

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLMOUCI

PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Ústav speciálněpedagogických studií

Bakalářská práce

Zdislava Putnová

**Volnočasové aktivity dětí mladšího
školního věku ve vybraném dětském domově**

Obor: Speciální pedagogika – vychovatelství

Prohlášení:

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma volnočasové aktivity dětí ve vybraném dětském domově vypracovala samostatně a užila jsem odborných pramenů, které uvádím v seznamu použité literatury.

V Rozvadovicích dne

Zdislava Putnová

Poděkování

Děkuji Mgr. Kristýně Krahulcové, Ph.D. za odborné vedení při psaní bakalářské práce, za poskytování užitečných rad, materiálových podkladů k práci a za její ochotu a trpělivost. Dále bych chtěla poděkovat své rodině za velkou podporu při studiu.

Obsah

Úvod	7
TEORETICKÁ ČÁST	8
1 Vymezení volného času	9
1.1 Definice volného času	10
1.2 Funkce volného času	11
1.3 Faktory ovlivňující volný čas	13
2 Pedagogika volného času	16
2.1 Tři terminologické přístupy k pedagogice volného času	16
2.2 Realizace volnočasových aktivit	18
3 Přehled školských výchovných zařízení, podílející se na výchově ve volném čase	20
3.1 Školská zařízení pro zájmové vzdělávání	20
3.2 Školská výchovná a ubytovací zařízení	21
3.3 Školská zařízení pro výkon ústavní a ochranné výchovy	22
4 Děti mladšího školního věku	24
4.1 Specifika období mladšího školního věku v souvislosti s volným časem	25
4.2 Dítě mladšího školního věku v dětském domově	27
PRAKTICKÁ ČÁST	29
5 Metodologie výzkumného šetření	30
5.1 Cíle výzkumu a výzkumné otázky	30
5.2 Metodický rámec výzkumu	31
5.2.1 Kvalitativní výzkumné šetření	31
5.2.2 Výzkumný soubor	31
5.2.3 Charakteristika výzkumného prostředí	32
5.2.4 Etické aspekty	32
5.2.5 Metody sběru dat	32
5.2.6 Interpretace dat	34

6 Přehledy volnočasových aktivit.....	36
6.1 Přehled volnočasových aktivit všech dětí mladšího školního věku ve vybraném dětském domově.....	36
6.1.1 Přehled pravidelných volnočasových aktivit.....	36
6.1.2 Přehled příležitostných volnočasových aktivit všech dětí mladšího školního věku z vybraného dětského domova	37
6.1.3 Problémy v realizaci volnočasových aktivit dětí mladšího školního věku ve vybraném dětském domově	38
6.2 Přehledy volnočasových aktivit vybraných dětí.....	38
6.2.1 Přehled volnočasových aktivit Adama	38
6.2.2 Přehled volnočasových aktivit Alžběty	39
6.2.3 Přehled volnočasových aktivit Evy	40
6.2.4 Přehled volnočasových aktivit Michala.....	40
6.2.5 Přehled volnočasových aktivit Terezy.....	41
6.2.6 Přehled volnočasových aktivit Jany	41
6.3 Shrnutí získaných informací z rozhovorů.....	42
7 Metodika volnočasových aktivit.....	43
7.1 Metodika pro všechny děti mladšího školního věku ve vybraném dětském domově	43
7.2 Adam volnočasové aktivity	48
7.3 Volnočasové aktivity pro Alžbětu	51
7.4 Volnočasové aktivity pro Evu	54
7.5 Volnočasové aktivity pro Michala.....	57
7.6. Volnočasové aktivity pro Terezu.....	61
7.7 Volnočasové aktivity pro Janu	64
7.8 Zodpovězení výzkumných otázek	67
8 Diskuse	70
8.1 Rešerše.....	71
8.2 Limity výzkumného šetření	71

8.3 Návrh do praxe	72
Závěr	73
Seznam použitých zdrojů.....	74
Seznam tabulek.....	77
Seznam příloh.....	78

Úvod

V dnešní době se příkládá volnému času velký význam. Má nezanedbatelný vliv na kvalitu života. Nezáleží však jen na kvantitě volného času, ale i na kvalitě. Můžeme mít spoustu volného času, ale umíme ho správně a smysluplně využívat? V bakalářské práci bychom se chtěli zabývat volnočasovými aktivitami dětí mladšího školního věku z dětského domova v Olomouckém kraji. Myslíme si, že zvláště pro tyto děti má volný čas velký význam. Může plnit funkci zdravotní, kompenzační, terapeutickou i preventivní, proto jsme zvolili do výzkumného šetření právě děti z dětského domova. Měli jsem možnost s nimi být tři týdny na praxi v dětském domově, kde jsme je pozorovali při hře, účastnili se s nimi volnočasových aktivit i pro tyto děti vymýšleli program. Hlavním cílem práce je zjistit co nejvíce informací o volném čase dětí mladšího školního věku ve vybraném dětském domově prostřednictvím polostrukturovaného rozhovoru a následně vytvořit metodiku „ušitou na míru“. V ní budeme popisovat specifika každého dítěte a následně nabídneme možnosti pro smysluplné trávení volného času. Chtěli jsme bakalářskou práci přizpůsobit i epidemiologické situaci. Kvůli viru Covid-19 jsou vládou nařízena ochranná opatření, která mohou ovlivňovat způsoby trávení volného času. Ve vytvořené metodice jsme zohlednili tato omezení a nabídli alternativní možnosti pro volnočasové aktivity. Mohli bychom říct, že právě díky epidemiologickým opatřením můžeme najít nový rozměr trávení volného času. Práce je členěna na teoretickou a praktickou část. V teoretické části se budeme zabývat volným časem, pedagogikou volného času, která se zabývá metodickým vedením ve volném čase. Dále popíšeme školská výchovná zařízení, která se podílejí na výchově ve volném čase a v závěru teoretické části se zaměříme na specifika dětí mladšího školního věku. Praktická část je kvalitativního charakteru. Na základě rozhovorů s dětmi i vychovateli jsme získali informace o trávení jejich volného času. Tyto informace jsme interpretovali a následně analyzovali a vytvořili metodiku, která nabízí volnočasové aktivity pro všechny děti mladšího školního věku v dětském domově i pro každé dítě zvláště s ohledem na jeho specifika. Na závěr praktické části přichází odpověď na výzkumné otázky a diskuse, ve které se zaměříme na rešerši, limity a využití práce do praxe.

TEORETICKÁ ČÁST

V teoretické části bakalářské práce se budeme zabývat základním vymezením důležitých pojmů souvisejících s praktickou částí. Teoretická část se rozděluje na čtyři hlavní kapitoly. V první kapitole je vymezen volný čas, jeho funkce a činitelé, které ho ovlivňují. Druhá kapitola je věnována pedagogice volného času, terminologickým přístupům. V závěru kapitoly se zaměříme na realizaci volnočasových aktivit, kde se zmíníme i o paradoxech v trávení volného času. Třetí kapitola popisuje školská výchovná zařízení podílející se na výchově ve volném čase. Tato zařízení jsou rozdělena do tří skupin na školská zařízení pro zájmové vzdělávání, školská výchovná a ubytovací zařízení a školská zařízení pro ústavní a ochranou výchovu. Poslední kapitola bude zaměřena na děti mladšího školního věku, na jejich specifika a na pobyt dítěte v dětském domově.

1 Vymezení volného času

„Stěžujeme si, jak máme málo času, ale jednáme tak, jako bychom ho měli nekonečně mnoho.“

(Lucius Annaeus Seneca)

Víme, že náš čas je omezený, protože den má dvacet čtyři hodin. Pro někoho je to málo, pro jiného akorát, někteří by potřeboval alespoň 30 hodin. Jde o to, jak dokážeme pracovat s časem, který máme a jaké jsou naše priority. V následující kapitole se pokusíme vymezením volného času z více pohledů různých autorů, a tím vstoupíme do dané problematiky.

Pod pojmem volný čas si většina z nás představí příjemné činnosti, jako je například odpočinek, rekreace, sportovní aktivity, cestování, pěstitelství, chovatelství, čtení, umělecké činnosti nebo také setkávání s přáteli a získávání nových zážitků. S volným časem můžeme nakládat dle svého uvážení. Ne každý však umí tento čas smysluplně využívat adekvátně k jeho potřebám (Bendl, 2015).

Proto dobrovolníci a odborně vzdělaní lidé nabízejí své schopnosti a dovednosti k vedení dětí i ke správnému využívání volného času formou sportovních aktivit, turistiky, technických kroužků či uměleckých technik apod. Děti se tak mohou setkávat se sociálním prostředím, učit se nové věci o předmětu zájmu, o sobě i o světě. Zároveň vedoucí těchto aktivit je sám obohacován o novou zkušenost (Hofbauer, 2004).

Volnočasové aktivity by měly být významnou složkou života, vytváří vztah ke společnosti i k druhým lidem. Měly by vést jedince k pozitivnímu rozvoji, naplnění svých přání, dále k vlastní iniciativě a k vytržení z každodenního stereotypního režimu dne (Hofbauer, 2010).

Kratochvílová a kol. (2007) vidí ve volném čase velký potenciál. Může vést k rozvoji osobnosti, učení se novým dovednostem a hraje velkou roli v určování kvality života. Na druhou stranu nesprávné nakládání s volným časem, špatná nebo nedostatečná výchova ve volném čase, nevhodné vzory nebo negativní vlivy prostředí mohou vést k rizikovému chování, dále ke kriminalitě či závislostem. Autorka zdůrazňuje význam cílené metodické výchovy dětí a také důležitost správné volby trávení volného času s ohledem na osobnost a sociální zkušenosti dětí.

O volném čase se zmiňuje i Úmluva o právech dítěte, ve které se ve článku 31 píše: *„Státy, které jsou smluvní stranou úmluvy, uznávají právo dítěte na odpočinek a volný čas, na účast ve hře a oddechové činnosti odpovídající jeho věku, jakož i na svobodnou účast v kulturním životě a umělecké činnosti. Státy, které jsou smluvní stranou úmluvy, uznávají*

a zabezpečují právo dítěte na účast v kulturním a uměleckém životě a napomáhají k tomu, aby dětem byly poskytovány odpovídající a rovné možnosti v oblasti kulturní, umělecké, oddechové činnosti a využívání volného času“ (<https://www.zakonyprolidi.cz/cs/1991-104>).

Uvedení autoři i mezinárodní Úmluva o právech dítěte příkládají správnému využívání volného času velký význam. Díky metodickému vedení volného času můžeme nejen objevovat nové oblasti zájmů a příležitostí, ale i předcházet rizikovému chování dětí.

1.1 Definice volného času

Na pojem volný čas se můžeme dívat z různých pohledů. Uvedeme si proto několik autorů, kteří se snaží tento pojem vymezit.

„Volný čas je čas, kdy člověk nevykonává činnost pod tlakem závazků, jež vyplývají z jeho sociálních rolí, zvláště z dělby práce a nutnosti zachovat a rozvíjet svůj život“ (Hofbauer, 2004, s.13).

Můžeme zde také uvést pojetí Vážanského (2001), který popisuje dva hlavní směry v chápání pojmu volný čas. První je negativní vymezení a druhé pozitivní. Negativní pojetí volného času můžeme popsat jako dobu, která nám zůstane po splnění všech studijních, pracovních povinnostech, úkolech v domácnosti a po uspokojení fyziologických potřeb. Pozitivní vymezení je čas, se kterým můžeme nakládat svobodně podle našich představ a zájmů.

Podobně jako pozitivní vymezení volného času od Vážanského definuje volný čas Kratochvílová a kol. (2007, s. 109), která píše: *„Volný čas chápeme jako čas pro sebe, který zůstane člověku po splnění povinností na individuální seberealizaci podle vlastních potřeb a zájmů, kterými může disponovat na základě vlastního rozhodnutí a volby.“* Dále pak uvádí, že do volného času nezahrnujeme základní fyziologické potřeby (jídlo, hygiena a spánek), ani činnosti spojené s určitými povinnostmi (cesta do školy).

Hofbauer (2010) uvádí základní charakteristiky volného času, kterými jsou:

- a) diferencovanost a rozsáhlost volného času a jeho význam v životě člověka,
- b) aktivity a podmínky pro cílevědomé a úspěšné prožívání volného času,
- c) participace účastníka přispívající k výchově jedince,
- d) rozvoj člověka a jeho kultivaci ve společnosti.

Kratochvílová a kol. (2007) uvádí významné znaky volného času jako je svoboda a volnost. Zdůrazňuje možnost zvolit si činnosti podle vlastních potřeb a zájmů. Jde o subjektivní vnímání činnosti, se kterou se váže pojem „můžu“ a „chci“ a ne „musím“.

Opakem volného času jsou povinnosti. Ty člověk musí dělat bez ohledu na to, jestli chce, nebo ne. Do sféry povinností můžeme zařadit uspokojování základních biologických potřeb, péči o rodinu či domácnost. Děti ve školním věku chodí do školy a plní úkoly s ní spojené, dospělí potom plní činnosti vyplývající z jejich zaměstnání. Do této oblasti můžeme zařadit i ztrátový čas, který s výkonem povinnosti souvisí. Čas, který se nedá zařadit do volného času ani do povinnosti, protože ho jedinec vykonává rád, ochotně a zároveň z něj může mít i zisk, můžeme nazvat „polovolný“ čas, jedná se například o rybaření (Bendl, 2015).

Uvedli jsme si, co můžeme považovat za volný čas a co ne. Můžeme říct, že výše uvedení autoři se shodují v tom, že volný čas je doba, kdy můžeme vykonávat námi vybrané činnosti, které nám přinášejí radost a díky nim se můžeme realizovat.

1.2 Funkce volného času

V následující podkapitole se budeme zabývat funkcemi volného času. Uvedeme si několik autorů a zkusíme porovnat jejich názory a pohledy na danou problematiku.

Často citovaný v souvislosti s funkcemi volného času je Horst W. Opaschowski (in Vážanský, 2010; in Průcha a kol. 2013), který popisuje celkem osm funkcí:

- a) rekreace – potřeba zotavení, zbavení se zátěže všedního dne, psychické uvolnění, dostatek odpočinku a spánku,
- b) kompenzace – vyrovnání, rozptýlení, osvobození od sledování splněných cílů, bezstarostnost, užívání si života, odstraňování frustrací,
- c) edukace – potřeba učení, poznávání, rozvoj osobnosti,
- d) kontemplace – klid, hledání času pro sebe, smyslu života, nalézání identity a vědomí sebe sama, sebereflexe,
- e) komunikace – sdílení, vyhledávání sociálních vztahů, empatie láska, ztráta pocitu samoty,
- f) integrace – společnost, tvoření skupin, pocit bezpečí, společné zážitky, činnosti a hry s ostatními, emocionální jistota, plnění rituálů a tradic,
- g) participace – spolurozhodování, angažovanost, sociální sebepojetí, možnost pro vlastní iniciativu, účast na vývoji společnosti,
- h) enkulturace – kreativní rozvoj, účast na kulturním životě, řešení problémů, fantazie.

Jako dalšího zahraničního autora si uvedeme francouzského sociologa Rogera Sue (in Hofbauer, 2004), který popisuje tyto funkce:

- a) psychologická funkce – zahrnuje zábavu, osobní rozvoj, relaxaci,

- b) sociální funkce – socializace, vědomí příslušnosti k určité sociální skupině, potvrzení vlastní osobnosti,
- c) terapeutická funkce – zdravotní hledisko, prevence chorob, zdravý životní styl,
- d) ekonomická funkce – volný čas může pomoci uplatnit se v budoucí profesi, nebo zahrnuje výdaje na volnočasovou aktivitu.

Podobné funkce zmiňuje i slovenská autorka Kratochvílová (2004), která uvádí těchto pěti funkcí volného času:

- a) zdravotně hygienická funkce,
- b) seberealizační funkce,
- c) formativně výchovná funkce,
- d) socializační funkce,
- e) preventivní funkce.

Pávková (2014) zdůrazňuje důležitost výchovného působení ve volném čase a uvádí následující čtyři základní funkce:

- a) výchovně vzdělávací funkce – dítě by mělo svůj volný čas naplnit smysluplnými činnostmi, které vedou k jeho rozvoji psychické, fyzické i sociální stránce osobnosti a naplňování jeho potřeb. Dále by měl být kladen důraz na rozšiřování a prohlubování jeho zájmů, při sociální interakci s druhými, kdy dochází k rozvíjení schopností jedince, což je také velmi žádoucí,
- b) zdravotní funkce – volnočasové aktivity by měly podporovat zdravý způsob života, například dostatek pohybu, vyváženost mezi odpočinkem a rekreací a aktivními činnostmi, zdravé stravování, zautomatizování hygienických návyků. Velmi žádoucí je naučit se psychohygieně a snaha o vytváření pohodového klimatu v sociálním prostředí,
- c) sociální funkce – dítě se ve svém volném čase setkává s druhými lidmi a má možnost navazovat přátelství, učit se rozlišovat autoritu, naučit se přijímat odlišnosti, komunikovat, vyjádřit své potřeby, dostává se do různých situací, kdy si může vyzkoušet nové sociální role a vlivem těchto faktorů dochází k sociálnímu učení,
- d) preventivní funkce – dítě, které se pravidelně věnuje svým zájmům a umí správným způsobem využívat svůj volný čas, je mnohem méně ovlivněno rizikovým chováním, jako například záškoláctví, šikana, gamblerství, zneužívání návykových látek, kyberšikana, krádeže, lhaní, různé druhy závislostí, vandalismus, agresivita, rasismus apod. Volný čas zde hraje roli nespécifické primární prevence, která je velmi efektivní a méně náročnější než sekundární a terciální prevence rizikového chování.

Uvedli jsme si vymezení funkcí volného času od některých českých i zahraničních autorů a můžeme říct, že často je zmiňovaný sociální aspekt volného času. Při interakci s druhými lidmi můžeme smysluplně trávit svůj volný čas a zlepšovat se v sociálních dovednostech. Všichni autoři pod určitým pojmem zmiňovali zdravotní funkci, která má velký vliv na naši duševní a psychickou pohodu. Mezi další často uvedené funkce patří seberealizace, kdy můžeme posouvat hranice naší komfortní zóny a osobnostně růst. S tím úzce souvisí edukační nebo výchovně vzdělávací funkce, díky které můžeme zjišťovat a objevovat nové informace a uplatňovat je v každodenním životě.

1.3 Faktory ovlivňující volný čas

Abychom kvalitně a efektivně mohli trávit náš volný čas, je dobré znát činitele, kteří volný čas ovlivňují a měli bychom je při výběru volnočasových aktivit brát v úvahu.

Spousta (1994) vymezuje tyto činitele ovlivňující volný čas:

- a) věk – v každém věku se trávení volného času liší. Dítě v předškolním věku nerozlišuje hraní a práci, dítě ve školním věku pak chápe domácí úkoly jako povinnosti a těší se na sobotu a neděli, kdy má prostor trávit čas podle sebe. V období puberty pak dochází u dítěte k zaměření ke konkrétním zájmům, adolescent se snaží o seberealizaci, která nemusí být vázána na školní prostředí. Mezi třicátým a čtyřicátým věkem dochází k orientaci na úspěch v práci, peníze a na zájmy často na úkor času tráveného s rodinou. Od čtyřiceti do padesáti se rozšiřují obzory a jedinec touží cestovat, něco nového poznat a zažít. Mezi padesátým a šedesátým rokem jedinec přemýšlí o svém životě a o tom, co vykonal a mělo to smysl. Po šedesátém roce je volný čas omezen různými nemocemi, mizí touha. Po sedmdesátém roce dochází k únavě z práce i koníčků, po osmdesátém roce se jedinec vyrovnává se samotou,
- b) pohlaví – ženy a muži prožívají svůj volný čas jiným způsobem. Ženy i přes péči o děti si najdou čas na sebe a ve stáří tráví volný čas s ostatními ženami, zatímco muži raději pobývají v garážích, věnují se koníčkům nebo jiné činnosti,
- c) fyzická kondice a zdravotní stav – ve společnosti nacházíme sportovně založené jedince, ale i jedince obézní. Obezita vzniká nesprávnou životosprávou, stresem, náhradním uspokojením svých potřeb, rychlým životním tempem. Můžeme říct, že jedinci, kteří se starají o svou fyzickou kondici a zdravotní stav jsou výkonnější a spokojenější,
- d) psychická kondice – je dána temperamentem, inteligencí, aktivitou, energičností a souvisí s fyzickou kondicí,

- e) profesionální zakotvení a příslušnost ke společenské vrstvě – jiným způsobem bude trávit svůj volný čas lékař a manuálně pracující občan. Lékař se spíše postará o trávnick na zahradě a bude pečovat o květiny, zatímco manuálně pracující občan si raději zajde například do hospody. Každá profese dává různý prostor pro trávení volného času. O nedostatku volného času mluví studenti, vědci, podnikatelé či politici. Volný čas ovlivňuje i místo, kde jsme vyrůstali. Například lidé z rovin touží po horách a lidé z vesnic chtějí žít ve městech, to platí i obráceně.

Vyhnálková (2013) uvádí, že faktory ovlivňující volný čas můžeme dělit na vnitřní (endogenní) a vnější (exogenní). Vnitřní faktory vycházejí z naší osobnosti, zatímco za vnější faktory můžeme považovat ty, které jsou na naší osobě nezávislé. Uvádí následující příklady:

- a) vnitřní faktory – demografické charakteristiky (věk, pohlaví), zdravotní stav a fyzické možnosti, psychické charakteristiky.
- b) vnější faktory – rodina, vrstevnická skupina, místo bydliště, celospolečenské podmínky, masmédiá

Hofbauer (2010) také rozděluje faktory, které ovlivňují volný čas, a to na objektivní a subjektivní:

- a) objektivní faktor – prostředí (veřejné prostory obcí, různá zařízení apod.) a činnosti ve volném čase (hry, oddechové aktivity či zájmové činnosti), prostřednictvím kterých se výchovní pracovníci snaží o pozitivní rozvoj osobnosti jedinců, převážně jejich zájmů a talentů. Důležité je i zajistit preventivní ochranu před rizikovým chováním či společenským vyloučením, kompenzací handicapů a uskutečňování výchovně-vzdělávacích cílů.
- b) subjektivní faktory – osobnost a odbornost vychovatelů, rodičů či pedagogických pracovníků (subjektů), kteří se podílejí na výchově dětí, dále vztahy mezi vychovávajícími subjekty navzájem a jejich vztah k dětem. K subjektivním faktorům řadíme i věk jedince, který v rámci volného času prostupuje celý jeho život od útlého dětství až po stáří.

Kratochvílová a kol. (2007) uvádí, podobně jako již zmiňovaní autoři, že klíčový faktor ovlivňující volný čas je osobnost jedince (věk, temperament, pohlaví, zájmy, zdravotní stav), dále sociální prostředí (zda má dítě dobré zázemí v rodině, dostupné možnosti, správné vzory v jeho okolí, motivující podněty). Za další významný faktor můžeme považovat i to, jakým směrem je dítě orientováno a na co se zaměřuje. Zvláště pak jeho hodnoty, kterými se řídí a v neposlední řadě bychom měli brát v úvahu jeho vnitřní motivaci. Všechny tyto faktory nějakým způsobem ovlivňují volnočasové aktivity a je potřeba s nimi umět pracovat.

Můžeme vidět, kolik různých faktorů působí na trávení volného času. Většina zmiňovaných autorů uvedla jako činitele věk jedince, pohlaví, zdravotní stav a sociální prostředí. Když známe všechny tyto činitele, je pro nás snadnější volit pro děti správné volnočasové aktivity.

2 Pedagogika volného času

V následující kapitole nahlédneme na základy pedagogiky volného času. Vymezíme si pojem, její předmět a hlavní cíle, abychom lépe porozuměli významu pedagogického ovlivňování volného času.

V pedagogickém slovníku je definována pedagogika volného času jako disciplína pedagogiky, která se zabývá výchovnými a vzdělávacími prostředky a jejich působení na děti, dospívající i dospělé a také na možnosti rozvoje osobnosti. Poslední dobou se stává významnější, díky rostoucímu množství volného času, který ne vždy dokáže jedinec smysluplně využít. Vlivem negativního působení masmédií, může docházet k manipulaci a ztrátou svobodné volby trávení volného času. Zároveň pocitem nudy může být jedinec ohrožen rizikovým chováním (zneužívání návykových látek, delikvence, agrese, vandalismus apod.) Těmto negativním vlivům se pedagogika volného času snaží předcházet. (Průcha a kol., 2013)

Předmětem pedagogiky volného času je výchova, dále se zabývá cíli, podmínkami i prostředky výchovy ve volném čase a pedagogickým ovlivňováním či zhodnocováním volného času. Hledá možnosti osobního růstu a rozvoje osob ve všech věkových kategoriích. V neposlední řadě nabízí metodické postupy i praktické doporučení pro realizaci výchovy ve volném čase. Úzce souvisí s obecnou pedagogikou, sociální pedagogikou, speciální pedagogikou, didaktikou, dějinami pedagogiky i s obecnou psychologií či vývojovou psychologií (Bendl, 2015).

Pedagogika volného času si bere za cíl motivovat jedince ke správnému využívání volného času s ohledem na jeho možnosti a schopnosti. Nabízí mu i vhodné podmínky pro trávení volného času. Dále dbá na to, aby byl zachován rozumný poměr mezi volným časem a výchovou, která má za úkol vést jedince ke správným hodnotám. Mezi nejoblíbenější aktivity ve volném čase můžeme zařadit sport a oblast kultury a umění (Kratochvílova a kol. 2007).

2.1 Tři terminologické přístupy k pedagogice volného času

V této podkapitole si pro ujasnění vymezíme tři různé terminologické přístupy, se kterými se setkáváme v souvislosti s pedagogikou volného času a které stále jsou, nebo v minulosti byly uváděny v odborné literatuře.

V evropských zemích se především v druhé polovině minulého století začaly uplatňovat tři základní přístupy k výchovnému zhodnocování volného času osob od dětského věku až po stáří. Tento vývoj pojetí zahrnuje dnes již zastaralý přístup, který vymezuje výchovu mimotřídní, mimoškolní a mimo vyučovací. Druhý přístup navazuje na německé osobnosti

pedagogiky volného času a snaží se definovat cíle pedagogiky volného času jako výchovu ve volném čase, výchovu prostřednictvím volného času a výchovu k volnému času. Třetí pojetí rozlišuje výchovu formální, neformální a informální. V následujících odstavcích podrobněji popíšeme tato terminologická vymezení (Hofbauer, 2010).

Pojmy mimotřídní a mimoškolní výchova můžeme najít ve starší odborné literatuře. Mimotřídní výchovou (angl. out-of-class activity) se rozumí aktivity pořádané školou nad rámec vyučování například školní výlety, besídky nebo sportovní dny. Zatímco mimoškolní výchovu (angl. out-of-school, extra-school activity) můžeme chápat jako aktivity pořádané jinými subjekty než školou například aktivity střediska volného času nebo občanského sdružení. Oba pojmy se vyvíjely v předválečném období, používaly se v tehdejším Sovětském svazu a zdůrazňovaly institucionální zřetel. Postupem času se od těchto pojmů ustupovalo. Jeden z důvodů byl, že výchova mimo třídy a školy by měla být zahrnuta do vzdělávacího plánu, aby se škola otevírala novému prostředí i většímu propojení s praxí. Dnes jsou pojmy mimotřídní výchova a mimoškolní výchova nahrazeny pojmem výchovou mimo vyučování (Bendl, 2015; Hofbauer, 2004).

Druhý terminologický přístup vymezuje Hájek (2010):

- a) výchova ve volném čase je charakteristická tím, že jedinec se může svobodně rozhodovat při výběru volnočasové aktivity, při které se ho snažíme metodicky vést,
- b) výchova prostřednictvím volného času klade důraz na individuální působení na jedince vlivem různých sdružení, zařízení nebo medií,
- c) výchova k volnému času nás vede k uvědomění si hodnoty volného času a vedení k vhodné volbě jeho trávení, díky tomu může jedinec rozvíjet své dovednosti a schopnosti a prospívat sobě i společnosti.

Třetím terminologickým vymezením je výchova formální, informální a neformální. Výchova formální (angl. formal education) se uskutečňuje ve školách nebo v odborných vzdělávacích zařízeních. Účastní se jí děti od nástupu do první třídy i studenti vysokých škol. Výchovu informální (angl. informal education) můžeme chápat jako neorganizované a často nezáměrné působení na jedince prostřednictvím každodenního kontaktu s rodinou, vrstevníky, dále prostřednictvím různých medií a sociálních sítí. Neformální výchova (angl. neformal education) je realizována prostřednictvím svobodného a dobrovolného rozhodnutí jedince se účastnit určité aktivity, rozvíjí sociální dovednosti, dále schopností i znalostí, které později využívá v praxi. Neformální výchova probíhá ve volném čase a je zde prostor na výchovné působení na jedince, které ho může formovat. Výchova formální, informální i neformální by měla být v souladu, doplňovat se a být přístupná všem mladým lidem (Hofbauer 2010).

Díky tomuto terminologickému vymezení se můžeme lépe orientovat v pojmech zastaralých i aktuálních. Je pravděpodobné, že v následujících letech dojde k novější terminologii, která bude reagovat na vývoj naší společnosti.

2.2 Realizace volnočasových aktivit

Cílem této podkapitoly je seznámit čtenáře s teoretickými poznatky, které popisují prostředí volnočasových aktivit, význam pedagogického ovlivňování volného času i chápání školy jako jednoho z hlavních zprostředkovatelů volnočasových aktivit mládeži. Na závěr si uvedeme několik paradoxů v trávení volného času dětí.

Hofbauer (2010) uvádí dva druhy prostředí, ve kterém se volnočasové aktivity uskutečňují. Jde o přírodu a sociální prostředí. Zdůrazňuje důležitost trávení volného času v přírodě, kde se mohou uskutečňovat výchovně-vzdělávací aktivity, které učí respektu k přírodě a ekologickému způsobu života se snahou co nejméně zatěžovat životní prostředí, které je pro nás zdrojem obživy. Činnosti v přírodě se mohou realizovat mnoha způsoby, například formou tradičních, spontánních i organizovaných aktivit, které obohacují naše vědomosti i zkušenosti. Konkrétními aktivitami jsou myšleny vycházky nebo putovní či stálé tábory, při kterých se nejen získává základní přehled o pobytu v přírodě, ale i dochází ke zlepšení fyzické odolnosti účastníku a budují se mezilidské vztahy. Za sociální prostředí považujeme prostředí rodiny, školy, volnočasových zařízení, různých sdružení apod. V tomto prostředí se jedinec setkává s účastníky různého věku, sociálního postavení i charakteru. Je vhodné, aby jedinci v sociálním prostředí byli výchovně vedeni, aby se předcházelo rizikovému chování.

Velký význam pedagogickému ovlivňování volného času připisuje Pávková (2014), která chápe školu jako koordinátora volnočasových aktivit. Škola primárně zajišťuje základní vzdělání, ale má také velký význam při vedení žáků ke správnému využívání volného času. Zajišťuje velký výběr volnočasových aktivit nad rámec vzdělávání k prohlubování vědomostí, rozšiřování zájmů a zlepšování schopností a dovedností žáků a studentů. Je zde široká nabídka pro efektivní využívání volného času. Žáci nebo studenti se mohou díky včasné a dostatečné informovanosti dostat k nejrůznějším druhům volnočasových aktivit. Díky nim se může žák zlepšovat a vynikat znalostmi při výuce a získávat zkušenosti pro budoucí povolání. Mezi nabízené činnosti mohou patřit pohybové aktivity, esteticko-výchovné obory, cizí jazyky i zaměření na profesní orientaci. Specifickou úlohu zde mají základní umělecké školy, které nabízí obory hudební, výtvarné, literárně dramatické nebo taneční. Tyto činnosti jsou realizovány nejčastěji formou kroužků, které vede vychovatel, rodič nebo učitel. Sám učitel by

měl být ostatním příkladem v plnění povinností i v trávení volného času a měl by také mít přehled o volnočasových aktivitách svých žáků.

Na jedné straně máme děti, které mají spoustu volného času, ale rodiče jim nevěnují dostatečnou pozornost a ony jsou ohroženy rizikovým chováním, které může vzniknout z nudy a na straně druhé máme děti, které hned po škole mají nějaký kroužek a spoustu dalších pravidelných aktivit, a tím jsou přetěžovány. Jedná se o paradox dnešní doby. Jako další příklad můžeme uvést vesnické prostředí, odkud není jednoduchý přístup k institucím poskytujícím volný čas a město, kde je nadbytek takových institucí, ale ne vždy o ně je projeven dostatečný zájem. Třetí paradox souvisí s finančním rozpočtem. Děti ze sociálně slabších rodin si vždy nemohou dovolit finančně náročné koníčky, zatímco děti z bohatších rodin mohou mít i dražší koníčky, ale často jim chybí pozornost rodičů, kteří na ně kvůli práci nemají čas (Vyhnálková, 2013).

Seznámili jsme se s několika postřehy autorů, které nám mohou pomoci v realizaci volnočasových aktivit. Je potřeba brát v úvahu prostředí, ve kterém se aktivita odehrává, dále správné pedagogické vedení, abychom využili potenciál volného času. V neposlední řadě je dobré znát jedince, jeho zájmy a schopnosti. Na základě těchto informací můžeme nabízet vhodné činnosti v rámci jeho časových možností, aby nebyl přetěžován, ale ani v oblasti volného času zanedbáván.

3 Přehled školských výchovných zařízení, podílející se na výchově ve volném čase

Školská výchovná zařízení mají významný podíl na volnočasových aktivitách dětí, proto jim budeme věnovat celou kapitolu. Díky těmto zařízením mohou děti smysluplně a pod pedagogickým vedením trávit svůj volný čas.

Pojem školské výchovné zařízení vymezuje školský zákon a úkoly jednotlivých zařízení určují příslušné vyhlášky, tato zařízení si následně vypracovávají svůj vlastní školní vzdělávací program (Pávková, 2014).

Hájek (2010) rozděluje školská výchovná zařízení, která se podílejí na výchově ve volném čase, do těchto tři skupin:

- a) školská zařízení pro zájmové vzdělávání
- b) školská výchovná a ubytovací zařízení
- c) školská zařízení pro ústavní a ochranou výchovu

V následujících podkapitolách si jednotlivá školské zařízení podrobněji popíšeme.

3.1 Školská zařízení pro zájmové vzdělávání

Podle vyhlášky č. 74/2005 Sb. o zájmovém vzdělávání máme tři typy zařízení pro zájmové vzdělávání: středisko volného času, školní klub a školní družina.

- a) Středisko volného času se zaměřuje na více oblastí, nebo konkrétní oblast zájmového vzdělávání. Může poskytovat metodickou a odbornou pomoc účastníkům zájmového vzdělávání i školám a školským zařízením. Ředitel stanovuje organizační členění vnitřním předpisem. Středisko volného času může vykonávat činnost i ve dnech, kdy neprobíhá školní vyučování. Účastníci jsou žáci, studenti, pedagogičtí pracovníci i další osoby bez ohledu na místo bydliště či jiné podmínky. Středisko volného času má tyto typy:
 - dům dětí a mládeže, který uskutečňuje činnost ve více oblastech zájmového vzdělávání,
 - stanice zájmových činností, která se zaměřuje na jednu oblast zájmového vzdělávání.
- b) Školní klub poskytuje zájmové vzdělávání žákům jedné nebo i několika škol. Stejně jako středisko volného času může poskytovat činnosti i o prázdninách. Kromě spontánních činností nabízí pravidelné nebo příležitostné zájmové, výchovné, rekreační

nebo vzdělávací aktivity a také možnost přípravy na vyučování. Činnosti klubu jsou přednostně určeny žákům druhého stupně ZŠ a žáky nižšího stupně šestiletého nebo osmiletého gymnázia.

- c) Školní družina poskytuje zájmové vzdělávání jedné nebo několika škol, případně i dětem v přípravné třídě. Provoz školní družiny je ve dnech školního vyučování i o školních prázdninách, pokud ředitel nepřeruší činnost. Nabízí spontánní a odpočinkové aktivity, pravidelné nebo příležitostné zájmové, výchovné, rekreační nebo vzdělávací činnosti a také možnost přípravy na vyučování. Družina je přednostně určena žákům prvního stupně.

Zájmové vzdělávání může uskutečňovat formou vzdělávacích, zájmových či tematických rekreačních činností, dále se zaměřuje na táborové činnosti a osvětové činnosti včetně poskytování informací jedincům, které vedou k prevenci rizikového chování a výchovou k dobrovolnictví. Zájmové vzdělávání může být realizováno formou pravidelnou, nepravidelnou či příležitostnou a snaží se o vytváření podmínek pro rozvoj nadání dětí, žáků a studentů (Vyhnálková, 2013).

3.2 Školská výchovná a ubytovací zařízení

Školská výchovná a ubytovací zařízení jsou ukotvena ve vyhlášce č. 108/2005 Sb. o školských výchovných a ubytovacích zařízeních a školských účelových zařízeních. Za školská výchovná zařízení považujeme domovy mládeže, internáty a školy v přírodě.

- a) Domovy mládeže jsou určeny studentům středních škol nebo vyšších odborných škol, pro které je každodenní dojíždění do navštěvované školy problematické nebo bydlí daleko. Domov mládeže plní funkci ubytovací, zajišťuje stravu, výchovně-vzdělávací činnosti a poskytuje podmínky pro studium a přípravu na vyučování. Vychovatelé v domovech mládeže se snaží o zprostředkování volnočasových aktivit studentům a smysluplné využití jejich volného času s ohledem na jejich zájmy, schopnosti a časové možnosti.
- b) Internáty mají podobnou funkci jako domovy mládeže, také zajišťuje ubytování, stravování, výchovně-vzdělávací činnosti žákům škol zřízených pro děti a žáky uvedené v paragrafu 16 odst. 9 školského zákona. Je zde kladen důraz na pedagogické ovlivňování volného času, nabízí odpočinkové, rekreační činnosti i příležitostné, pravidelné či spontánní aktivity na principu dobrovolnosti.
- c) Školy v přírodě jsou pobyty a vzdělávání žáku mateřských škol nebo žáků základních škol ve zdravotně příznivém prostředí. Výuka podle rozvrhu není přerušena, je však

přizpůsobena podmínkám, ve kterých je škola v přírodě realizována. Dochází k získávání poznatků o přírodě vlastní zkušeností formou zábavných činností. Jsou zde plněny funkce výchovně vzdělávací, zdravotně-hygienické, sociální a preventivní (Bendl, 2015).

3.3 Školská zařízení pro výkon ústavní a ochranné výchovy

Ústavní a ochranná výchova je ukotvena v zákoně č. 109/2002 Sb. o výkonu ústavní výchovy nebo ochranné výchovy ve školských zařízeních a o preventivně výchovné péči ve školských zařízeních a o změně dalších zákonů.

Hlavní účel ústavní a ochranné výchovy je zajistit řádnou výchovu a vzdělání osobám ve věku od 3 do 18 let, nejdéle však do 26 let prostřednictvím smlouvy uzavřené mezi klientem a zařízením. Osoba je umístěna do ústavní nebo ochranné výchovy na základě rozhodnutí soudu v zájmu jeho zdravého vývoje. Zaměstnanci zařízení se snaží o spolupráci s rodinou, pomáhají při záležitostech, které se týkají dítěte, také poskytují rodinné terapie a podporují rodičovské a další dovednosti pro správnou výchovu dítěte. Zařízení se podílí na podpoře při přechodu dítěte zpět do rodiny nebo do náhradní rodinné péče. Dětem v těchto zařízeních je poskytováno stravování, ubytování, ošacení. Dále školní potřeby a náklady na vzdělání, dopravu do školy, úhrada nákladů na zdravotní služby, léčiva. Děti dostávají kapesné ve výši odpovídající jejich věku. Dětem jsou také hrazeny potřeby pro využití volného času a rekreaci, náklady na kulturní, uměleckou, sportovní a oddechovou činnost, náklady na soutěže a také dopravu k osobám, které zodpovídají za výchovu. Základní jednotkou v zařízení je výchovná skupina (v diagnostickém a výchovném ústavu) nebo rodinná skupina (v dětském domově a v dětském domově se školou). V rodinné skupině v dětském domově může být nejvíce 8 a nejméně 6 dětí různého věku a pohlaví. Zároveň je žádoucí, aby sourozenci byli spolu. V jedné budově dětského domova může být 2 až 6 rodinných skupin (zákon č.109/2002 Sb.).

V ČR máme 4 typy zařízení, ve kterých se vykonává ústavní nebo ochranná výchova, jedná se o diagnostický ústav, dětský domov, dětský domov se školou a výchovný ústav.

- a) Diagnostický ústav je zařízení, do kterého jsou umísťovány děti s nařízeným předběžným opatřením, nařízenou ústavní nebo uloženou ochrannou výchovu. Plní funkci diagnostickou formou pedagogického a psychologického vyšetření. Mezi další funkce patří funkce vzdělávací, terapeutická, organizační, koordinační. Diagnostický ústav provádí komplexní vyšetření, na základě kterého zpracovává diagnostickou zprávu, ve které se uvádí návrh specifických výchovných a vzdělávacích potřeb. Dítě by nemělo být umístěno v diagnostickém ústavu déle než 8 týdnů. Děti, které ukončily

povinnou školní docházku navštěvují diagnostické třídy, které jsou součástí ústavu a připravují se na své budoucí povolání.

- b) Dětský domov plní funkci výchovnou, vzdělávací a sociální. Navštěvují ho děti bez závažných poruch chování z dysfunkčního rodinného prostředí, děti dlouhodobě nemocných rodičů nebo děti osiřelé, které nemohou být osvojeny ani svěřeny do pěstounské péče. Do dětského domova jsou též umísťovány i nezletilé matky se svými dětmi.
- c) Dětský domov se školou slouží pro děti, které mají závažné poruchy chování, pokud vyžadují pro svou trvalou nebo přechodnou duševní poruchu výchovně léčebnou péči, nebo nezletilé matky s dětmi, které nemohou být vzdělávány ve škole. Jsou zde umísťovány děti od 6 let do ukončení povinné školní docházky. Pokud v průběhu pobytu v dětském domově se školou pominou důvody pobytu, je dítě posláno do dětského domova. Pokud se po ukončení školní docházky nemůže vzdělávat na střední škole, je přerazeno do výchovného ústavu.
- d) Výchovný ústav je pro děti se závažnými poruchami chování nad 15 let, kterým byla nařízena ústavní nebo uložena ochranná výchova. Ve výjimečném případě zde může být umístěno i dítě starší 12 let, pokud vykazuje velmi závažné poruchy chování, pro které nemůže být v dětském domově se školou. Funkce ve výchovném ústavu jsou převážně výchovné, vzdělávací a sociální (Pávková, 2014; zákon č.109/2002 Sb.).

Uvedli jsme si typy školských výchovných zařízení a snažili se je popsat a specifikovat jejich funkce. Jedinec může navštěvovat více těchto školských výchovných zařízení. Jako příklad můžeme uvést dítě z dětského domova navštěvující školní družinu. Jednotlivá zařízení by měla spolu navzájem spolupracovat, plnit své cíle a snažit se o blaho dítěte.

4 Děti mladšího školního věku

V této kapitole se pokusíme charakterizovat z pohledu několika českých i zahraničních autorů dítě mladšího školního věku, které odpovídá věku 6–7 let do 11 let. K tomu využijeme poznatky z vývojové psychologie. V navazujících podkapitolách si uvedeme specifika dětí mladšího školního věku v souvislosti s volným časem a také si přiblížíme dítě v prostředí dětského domova. Kapitulu o dětech mladšího školního věku do bakalářské práce zařazují vzhledem k zaměření praktické části.

Období mladšího školního věku začíná nástupem do školy, kde se dítě setkává s novým prostředím a snaží se mu přizpůsobit. Zde také získává nové sociální role a musí plnit povinnosti, které jsou následně hodnoceny. V tomto období dochází ke zdokonalování senzomotorické koordinace i výkonosti. Zlepšuje se hrubá i jemná motorika. Dítě je schopno využít záměrné paměti a pozornosti, což je pro školní docházku nezbytné (Novotná a kol., 2004). Začíná nová fáze života dítěte, společnost od něj očekává plnění určitých úkolů a škola se na několik let stane místem, ve kterém se bude rozvíjet jeho osobnost a určovat jeho směřování (Vágnerová, 2012).

Období mladšího školního věku je také charakterizováno pojmem „střízlivý realismus“, kdy na rozdíl od mladších dětí nejsou děti školního věku ve svém myšlení a jednání ovlivněni svými představami a přáními, ale orientují se na realitu takovou, jaká je. Můžeme to vidět ve slovním projevu dětí, v kresbě, ve hře i v zájmech. Jednoduše by se dalo říct, že dítě se v tomto věku snaží pochopit svět takový, jaký opravdu je (Langmaier, 2006).

Můžeme říct, že se jedná o nejstabilnější úsek v dětském vývoji, podmínkou je zdravé a přirozené zázemí. (Šimíčková–Čížková, 2013) Význam prostředí, ve kterém dítě vyrůstá. zdůrazňuje i Vágnerová (2012) když říká, že dítě je v interakci s lidmi, neživými objekty i symboly a nějak na ně reaguje. Tyto interakce pak utvářejí složky osobnosti dítěte na významné úrovni, proto je potřeba zprostředkovat kvalitní zkušenost s těmito interakcemi z prostředí.

Známý švýcarský filozof a vývojový psycholog Jean Piaget (2007) se zabýval kognitivním vývojem dětí a určil následující 4 vývojová stádia. První se nazývá senzomotorické stádium, které trvá od narození do 2 let, druhé je předoperační stádium, které trvá přibližně od 2 do 7 let. Pro tuto kapitolu je však podstatné třetí stádium konkrétních operací, které se vymezuje věkem od 7 do 12 let a je charakterizováno jako období vývoje, kdy dítě zvládá logicky přemýšlet o konkrétních událostech, pochopí počet, sčítání i odčítání, zachování množství i hmotnosti. Poslední čtvrté období je stádium formálních operací, které

obvykle přichází ve 12 letech, kdy dítě rozumí začíná rozumět abstrakci, do té doby u něj převládá konkrétní myšlení.

V souvislosti s dětmi mladšího školního věku je také dobré zmínit Eriksona (2002). V kapitole Osm věků člověka popisuje jednotlivé etapy lidského života a krize, které ho provází. Po překonání dané krize se posune do dalšího období a musí čelit novým výzvám. Období mladšího školního věku spadá do 4. etapy. Ta otevírá téma snaživost oproti pocitu méněcennosti. Vstupem do školy začíná nová životní etapa, která připravuje dítě na budoucí životní role. Vyrábí věci, a tím se učí získávat uznání druhých, vytváří v sobě pocit snaživosti. Získává základní vzdělání zaměřené pro široké pracovní uplatnění. Dítě se v tomto období může setkat s pocitem méněcennosti a nedostatečnosti. Hodnotí samo sebe podle vykonané práce. Proto je důležitá společnost, která dítěti dává příležitost porozumět významným rolím a zároveň se učí dělat po boku ostatních a spolu s nimi. Důležité je také, jak dítě chápe odlišnosti od ostatních, zda nehodnotí sebe jako méněcenného, pokud se tak stane, omezí tím horizont svých schopností a dovedností. Práci pak vnímá jako jediný ukazatel své hodnoty.

Vymezili jsme si období mladšího školního věku. Můžeme říct, že se jedná o období, kdy se dítě ocitá v novém školním prostředí a s tím se pojí spousta nových očekávání, výzev a povinností. Dítě by toto období mělo vnímat jako příležitost učit se novým věcem a být motivováno k učení a přijímáním nových informací.

4.1 Specifika období mladšího školního věku v souvislosti s volným časem

V každém období života upřednostňujeme jiné možnosti trávení volného času a aktivity v něm uskutečňované. V následující kapitole se nebudeme zabývat všemi věkovými kategoriemi, ale zaměříme se pouze na děti mladšího školního věku a specifika související s volným časem těchto dětí.

Pro dítě v období mladšího školního věku je důležitý pohyb, aby došlo k uvolnění psychického napětí ze školního prostředí. Dítě poznává různé druhy sportů a rádo se jim věnuje. Motivace k dobrému výkonu přichází podobou pochvaly, dobré známky, povzbuzení, úsměvu nebo doteku. Také pedagogika zážitku je pro dítě v tomto věku své místo. Dítě rádo chápe souvislosti, poznává vlastnosti jevů, je pozorné, vytrvalé a zvědavé. Nechce jen pasivně přijímat informace, ale touží po prožitku. Také dochází k rozvoji řeči, každé dítě má jinou slovní zásobu, skladbu řeči i výslovnost. Představivost dosahuje u mladšího školáka vrcholu, vlivem školní práce se rozvíjí záměrná i úmyslná představivost. Dokáže rozlišit realitu od fantazie, zároveň se ke světu představ rádo vrací v četbě nebo ve hře (Šimíčková–Čížková, 2013).

Hra je v mladším školním věku významnou činností. Hra se stává složitější a reálnější a v dětech se probouzí soutěživost. Avšak v dnešní době dítě dává přednost spíše pasivnějšímu trávení volného času například u televizních pořadů nebo u počítačových her před aktivním zapojením (Novotná a kol., 2002).

Na druhou stranu Šimíčková–Čížková (2013) popisuje dítě v tomto období jako extrovertní, soutěživé a vytvářející si nové vztahy s vrstevníky. Dále uvádí, že pro zdravý vývoj osobnosti je důležitá hra. Typy her mohou být konstruktivní, pohybové, soutěživé i společenské se stále složitějšími pravidly. Chlapci se při hře odlišují od děvčat větší originalitou a tvořivostí, zato jsou agresivnější a hlučnější. Děvčata dávají přednost stereotypnosti, konformitě a jsou při hře klidnější. Hra má význam jak diagnostický, terapeutický tak i relaxační. Vhodná je i pro školní prostředí a pro uvolnění atmosféry. Dítě v období mladšího školního věku dokáže vyjádřit nebo potlačit své pocity a emoce s ohledem na své okolí. Nedá se tvrdit, že by dítě v tomto věku mělo pevnou hodnotovou orientaci, také sociální kontrola je závislá na situaci či autoritě. Až později kolem 8. roku je schopno samo rozeznat co je správné a nesprávné jednání. Sebepojetí je částečně utvářeno okolím (rodiči, vrstevníky, učiteli), ale z části se socializuje i samo.

V tomto období je kladen velký důraz na sociální vztahy, které se tvoří nejen ve školním prostředí, ale i ve volném čase. Interakce s vrstevníky je nedílnou součástí života dítěte. Vznikají kamarádství zvláště v dívčích a chlapeckých skupinách, jedinec se učí prosadit svůj názor nebo ustoupit ze svých požadavků pro dobro ostatních. V některých případech se mohou objevit první výchovné obtíže, které souvisí se vztahy s vrstevníky (Bendl, 2008).

Mohli bychom říct, že zájmy dítěte se začínají utvářet už v tomto období, kdy jsou už zjevné jeho schopnosti a dovednosti. Zájmy v tomto věku mají spíše přechodný charakter. Dítě jednoduše zkouší, poznává, vybírá. Zájmová aktivita je však velmi důležitá pro rozvoj osobnosti a může i kompenzovat výkonové či sociální neúspěchy (Šimíčková–Čížková, 2013).

Podle uvedených autorů děti v období mladšího školního věku jsou ještě hravé, potřebují pohyb a vytváří vztahy s vrstevníky a soutěží s nimi. Na děti jsou ve škole každým rokem kladeny vyšší nároky, aby je zvládaly, potřebují kvalitní trávení volného času.

4.2 Dítě mladšího školního věku v dětském domově

V následující podkapitole se zaměříme na dítě, které nemohlo z jakýchkoliv důvodů zůstat s biologickými rodiči a bylo umístěno do dětského domova. Zaměříme se na důvody umístění v dětském domově, jak se může dítě v novém prostředí dětského domova projevovat, dále se pokusíme popsat práci vychovatele a význam činností pro děti z dětského domova.

Děti se ocitají v dětském domově, pokud není v dané situaci jiné řešení (náhradní rodinná péče). Často tyto děti pocházejí z traumatického prostředí nebo byly nechtěně svými rodiči. Nezřídka jsou zde i děti, které dobrovolně odešly z biologicky nefunkčních rodin a jsou rády za možnost vyrůstat v bezpečí dětského domova. Někdy si tyto děti nesou nálepku, že „vyrůstají pro kriminál“. Vychovatelé se je však snaží vést k samostatnému životu a motivovat ke správnému životnímu stylu, i přes všechno, co si zažily (17.2. 2021 <https://www.dejmedetemsanci.cz/3/about-us/880/jak-je-to-s-detmi-z-detskych-domovu.html>).

V prvním období pobytu dítěte v dětském domově mohou nastat problémy v oblasti adaptace na nové prostředí. Důvodem může být neadekvátní reakce na výchovné požadavky a nedůvěřivost ze strany dítěte. V citové oblasti se může projevit střídání nálad, lítostivost, plačtivost, neklid, úzkost, nebo naopak agresivní projevy v chování. Z počátku je dítě nesamostatné, obtížně se zapojuje do společných aktivit i běžných činností. Dítě často pochází z nepodnětného nebo dysfunkčního prostředí, ze kterého si nese nesprávné návyky a negativní vlastnosti. Důležité je proto posilovat kladné stránky osobnosti, motivovat a posilovat schopnosti a důvěru v novém prostředí a k novým lidem. Při opoždění v rozumových schopnostech, které se projevují školními výsledky, má vychovatel dohlížet na systematickou přípravu na vyučování. Možností na přípravu na vyučování je mnoho, nemusí se jednat jen o písemnou a ústní formou, ale také didaktickými hrami, při vycházkách, návštěvách výstav či divadla a sledování vhodných televizních pořadů (Pávková, 2014).

Práce vychovatele v dětském domově je proto velmi náročná. Kromě pomoci při studijních povinnostech dítěte má také nezanedbatelný význam na výchově k samostatnému životu, zvládání osobní hygieny, dohlížení na pořádek v osobních věcech i ve společných prostorech, vykonávání práce jako je praní, žehlení, úklid, nákupy apod. Do oblasti výchovy mimo vyučování v dětských domovech patří také prostor pro individuální/skupinové, organizované/spontánní činnosti (Bendl, 2015).

Činnosti ve volném čase jsou důležité pro rozvoj dítěte. Je možné využít širokou škálu zájmových činností přímo v dětském domově nebo v dalších organizacích. Pod odborným

vedením se zde dítě může věnovat svým zájmům v podobě sportovních aktivit, výtvarné a rukodělné práce nebo účasti v národních i mezinárodních soutěžích (Pávková, 2014).

Dozvěděli jsme se, za jakých okolností se dítě může ocitnout v dětském domově, jaké chování může mít v čase adaptace. Důležitá je i osobnost vychovatele. Musí brát v úvahu okolnosti, kvůli kterým bylo dítě umístěno do dětského domova. Měl by mít také určité kompetence a schopnosti pro výkon této práce a umět reagovat i na těžko předvídatelné situace. Dítě tak může najít ve vychovateli svou oporu a postupem času i důvěrnou osobu, která mu může pomoci překonávat těžkosti a připravovat ho na samostatný život.

PRAKTICKÁ ČÁST

Praktická část bakalářské práce bude rozdělena na tři části. V první části bude popsán cíl práce, sestavení výzkumných otázek a také vymezení metodologie výzkumného šetření. Druhá část bude věnována interpretaci rozhovorů formou přehledů, vytváření metodiky a zodpovíme výzkumné otázky. Třetí část bude obsahovat diskusi, rešerši, popis limitů a využití práce v praxi. Každé dítě je jedinečné a jiným způsobem rádo tráví svůj volný čas. Hlavním cílem práce je proto navrhnout metodiku volnočasových aktivit pro vybrané děti z dětského domova s ohledem na jejich specifika, přání a preference. Vytvořená metodika nám pomůže při práci s těmito dětmi a vést je ke smysluplnému využívání volného času a rozvoji osobnosti.

5 Metodologie výzkumného šetření

Pro výzkumné šetření jsme se rozhodli využít kvalitativní přístup, abychom získali podrobnější informace od menšího počtu dětí a následně naplnili cíl práce. Pro realizaci kvalitativního výzkumného šetření jsme využili polostrukturovaný rozhovor. Rozhovor je vhodný zdroj informací, které chceme od dětí zjistit. Zvolili jsme polostrukturovaný rozhovor, abychom mohli aktivně a pružně reagovat na odpovědi dítěte. Tento rozhovor byl realizován s dětmi mladšího školního věku i se dvěma vychovateli. Díky rozhovorům od dětí a vychovatelů jsme mohli získat širší pohled na problematiku volného času ve vybraném dětském domově v Olomouckém kraji. Po stanovení hlavního cíle výzkumného šetření a výzkumných otázek v souvislosti s výzkumným problémem, jsme zvolili metody sběru dat.

Téma bakalářské práce jsme zvolili vzhledem k naší profesní orientaci. Práce s dětmi z dětského domova je odlišná než práce s dětmi z funkčních rodin. Zaměřili jsme se na oblast volnočasových aktivit, které mohou plnit zdravotní, terapeutickou, kompenzační i preventivní funkci.

5.1 Cíle výzkumu a výzkumné otázky

V práci se zaměřujeme na volnočasové aktivity dětí mladšího školního věku v dětském domově, proto jsme si zvolili jeden hlavní cíl

Hlavní cíl výzkumu: *Vytvořit metodiku volnočasových aktivit pro děti z dětského domova s ohledem na jejich preference a specifika.*

K naplnění tohoto cíle jsme museli najít odpovědi na tyto výzkumné otázky:

Výzkumná otázka č. 1: *Jak děti tráví svůj volný čas?*

Výzkumná otázka č. 2: *Jaké jsou jejich preference a specifika?*

Výzkumná otázka č. 3: *Jaké volnočasové aktivity můžeme těmto dětem nabídnout?*

Původně jsme chtěli navrhnout metodiku, která by nabízela jen možnosti trávení volného času dětí mladšího školního věku z dětského domova, ale při vytváření metodiky jsme nacházeli nové poznatky a doporučení, které by mohly tuto metodiku rozšířit o specifika dítěte, míru pedagogické podpory ve volném čase, nabídku volnočasových aktivit s ohledem na epidemiologická opatření vlády, vhodného domácího mazlíčka, typ odměny, rizika spojená s volným časem a intervenci.

5.2 Metodický rámec výzkumu

V této kapitole budeme popisovat všechny postupy a metody k realizaci výzkumného šetření, které byly v praktické části potřebné pro dosažení hlavního cíle.

5.2.1 Kvalitativní výzkumné šetření

Kvalitativní výzkum můžeme definovat jako proces zkoumající nejrůznější jevy a problémy. Cílem je získat komplexní obraz o těchto jevech prostřednictvím celé řady postupů a metod. Záměr výzkumníka je reprezentovat, jak lidé chápou, prožívají a vytváří sociální realitu (Švaříček, Šed'ová, 2014).

Tento přístup jsme zvolili vzhledem k hlavnímu cíli, abychom vytvořili metodiku volnočasových aktivit pro vybrané děti. K tomu budeme potřebovat podrobné informace o způsobu trávení jejich volného času i o specifikách a preferencích. Využijeme polostrukturovaný rozhovor, který je jednou z metod kvalitativního přístupu.

5.2.2 Výzkumný soubor

Zvolili jsme metodu záměrného výběru pro výzkumný vzorek, abychom zohlednili téma práce a cíl výzkumného šetření. Při záměrném (účelovém) výběru výzkumného vzorku vyhledáváme účastníky šetření, kteří splňují naše kritéria jako jsou vlastnosti, stav apod. Vybraní jedinci tato zadaná kritéria splňují a souhlasí se zapojením do výzkumu (Platton, 1990 in Miovský 2006).

Dětský domov v Olomouckém kraji jsme zvolili na základě možnosti absolvovat zde třítydenní praxi, kde jsme si vyzkoušeli přímou práci s dětmi. Děti mladšího školního věku z dětského domova byly vybrány s ohledem na naši budoucí profesní orientaci a také kvůli nezanedbatelnému významu volnočasových aktivit v tomto věku a možnosti pozitivního ovlivňování jejich osobnosti. Konkrétní děti pro výzkumné šetření musely odpovídat kritériím v zadání bakalářské práce. Zadání odpovídalo celkem 6 dětí ze dvou rodinných skupin, jednalo se o dva chlapce a čtyři dívky. Vychovatelé, kteří se účastnili rozhovorů byli vybráni na základě kladné reakce na naši žádost zjistit informace o volnočasových aktivitách dětí v dětském domově. Celkem se zúčastnili dva vychovatelé s více než desetiletou praxí v dětském domově.

Kritéria dětí pro účast ve výzkumu:

- pohlaví (dívky i chlapci)
- věk (6–11 let)
- pobyt v dětském domově
- souhlas s dobrovolnou účastí ve výzkumném šetření a s nahráváním rozhovoru
- anonymita účastníka a ochota spolupracovat

5.2.3 Charakteristika výzkumného prostředí

Kvalitativní šetření jsme realizovali v dětském domově v Olomouckém kraji, kde jsme absolvovali třítydenní praxi. V této kapitole blíže charakterizujeme vybraný dětský domov.

Ve vybraném dětském domově jsou děti ve věku od 5 do 21 let, kterým byla nařízena ústavní výchova a nemají závažné poruchy chování. Základní jednotkou je rodinná skupina. Ve vybraném dětském domově jsou dvě rodinné skupiny. Vzdělávání dětí probíhá ve školách, které nejsou součástí dětského domova. Hlavní funkce jsou výchovné, vzdělávací a sociální. Dětský domov také zajišťuje specifické výchovné a vzdělávací potřeby. Při péči se zohledňují individuální potřeby dětí. Dětem je poskytováno stravování, ubytování a ošacení, dále učební pomůcky, kapesné, úhrada nákladů na vzdělání a zdravotní služby. V souvislosti s volným časem jsou dětem poskytnuty potřeby pro využití volného času a rekreaci, úhrada nákladů na kulturní, uměleckou sportovní a oddechovou činnost a také nákladů na soutěžní akce a rekreace (zákon č.109/2002 Sb.).

5.2.4 Etické aspekty

Účastníci výzkumného šetření byli informováni o využití získaných informací pro tvorbu a publikaci bakalářské práce. Vstup do výzkumného šetření byl dobrovolný. Všichni účastníci podepsali informovaný souhlas, ve kterém je zaručena mlčenlivost o osobních údajích. Ředitel dětského domova souhlasil s realizací šetření, ale vzhledem k ochraně osobních údajů nebude uvedeno, o jaký dětský domov v Olomouckém kraji se jedná a jména dětí budou pozměněna.

5.2.5 Metody sběru dat

Jako metodu sběru dat pro práci jsme zvolili polostrukturovaný rozhovor. Následovala příprava na rozhovor a volba vhodných otázek. V této kapitole budeme popisovat, co je polostrukturovaný rozhovor, jak jsme připravovali na rozhovory a v poslední části uvedeme, jak byly tyto rozhovory realizovány.

Polostrukturovaný rozhovor

Pro výzkumné šetření jsme využili metodu polostrukturovaného rozhovoru. Miovský (2006) uvádí, že polostrukturovaný rozhovor je nevíce rozšířenou metodou rozhovorů, protože v sobě nese výhody strukturovaného i nestrukturovaného rozhovoru. Nevyžaduje náročnou technickou přípravu, můžeme měnit pořadí otázek a doptávat se na doplňující otázky. Zároveň však máme předem vytvořené okruhy otázek, na které chceme zjistit odpovědi.

Příprava na rozhovory

Pro rozhovor jsme připravili 10 otázek, abychom zodpověděli výzkumné otázky. Formulaci otázek jsme přizpůsobili dětem příslušné věkové skupiny s ohledem na jejich rozumové schopnosti. Druhá, třetí a sedmá otázka nám má pomoci zodpovědět první výzkumnou otázku, ve které se snažíme zjistit co nejvíce informací o jejich trávení volného času. První, čtvrtá, pátá osmá a devátá otázka nám mají zjistit preference a individuální přání dětí, na které hledáme odpověď ve druhé výzkumné otázce. Na základě zjištěných informací získáme odpověď na třetí výzkumnou otázku, hledající vhodné možnosti pro smysluplné trávení volného času dětí. Otázka šestá a desátá nám pomohou k ucelenějšímu obrazu o volném čase dětí. Hlavním záměrem při sestavování otázek bylo zahrnout všechna témata související s hlavním cílem a výzkumnými otázkami. Chtěli jsme rozhovor realizovat v klidném a přirozeném prostředí bez účasti ostatních, abychom v průběhu nebyli nikým vyrušováni.

Provedení rozhovorů

Snažili jsme, aby provedené rozhovory byly pro děti příjemný zážitek. Z toho důvodu jsme zvolili způsob zaznamenání videonahráváním. Děti s nadšením přijaly tuto formu záznamu. Braly to jako hru. Na chvíli si mohly připadat důležitě a líbilo se jim, že se o ně někdo zajímá, dává jim otázky a svou pozornost. Díky videonahrávkám máme zaznamenané nejen informace o volném čase, ale i neverbální projevy, vyjadřovací a rozumové schopnosti a také jejich schopnosti reagovat na pokládané otázky. Otázky, na které jsme chtěli získat odpovědi od dětí byly:

1. Hraješ si raději sám/sama, nebo s ostatními?
2. Navštěvuješ nějaké kroužky, ZUŠ, domov děti a mládeže?
3. Jak dlouho a jak často se věnuješ svým volnočasovým aktivitám?
4. Co nejraději děláš, když máš čas?
5. Je něco, co bys chtěl/a dělat, ale není to možné?
6. Věnuješ se něčemu, co tě nebaví?
7. Jaké jsou tvé hračky?
8. Nudíš se někdy, co ti pomáhá?

9. Co bys dělal/a, kdybys měl/a celý den volno?
10. Máš mobil, pokud ano, kolik času na něm trávíš?

Chtěli jsme najít vhodné prostředí pro realizaci rozhovoru. Protože venku nebylo příznivé počasí, rozhovory probíhaly v pokoji dítěte. Vychovatelka nám pomohla s uskutečněním rozhovoru a přizpůsobením vhodných podmínek pro realizaci.

Pro potřeby výzkumného šetření nebylo třeba volit kvalitativně zaměřenou analýzu dat, rozhovory sloužily k hlubšímu poznání dětí a jejich preferencí pro volnočasové aktivity. Ředitel dětského domova dal souhlas s realizací výzkumného šetření, ale rozhovory nebudou zveřejněny, s ohledem na věk dětí a vzhledem k charakteru zařízení. Od každého dítěte máme informovaný souhlas o zveřejnění informací.

V rozhovorech s vychovateli jsme zjišťovali informace o volnočasových aktivitách dětí. Vychovatelé byli velmi otevření v odpovědích a poukazovali i na problémy spojené s danou problematikou. V průběhu rozhovoru jsme pokládali doplňující otázky pro upřesnění odpovědi. Informace od vychovatelů o volnočasových aktivitách dětí jsme si písemně zaznamenávali v průběhu rozhovoru a následně přepsali do přehledu volnočasových aktivit.

Videozáznam rozhovorů s dětmi jsme pozorovali vícekrát, abychom nepřeslechli důležité informace. Na základě interpretace všech rozhovorů jsme vytvořili přehledy volnočasových aktivit vybraných dětí z dětského domova. Těchto přehledů je celkem sedm. První přehled vychází z rozhovorů s vychovateli a popisuje volnočasové aktivity, kterých se účastní všechny děti mladšího školního věku z vybraného dětského domova. Zahrnuje pravidelné i příležitostné volnočasové aktivity a na závěr v něm jsou popsány problémy v realizaci volnočasových aktivit. Další šest přehledů jsme vytvořili na základě rozhovorů s šesti dětmi, ve kterých uvádíme krátkou charakteristiku dětí a informace o jejich volném čase. Přehledy o volnočasových aktivitách dětí jsou seřazeny od nejstaršího dítěte.

5.2.6 Interpretace dat

Získané informace o volném čase z přehledů jsme podrobně studovali a analyzovali a díky znalostem z teoretické části a informací od dětí a vychovatelů jsme nabídli nejvhodnější volnočasové aktivity. Výstupem je metodika, která se skládá ze dvou hlavních částí. V první části nabízíme všem vybraným dětem z dětského domova volnočasové aktivity i volnočasové aktivity s ohledem na epidemiologická opatření vlády a hledáme řešení problémů související s realizací aktivit ve vybraném dětském domově.

Druhá část metodiky se zaměřuje na každé dítě zvlášť. Na úvod krátce popíšeme specifika dítěte, poté určíme míru pedagogické podpory, následně nabídneme volnočasové aktivity i volnočasové aktivity vzhledem k epidemiologickým opatřením vlády. Dále doporučíme vhodného domácího mazlíčka, typ odměny, uvedeme rizika spojená s volným časem a jejich intervenci. Následně vytvoříme tabulky, kam pro lepší přehlednost zapíšeme všechna tato doporučení.

6 Přehledy volnočasových aktivit

V této kapitole jsou informace o volném čase získané formou rozhovorů od vychovatelů a dětí. Tyto informace jsou přepsány do přehledů volnočasových aktivit dětí mladšího školního věku ve vybraném dětském domově. Poslouží nám jako základ pro vytváření metodiky. Nejprve uvedeme přehled volnočasových aktivit všech vybraných dětí a následně se zaměříme na přehledy pro každé vybrané dítě zvlášť. Na závěr kapitoly tyto informace z rozhovorů shrneme.

6.1 Přehled volnočasových aktivit všech dětí mladšího školního věku ve vybraném dětském domově

Tento přehled bude rozdělen na tři části. V první budou popsány pravidelné volnočasové aktivity všech vybraných dětí a v druhé části se zaměříme na příležitostné. Na závěr uvedeme problémy v realizaci volnočasových aktivit ve vybraném dětském domově.

6.1.1 Přehled pravidelných volnočasových aktivit

Do pravidelných volnočasových aktivit dětí mladšího školního věku z dětského domova v Olomouckém kraji bychom mohli zařadit kroužky. Základní škola nabízí (dramatický kroužek, pěvecký sbor, gymnastika a taneční kroužek), obory základní umělecké školy (výtvarný a hudební obor) nebo kroužky navštěvované v rámci školní družiny (plavání). Dříve děti chodily na pohybové a taneční hry do domova dětí a mládeže, ale v současné době ho již nenavštěvují, mají však v plánu začít chodit do přírodovědného kroužku.

Mezi další pravidelné činnosti patří nejrůznější hry. Děti mají v dětském domově velký výběr stolních i karetních her. Mohou si hrát samy, spolu s ostatními dětmi nebo i s vychovateli. Dětský domov má zahradu s altánem, se skluzavkou, basketbalovým košem a pískovištěm. Na zahradě si děti mohou hrát nebo pomáhat s její údržbou. Když je pěkné počasí, vychovatelé chodí s dětmi na jedno ze dvou nedalekých dětských hřišť, která jsou vybavena různými prolézačkami, skluzavkami, houpačkami, kolotoči, posilovacími stroji i lanovkou.

Po splnění školních povinností se vychovatelé snaží dětem zprostředkovávat volnočasové aktivity, ale večer mají volnou zábavu. Mohou hrát PC hry, poslouchat písničky, tvořit, malovat apod. Než však děti ulehnu do postele ke spánku, rády se dívají v televizi na večerníček.

6.1.2 Přehled příležitostných volnočasových aktivit všech dětí mladšího školního věku z vybraného dětského domova

V okolí dětského domova je spousta cyklostezek, proto občas chodí na kolečkové brusle nebo s vychovateli jezdí na cyklovýlety po okolí. V zimě se bruslí na zamrzlém rybníku. Dále se chodí na túry a příležitostně jezdí do kina, divadla nebo do laser arény.

Společně podnikají jednodenní výlety například na Bouzov, Plumlov, nákupy na trzích v Olomouci. Jednou podnikli zahraniční výlet do Chorvatska k moři. Podle zájmu o aktuální výstavu navštěvují nedaleká muzea. Chodí i do turistického informačního centra, kde si mohou prohlédnout výstavu. Často jsou tyto výstavy interaktivní a pro děti zajímavé. V rámci turistického informačního centra mohou děti jít i na prohlídku radniční věže s výhledem na okolí.

Mezi příležitostné akce také patří letní tábory v Mohelnici, nebo ve Šternberku. Dětský domov také pořádá letní či zimní pobyty na celý týden. Pro zimní pobyt je jejich oblíbená destinace Štědrákova Lhota. Jsou zde ubytováni v penzionu a jezdí na lyžích, nebo snowboardech na nedaleké sjezdovce.

Každý rok na jaře se účastní olomoucké akce s názvem Barvám neutečeš nebo i podobné jarní akci Slavata triatlon tour, která propojuje děti z dětských domovů a děti z běžných rodin.

Děti z dětského domova se také účastní sezonních akcí. Jako příklad uvedeme dýňodlabání v Olomouci na Floře. Jedná se o soutěž týmu o nejkrásnější dýni. V průběhu listopadu a prosince se před Vánoci konají vánoční besídky. Děti z dětského domova si připravují vystoupení pro veřejnost. Na začátku prosince se děti pravidelně účastní akce Slet Mikulášů, andělů a čertů. Před Vánocemi jsou na náměstí vánoční trhy s rozsvěcováním vánočního stroměčku. To ale není jediný strom na náměstí, stojí tam i strom splněných přání, na který si děti z dětského domova mohou zavěsit cedulku s nějakým přáním. Kdokoliv může cedulku s přáním vzít a splnit. Dále v předvánočním čase s vychovateli pečou perníčky, vyrábí vánoční věnce a další dekorace, aby si vyzdobili interiér.

V souvislosti s příležitostnými aktivitami bychom měli zmínit nadaci Brave Bear. Jedná se o olomouckou nadaci, která zprostředkovává dětem z dětských domovů, netradiční zážitky, například jízda v BMW, let vrtulníkem, plavba lodí, navštívení koňské farmy, zábavné hry a soutěže.

Většina dětí v mladším školním věku nemá svůj mobilní telefon. Velmi rády si půjčují mobilní telefony starších, aby si mohly zahrát nějakou hru, ale vychovatelé upřednostňují pro děti jiné formy her než online.

V dětském domově pracuje celkem sedm vychovatelů a každý z nich se zaměřuje na určitou oblast pro rozvoj dětí. Jeden z vychovatelů se zaměřuje na zpěv a hraní na hudební nástroje, druhý zase podporuje děti v pohybových aktivitách, jiný se orientuje na výtvarné činnosti. Díky tomu mají děti možnost vyzkoušet si nejrůznější volnočasové aktivity. Dětský domov a další školská zařízení nabízí mnoho možností pro trávení volného času. Každé dítě si může zvolit podle svého zájmu, čemu se chce věnovat. Nejsou k volnočasovým aktivitám nuceni, spíše motivováni.

6.1.3 Problémy v realizaci volnočasových aktivit dětí mladšího školního věku ve vybraném dětském domově

Dětský domov má k dispozici auto, ale jen pro 6 dětí. Když se realizuje výlet autem, nemohou jet zpravidla všechny děti, ale třeba jen jedna rodinná skupina.

Druhý problém je, že děti sice rády jezdí na výlety na kole, ale dětských kol není dostatek. Někteří mají kola doma u rodičů. Proto by bylo dobré do budoucna nějaká dětská kola zajistit.

Vychovatelé s dětmi dříve navštěvovali koupaliště, ale děti byly neukázněné a neuvědomovaly si rizika spojená s plaváním. Vzhledem k tomu, že vychovatelů nebylo na směně dostatek, nebylo v jejich možnostech dětí uhlídat, proto chození na koupaliště z bezpečnostních důvodů omezili.

6.2 Přehledy volnočasových aktivit vybraných dětí

Tato podkapitola popisuje přehledy volnočasových aktivit všech šesti dětí, se kterými jsme realizovali rozhovory. Každé vybrané dítě má svůj vlastní přehled. Nejprve bude uvedena krátká charakteristika o dítěti a následně popíšeme zjištěné informace o jeho volném čase.

6.2.1 Přehled volnočasových aktivit Adama

Charakteristika: Adam má 11 let. Je dítě s lehkou mentální retardací, proto chodí do 4. třídy na ZŠ zřízenou podle §16 odst.9 školského zákona. Má 3 mladší sourozence a dva z nich jsou s ním v dětském domově. Když se zlobí, projevuje se agresivním chováním na druhých dětech a když se raduje, pevně stiskne něčí ruku. Má rád pozornost druhých.

Adam si rád hraje s ostatními, ale ti ho mezi sebe moc nepřijímají pro jeho neodbytnost, vtíravost a nemotorné pohyby rukou.

Volný čas: Adam v rámci školy nenavštěvuje žádné pravidelné kroužky ani nechodí do školní družiny. Má velmi rád pohybové aktivity, běhá, jezdí na kole a plave. Na hřišti vyhledává vysoké prolézačky. Když má dobrou náladu, zpívá si nahlas písničky. Vlastní několik hraček, jako například auta, puzzle, díky kterým se dokáže zklidnit a také má oblíbenou stavebnici Lego. Má kostým Spidermana, který si rád obléká a hraje si, že je superhrdina. Občas také maluje nebo tvoří z papíru, ale vzhledem k jeho nedostatečné jemné motorice, je to pro něj obtížnější. Rád sleduje televizní pořady. Příležitostně jezdí i se svými sourozenci k rodičům.

Neumí se zabavit sám, proto se občas nudí. Je pro něho dobré, když mu volný čas někdo organizuje a nabízí volnočasové činnosti. Mobilní telefon nevládní, ale rád si ho půjčuje od ostatních.

6.2.2 Přehled volnočasových aktivit Alžběty

Charakteristika: Alžběta má 9 let a chodí do 3. třídy na základní školu. Je sestrou Adama a má ještě dva mladší sourozence. Alžběta je akční, veselá a komunikativní dívka. Dokáže si prosadit svůj názor a v mnoha situacích se projevuje jako vůdčí osobnost. Raději si hraje s ostatními dětmi než sama. V kolektivu je oblíbená.

Volný čas: Každý týden má 4 kroužky, gymnastiku, pěvecký sbor, hudební nauku a dramatický kroužek. V dramatickém kroužku ráda zpívá, učí se recitovat básně a hraje scénky. Díky dramatickému kroužku jezdí na různé soutěže se kterým každoročně vystupuje v Husově sboru a na náměstí v rámci akcí pořádanými Městským klubem. Na gymnastiku je velmi nadaná, umí hvězdu, most, stojku i rozštěp. Celkově je pohybově zdatná a také ráda tančí. Do pěveckého kroužku a do hudební nauky chodí na základní uměleckou školu.

Ráda si hraje s ostatními, ale dokáže se zabavit i sama. Buď si něco vyrábí, maluje, dívá se na pohádky v televizi, hraje si pexeso, ale i karetní hry například autobus a před spaním si čte knížky. Občas si také hraje se svými hračkami. Mezi její oblíbené hračky patří panenka Marinda, velký plyšový kůň, plyšový pes a plyšová Hello Kitty. Představuje si, že tito plyšáci jsou živí a hraje si s nimi na rodinu. Dále ji baví chodit na hřiště, kde si ráda hraje s ostatními dětmi a jezdí na lanovce.

Když se nudí, tak si vezme pastelky a maluje si. Občas také pomáhá dospělým v kuchyni. Kdyby měla celý den volno, tak by šla nakupovat oblečení, jídlo a další věci do obchodů. Alžběta se ráda nechává česat a také ona dělá nejrůznější účesy ostatním. Proto až

vyroste, chtěla by být kadeřnicí. Vlastní mobil nemá, ráda si však hraje online hry na vypůjčeném.

6.2.3 Přehled volnočasových aktivit Evy

Charakteristika: Eva má 9 let a chodí do 3 třídy. V dětském domově je společně se svou starší sestrou. Na svůj věk je vyspělá a rozumná. Je oblíbená a rozumí si se staršími, stejně jako s mladšími dětmi. Je milá, bezkonfliktní, snadno se skamarádí. Dokáže se zabavit i sama, ale raději si hraje nebo se baví ve skupině s ostatními.

Volný čas: Eva má dva kroužky. Od druhé třídy chodí každý týden do školního pěveckého sboru a také má gymnastiku. Protože je v gymnastice dobrá, chodí na ni 2x týdně i se staršími ročníky. Jednou by se ráda naučila hrát na klavír, flétnu nebo kytaru. Eva má ráda sportovní a pohybové aktivity. Ráda si také hraje venku na hřišti, kde nejvíce času stráví na lanovce s ostatními dětmi. V dětském domově jsou kola, kolečkové brusle i brusle na led, které má možnost si podle potřeby vypůjčit. Má několik hraček, mezi její nejoblíbenější patří panenky Barbie, puzzle, stolní hra s Krtečkem, zboží do obchodu a k tomu peníze na hraní. Hodně času také tráví v kolektivu starších, kteří ji vezmou mezi sebe a baví se s ní.

Když se začne nudit, zahraje si stolní nebo karetní hry s ostatními dětmi. Baví ji i předvádění rolí v scénách z každodenního života. Aby si odpočinula, sleduje pořady v televizi. Kdyby měla celý den volno, hrála by si se svými hračkami, případně by se učila hrát na hudební nástroje nebo sledovala televizi. Svůj vlastní mobil zatím nemá, ale přála by si ho.

6.2.4 Přehled volnočasových aktivit Michala

Charakteristika: Michal má 8 let a chodí do 1. třídy na ZŠ zřízenou podle §16 odst.9 školského zákona. Michal je dítě s lehkou mentální retardací. Při chůzi trochu kulhá, a proto chodí pomaleji než ostatní děti. Je spíše introvert a samotářský typ. Do kolektivu se moc nezapojuje, raději si hraje sám než s ostatními dětmi. Někdy mívá drobné konflikty s ostatními dětmi.

Volný čas: Žádné kroužky pravidelně nenavštěvuje, ani nechodí do školní družiny, ale rád chodí s vychovateli na dětské hřiště. Na hřišti běhá, cvičí na posilovacích stojících, chodí na různé prolézačky nebo si hraje, že připravuje jídlo a pití z přírodnin.

Má svůj vlastní tlačítkový mobilní telefon, na kterém si pouští písničky, hraje hry, točí videa nebo také fotí fotky, které si následně prohlíží a ukazuje ostatním. Když se jeho mobil nabíjí, tak se začíná nudit.

Hraček má hned několik, například hrací tablet, kuchyňské spotřebiče na hraní, auta, míč nebo puzzle. Moc často si s těmito hračkami nehraje, jen když má vybitý mobil, ale nemá rád, když mu je někdo bere.

Příliš ho nebaví společenské hry. Nejvíce je fascinován výtahy. Často o nich s ostatními mluví. Má vytisknuté obrázky výtahů, které si každý den prohlíží a dokáže se desítky minut dívat na videa s výtahy, ale nejraději se výtahy vozí. Na otázku, co by rád dělal, kdyby měl celý den volno odpověděl, že by jezdil výtahem. Pravidelně také sleduje televizi, jeho oblíbený pořad je Pat a Mat.

6.2.5 Přehled volnočasových aktivit Terezy

Charakteristika: Tereze je 8 let. Měla odklad, a proto chodí do první třídy se svou mladší sestrou Janou, která je s ní v dětském domově. Tereza je veselá, velmi kreativní a tvořivá. Dokáže se zabavit sama, ale umí i hezky vycházet s ostatními dětmi. Má blízký vztah k přírodě a zvířatům.

Volný čas: Týdně navštěvuje dva kroužky, první taneční a druhý dramatický. Také chodí do školní družiny a plavat na bazén. Když má volný čas, tak si vyrábí sliz, experimentuje nebo si hraje s ostatními dětmi se stavebnicí Lego. Její zájem o přírodu se projevuje tak, že sbírá květiny, trhá trávu, prohlíží si kůru stromů, sbírá drobný hmyz a následně ho pozoruje a ukazuje ostatním dětem.

Mezi její hračky patří velký plyšový medvěd a asi dalších 20 plyšáků, hrací tablet, stroj na šití a panenky Barbie, se kterými si hraje se svou sestrou Janou nebo kamarádkou Evou. Občas se nudí. Když si nenajde nějakou činnost ona, tak ji vychovatelka nějakým způsobem zaměstná. Pomáhá v kuchyni a baví ji vařit i péct. Kdyby měla celý den volno, tak by se věnovala ručním pracím jako je šití nebo pletení. Jednou by chtěla být zdravotní sestřička, kuchařka nebo krasobruslačka.

6.2.6 Přehled volnočasových aktivit Jany

Charakteristika: Jana má 7 let. Je mladší sestrou Terezy, se kterou chodí do první třídy základní školy. Je extrovertní a veselá. Je pro ni důležitá pozornost ostatních, když ji nezíská, projevuje se nepřiměřeným chováním. Raději než sama si hraje s ostatními dětmi.

Volný čas: Kroužky má stejné jako Tereza; taneční, dramatický a také navštěvuje školní družinu. V dramatické kroužku ji baví hraní různých scén. V jedné z nich ztvárnila roli princezny. Se školní družinou také chodí plavat na nedaleký bazén.

Když má čas, ráda vyrábí z papíru, maluje fixami na malovací tabulku nebo si hraje se svými hračkami. Má svého oblíbeného plyšového tygříka, který ji zkracuje dlouhé chvíle. Další hračky jsou panenky Barbie, míček a dalších alespoň 5 plyšáku. Má i několik knih, ale ty si nečte pravidelně.

Když se nudí, tak hraje pexeso. Ráda také chodí s vychovateli na hřiště. Kdyby měla celý den volno, hrála by vymyšlené scénky s ostatními dětmi. Občas si i s ostatními dětmi oblékne kostýmy sežene potřebné rekvizity, připraví si hrací prostor a vymýšlí fiktivní příběh, který ráda předvádí vychovatelům. Příležitostně se svou straší sestrou navštěvují rodiče. Jsou vděčné za kontakt s nimi a rády o svých rodičích mluví. Jana ani její sestra nemají mobilní telefon.

6.3 Shrnutí získaných informací z rozhovorů

Zjistili jsme, že děti mají širokou nabídku volnočasových aktivit a této oblasti je přikládán velký nejen preventivní význam. Většině z dětí jsou blízké nejrůznější typy her a dramatické scénky, při kterých si mohou vyzkoušet hraní různých sociálních rolí. Dále velmi oblíbenou aktivitou je pobyt na dětském hřišti. Mezi méně často zmiňované aktivity patří čtení. Na otázku číslo šest, ve které se děti ptáme, jestli se věnují něčemu, co je nebaví, všechny děti odpověděli záporně. Vychovatelé děti nenutí do aktivit, spíše se je snaží motivovat a děti si mohou svobodně vybrat, čemu se chtějí věnovat. Je zajímavé, že v dětském domově nenajdeme jediného domácího mazlíčka, který by mohl mít na děti dobrý vliv. V metodice proto navrhujeme pro každé dítě vhodného domácího mazlíčka s ohledem na jeho specifika.

7 Metodika volnočasových aktivit

V této části nabídneme možnosti trávení volného času nejprve všem dětem mladšího školního věku z dětského domova a následně každému dítěti zvlášť. Tím naplníme hlavní cíl bakalářské práce, kterým je vytvořit metodiku pro vybrané děti s ohledem na jejich specifika. Výstupem metodiky budou přehledné tabulky. V nich budou popsána všechna doporučení pro vybrané děti. V poslední podkapitole budou zodpovězeny výzkumné otázky.

7.1 Metodika pro všechny děti mladšího školního věku ve vybraném dětském domově

V následující podkapitole nabídneme všem vybraným dětem z dětského domova volnočasové aktivity, volnočasové aktivity s ohledem na epidemiologická opatření vlády a návrh řešení problémů spojené s realizací těchto aktivit.

Nabídka volnočasových aktivit: Víme, že v dětském domově jsou děti s lehkou mentální retardací, které mají potíže v sociálních interakcích s ostatními dětmi. Než se začneme zabývat možnostmi trávení volného času, bylo by vhodné na základě sociometrického testu zjistit, jaké jsou vzájemné vztahy mezi dětmi a na základě těchto poznatků volit vhodné aktivity.

Pro prohlubování vztahů jsou důležité společné aktivity a zážitky. Toho můžeme docílit vhodnými společenskými hrami. Jako příklad uvádíme hry Městečko Palermo, karetní hra Bang, Monopoly, Máme rádi Česko apod. Pro správný rozvoj dítěte je důležitý volný čas, kdy si jen tak povídá s vrstevníky nebo s vychovateli, který o něj projeví zájem. Dobrý vychovatel se snaží dítěti při rozhovoru porozumět a ukázat mu co je správné. Prostředí pro takový rozhovor nejde uměle vyvolat, měla by být pohoda, dostatek času, správná nálada a klid. Úkolem vychovatele je vytvořit si s dítětem pozitivní vztah plný důvěry, aby se mohlo v bezpečném prostředí svěřit se svými obtížemi.

Procházky a pobyt venku má své nezastupitelné místo. V okolí je spousta krásných míst, které se dají spojit například s piknikem v trávě. Dále můžeme s dětmi vyjet na celodenní výlet a poznávat krásy České republiky. Na internetu najdeme několik tipů na výlety. Jako příklad uvádíme stránku www.kudyznudy.cz nebo www.kamsdětmi.com, kde se může vybrat místo čas a typ výletu.

Je dobré vést děti k ekologickému stylu života. V dětském domově jsou koše na tříděný odpad, ale je tu několik možností, jak motivovat děti ke třídění a hledání nových způsobů péče o přírodu kolem. V Olomoucké kraji je centrum ekologických aktivit Sluňákov a také Dům

přírody Litovelského Pomoraví, kde se v průběhu roku pořádají různé akce pro veřejnost nebo i tábory. Jedna z možností, jak vést děti k péči o přírodu je zorganizovat akci, kdy si vezmeme pytle, rukavice a půjdeme uklidit plasty a další odpad v přírodě.

Děti v mladším školním věku ocení pohádky před spaním. Během poslouchání lidského hlasu je příjemné usínat a zároveň pohádky v sobě nesou poučení. Můžeme využít pohádkovou knížku, kterou čte vychovatel nebo někdo ze starších dětí. Další varianta je poslouchání audio pohádek z rádia či jiného zařízení. Z rozhovorů víme, že děti mají rády divadelní scénky, tak můžeme při pohádce využít dramatické prvky a vytvořit prstové nebo maňáskové divadlo, které si mohou děti samy vyrobit a zahrát.

Nabídka volnočasových aktivit vzhledem k epidemiologickým opatřením vlády: Dětský domov disponuje velkou zahradou převážně pokrytou travnatou částí. Mohli bychom vést děti k pěstování ovoce či zeleniny. Mohou se zde zasadit ovocné stromy nebo ovocné keře a postavit skleník nebo vytvořit záhony pro pěstování zeleniny. Zde by se mohly děti učit, jak se sází plodiny, mohly by pravidelně zalévat, plít plevel a následně konzumovat vypěstovanou zeleninu i ovoce. Je však potřeba alespoň jeden vychovatel, který se v pěstování plodin vyzná a ví, co a kdy sázet, jaké to potřebuje podmínky a péči pro dobrý růst, aby z toho po určitém čase byl užitek.

Další možností vhodnou i v zimních měsících nebo když je omezen pohyb osob z důvodu vládního nařízení, jsou výzvy. Vychovatelé tak mohou děti motivovat k nejrůznějším činnostem. Mohou to být jednodenní výzvy, týdenní nebo i měsíční. Například udělej dnes někomu radost drobným dárkem, ujdí tento týden 7 kilometrů, přečti tento měsíc knihu podle svého výběru, nauč se Morseovu abecedu, upeč sušenky, ... Možností je spousta, záleží na kreativitě vychovatelů. Vhodné je pak propracovat i systém odměn, například za každou splněnou výzvu bod, za 3 body nějakou odměnu. Vhodný typ odměny pro každé dítě budou uvedeny v přehledech o každém dítěti zvlášť.

S docházkou do školy je to během pandemie koronaviru docela nejisté, děti mají online výuku, rotační nebo běžnou výuku. Měli bychom na tuto situaci brát ohled a na jednu stranu dohlížet na svědomité plnění školních úkolů a aktivní účast na výuce a na druhou stranu dát dětem dostatek prostoru pro rekreační a odpočinkové aktivity. Mezi jednotlivými online hodinami a úkoly by děti měly alespoň na chvíli změnit činnost nebo prostředí, aby si odpočinuly a byly výkonnější a pozornější. Po dopoledni stráveném školními povinnostmi by měl být dětem dán prostor na pobyt venku na čerstvém vzduchu nebo na libovolné pohybové hry. Děti mají zásobu svých oblíbených her a jsou vděčné, když si s nimi hraje někdo starší.

Díky tomu hra dostává nový rozměr. Mezi oblíbené hry patří na rybičky a rybáře, Honzo stávej, Kuba řekl, hutututu, skákací panák, hra na honěnou, schovávaná apod.

Online výuka nenahradí kontaktní, a proto je na vychovatelích najít způsoby, jak alespoň částečně doplnit chybějící informace. Možnosti je spousta, existují různé webové stránky (www.umimeto.org, www.cestina.diktaty.cz) vhodné televizní pořady (UčíTelka, Výtvarka, Zázraky přírody, Dětská dopravní policie), vhodné didaktické hry (různé rébusy, tajenky, křížovky, sudoku), další vzdělávací hry (Svět v kostce, Albi iKnow Junior, elektronická Albi tužka) a je tu také možnost vypůjčení knih z knihovny (Kreslíme si a hraje si ve školní družině).

Jsou omezené možnosti setkávání s přáteli, ale jedna z možností, jak s nimi být v kontaktu je napsat jim dopis nebo poslat pohlednici či drobný dárek. Děti mohou napsat dopis svému kamarádovi nebo členu širší rodiny, k tomu a vyrobit nějakou maličkost (třeba klíčenku). Poté se tento dopis i s dárkem vloží do obálky, vychovatel jim může pomoci obálku správně nadepsat a pak zajdou na poštu. Pak už se jen mohou těšit na odpověď svého adresáta. Nový rozměr takové dopisování získává, pokud je kamarád z jiné země, v tomto případě si děti mohou procvičit cizí jazyk.

V dětském domově není žádný domácí mazlíček. Děti v mladším školním věku jsou do jisté míry schopni pečovat o zvíře a zároveň se mohou učit zodpovědnosti. Vhodné zvíře jako domácí mazlíček může také působit terapeuticky pro tyto děti. Na základě těchto faktů jsme v rámci nabídky volnočasových aktivit navrhli vhodného mazlíčka pro každé dítě s ohledem na jeho specifika.

Rádi bychom také uvedli užitečné webové stránky, které mohou vychovatelům pomoci při vymýšlení konkrétních aktivit ve volném čase. Přes 2000 her najdeme na stránce www.hranostaj.cz a na stránce www.pinterest.com můžeme najít širokou škálu nápadů na tvoření a vyrábění podobně jako na YouTube kanálu 5 – Minute Crafts.

Návrh na řešení problémů: Jelikož má dětský domov pro přepravu dětí na výlety jen jedno auto, bylo by dobré hledat místa, kam se dá dopravit vlakem nebo autobusem. Jiné řešení je vypůjčit auto vychovatelů (po dohodě s ředitelem).

V dětském domově není dostatek dětských cyklistických kol, je tu možnost napsat žádost přes sociální sítě, kde by se mohl najít dárců a kolo poskytnout. Druhá možnost je oslovit nadaci, která podporuje děti z dětských domovů.

Vychovatelé se shodli, že není bezpečné brát děti na koupaliště. Proto můžeme doporučit pořídit bazén na zahradu a určit pravidla, která by musely děti dodržovat.

Tabulka č. 1 – Doporučení volnočasových aktivit pro děti mladšího školního věku v dětském domově:

<p>Nabídka volnočasových aktivit:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • sociometrický test • společenské hry (městečko Palermo, karetní hra Bang, Monopoly, Máme rádi Česko apod) • rozhovory s vrstevníky a vychovateli • procházka (piknik) • celodenní výlet po České republice • navštívit Sluňákov nebo Dům přírody Litovelského Pomoraví • sbírat odpadky v přírodě • číst pohádky/poučné příběhy před spaním • hrát maňáskové nebo prstové divadlo
<p>Nabídka volnočasových aktivit vzhledem k epidemiologickým opatřením vlády:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • pěstovat ovoce a zeleninu na zahradě • výzvy (denní, týdenní, měsíční) • dostatek rekreačních a odpočinkových činností • hry venku (na rybičky a rybáře, Honzo stávej, Kuba řekl, Hutututu, skákací panák, hra na honěnou, schovávaná apod.) • alternativní způsoby vzdělávání <ol style="list-style-type: none"> 1. webové stránky (www.umimeto.org, www.cestina.diktaty.cz) 2. vhodné televizní pořady (UčíTelka, Výtvarka, Zázraky přírody, Dětská dopravní policie) 3. vhodné didaktické hry (rébusy, tajenky, křížovky, sudoku), 4. vzdělávací hry (Svět v kostce, Albi iKnow Junior, elektronická Albi tužka,)

	<p>5. vypůjčení knih z knihovny (Kreslíme si a hrajeme si ve školní družině)</p> <ul style="list-style-type: none"> • poslat dopis nebo pohlednici s dárkem • užitečné webové stránky: www.hranostaj.cz, www.pinterest.com • užitečný YouTube kanál: 5 – Minute Crafts
<p>Návrh řešení problémů:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • doprava autobusem či jinými dopravními prostředky nebo zapůjčení auta vychovatele • najít dárce dětského cyklistického kola přes sociální sítě nebo oslovit nadaci • pořídit bazén na zahradu při dodržování pravidel

7.2 Adam volnočasové aktivity

Specifika: Adam je dítě s lehkou mentální retardací, proto je potřeba při volbě aktivit zohledňovat jeho intelektové schopnosti. U Adama můžeme občas pozorovat problémy se začleněním do kolektivu. Upřednostňuje sportovní a pohybové aktivity. Při delší psychické zátěži klesá jeho pozornost a rychle se unaví. Při prožívání výrazné emoce křečovitě stiskne svou ruku nebo i ruku druhých.

Míra pedagogické podpory ve volném čase: Adam potřebuje velkou míru podpory ve volném čase. Ne vždy se dokáže sám zabavit. Proto je vhodné mu volný čas organizovat a nabízet mu možnosti pro jeho smysluplné trávení.

Nabídka volnočasových aktivit: Pro rozvoj jeho kognitivních funkcí je vhodné do volného času zařadit nejrůznější didaktické hry. Mohli bychom rozšířit jeho okruh zájmů, například nalezení vhodného kroužku, který by mohl pravidelně navštěvovat (kroužek chovatelství, sportovní hry, keramika, dramatický kroužek, dramaterapie). Pro rozvoj motoriky by si Adam mohl hrát s hmotou (modelína, slané těsto nebo sliz) kterou si může i sám vyrobit a následně z ní modelovat nejrůznější tvary.

Aktivity je vhodné volit tak, aby došlo k začlenění Adama do skupiny, podpoření sourozenských vztahů a zároveň aby se dbalo na jeho schopnosti. Adam rád běhá a skáče, má rád pobyt venku na zahradě i na hřišti. Venku je soustu možností pro zábavné aktivity jako třeba opičí dráha, Kuba řekl, cukr káva limonáda, Mrazík, hra na honěnou, hra na schovávanou. Dále by se Adamovy mohlo líbit lanové centrum nebo jiná zábavní centra.

Rád jezdí na kole, tak by se mu líbil nějaký cyklovýlet. O prázdninách by pak Adam mohl chodit na vhodný příměstský tábor, nebo na tábor pro děti s mentálním postižením. Důležité je také brát ohled na odpočinek a relaxaci zvláště při dopolední (online) výuce a nepřetěžovat ho. Dlouho neudrží pozornost, proto je vhodné aktivity střídat a prokládat odpočinkovými činnostmi.

Nabídka volnočasových aktivit vzhledem k epidemiologickým opatřením vlády: Některé možnosti trávení volného času by nebyly možné (kroužky nebo zábavní centra). Avšak didaktické hry, modelování i hra se stavebnicí LEGO se může realizovat v prostorech dětského domova nebo v altánu na zahradě. Také by byl možný pobyt na hřišti, ale pouze poblíž dětského domova. Dále se mohou realizovat venkovní hry na zahradě. Jako alternativa k chovatelskému kroužku by mohla být poznávací procházka přírodou, kde by mohl i s ostatními dětmi plnit úkoly zadané vychovatelem a dozvědět se více o přírodě a o zvířatech.

Vhodný domácí mazlíček: Pro Adama by bylo vhodné buď mazlíček méně náročný na péči jako třeba rybičky, africký šnek nebo zvíře na mazlení, které by mu pomáhalo uvolnit svalové křeče (králík nebo kočka).

Typ odměny: Velká odměna by pro Adama byla sladkost, ale to není vždy nejlepší a nejzdravější alternativa, proto bychom mohli zvolit jako odměnu pobyt na hřišti, vzhledem k jeho zájmu o pohybové aktivity. Příležitostnou odměnou by také mohl být výlet například do zoologické zahrady nebo návštěva kina či laser arény.

Rizika: Když se zrovna nevěnuje žádné činnosti, snaží se dostat do kolektivu ostatních, může být agresivní na ostatní a použít svou sílu. Na hřišti chodí na vysoké prolézačky, kde je riziko úrazu, nedokáže vždy odhadnout své možnosti.

Intervence: Měli bychom se snažit Adama vhodným způsobem začlenit do kolektivu ostatních formou aktivit na posílení vztahů ve skupině a také volit spíše nesoutěžní hry, ve kterých není vítěz, ale dochází k rozvoji osobnosti. Aby došlo u Adama k uvolnění svalového napětí, mohl by zkusit navštěvovat snoezelen, kde by se také mohl uvolnit, rozvíjet své smyslové vnímání a odpočinout si. Další možností je navštěvovat rehabilitace nebo masáže. Kdybychom chtěli s Adamem pracovat terapeuticky, mohly bychom mu zprostředkovat canisterapii, felinoterapii nebo hipoterapii, což by mělo i pozitivní přínos na jeho psychiku.

Tabulka č. 2 – Doporučení volnočasových aktivit pro Adama:

Specifika:	<ul style="list-style-type: none"> • dítě s lehkou mentální retardací • problémy se začleněním do kolektivu • preferuje pohybové a sportovní aktivity • snížená pozornost a rychlejší nástup únavy • křečovitý stisk ruky
Míra pedagogické podpory ve volném čase:	<ul style="list-style-type: none"> • středně velká
Nabídka volnočasových aktivit:	<ul style="list-style-type: none"> • didaktické hry • rozšířit zájmy (kroužek chovatelství, sportovní hry, keramika, dramatický kroužek nebo dramaterapie)

	<ul style="list-style-type: none"> • hra s hmotou (modelína, slané těsto, sliz) • hry pro začlenění do kolektivu a na podporu sourozeneckých vztahů • venkovní hry (opičí dráha, Kuba řekl, Cukr káva limonáda, mrazík, hra na honěnou, hra na schovávanou) • navštívit lanové centrum nebo jiné zábavní centrum • cyklovýlet • příměstský tábor/tábor pro děti s MP • odpočinkové a relaxační aktivity
Nabídka volnočasových aktivit vzhledem k epidemiologickým opatřením vlády:	<ul style="list-style-type: none"> • didaktické hry • modelovat z hmoty • hra se stavebnicí LEGO • pobyt na hřišti, venkovní hry • poznávací procházka přírodou s plněním úkolů
Vhodný domácí mazlíček:	<ul style="list-style-type: none"> • rybičky/africký šnek/králík/kočka
Typ odměny:	<ul style="list-style-type: none"> • sladkost • pobyt na hřišti • navštívit zoologickou zahradu kino nebo laser arenu
Rizika:	<ul style="list-style-type: none"> • nevhodné způsoby začlenění se do kolektivu • občasné projevy agresivity • riskantní chování na hřišti
Intervence:	<ul style="list-style-type: none"> • vhodné společné aktivity (nesoutěžní i zaměřené na jednotlivce, posílení vztahů) • snoezelen, rehabilitace, masáže • canisterapie/felinoterapie/hipoterapie

7.3 Volnočasové aktivity pro Alžbětu

Specifika: Alžběta je akční, bystrá, rychle se přizpůsobuje novému prostředí, umí se skamarádit s ostatními dětmi, je spíše vůdčí typ a extrovert. Ráda si hraje na rodinu s ostatními dětmi nebo s plyšáky. Velmi ráda nakupuje ve všech typech obchodů. Také ji baví kreslení a vyrábění. Až vyroste, chtěla by se stát kadeřnicí.

Míra pedagogické podpory ve volném čase: Dokáže se zabavit sama, najde si činnosti, které ji baví. Má také dostatek kroužků (dramatický, pěvecký, hudební a gymnastiku), které ji vyplňují velkou část volného času, proto míra pedagogické podpory ve volném čase nemusí být příliš velká.

Nabídka volnočasových aktivit: Vzhledem k počtu jejích kroužků není potřeba hledat žádnou pravidelnou aktivitu, spíše dbát na to, aby nedošlo k přetížení a aktivity v průběhu dne byly vyvážené. Do programu dne by bylo vhodné zařadit odpočinkové činnosti například poslouchání hudby, vymalovávání antistresových omalovánek, sledování vhodných pořadů v TV. Ráda si také čte, můžeme jí zprostředkovat možnost vypůjčit si knížky v knihovně. Často si hraje na rodinu, mohly bychom jí tedy nabídnout, ať postaví domeček (z krabice) pro své plyšáky a vyrobí všechno, co bude v takovém domečku potřebovat (postel, jídelní stůl, skříň, ...). Má ráda divadelní scénky, mohly bychom následně v tomto vyrobeném domečku zahrát divadlo nebo najít jiný způsob, jak s ní hrát na rodinu.

Kreslením a tvořením rozvíjí svou představivost, fantazii i zručnost, mohli bychom jí zprostředkovat dostatek materiálu pro svobodné tvoření nebo plnění zadání (nakresli, jak by vypadal tvůj pokoj snů). Tyto obrázky a výtvary můžeme následně zavěsit na nástěnku.

Alžběta by se chtěla stát kadeřnicí, vhodnými způsoby můžeme u ní tuto touhu naplňovat a rozvíjet její schopnosti například zakoupením česací panny a potřebných hřebenu, gumiček, také pořízením kulmy a dalších kadeřnických pomůcek.

Nabídka volnočasových aktivit vzhledem k epidemiologickým opatřením vlády: Kroužky i družina fungují v omezeném provozu, nebo vůbec. Aby se Alžběta nenudila z nadbytku volného času, bylo by vhodné najít jí alternativu k jejím kroužkům. Alternativa k pěveckému a hudebnímu kroužku by mohl být například večerní táborák s písněmi a hrou na kytaru. Navštěvuje také gymnastiku, která se dá do určité míry nahradit pohybem na hřišti. Místo chození do dramatického kroužku si může hrát na rodinu s plyšáky ve vyrobeném domečku. Když je omezena možnost nakupování, které má Alžběta tak ráda, je tu možnost si na obchod zahrát, zapojit i ostatní děti. Jednoduše si vyrobí obchod a seženou produkty na prodej například nevyužité hračky, sladkosti, ovoce apod. V roli prodavače se mohou děti

vystřídat a místo peněz používat papírové kartičky, které dostanou třeba za splněný úkol. Její další záliby jako je čtení, česání vlasů, kreslení nebo tvoření se mohou realizovat i během epidemiologickém opatření vlády.

Vhodný domácí mazlíček: Velkou radost by ji mohl udělat pes. S ním by mohla chodit na procházky a starat se o něj.

Typ odměny: Má ráda nakupování, mohlo by se jí líbit nákup ve velkých nákupních centrech, kde by si za své kapesné mohla koupit, co by si přála. Mezi její oblíbené atrakce na hřišti patří lanovka, velkou odměnou by jí také mohla být návštěva lanového centra.

Rizika: U Alžběty nejsou žádná velká rizika, jen by se mělo dohlížet, aby přes všechny její volnočasové aktivity a zájmy měla dostatek času nejen na školní povinnosti, ale na odpočinek.

Intervence: Aby nedošlo k přetížení, měli bychom dbát o dostatek odpočinkových aktivit v průběhu dne. Pokud bychom chtěli u Alžběty využít terapeutické přístupy, tak bychom mohli pro její zájem o kreslení zprostředkovat arteterapii nebo dramaterapii pro její zálibu v hraní rolí.

Tabulka č. 3 – Doporučení volnočasových aktivit pro Alžbětu

Specifika:	<ul style="list-style-type: none"> • akční a bystrá dívka • rychlé přizpůsobení novým situacím • kamarádská • vůdčí typ a extrovert • hraje si na rodinu s dětmi nebo plyšáky • ráda nakupuje • kreslí a vyrábí • chtěla by být kadeřnicí
Míra pedagogické podpory ve volném čase:	<ul style="list-style-type: none"> • nízká
Nabídka volnočasových aktivit:	<ul style="list-style-type: none"> • vhodné odpočinkové činnosti (poslouchání hudby, vymalovávání antistresových omalovánek, sledování vhodných pořadů v TV)

	<ul style="list-style-type: none"> • podpora čtení (vypůjčení knih z knihovny) • hry na rodinu • postavit domeček pro plyšáky (včetně postele, jídelního stolu, skříně apod.) • divadelní scény • zakoupit česací panny a kadeřnických pomůcek • rozvoj kreativity prostřednictvím tvoření a kreslení • vytvořit nástěnku pro prezentaci výkresů
Nabídka volnočasových aktivit vzhledem k epidemiologickým opatřením vlády:	<ul style="list-style-type: none"> • hra na rodinu • hra na obchod (výroba produktů, zisk peněz na hraní) • táborák s písněmi a hrou na kytaru • navštívit hřiště • číst • česat vlasy • kreslit i tvořit
Vhodný domácí mazlíček:	<ul style="list-style-type: none"> • pes
Typ odměny:	<ul style="list-style-type: none"> • nákupy v obchodech • lanové centrum
Rizika:	<ul style="list-style-type: none"> • přetížení • nedostatek odpočinku
Intervence:	<ul style="list-style-type: none"> • odpočinkové aktivity • arteterapie/dramaterapie

7.4 Volnočasové aktivity pro Evu

Specifika: Eva je na svůj věk vyspělá a rozumná. Dobře vychází si i se staršími kamarády. Je samostatná a ráda tráví čas mezi ostatními dětmi. Ve svém volném čase sportuje a dělá gymnastiku. Ráda zpívá a jednou by se chtěla naučit hrát na hudební nástroj. Občas si hraje se svými hračkami nebo společenské hry s ostatními.

Míra pedagogické podpory ve volném čase: Eva nepotřebuje velkou podporu ve volném čase. Nachází se ve věku, kdy se potřebuje pocit svobody a dělat si věci podle sebe, bylo by jen vhodné na ni v tomto ohledu do jisté míry dohlížet.

Nabídka volnočasových aktivit: Eva je soutěživá a ráda porovnává svoje schopnosti s ostatními, vhodné jsou pro ni soutěžní hry na vítěze, kde se nebojí vyzvat i starší kamarády. Dále víme, že má ráda sportovní aktivity, možností pro jejich realizaci je spousta. Kromě cyklistického kola si může zapůjčit z dětského domova i kolečkové brusle a vyrazit na nejbližší cyklostezku v zimě může bruslit na rybníku. Dále je tu možnost navštívit lanové centrum, zimní stadion nebo laserovou arénu.

Ráda by naučila hrát na hudební nástroj, proto by bylo vhodné pro ni nějaký najít (kytara, ukulele klavír, nebo flétna). K tomu můžeme pořídit zpěvník populárních písní, který by ji k hraní motivoval. Eva má spoustu hraček, občas si s nimi hraje, ale některé z nich neodpovídají jejímu věku. Má také ráda společenské hry. Pokud bychom chtěli rozšířit nabídku společenských her pro dlouhé večery, mohli bychom pořídit například hru Ligretto, Monopoly, Krycí jména nebo karetní hru Bang. Díky společenským hrám může dojít k upevnění vztahů mezi vychovateli a dětmi i mezi dětmi navzájem.

Nabídka volnočasových aktivit vzhledem k epidemiologickým opatřením vlády: Její pěvecký kroužek a gymnastiku by nemohla navštěvovat. Mohli bychom najít vhodnou alternativu například zpívání u táboráku, nebo vyhlásit v rámci dětského domova pěveckou soutěž. Každý, kdo by se chtěl zúčastnit, by si nacvičil píseň, kterou by následně před ostatními zazpíval a porota, složená z vychovatelů, by ocenila nejlepší zpěváky. Dětský domov nemá tělocvičnu, kde by mohla cvičit gymnastiku, ale pobyt na hřišti, na zahradě nebo procházky v přírodě pohyb nahradí. Není omezeno hraní na hudební nástroje ani společenské hry v rodinné skupině.

Vhodný domácí mazlíček: Eva by mohla mít největší radost ze psa, ale také by ji mohlo oslovit jezdeckví na koni.

Typ odměny: Jako odměna pro Evu by mohl být výlet do lanového centra, do kina nebo letního kina.

Rizika: Eva ráda tráví čas se staršími kamarády, kde hrozí riziko přejímání nesprávných vzorců chování a vyjadřování.

Intervence: Aby nedocházelo k problémovému chování vlivem trávení času mezi dospívajícími, je vhodné mít přehled jak často a s kým tráví svůj volný čas a klást důraz na preventivní funkci volného času.

Tabulka č. 4 – Doporučení volnočasových aktivit pro Evu:

Specifika:	<ul style="list-style-type: none"> • vyspělá a rozumná • samostatná • ráda je s ostatními dětmi • přátelství i se staršími kamarády • má ráda gymnastiku • přání hrát na hudební nástroj • často hraje společenské hry
Míra pedagogické podpory ve volném čase:	<ul style="list-style-type: none"> • středně velká
Nabídka volnočasových aktivit:	<ul style="list-style-type: none"> • soutěže pro porovnání svých schopností • sportovní aktivity (cyklistika, jízda na kolečkových bruslích, návštěva lanového centra, zimního stadionu nebo laserové arény) • hra na hudební nástroj (kytara, ukulele, klavír nebo flétna) • zpěvník populárních písní • nové společenské hry (Ligretto, Monopoly, Krycí jména nebo karetní hru Bang)
Nabídka volnočasových aktivit vzhledem k epidemiologickým opatřením vlády:	<ul style="list-style-type: none"> • zpívat u táboráku • pěvecká soutěž v rámci dětského domova • pobyt na hřišti a na zahradě

	<ul style="list-style-type: none"> • procházka v přírodě • hra na hudební nástroj • společenské hry
Vhodný domácí mazlíček:	<ul style="list-style-type: none"> • pes/kůň
Typ odměny:	<ul style="list-style-type: none"> • výlet do lanového centra nebo zajít do kina/letního kina
Rizika:	<ul style="list-style-type: none"> • přejímání nesprávných vzorců chování od strašáků
Intervence:	<ul style="list-style-type: none"> • dohled vychovatele • preventivní význam

7.5 Volnočasové aktivity pro Michala

Specifika: Michal je dítě s lehkou mentální retardací. Je raději sám a kolektivu se straní. V jeho chování se občas projevuje nezájem o aktivity pořádané dětským domovem. Má zdravotní komplikace, které mu omezují rychlou chůzi a také nějaké sportovní aktivity. Jeho velkou zálibou jsou výtahy. Má svůj vlastní mobil, na kterém fotí a poslouchá písničky. Na plnění povinností potřebuje klid, nedokáže pracovat v hlučném prostředí. Když se cítí pod tlakem, může se projevovat agresivním chováním a neklidem.

Míra pedagogické podpory ve volném čase: Michal potřebuje velkou pedagogickou podporu ve volném čase. Sám se sice dokáže zabavit, ale ne vždy smysluplně.

Nabídka volnočasových aktivit: Je vhodné zvolit pro Michala hry pro začlenění do kolektivu i hry na rozvoj kognitivních a motorických funkcí. Nenechává pravidelně žádný kroužek ani školní družinu, bylo by vhodné rozšířit rozsah jeho zájmů a najít nové způsoby trávení volného času. Jedna z možností je najít vhodný kroužek, který by i přes jeho zdravotní komplikace mohl navštěvovat například chovatelství.

Je dobré ho podporovat v pohybových aktivitách například pobytem na zahradě a na dětském hřišti, kde nejraději tráví čas na posilovacích strojích. Venku je také prostor na hry s ostatními, které by mu mohly pomoci se začleněním do kolektivu. Bylo by dobré najít něco, v čem je opravdu dobrý, aby ho děti mohly ocenit a nezaměřovaly se na jeho handicap.

O prázdninách by mohl Michal jet na tábor pro děti s mentálním postižením. V takovém prostředí by si nemusel připadat odlišný a zároveň program je uzpůsobený pro tyto děti. Dále by ho mohly bavit „hry na něco“ (na obchod, na školu, hra na policajty). Díky nim si může vyzkoušet nové role a zároveň být v interakci s ostatními dětmi. Důležitá je také motivace, aby se sám chtěl zapojit do společných her.

K jeho oblíbeným činnostem patří jízda výtahem. O výtahu často mluví a sleduje videa. Mohli bychom s ním vytvořit papírový výtah, který by i jezdil nahoru a dolů. S tímto modelem by si mohl hrát.

Michal má svůj vlastní mobil. Tráví dost času posloucháním písniček a hraním her. Občas i fotí nebo natáčí co se mu zrovna líbí. Pokud ho baví focení bylo by dobré mu pořídit fotoaparát, nebo rovnou kameru. Mohlo by ho bavit chodit po městě nebo do přírody a fotit zajímavé fotky. Z těchto fotek by se mohla následně vytvořit koláž či malou výstavu.

Nabídka volnočasových aktivit vzhledem k epidemiologickým opatřením vlády: Při epidemiologickém opatření vlády by mohl chodit na hřiště, hrát si se svými hračkami i s ostatními dětmi z dětského domova. Bylo by vhodné mít pro Michala širokou nabídku

volnočasových aktivit, aby se nenudil a netrávil příliš mnoho času na svém mobilním telefonu. Jako příklad uvádíme stavění modelů aut nebo jiných dopravních prostředků z papíru, vymalovávání antistresových omalovánek či hraní se stavebnicí LEGO.

Abychom předcházeli projevům agrese, měli bychom do denního režimu zařadit dostatek odpočinkových a relaxačních aktivit. Mezi odpočinkové patří například poslouchání příběhů, nebo hudby, klidné hry (pexeso), pobyt ve snoezelenu a mezi rekreační aktivity můžeme zařadit pobyt na zahradě, na hřišti nebo venkovní hry.

Vhodný domácí mazlíček: Mazlíček pro Michala by měl být nenáročný na péči a zároveň zajímavý. Jako možnost se nabízí africký šnek, želva či rybičky.

Typ odměny: Michala můžeme odměnit sladkostí nebo možností sledovat TV vymezenou dobu. Příležitostně bychom ho mohli za odměnu vzít do kina, nebo i do letního kina.

Rizika: Mezi rizika u Michala patří vyčlenění z kolektivu, nedostatek pohybu kvůli zdravotním obtížím, dále u něho můžeme pozorovat občasně projevy neklidu a agresivity a také hrozí riziko závislosti na mobilním telefonu.

Intervence: Abychom předcházeli vyčlenění Michala z kolektivu, můžeme volit správné hry, jak už bylo uvedeno výše. Pro dostatek pohybu dbát na pobyt venku na zahradě nebo na hřišti. Bylo by dobré zjistit, jestli jeho zdravotním obtížím mohou pomoci rehabilitace a masáže. Pro zmírnění projevů neklidu a agresivity mohou pomoci odpočinkové činnosti, ale také hipoterapie, canisterapie, nebo felinoterapie. Na mobilním telefonu tráví tolik času, pravděpodobně proto, že se nudí, nebo nevidí lepší možnosti. Abychom předešli závislosti, můžeme hledat alternativní možnosti trávení volného času a používání mobilu dovolit pouze na omezenou dobu.

Tabulka č. 5 – Doporučení volnočasových aktivit pro Michala:

Specifika:	<ul style="list-style-type: none">• dítě s lehkou mentální retardací• je samotářský typ• zdravotní komplikace (horší chůze)• má rád výtahy• poslouchá písničky• pro soustředění potřebuje klidné prostředí
-------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Míra pedagogické podpory ve volném čase:	<ul style="list-style-type: none"> • velká
Nabídka volnočasových aktivit:	<ul style="list-style-type: none"> • hry pro začlenění do kolektivu • hry pro rozvoj kognitivních a motorických funkcí • rozšířit okruh zájmů (chovatelský kroužek) • pohybové aktivity (na zahradě, na hřišti) • najít v čem je opravdu dobrý • tábor pro děti s mentálním postižením • hry na něco (na obchod, na školu, na policajty) • správná motivace • vytvořit papírový model výtahu • pořídit fotoaparát/kameru • procházky do přírody • výstava nebo koláž z fotek
Nabídka volnočasových aktivit vzhledem k epidemiologickým opatřením vlády:	<ul style="list-style-type: none"> • navštívit hřiště • hry s hračkami • hry s ostatními dětmi • najít alternativu k trávení času na mobilu (stavění modelů aut nebo jiných dopravních prostředků, vymalovávání antistresových omalovánek, hraní se stavebnicí LEGO) • odpočinkové aktivity (poslouchání příběhů, poslouchání hudby, klidné hry, pobyt ve snoezelenu)

	<ul style="list-style-type: none"> • relaxační aktivity (pobyt na zahradě, na hřišti, venkovní hry)
Vhodný domácí mazlíček:	<ul style="list-style-type: none"> • africký šnek, želva nebo rybičky
Typ odměny:	<ul style="list-style-type: none"> • sladkost, sledování TV, návštěva kina/letního kina
Rizika:	<ul style="list-style-type: none"> • vyčlenění z kolektivu • nedostatek pohybu • projevy agresivity • rozvoj závislosti na mobilu
Intervence:	<ul style="list-style-type: none"> • hry pro podporu vztahů v kolektivu • pobyt na zahradě nebo na hřišti • rehabilitace, masáže • odpočinkové činnosti • hipoterapie, canisterapie nebo felinoterapie • hledat alternativní možnosti trávení volného času než na mobilu • omezení času na mobilu

7.6. Volnočasové aktivity pro Terezu

Specifika: Tereza je veselá a hravá dívka. Má ráda přírodu a všechny druhy zvířat. Ráda také vyrábí nejrůznější předměty a občas se věnuje i ručním pracím. Ráda si hraje s ostatními dětmi z dětského domova. Až vyroste, chtěla by být zdravotní sestra, kuchařka nebo krasobruslařka.

Míra pedagogické podpory ve volném čase: Je samostatná, nepotřebuje velkou míru pedagogické podpory, ale ráda se přidá k aktivitám, které vychovatelé pořádají.

Nabídka volnočasových aktivit: Vzhledem k jejímu širokému okruhu zájmů není těžké najít volnočasové aktivity. Protože má blízký vztah k přírodě, jedna z možností je zajít do lesa, nasbírat nějaké přírodniny například větvičky, šišky, listy apod. a z nich pak vytvořit buď nějaký obraz, věneček nebo třeba lesního skřítky. Při procházce přírodou může pozorovat spoustu chráněných rostlin a živočichů. Aby je nemusela sbírat a zároveň je mohla mít nějakým způsobem u sebe, může si je nahrát na kameru nebo jen vyfotit a vytvořit si fotoalbum s rostlinami a zvířaty. Z nechráněných rostlin by si mohla vytvořit herbář.

Je tu také možnost koupit encyklopedii o zvířatech nebo o rostlinách, aby se v tomto ohledu mohla vzdělávat. Existují i interaktivní formy vzdělávání, například elektronická Albi tužka. K ní se mohou dokoupit knihy s různými tématy včetně přírody, kdy stačí přiložit tužku na obrázek v knize a tužka o tom začne mluvit. V souvislosti s jejím zájmem o přírodu a poznávání nových věcí by ji mohl zaujmout geocaching, při kterém hledá pomocí indicií na různých místech po České republice, ale i v zahraničí, schované skříňky se seznamem nálezů a s vyměnitelnými předměty.

Dále by mohla mít na zahradě vlastní záhon, kde by si zasadila například hrášek nebo ředkvičky. Jako alternativa k záhonu by mohl být květináč v pokoji, kde by mohla pěstovat nějakou rostlinu (růži, brambořík, avokádo, pomerančovník). Může si zasadit semínko nebo pecku a pozorovat, jak roste. Dále by mohla začít navštěvovat chovatelský kroužek, ve kterém by se dozvěděla více o světě zvířat. O prázdninách by mohla Tereza jet na skautský tábor, tam by se mohla naučit více o přírodě a naučit se praktické dovednosti.

Tereza je kreativní a ráda tvoří, proto si může vybrat z široké škály ručních prací (šití, háčkování, pletení, vyšívání). Může vyzkoušet i korálkování, drátkování, pletení s pedigem, modelování s hmotou FIMO, kreslení barvami na sklo nebo pletení náramků přátelství. Svým panenkám a plyšákům by mohla ušít oblečení. Stačila by jí krabice, kde by měla zbytky látek, knoflíky, stuhy, gumičky a jehlu s nití a může začít šít. Může si také vyrobit domácí sliz, slané těsto nebo jinou hmotu na hraní. Děti v jejím věku mají rády vyrábění vlastních knížek, kam

si následně zapisují nějaký příběh nebo kreslí obrázky, také by si pro radost mohla nějakou vyrobit, ozdobit a popsat.

Nabídka volnočasových aktivit vzhledem k epidemiologickým opatřením vlády: Mohl by být omezen nebo dočasně přerušen její kroužek tance a dramatický kroužek. Vzhledem k jejím dalším zájmům by toto omezení po určitou dobu nemuselo vadit. Pobyt venku by sice mohl být omezený, ale toto omezení se nevztahuje na pobyt v přírodě, kde by mohla fotit nebo jen pozorovat rostliny a živočichy. Může si také hrát se svými hračkami v dětském domově a s ostatními dětmi.

Vhodný domácí mazlíček: Tereza má ráda všechny druhy zvířat. Možnosti na chov je například šnek, pakobylka, strašilka nebo rybičky. O tato zvířata by se s nevelikou pomocí zvládla starat sama.

Typ odměny: Odměnou pro Terezu by byla návštěva zoologické zahrady nebo cukrárny.

Rizika: Mezi rizika v souvislosti s jejím zájmem o přírodu patří nebezpečí v přírodě, prisáté klíště nebo trhání jedovatých rostlin.

Intervence: Měla by být poučena o chování v přírodě, zvolit vhodné oblečení do terénu a v případě potřeby využít repelent proti klíšťatům i hmyzu.

Tabulka č. 6 – Doporučení volnočasových aktivit pro Terezu:

Specifika:	<ul style="list-style-type: none"> • je veselá, hravá a společenská • má ráda přírodu a zvířata • často tvoří • věnuje se ručním pracím • chtěla by být zdravotní sestra, kuchařka nebo krasobruslařka
Míra pedagogické podpory ve volném čase:	<ul style="list-style-type: none"> • střední
Nabídka volnočasových aktivit:	<ul style="list-style-type: none"> • sbírat přírodniny a následně tvořit (obrazy, věneček, lesní skřítek) • pozorování přírody a živočichů • fotit nebo točit přírodu a živočichy • vyrobit fotoalbum, herbář

	<ul style="list-style-type: none"> • studovat encyklopedii • interaktivní forma vzdělávání (elektronická Albi tužka s příslušnou knihou) • geocaching • zahradní záhon nebo květináč s rostlinou • chovatelský kroužek • skautský tábor • ruční práce (šití, háčkování, pletení, vyšívání) • korálkování, drátkování, pletení s pedigem, modelování s hmotou FIMO, kreslení barvami na sklo, pletení náramků přátelství • šít oblečení panenkám a plyšákům • vyrobit modelovací hmoty (sliz, slané těsto) • vyrobit vlastní knížku
Nabídka volnočasových aktivit vzhledem k epidemiologickým opatřením vlády:	<ul style="list-style-type: none"> • pobyt venku • fotit a natočit přírodu a zvířata • hry s hračkami • hry s ostatními dětmi
Vhodný domácí mazlíček:	<ul style="list-style-type: none"> • africký šnek, pakobylka, strašilka nebo rybičky
Typ odměny:	<ul style="list-style-type: none"> • navštívit zoologickou zahradu nebo cukrárnu
Rizika:	<ul style="list-style-type: none"> • nebezpečí v přírodě (klíštětem přenosné nemoci, trhání jedovatých květin)
Intervence:	<ul style="list-style-type: none"> • poučení o chování v přírodě • použití repelentu

7.7 Volnočasové aktivity pro Janu

Specifika: Je tvořivá a kreativní. Občas se projevuje jako vůdčí osobnost a někdy mívá konflikty z jinými dětmi, protože se spolu nedomluví. Jana má ráda pozornost ostatních. Také je velmi tvořivá, často hraje divadelní scénky a vymýšlí příběhy

Míra pedagogické podpory ve volném čase: Je vhodné Janě volný čas do určité míry organizovat, ale pokud si najde činnost, která se jí líbí, sama se zabaví.

Nabídka volnočasových aktivit: Má ráda tvoření a vyrábění. Mohla by se zkusit naučit například skládat origami, vyšívat polštář, kreslit barvičkami na sklo, vyrábět sliz nebo jinou hmotu. Také by si mohla vytvořit z několika svázaných papíru malou knížku pro zapisování nebo kreslení.

Často tráví svůj volný čas na hřišti mezi svými kamarády, kde se dá realizovat několik venkovních her (hra na schovávanou, hra na honěnou, na rybičky a rybáře, ...) Má ráda sportovní aktivity, mohla by příležitostně s vychovateli a ostatními dětmi navštívit laser arénu nebo lanové centrum. Díky těmto aktivitám dochází k budování vztahů se skupinou.

Velký význam v denním programu mají i odpočinkové činnosti, které mohou být například, poslouchání audio příběhů, čtení nebo sledování vhodných pořadů v TV.

Nabídka volnočasových aktivit vzhledem k epidemiologickým opatřením vlády: Nemohla by navštěvovat taneční, dramatické kroužek ani školní družinu. Tuto funkci přejímají na určitou dobu vychovatelé v dětském domově. Pohyb, který by měla v tanečním kroužku jí zajistí pobyt na hřišti a dramatické scénky se dají bez obtíží zrealizovat i v prostorech dětského domova nebo na zahradě. Můžeme připravit podmínky pro divadelní hru, kterou by mohla Jana vymýšlet, zapojit ostatní děti a poté předvést před publikem (stačí vychovatelé v dětském domově, ale pokud by to bylo možné, může být i větší obecnost). Sama by vymyslela scénář, obsadila děti do rolí, společně by pak vytvořily kostýmy a rekvizity. Její další zájmy jako je tvoření, hry s hračkami i hraní společenských her se bez problémů mohou realizovat i s opatřením vlády.

Vhodný domácí mazlíček: Jako vhodný mazlíček pro Janu by mohla být kočka. Je přítulná a dá se s ní mazlit a hrát.

Typ odměny: Janu můžeme odměnit sladkostí, slovní pochvalou nebo návštěvou divadla.

Rizika: U Jany nehrozí žádná větší rizika, jen že by mohla mít problém respektovat názory druhých a bude si prosazovat své názory.

Intervence: Vhodné by bylo zařadit do jejího programu hry pro posílení vztahů v kolektivu. Vzhledem k jejímu zájmu o dramatické scénky by bylo vhodné zprostředkovat jí dramaterapii nebo teatroterapii.

Tabulka č. 7 – Doporučení volnočasových aktivit pro Janu:

Specifika:	<ul style="list-style-type: none"> • je tvořivá a kreativní • je vůdčí typ (občasné konflikty s ostatními) • má ráda pozornost • hraje divadelní scénky • vymýšlí příběhy
Míra pedagogické podpory ve volném čase:	<ul style="list-style-type: none"> • středně velká
Nabídka volnočasových aktivit:	<ul style="list-style-type: none"> • tvořit a vyrábět (origami, vyšívání, vyrábění slizu nebo jiné hmoty, vytvořit knížku pro zapisování nebo kreslení • kreslit barvičkami na sklo • pobyt na hřišti • venkovní hry (hra na schovávanou, hra na honěnou, na rybičky a rybáře) • navštívit laser arénu nebo lanové centrum • odpočinkové činnosti (poslouchání audio příběhů, čtení, sledování vhodných pořadů v TV)
Nabídka volnočasových aktivit vzhledem k epidemiologickým opatřením vlády:	<ul style="list-style-type: none"> • pobyt na hřišti • zahrát amatérskou divadelní scénku (vymyšlení scénáře, obsazení rolí, výroba kostýmů a rekvizit) • tvořit • hry s hračkami

	<ul style="list-style-type: none"> • společenské hry
Vhodný domácí mazlíček:	<ul style="list-style-type: none"> • kočka
Typ odměny:	<ul style="list-style-type: none"> • sladkost • slovní pochvala • návštěva divadla
Rizika:	<ul style="list-style-type: none"> • nedostatek respektu k názorům ostatních dětí
Intervence:	<ul style="list-style-type: none"> • hry na posílení vztahů v kolektivu • dramaterapie • teatroterapie

7.8 Zodpovězení výzkumných otázek

V této kapitole zodpovíme výzkumné otázky, které jsme si před výzkumným šetřením položili.

Výzkumná otázka č. 1: *Jak děti tráví svůj volný čas?*

Podrobně jsou tyto informace rozepsány v podkapitole 6.2.

Adam: Ve volném čase si zpívá si písničky, hraje s hračkami, sleduje televizi. Občas si maluje nebo tvoří z papíru. Často navštěvuje hřiště, kde vyhledává vyšší prolézačky. Nemá žádné kroužky ani nenavštěvuje školní družinu.

Alžběta: Chodí do školní družiny a má 4 volnočasové kroužky – gymnastiku, pěvecký sbor, hudební nauku a dramatický kroužek, se kterým příležitostně jezdí na soutěže. Často si hraje se svými hračkami. Když se nudí, tak si tvoří, maluje, čte nebo sleduje televizi. Občas chodí na hřiště, kde jezdí na lanovce. Pomáhá v kuchyni s přípravou pokrmů.

Eva: Navštěvuje školní družinu a dva kroužky – gymnastiku a pěvecký sbor. Chodí na hřiště, kde nejvíce času tráví na lanovce. Občas si hraje se svými hračkami, ale raději hraje společenské hry s ostatními. Když je unavená sleduje televizi.

Tereza: Chodí do školní družiny na plavání a do dvou kroužků – do tanečního a dramatického. Často si hraje nebo povídá s ostatními dětmi. Pomáhá v kuchyni s vařením nebo pečením. Kdyby měla celý den volno, tak by se věnovala ručním pracím. Když je venku, pozoruje přírodu a živočichy v vymýšlí nejrůznější aktivity.

Jana: Chodí do školní družiny a navštěvuje dva kroužky – taneční a dramatický. Se školní družinou chodí na plavecký bazén. Ve volném čase vyrábí, maluje nebo si hraje s hračkami. Občas si i čte knihy. Chodí s vychovateli na hřiště, kde si hraje s ostatními dětmi. Také vymýšlí scénáře pro divadelní scény, do kterých se rády zapojí i ostatní děti.

Michal: S vychovateli chodí na dětské hřiště, kde si hraje spíše sám. Každý den si hraje na svém mobilu hry nebo poslouchá písničky. Nenavštěvuje žádné kroužky ani školní družinu, do společenských her se většinou nezapojuje, se svými hračkami si hraje jen když má vybitý mobil. Hodně času tráví pozorováním výtahů. Večer se dívá s ostatními na televizi.

Výzkumná otázka č. 2: *Jaké jsou jejich preference a specifika?*

Podrobně jsou tyto informace rozepsány v podkapitole 6.2.

Adam: Je dítě s lehkou mentální retardací. Při prožívání silné emoce silně stiskne něčí ruku. Občas se projevuje agresivním chováním. Při větší zátěži u něj můžeme pozorovat sníženou pozornost a rychlejší nástup únavy. Má rád pohybové aktivity jako je běhání a plavání. Raději si hraje s ostatními než sám. Jeho nejoblíbenější hračka je stavebnice LEGO.

Alžběta: Je spíše vůdčí osobnost a extrovert. Rychle se přizpůsobuje novým situacím. Ráda zpívá, tančí i cvičí nebo si hraje a povídá s ostatními dětmi. Chtěla by být kadeřnicí, často druhým češe vlasy. Její nejoblíbenější hra je na rodinu. Baví ji chodit nakupovat do obchodů.

Eva: Na svůj věk je rozumově vyspělá. Ráda tráví čas ve skupině se staršími. Má ráda pohyb, zvláště gymnastiku a jízdu na kolečkových bruslích. Chtěla by hrát na hudební nástroj. Vlastní několik společenských her, které často hraje s ostatními.

Tereza: Má blízký vztah k přírodě a zvířatům. Nebojí se experimentovat a zkoušet nové věci. Je tvořivá, zručná a vynalézavá. Chtěla by se stát zdravotní sestrou, kuchařkou nebo krasobruslařkou.

Jana: Je spíše vůdčí typ a ráda na sebe poutá pozornost. Ráda hraje dramatické scénky a vymýšlí příběhy. Její oblíbená hračka je plyšový tygřík. Často mluví o svých rodičích. Má ráda tvoření, vyrábění i malování a ráda hraje pexeso.

Michal: Je dítě s lehkou mentální retardací a při chůzi kulhá. Je spíše introvert a do kolektivu se příliš nezapojuje. Mezi jeho preference patří výtahy. Rád o nich mluví, sleduje videa, prohlíží si obrázky výtahů, ale nejraději výtahy jezdí. Má svůj vlastní mobil, na kterém rád poslouchá písničky a hraje hry. Jeho oblíbený televizní pořad je Pat a Mat.

Výzkumná otázka č. 3: *Jaké volnočasové aktivity můžeme těmto dětem nabídnout?*

Podrobně jsou tyto informace rozepsány v kapitole 7.

Adam: Vhodné jsou didaktické hry, také hry pro začlenění do kolektivu nebo nejrůznější venkovní pohybové hry. Důraz bychom měli dát i na odpočinkové a rekreační aktivity (poslech hudby, čtení, hry). Mohli bychom se pokusit rozšířit jeho spektrum zájmů a najít dostupný kroužek. Je tu i možnost navštívit lanové centrum či jiné zábavní centrum. Dále doporučujeme cyklovýlet, návštěva zoologické zahrady, modelování z hmoty nebo vyrábění, péče o domácího mazlíčka nebo procházky přírodou, při které by plnil úkoly. Mohli bychom zprostředkovat možnost navštěvovat snoezelen, masáže či vhodnou animoterapii.

Alžběta: Může si hrát na rodinu, na obchod s plyšáky nebo ostatními dětmi a k tomu vyrobit veškeré vybavení. Mezi odpočinkové činnosti můžeme zařadit poslouchání hudby,

vymalovávání, tvoření, sledování televize. Na její výkresy a výrobky můžeme vytvořit nástěnku nebo složku. Chtěla by se stát kadeřnicí, můžeme jí pořídit česací pannu a potřebné pomůcky. Dále můžeme doporučit arteterapii a dramaterapii.

Eva: Můžeme doporučit soutěživé hry, sportovní hry. Dále by bylo vhodné poskytnout podmínky pro hru na vybraný hudební nástroj a k tomu pořídit zpěvník populárních písní. Ráda hraje společenské hry, můžeme rozšířit její sbírku o nové a zábavné hry. Příležitostně s ní můžeme navštívit lanové centrum nebo zajít do kina. Vhodné by byly i procházky přírodou nebo cyklovýlety.

Tereza: Mohlo by se jí líbit tvoření z přírodnin, které si sama nasbírání. Dále by si mohla vyrobit herbář či fotoalbum brouků. Kdyby měla fotoaparát nebo kameru, mohla by přírodu fotit a natáčet. Mohla by si zasadit nějaké rostlinky na záhon nebo do květináče. Je zručná, mohla by šít oblečení panenkám, případně zkusit uplést třeba šálu. Ráda tvoří, můžeme s ní vyrobit sliz nebo jinou hmotu. Udělala by ji radost návštěva zoologické zahrady. Můžeme ji podpořit v chovu nějakého domácího mazlíčka.

Jana: Můžeme připravit podmínky pro hraní dramatické scénky, případně pomoci s přípravou a výrobou kostýmu a rekvizit a následně předvést scénku veřejnosti nebo pracovníkům dětského domova. Dále s ní můžeme hrát venkovní hry, navštívit laser arénu, lanové centrum nebo divadlo. Do odpočinkových činností můžeme zařadit poslouchání příběhů, čtení či sledování vhodných televizních pořadů. Ráda tvoří, můžeme hledat nejrůznější způsoby, například malování barvami na sklo nebo vyrábění modelovací hmoty. Mohla by se jí líbit dramaterapie a teatroterapie.

Michal: Vhodné by bylo zařadit hry na začlenění do kolektivu a prostřednictvím vhodných her rozvíjet jeho kognitivní a motorické funkce. Můžeme se pokusit rozšířit jeho okruh zájmů vhodným volnočasovým kroužkem. Místo her na mobilu můžeme nabídnout jiné aktivity například stavění modelů aut, vymalovávání antistresových omalovánek, hry se stavebnicí, vhodné společenské hry. Do odpočinkových aktivit bychom mohli zařadit poslouchání příběhů, klidné hry nebo pobyt ve snoezelenu. Z terapií by pro něj byla vhodná hipoterapie, canisterapie nebo felinoterapie.

8 Diskuse

V této kapitole shrneme cíle, výsledky práce a porovnáme své poznatky s jinými výzkumy. Zmíníme také limity práce a návrh do praxe. Téma volného času je stále aktuální. Hledali jsme nejvhodnější volnočasové aktivity, které mohou rozvíjet osobnost a potenciál dítěte. Pokud bychom zanedbali volný čas dětí, mohlo by v pozdějším věku dojít k rozvoji rizikového chování, ale pokud bychom dítě příliš zatěžovali nadbytkem volnočasových aktivit, mohlo by to vést k přetížení. Měli bychom zohledňovat toto hledisko a najít rozumnou hranici. Kdybychom měli zhodnotit naplnění cíle, mohli bychom říct, že jsme došli tam, kam jsme chtěli. Díky polostrukturovanému rozhovoru jsme získali potřebné informace o volném čase dětí z dětského domova a vytvořili metodiku, která nenabízí jen volnočasové aktivity, ale poukazuje na míru pedagogické podpory, dále nabízí volnočasové aktivity s ohledem na epidemiologická opatření vlády, doporučuje vhodného domácího mazlíčka a typ odměny, upozorňuje na rizika spojená s volným časem a nabízí řešení formou intervence. Tyto poznatky nám mohou pomoci při práci s vybranými dětmi a při vymýšlení zábavného programu. Zdaleka jsme neobsáhli všechny možnosti pro trávení volného času, jiní autoři by pravděpodobně našli nové i atraktivnější způsoby. My jsme brali ohled na okolní prostředí a znalost sociálních a kulturních podmínek. Doufáme, že tato doporučení ve vytvořené metodice budou užitečná a usnadní nebo zpestří vychovatelům práci.

8.1 Rešerše

Na začátku psaní práce jsme našli podobné výzkumné práce zabývající se tématem volného času dětí z dětského domova. Autoři v nich zjišťovali, jak děti tráví svůj volný čas, jaké instituce navštěvují, jestli jsou s nabídkou volnočasových aktivit spokojené nebo jaká volnočasová aktivita jim chybí. Informace získávali nejčastěji formou dotazníku nebo rozhovoru. Některých výzkumů se účastnily děti starší 12 let, které nejsou předmětem našeho šetření. Cabejšková (2015) se však ve svém výzkumu zaměřila na děti z dětského domova ve věku od 6 do 21 let. Provedla s nimi rozhovor a následně vypracovala doporučení, které konzultovala se sociální pracovníci. Ve výzkumu děti uvedly fotbal a kreslení mezi nejoblíbenější volnočasové aktivity. Více než polovina dětí navštěvuje nějaký kroužek, někteří s ním však nejsou spokojeni, nebo by chtěli navštěvovat více kroužků, ale to jim není umožněno. V našem šetření jsme také zjistili zájem převážně o sportovní aktivity. Žádné z dětí neuvědlo, že je kroužek, který navštěvují ho nebaví.

Chtěli bychom se zde zmínit o podobném výzkumu, který není zaměřený pouze na děti mladšího školního věku. Autorka zjišťuje informace o volném čase od celkem 21 dětí ve věku od 9 do 19 let, z toho 11 dětí má 12 a méně let. Pro výzkum použila dotazník i rozhovor. Ve výzkumu uvádí, že nejoblíbenější aktivity dětí jsou PC hry, sport a tanec. Dále zmiňuje, že nejméně je oblíbená četba. Většina dětí je však se svými volnočasovými aktivitami spokojena. (Bezuchová, 2012) V našem šetření jsou děti také spokojeny s trávením volnočasových aktivit, díky široké nabídce a správnému přístupu vychovatelů.

8.2 Limity výzkumného šetření

Za limitující vliv můžeme považovat světovou pandemii Covid-19, kvůli které došlo k několika omezením. Když jsme chtěli dětský domov po roce navštívit a získat doplňující informace, nebyl nám umožněn přístup. Také by bylo možné realizovat metodu pozorování při volnočasových aktivitách, ta by nám řekla více o tom, jak děti reagují při činnostech. Tato metoda však nebyla použita z epidemiologických důvodů. Z důvodu velkého počtu účastníků výzkumného šetření je rozsah práce větší. Do šetření se zapojilo šest dětí a dva vychovatelé, provedli jsme celkem osm rozhovorů, na základě kterých jsme tvořili metodiku. Příště bychom zvolili menší počet dětí. Informace o volném čase jsme získali z rozhovorů od dětí a vychovatelů. Kdybychom mohli získat více zdrojů informací, nebo provést rozhovory s psychologem či s vedoucími kroužků, kteří tyto děti dobře znají. Mohli jsme získat komplexnější informace o dětech i o jejich volném čase, ale z důvodů vládních opatření to

nebylo možné. Na druhou stranu tato pandemie rozšířila bakalářskou práci o nabídku volnočasových aktivit s ohledem na epidemiologická opatření vlády, které jsou uvedeny v metodice.

8.3 Návrh do praxe

Mohli bychom říct, že celá metodika volnočasových aktivit je doporučení pro vychovatele vybraného dětského domova pro efektivnější práci s dětmi s ohledem na jejich specifika. Proto bychom chtěli, aby se bakalářská práce dostala do rukou těchto vychovatelů a přinesla užitek. Primárně tedy slouží jako nabídka aktivit pro konkrétní děti. Ze široké nabídky volnočasových aktivit si však může rodič, vychovatel nebo i pedagog volného času vybrat činnosti, které by mohl s dětmi realizovat. Navázat by mohlo výzkumné šetření, které by zjišťovalo zájem o jednotlivé nabízené aktivity, nebo realizace podobného šetření v jiném dětském domově a následné porovnání způsobů trávení volného času. Další možností je vytvoření metodiky, ta by mohla nabízet konkrétní aktivity a hry, například didaktické nebo pro posílení vztahů v kolektivu.

Závěr

Cílem práce bylo nabídnout dětem mladšího školního věku z dětského domova širokou škálu volnočasových aktivit zohledňující jejich preference, schopnosti i osobnostní charakteristiky. Výstupem je metodika volnočasových aktivit nabízející možnosti trávení volného času nejen každému dítěti zvlášť, ale i další doporučení pro všechny vybrané děti. Volný čas má v našem životě nezastupitelné místo, proto jsme se mu v práci věnovali. Naučili jsme se ze zjištěných informací sestavit doporučení pro práci s dětmi ve volném čase. Nad každým dítětem jsme přemýšleli jiným způsobem, aby zvolené aktivity odpovídaly jeho individuálním potřebám. Při psaní nám pomohlo, že jsme s nimi mohli strávit tři týdny několik hodin denně. Díky tomu jsme měli v živé paměti naše společné zážitky a představovali si, jak by děti reagovaly na jednotlivé nabízené aktivity uvedené v metodice. Jsme vděční za možnost navrhovat a vymýšlet nabídky aktivit ve volném čase. Snažili jsem se také pružně a aktuálně reagovat na epidemiologická opatření vlády, která z důvodu ochrany obyvatel omezují některé možnosti pro trávení volného času. Museli jsme přijít s novými nápady volnočasových aktivit a zároveň hledat alternativy k jejich pravidelným činnostem. Při vymýšlení nejvhodnějších způsobů trávení volného času nás napadali nové a rozšiřující kategorie. Tím se stala tato metodika obsáhlejší a komplexnější pro práci s vybranými dětmi. Přáli bychom si, aby se bakalářská práce dostala nejen do rukou vychovatelů pracujících s těmito vybranými dětmi, ale i k vychovatelům, kteří mají zájem rozvíjet potenciál dětí ve volném čase a inspirovat se širokou nabídkou. Volný čas je totiž široký prostor pro zábavu, relaxaci i všestranný rozvoj osobnosti. Proto by každý, kdo pracuje s dětmi, neměl tento potenciál přehlížet.

Seznam použitých zdrojů

ERIKSON, Erik H., 2002. *Dětství a společnost*. Praha: Argo. ISBN 80-7203-380-8.

BENDL, Stanislav a Anna KUCHARSKÁ, 2008. *Kapitoly ze školní pedagogiky a školní psychologie: skripta pro studenty vykonávající pedagogickou praxi*. V Praze: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta. ISBN 978-80-7290-366-5.

BENDL, Stanislav, 2015. *Vychovatelství: učebnice teoretických základů oboru*. Praha: Grada. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-4248-9.

BEZUCHOVÁ, Michaela, 2012. *Volný čas dětí v dětském domově*. Liberec. Bakalářská práce. Technická Univerzita, Fakulta přírodovědně-humanitní a pedagogická, katedra pedagogiky a psychologie. Vedoucí práce PhDr. Magda Nišpanská, Ph.D.

CABEJŠKOVÁ, Denisa, 2015. *Volnočasové aktivity dětí z Dětského domova Hrotovice*. Jihlava. Bakalářská práce. Vysoká škola polytechnická. Katedra sociální práce. Vedoucí práce Mgr. Martina Černá, Ph.D.

Dejme dětem šanci. [online]. [cit. 2021-2-19]. Dostupné z: <https://www.dejmedetemsanci.cz/3/about-us/880/jak-je-to-s-detmi-z-detskych-domovu.html>

HÁJEK, Bedřich, Břetislav HOFBAUER a Jiřina PÁVKOVÁ, 2010. *Pedagogika volného času*. 2. přeprac. vyd. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta. ISBN 978-80-7290-471-6.

HÁJEK, Bedřich, Břetislav HOFBAUER a Jiřina PÁVKOVÁ, 2011. *Pedagogické ovlivňování volného času: trendy pedagogiky volného času*. Vyd. 2. aktualiz. [i.e. 3. vyd.]. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0030-7.

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

HOFBAUER, Břetislav a Michal KAPLÁNEK, 2010. *Kapitoly z pedagogiky volného času: soubor pojednání o volném čase a jeho výchovném zhodnocování*. České Budějovice: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Teologická fakulta. ISBN 978-80-7394-240- 3

KRATOCHVÍLOVÁ, Emília, Blanka KUDLÁČOVÁ, Andrej RAJSKÝ, Andrea LEHENOVÁ, Miroslav SPÁNIK, Ondrej KAŠČÁK Jozef KAPUCIAN, Zuzana KOLLÁRIKOVÁ, Ivan PODMANICKÝ, Janette GUBRICOVÁ, Viktor LECHTA, Ladislav POŽÁR a Tomáš JABLONSKÝ, 2007. *Úvod do pedagogiky*. V Trnavě: Pedagogická fakulta Trnavské univerzity. ISBN 978-80-8082-145-6.

LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ, 2006. *Vývojová psychologie*. 2. aktualiz. vyd. Praha: Grada. Psyché (Grada). ISBN 80-247-1284-9.

MIOVSKÝ, Michal, 2006. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada,. Psyché (Grada). ISBN 80-247-1362-4.

NOVOTNÁ, Lenka, Miloslava HŘÍCHOVÁ a Jana MIŇHOVÁ, 2004. *Vývojová psychologie*. V Plzni, Západočeská univerzita. ISBN 80-7043-281-0.

PÁVKOVÁ, Jiřina, 2014. *Pedagogika volného času*. V Praze: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta. ISBN 978-80-7290-666-6.

PIAGET, Jean a Bärbel INHELDER, 2007. *Psychologie dítěte*. Vyd. 5., v nakl. Portál 4. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-263-8.

PRŮCHA, Jan, Eliška WALTEROVÁ a Jiří MAREŠ, 2013. *Pedagogický slovník*. 7. aktualiz. a rozš. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0403-9.

SPOUSTA, Vladimír, Bohumír BLÍŽKOVSKÝ, Stanislava KUČEROVÁ, Milan PŘADKA, Otto ČAČKA, Milan GALVAS, Evžen ŘEHULKA, Stanislav STŘELEČEK, Ivan ŠMAHEL, Pavel PÁCL a Jaroslav ŘEZÁČ. 1994. *Teoretické základy výchovy ve volném čase*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita v Brně. 183 s. ISBN 80-210-1007-X.

ŠIMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, Jitka, 2013. *Vývojová psychologie: studijní opora*. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě. ISBN 978-80-7464-302-6.

ŠVARŤÍČEK, Roman a Klára ŠEĎOVÁ, 2014. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Vyd. 2. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0644-6

Úmluva o právech dítěte. [online]. [cit. 2021-2-19]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/1991-104>

VÁGNEROVÁ, Marie, 2012. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Vyd. 2., dopl. a přeprac. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-2153-1.

VÁŽANSKÝ, Mojmír, 2001. *Základy pedagogiky volného času*. 2. dopl. vyd. Brno: Printypia, spol. ISBN 80-86-384-00-4.

Vyhláška č. 74/2005 SB., o zájmovém vzdělávání. [online]. [cit. 2020-14-12]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2005-74>

VYHNÁLKOVÁ, Pavla, 2013. *Základy pedagogiky volného času*. Olomouc: Agentura Gevak s.r.o. ISBN 978-80-86768-73-1.

Zákon č. 109/2002 Sb., o výkonu ústavní výchovy nebo ochranné výchovy ve školských zařízeních a o preventivně výchovné péči ve školských zařízeních a o změně dalších zákonů. [online]. [cit. 2021-1-5]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2002-109>

Seznam tabulek

Tabulka č. 1 – Doporučení volnočasových aktivity pro děti mladšího školního věku v dětském domově

Tabulka č. 2 – Doporučení volnočasových aktivit pro Adama

Tabulka č. 3 – Doporučení volnočasových aktivit pro Alžbětu

Tabulka č. 4 – Doporučení volnočasových aktivit pro Evu

Tabulka č. 5 – Doporučení volnočasových aktivit pro Michala

Tabulka č. 6 – Doporučení volnočasových aktivit pro Terezu

Tabulka č. 7 – Doporučení volnočasových aktivit pro Janu

Seznam příloh

Příloha č. 1 – Informovaný souhlas

Příloha č. 1 – Informovaný souhlas

Informovaný souhlas

Byl/a jsem seznámen/a s podmínkami, cílem a obsahem rozhovoru pro účely bakalářské práce Zdislavy Putnové s názvem „Volnočasové aktivity dětí mladšího školního věku ve vybraném dětském domově“.

Rozumím jim a souhlasím s nimi. Souhlasím s účastí na rozhovoru. Dávám své svolení Zdislavě Putnové, aby materiál, který jsem jí poskytl/a, použila za účelem sepsání bakalářské práce.

Souhlasím se způsobem, jak bude zachována důvěrnost a jak bude má identita chráněna během rozhovoru i po jeho skončení.

Souhlasím s nahráváním rozhovoru a s analýzou výsledného záznamu.

Dávám souhlas k tomu, že se mohou v bakalářské práci citovat informace, které jí poskytují.

Rozumím tomu, že pokud se v průběhu rozhovoru objeví pro mě obtížná témata, mohu odmítnout odpovědět na jakoukoliv otázku nebo kdykoliv ukončit rozhovor.

Jméno

Podpis

Datum

Anotace

Jméno a příjmení:	Zdislava Putnová
Katedra:	Ústav speciálněpedagogických studií
Vedoucí práce:	Mgr. Kristýna Krahulcová, Ph.D.
Rok obhajoby:	2021

Název práce:	Volnočasové aktivity dětí mladšího školního věku ve vybraném dětském domově
Název v angličtině:	Leisure Activities of Children of Younger School Age in a Selected Children's Home
Anotace práce:	Bakalářská práce se zaměřuje na volný čas dětí mladšího školního věku v dětském domově v Olomouckém kraji. Zjišťuje, jak děti tráví svůj volný čas, jaké jsou jejich preference, individuální zájmy a přání. Výzkumné šetření bylo provedeno kvalitativní formou prostřednictvím polostrukturovaného rozhovoru. Cílem je vytvořit metodiku, která by navrhovala možnosti trávení volného času s ohledem na specifika těchto dětí. Zaměříme se také na volnočasové aktivity, které je možné vykonávat s ohledem na epidemiologická opatření vlády kvůli onemocnění Covid-19.
Klíčová slova:	děti mladšího školního věku, volný čas, pedagogika volného času, volnočasové aktivity, dětský domov
Anotace v angličtině:	The bachelor's thesis focuses on the free time of children of younger school age in the Children's Home in the Olomouc region. Finds out how children spend their free time, what their preferences, individual interests and wishes are. The research was conducted in a qualitative form through a semi-structured interview. The aim is to create a methodology that would suggest the possibility of spending free time with regard to the specifics of these children. We will also focus on leisure activities that can be conducted with respect to the government's epidemiological measures due to Covid-19.

Klíčová slova v angličtině:	children of younger school age, free time, pedagogy of leisure time, leisure activities, children's home
Seznam tabulek:	<p>Tabulka č. 1 Doporučení volnočasových aktivity pro děti mladšího školního věku v dětském domově</p> <p>Tabulka č. 2 Doporučení volnočasových aktivit pro Adama</p> <p>Tabulka č. 3 Doporučení volnočasových aktivit pro Alžbětu</p> <p>Tabulka č. 4 Doporučení volnočasových aktivit pro Evu</p> <p>Tabulka č. 5 Doporučení volnočasových aktivit pro Michala</p> <p>Tabulka č. 6 Doporučení volnočasových aktivit pro Terezu</p> <p>Tabulka č. 7 Doporučení volnočasových aktivit pro Janu</p>
Přílohy vázané v práci:	Příloha č.1 Informovaný souhlas
Rozsah práce:	78 s.
Jazyk práce:	český jazyk