároveň 22% dětí se ve svém volném čase zabývá sportem (viz graf č.9).

Hypotéza č. 2

Hypotéza, která konstatuje, že rodiče se o způsob trávení volného času svých dětí spíše nezajímají a výběr činností ve volném čase přenechávají především na nich samotných, se nepotvrdila, jelikož rodiče se o čas, který jejich děti tráví po škole, zajímají (viz graf č.8). Z grafu vyplývá, že 56% rodičů se vždy zajímá, jak jejich děti tráví volný čas, 43% rodičů se o volný čas dětí zajímá částečně a pouze 1% rodičů se vůbec nezajímá, co jejich děti ve svém volném čase dělají.

Hypotéza č. 3

Hypotéza, která tvrdila, že děti při výběru volnočasových aktivit preferují sportovní kroužky, se potvrdila (viz graf č. 13). Jak vyplývá z dotazníku, celých 56% dětí si z nabízených možností, jak trávit svůj volný čas, volí sportovní kroužky, přičemž většinu těchto sportovních kroužků navštěvují 3x – 4x týdně. (viz graf č. 12)

6.2 Diskuse

Daným výzkumem jsem zjišťovala, jaké volnočasové aktivity si vybírají děti ve věku 9 – 15 let ve městě Kravaře. Předpokládala jsem, že děti nejraději tráví svůj volný čas u počítače hraním různých her nebo chatováním s kamarády na „facebooku“ a nemají zájem navštěvovat jakékoliv zájmové činnosti, ať už se jedná o kroužky sportovní, hudební, výtvarné anebo taneční. Daným výzkumem jsem však zjistila, že ačkoliv děti

najraději tráví svůj volný čas venku s kamarády a samozřejmě také u počítače, nevyhýbají se ale ani různým zájmovým aktivitám. Nejvíce se děti věnují jednotlivým sportovním činnostem a to i několikrát týdně. U většiny dotázaných převažoval fotbal a volejbal, což jsou oddílové sporty, které nabízí pro zájemce TJ SK Kravaře. Patří sem také i další sportovní kroužky, které v rámci své činnosti nabízí CVČ (florbal, basketbal, sportovní hrátky, bojová umění). Mezi nabídku zájmových činností CVČ patří i různé taneční kroužky, které jsou především děvčaty hodně navštěvovány. Děti se ale také věnují umění a navštěvují různé hudební (hry na hudební nástroje, sborový zpěv, balet) a výtvarné činnosti, které v Kravařích nabízí ZUŠ Ivo Žídka.

Dalším pro mě překvapivým zjištěním bylo, že se rodiče o volnočasové aktivity svých dětí většinou zajímají. V současné spíše uspěchané době, kdy jsou rodiče hodně zaneprázdněni a mají hodně práce, bych předpokládala, že rodiče nemají čas a někdy možná ani chuť, starat se o trávení volného času svých dětí.

Svůj výzkum jsem ale prováděla pouze na jedné škole v městě Kravaře a je možné, že tato zjištění nemusí korespondovat s názory v ostatních oblastech, což by mohlo být předmětem dalšího zkoumání v případě následné diplomové práce.

6.3 Vyhodnocení a interpretace jednotlivých položek dotazníku

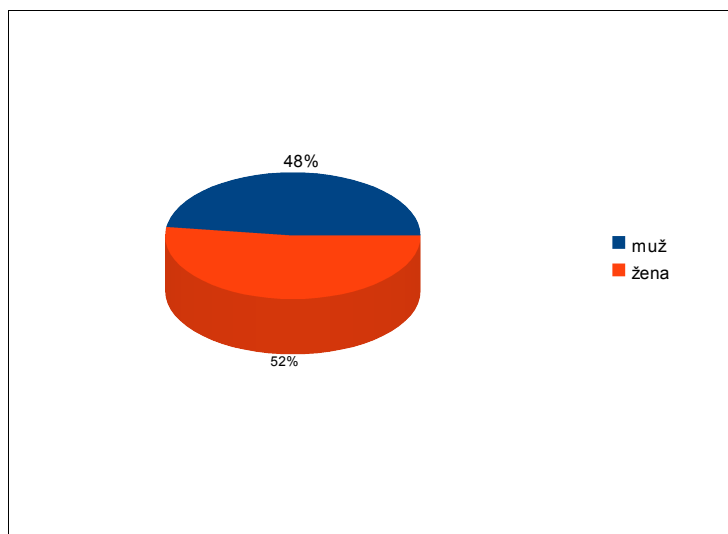
Tabulka: Rozdělení dětí podle pohlaví a věku

věk/pohlaví	dívky	chlapci	celkem
9 let	4	1	5
10 let	10	12	22
11 let	10	8	18
12 let	6	13	19
13 let	13	9	22
14 let	13	9	22
15 let	4	3	7
celkem	60	55	115

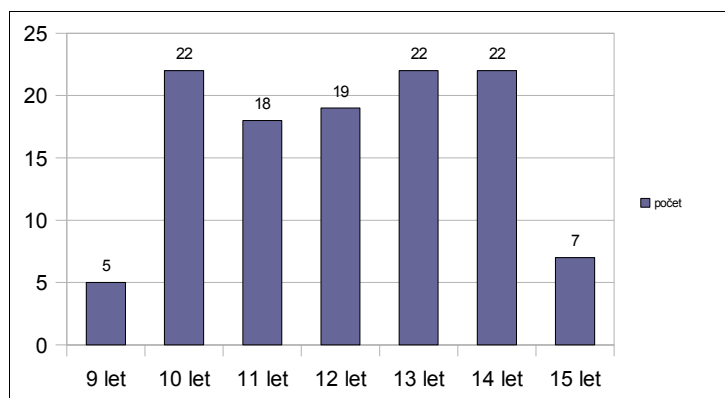
Jak je patrné z tabulky, výzkumu se zúčastnilo celkem 60 dívek a 55 chlapců ve věku 9 – 11 let. V procentuálním vyjádření to je 52% dívek a 48% chlapců (viz graf č. 1).

Pro snadnější orientaci ve výsledcích výzkumu jsem zvolila vyhodnocení výsledků jednotlivých odpovědí také pomocí grafů.

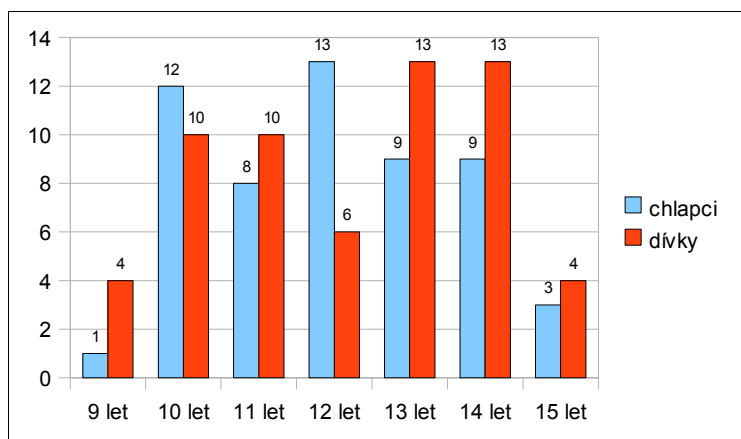
graf č.1: Pohlaví respondentů



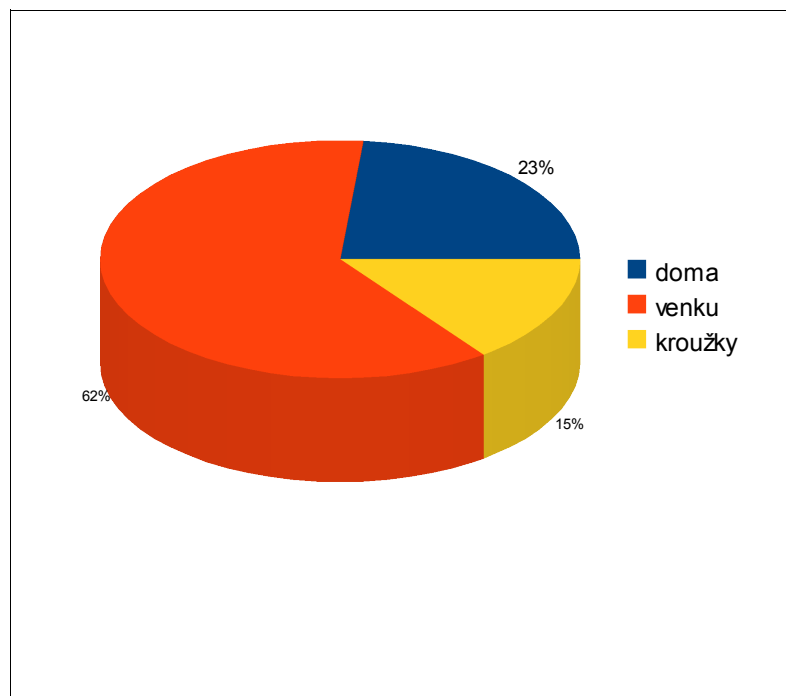
graf č.2: Věk respondentů



graf č.3: Rozdělení respondentů podle věku a pohlaví

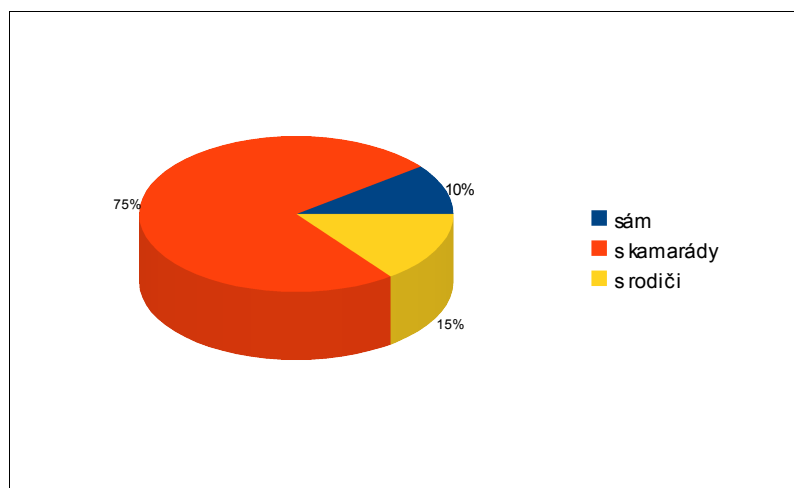


graf č.4: Kde respondenti nejraději tráví volný čas



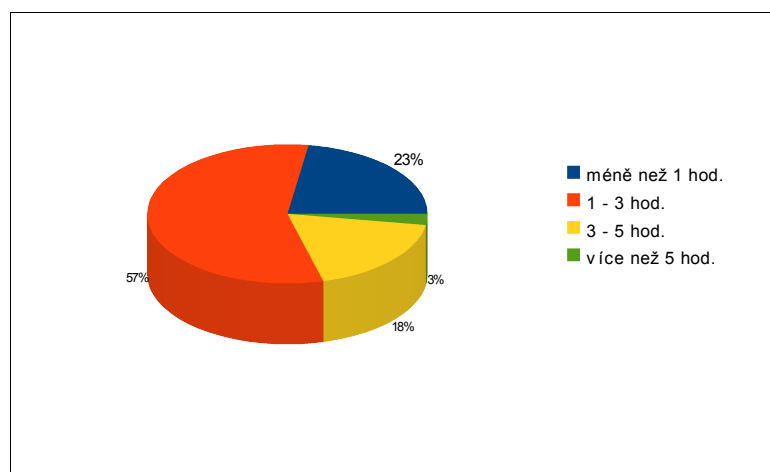
Nejvíce respondentů 62% (71) nejraději tráví volný čas venku, 23%(27) jich je rádo ve svém volnu doma a 15%(17) nejraději navštěvují různé kroužky.

graf č. 5: S kým nejraději tráví respondent volný čas



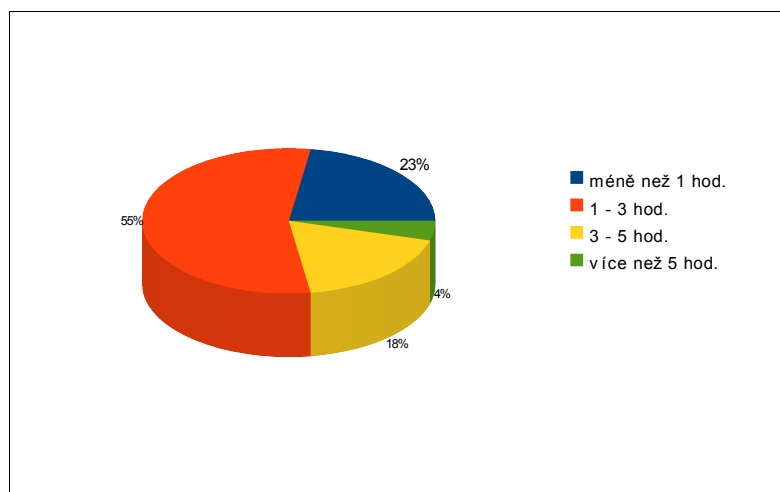
Volný čas respondenti nejraději tráví s kamarády 75%(86), pak s rodiči 15%(17) a jen 10%(12) respondentů chce svůj volný čas trávit osamotě.

graf č.6: Kolik hodin denně respondent sleduje televizi



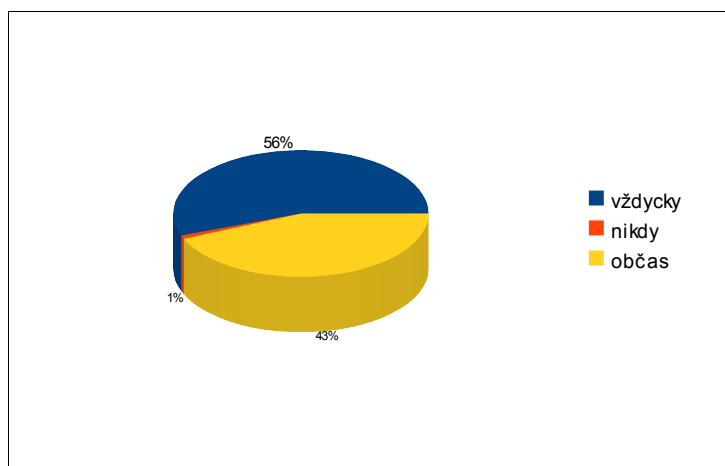
Nejvíce respondentů 57%(65) tráví denně sledováním TV přibližně 1-3 hodiny, méně než 1 hodinu tráví denně před TV 23%(26) dětí a dokonce 3%(3) dětí tráví sledováním TV denně více než 5 hodin.

graf č.7: Kolik hodin denně respondent tráví u počítače



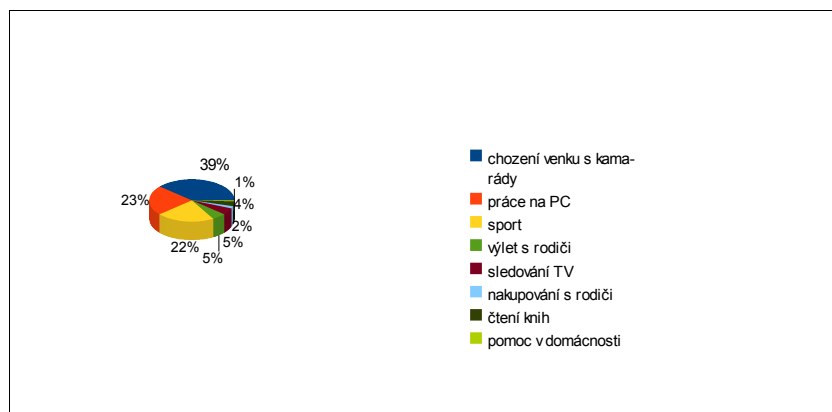
Stejně jako sledováním TV, tak také u počítače nejvíce dětí 55%(63) denně tráví mezi 1-3 hodinami, 18%(21) dětí hraje denně hry na počítači 3-5 hodin a více než 5 hodin u počítače denně stráví 4%(5) z dotazovaných dětí.(viz graf č.7)

graf č.8: Zájem rodičů o volný čas respondentů



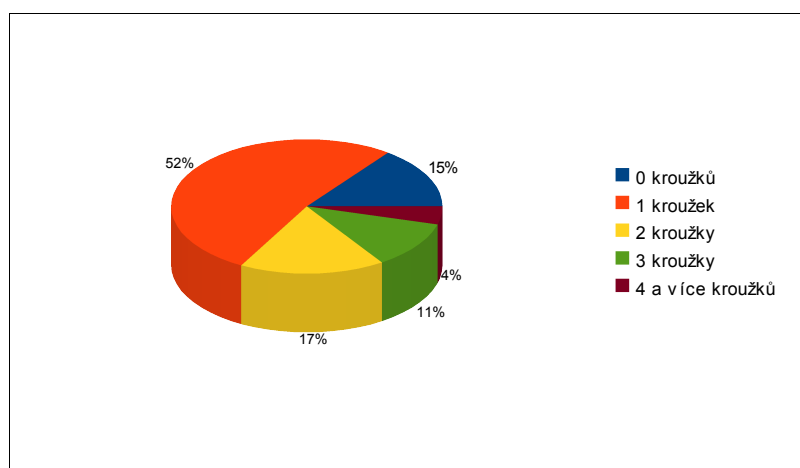
56%(64)rodičů se zajímá vždy o volnočasové aktivity, 43%(50) rodičů se zajímá o volný čas dětí občas a pouze 1%(1) rodičů se nezajímá vůbec o trávení volného času svých dětí.

graf č.9: Nejvíce oblíbené činnosti respondentů ve volném čase



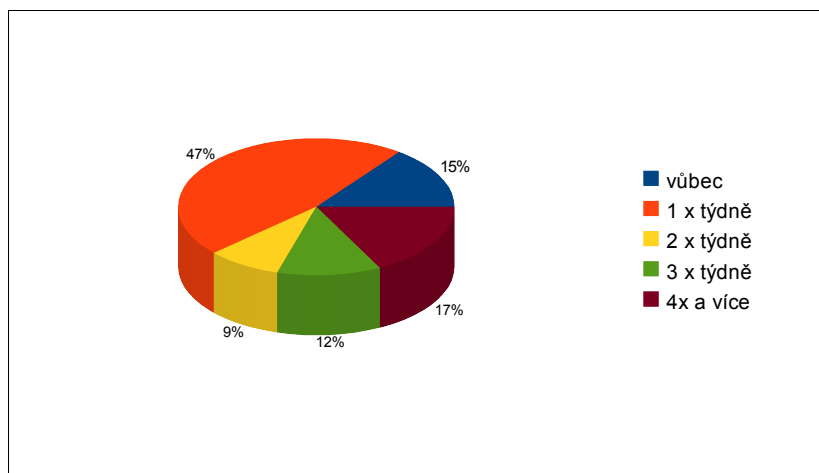
Mezi nejvíce oblíbené činnosti dotázaných dětí patří chození venku s kamarády 39%(44), pak je to hra na počítači 23%(26), sportování 22%(25) a mezi nejméně oblíbené činnosti patří pomoc v domácnosti 1%(1).

graf č.10: Kolik kroužků respondenti navštěvují



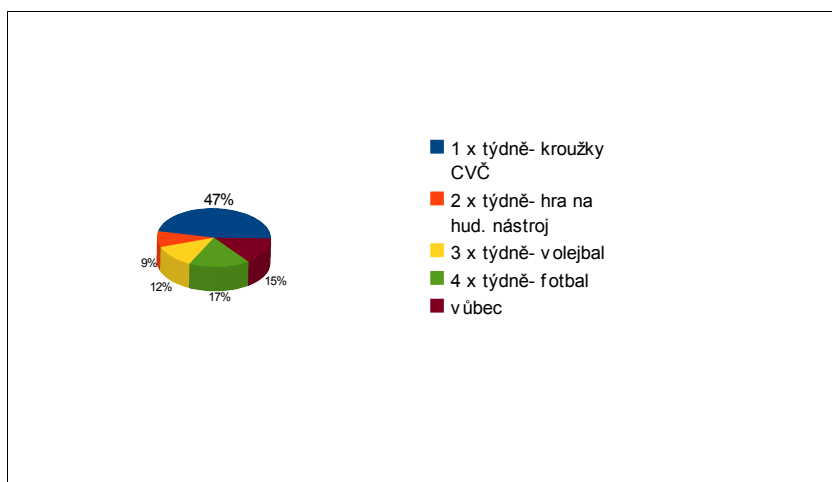
Nejméně dětí 4%(5) navštěvuje 4 a více kroužků, naopak do 1 kroužku chodí 52%(60) dotázaných dětí. 15%(17) dětí nenavštěvuje ani jeden zájmový kroužek.

graf č.11: Kolikrát týdně respondent kroužek navštíví



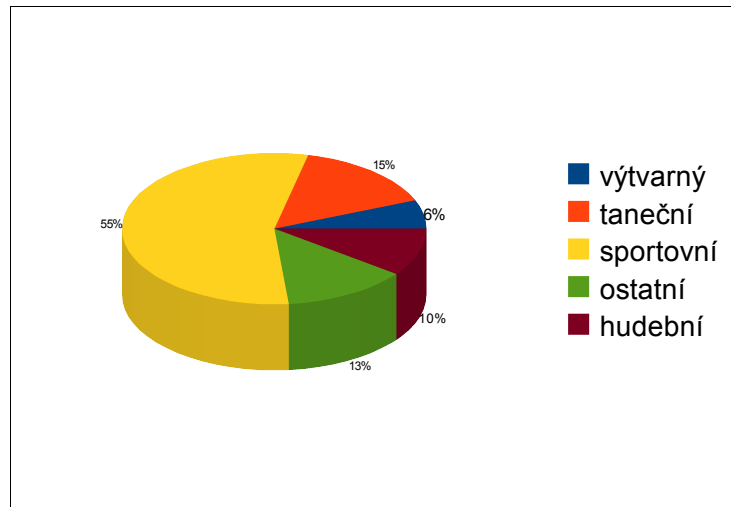
I na tuto otázku nejvíce respondentů odpovědělo, že kroužek navštěvuje 1x týdně 47%(54), ale také 17%(20) z nich navštěvuje kroužek 4x a více týdně.

graf č.12: Rozdělení respondentů do zájmových činností podle četnosti návštěv v týdnu



Podle daných odpovědí navštěvují děti sportovní kroužky, které mají i několikrát týdně – fotbal 4x týdně 17%(20), volejbal 3x týdně 12%(14), pak jsou to kroužky hudební 9%(10), které mívají 2x týdně a nejvíce dětí navštěvuje kroužky 1 za týden, které nabízí CVČ 47%(54).

graf č.13: Zaměření jednotlivých kroužků,
které respondenti navštěvují



Nejvíce dětí navštěvují sportovní kroužky 56%(54), pak jsou to kroužky taneční 25%(15), a nejméně navštěvují kroužky výtvarné 6% (6).

Závěr

Způsob trávení volného času dětí ovlivňuje velkou měrou životní styl dospívajících a hraje velkou roli v jejich budoucím vývoji. Na každého jedince působí v procesu jeho výchovy mnoho faktorů. Jedním z nejdůležitějších je rodina, která ale nemá vždy dostatek času a nápadů, jak zaujmout děti v jejich volném čase. Výchova ke správnému a účelnému trávení volného času hraje zásadní roli a působí jako prevence disociálního chování u mladých lidí. Proto by rodina, učitelé, vychovatelé a celá společnost měla vést mladou generaci k vhodnému využívání volného času, vytvářet podmínky a prostory, kde by děti mohly trávit svůj volný čas.

Ve své práci jsem se zabývala volným časem dětí ve městě Kravaře a jejich možnostmi, jak a kde volný čas trávit. Zjistila jsem, že se děti ve městě Kravaře věnují mnoha různým zájmovým činnostem a město Kravaře jim nabízí širokou škálu možností volnočasových aktivit. Ať už se jedná o Sportovní a rekreační komplex Buly aréna, kde si děti mohou zajít zaplavat do aquaparku, zabruslit na zimní stadión, zahrát si fotbal, volejbal nebo tenis na hřištích s umělým povrchem. Kde si nejmenší děti mohou zaskotačit na dětském hřišti s mnoha průlezkami. A nebo svůj čas tráví děti v různých kroužcích a příležitostných aktivitách, které nabízí CVČ. Děti, které jsou spíše zaměřeny na estetickou stránku osobnosti, mohou navštěvovat ZUŠ Ivo Žídka a ty děti, které se raději věnují sportu, nacházejí své útočiště v jednotlivých oddílech TJ SK Kravaře.

Na závěr bych ráda podotkla, že naplňovat volný čas smysluplnými aktivitami, které nemají za úkol jen zabavit, ale spíše posilovat odpovědnost, kultivovat emoce a rozvíjet sociální interakci, by mělo být snahou celé společnosti.

Resumé

Pro svou práci jsem si vybrala volnočasové aktivity a profesionální sport dětí ve městě Kravaře. Cílem bylo zjistit jakým aktivitám či zájmovým činnostem se děti věnují, zda-li ve městě Kravaře mají dostatek možností jak trávit svůj volný čas.

Zamýšlela jsem se nejen nad volným časem dětí, ale také nad jejich sportováním.

V teoretické části jsem se pokusila o shrnutí dostupných poznatků a názorů na téma volného času a sportování dětí. A také na možnosti trávení volného času dětí ve městě Kravaře.

V praktické části jsem se zaměřila na zjištění postojů dětí v Kravařích k volnočasovým aktivitám. Které aktivity preferují a kolik času jim věnují. Výzkum jsem prováděla dotazníkovým šetřením u dětí ve věku 9 – 15 let na základní škole v Kravařích.

SUMMARY

I chose for my diploma thesis children's free time activities and professional sport in the town of Kravaře. The aim was to find out what activities and hobbies children devote to and if they have enough possibilities to spend their free time in Kravaře.

I thought not only about children's free time but about their sport activities, too.

In the theoretical part I tried to summarize the available knowledge and views on the topic of leisure and sporting activities for children. And also on children's options and leisure in the city of Kravaře.

In the practical part I focused on finding the positions of the children in Kravaře to the free time activities. Which activities they prefer and how much time they spend.

I carry out research for the investigation are children aged 9-15 years at the elementary school in Kravaře.

Seznam literatury a ostatních pramenů

Monografické publikace:

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

CHOUTKA, M. a DOVALIL, J. *Sportovní trénink*. 1. vyd. Praha: Olympiáda, 1987. 316 s. 27-030-87.

KRIŠTOFIČ, J. *Pohybová příprava dětí*. Praha: Grada, 2006. 120 s. ISBN 80-247-1636-4

NĚMEC, J. a kol. *Kapitoly ze sociální pedagogiky a pedagogiky volného času*. Brno: Paido, 2002. ISBN 80-7315-012

PÁVKOVÁ, Jiřina et al. *Pedagogika volného času*. 3. aktualita. vyd. Praha: Portál, 2002. 232 s. ISBN 80-7178-711-6

PERIČ, T. *Sportovní příprava dětí*. 2.vyd. Praha: Grada, 2008. 192 s. ISBN 978-80-247-2643-4

Elektronický zdroj informací:

Buly aréna Kravaře. Přístup z <http://www.bulyarena.cz/sportoviste> [cit. 25.2.2011]

Cyklostezka Kravaře. Přístup z <http://cz.i-kravare.info/10-1710-cyklostezka---in-line-stezka-Kravare> [cit. 1.3.2011]

Centrum volného času Kravaře. Přístup z: <http://www.cvckravare.cz/>[cit. 28.10.2010]

Desatero rad ČRD M při výběru mimoškolních aktivit. ÚMO ? Ostrava-Jih .Přístup z: http://www.ovajih.cz/view_doc.php?section=76&doc_id=3235 [cit. 28.11.2007]

Město Kravaře. Přístup z: <http://www.kravare.cz/o-meste/organizace-a-institute> [cit. 11.2.2011]

Wikipedie, otevřená encyklopedie. Přístup z <http://cs.wikipedia.org/wiki/Sport> [cit. 6.1.2011]

Přílohy

Příloha č. 1 – dotazník

Příloha č. 2 – fotografie : Sportovní a rekreační komplex Bula aréna Kravaře

Aquapark Kravaře

Zimní stadion Kravaře

Dětské hřiště v Kravařích

Cyklostezka v Kravařích

Příloha č. 1

DOTAZNÍK

Dotazník je anonymní a jeho vyplnění nezabere mnoho času, proto prosím o jeho pravdivé vyplnění. Správnou odpověď nebo odpovědi zakroužkuj.

1. Tvůj věk:

9 10 11 12 13 14 15

2. Pohlaví:

- a) žena
- b) muž

3. Kde trávíš volný čas nejraději ?

- a) doma
- b) venku
- c) kroužky
- d) jinde (prosím, vypiště).....

4. Seřaď tyto činnosti od nejoblíbenějších až po ty nejméně oblíbené:

(1 nejoblíbenější - 11 nejméně oblíbené)

- a) práce s počítačem 1
- b) sledování TV 2.....
- c) chození po venku s kamarády 3.....
- d) sport 4.....
- e) hraní na nástroj, zpěv 5.....
- f) malování a kreslení 6
- g) výlet s rodiči 7.....
- h) čtení knih 8.....
- i) pomáhat v domácnosti 9.....
- j) nakupování s rodiči 10.....
- k) jiné (prosím, vypiště) 11

5. S kým trávíš volný čas nejraději?

- a) sám / sama
- b) s kamarády

- c) s rodiči
- d) s někým jiným (prosím, vypište).....

6. Kolik hodin denně trávíš před televizí?

- a) více než 5 hodin
- b) 3 – 5 hodin
- c) 1 – 3 hodiny
- d) méně než hodinu

7. Kolik hodin trávíš denně u počítače?

- a) více než 5 hodin
- b) 3 – 5 hodin
- c) 1 – 3 hodiny
- d) méně jak hodinu

8. Kolik hodin denně ve volném čase strávíš sportováním:

- a) 0
- b) 1 – 1,5
- c) 2 - 2,5
- d) 3 a více

9. Navštěvuješ nějaký zájmový nebo sportovní kroužek či kroužky:

- a) ano
- b) ne

10. Kolik zájmových činností (kroužek, sport) navštěvuješ:

- a) 1
- b) 2
- c) 3
- d) 4 a více

11. Kroužek navštěvuješ:

- a) 1x týdně
- b) 2x týdně
- c) 3x týdně
- d) 4x týdně
- e) 5x a více týdně

f) vůbec

12. Kroužek/y je/ jsou zaměřeny na:

- a) sport - jaký, za jaký oddíl.....
- b) turistika, skaut
- c) výpočetní technika
- d) výtvarná činnost, keramika
- e) zpěv, hra na hudební nástroj
- f) jazyk – nepovinný (jaký).....
- g) ostatní (prosím, uveďte).....

13. Do kroužků chodíš:

- a) rád/a
- b) nerad/a – vypište, prosím, důvod:.....
- c) nevím, je mi to jedno

14. Kroužky si volíš:

- a) sám / sama
- b) rodiče
- c) doporučil mi je kamarád
- d) jiné (prosím vypiš).....

15. Zajímají se rodiče, jak trávíš svůj volný čas ?

- a) ano
- b) ne
- c) někdy

Děkuji za vyplnění dotazníku

Příloha č. 2



Sportovní a rekreační komplex Buly arena Kravaře

Aquapark Kravaře



Aquapark Kravaře



Dětské hřiště



Dětské hřiště



Fotbalové a basketbalové hřiště



Cyklostezka Kravaře



Cyklostezka Kravaře

ANOTACE

Jméno a příjmení:	Kateřina Lehnertová
Katedra:	Katedra psychologie a patopsychologie
Vedoucí práce:	Mgr. et Mgr. Iveta Tichá
Rok obhajoby:	2011

Název práce:	Volnočasová aktivita a profesionální sport dětí v městě Kravaře
Název v angličtině:	Free time activities and professional sport children's in town Kravare
Anotace práce:	Pro svou práci jsem si vybrala volnočasové aktivity a profesionální sport dětí ve městě Kravaře. Cílem bylo zjistit jakým aktivitám či zájmovým činnostem se děti věnují, zda-li ve městě Kravaře mají dostatek možností jak trávit svůj volný čas. Zamýšlela jsem se nejen nad volným časem dětí, ale také nad jejich sportováním.
Klíčová slova:	Volný čas, činitelé výchovy, sport, sportování dětí, volnočasové aktivity, město Kravaře
Anotace v angličtině:	I chose for my diploma thesis children's free time activities and professional sport in the town of Kravaře. The aim was to find out what activities and hobbies children devote to and if they have enough possibilities to spend their free time in Kravaře. I thought not only about children's free time but about their sport activities, too.
Klíčová slova v angličtině:	Free time, officials of education, sport, sports, children, leisure activities, the city of Kravaře
Přílohy vázané v práci:	Příloha č. 1 – dotazník Příloha č. 2 – fotografie
Rozsah práce:	45 stran
Jazyk práce:	Český