

Univerzita Palackého v Olomouci
Přírodovědecká fakulta
Katedra geografie

Bc. Aneta ŠLECHTOVÁ

**KVALITA ŽIVOTA A RIZIKOVÉ CHOVÁNÍ
DOSPÍVAJÍCÍCH (PŘÍPADOVÁ STUDIE NOVÉ MĚSTO
NA MORAVĚ)**

Diplomová práce

Vedoucí práce: RNDr. Tatiana Mintálová, Ph.D

Olomouc 2017

Bibliografický záznam

- Autor:** Bc. Aneta Šlechtová (R140234)
- Studijní obor:** Regionální geografie
- Název práce:** Kvalita života a rizikové chování dospívajících (případová studie Nové Město na Moravě)
- Title of thesis:** Quality of life and adolescents risk behaviour (case study of Nové Město na Moravě city)
- Vedoucí práce:** RNDr. Tatiana Mintálová, Ph.D
- Rozsah práce:** 116 stran, 4 strany vázaných příloh
- Abstrakt:** Cílem diplomové práce je analyzovat kvalitu života a životního stylu v Novém Městě na Moravě. Práce se zabývá lokalizací území, jeho fyzicko-geografickou a socioekonomickou charakteristikou, vymezením atributů kvality života a analýzou kulturního vyžití a služeb pro sport a volný čas. Dále je také zkoumán pohled adolescentů na kvalitu života a jejich životní styl ve vymezeném území. V rámci práce bylo provedeno dotazníkové šetření na středních školách v Novém Městě na Moravě.
- Klíčová slova:** kvalita života, životní styl, Nové Město na Moravě, dotazníkové šetření
- Abstract:** The aim of the thesis is to analyze quality of life and lifestyle in Nové Město na Moravě. The thesis deals with localization of the territory, his physical-geographical and socioeconomic characteristics, determination of quality of life attributes and analysis of cultural enjoyment and services for sport and leisure time. Further, the adolescents quality of life and lifestyle view is examined in determinated area. In terms of the thesis, the questionnaire survey was effected in high schools in Nové Město na Moravě.
- Keywords:** quality of life, lifestyle, questionnaire survey, Nové Město na Moravě

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci magisterského studia oboru Regionální geografie vypracovala samostatně pod vedením RNDr. Tatiány Mintálové, Ph.D.

Všechny použité materiály a zdroje jsou citovány s ohledem na vědeckou etiku, autorská práva a zákony na ochranu duševního vlastnictví.

V Olomouci 24. dubna 2017

podpis _____

Ráda bych poděkovala RNDr. Tatianě Mintálové za její odborné vedení, spolupráci, připomínky, cenné rady a v neposlední řadě za její ochotu. Velké díky patří bezesporu všem respondentům, kteří mi umožnili na základě dotazníkového šetření vypracovat výzkum na dané téma. Děkuji také rodině za podporu při studiu.

ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Aneta ŠLECHTOVÁ**
Osobní číslo: **R140234**
Studijní program: **N1301 Geografie**
Studijní obor: **Regionální geografie**
Název tématu: **Kvalita života a rizikové chování dospívajících (případová studie Nové Město na Moravě).**
Zadávající katedra: **Katedra geografie**

Z á s a d y p r o v y p r a c o v á n í :

Cílem práce bude analýza způsobu trávení volného času a dostupnosti služeb pro trávení volného času adolescentů městských částí Nového Města na Moravě. V rámci šetření budou zkoumány vybrané socioekonomické a psychosociální charakteristiky a ukazatele životního stylu respondentů, jejich postoje k problematice životního stylu a zdraví. Dále budou zjišťovány názory respondentů na kvalitu životního prostředí v místě, kde žijí.

Doporučená struktura práce:

ÚVOD

1 Cíle a metodika práce (formulace hlavních cílů práce i dílčích)

2 Rešerše literatury

3 Teoretická část (definice základních pojmů - kvalita života, volný čas, životní styl apod., geografické výzkumy s podobným zaměřením)

3 Analytická část (charakteristika města, poloha, dělení, demografická charakteristika, vybavení domácností apod., vybavení službami - dostupnost služeb, zelené plochy apod.)

4 Praktická část

Dotazníkové šetření Metodika dotazníkového šetření (Kdy se dělalo, kde se dělalo, jak se dělalo, kolik respondentů se zúčastnilo, popis dotazníku atd.), Charakteristika výzkumné vzorky (charakteristika respondentů - počet, poměr mužů a žen, věk, zaměstnání atd.)

Analýza trávení volného času respondentů vyhodnocení dotazníkového šetření

Srovnání dotazníkového průzkumu s adolescenty se ŠŠ Olomouce

Závěry vyplývající z dotazníkového šetření

ZÁVĚR

Seznam použité literatury

Seznam obrázků, grafů a tabulek

Přílohy

Příloha zadání diplomové práce

Seznam odborné literatury:

- ANDRÁŠKO, I. (2008): Hlavné komponenty spokojnosti s kvalitou životných podmienok v mestských štvrtiach Bratislavy. In: Kallabová, E., Smolová, I., Ira, V. a kol.: Změny regionálních struktur České republiky a Slovenské republiky. Ústav Geoniky AV ČR a UP v Olomouci, Brno, s. 7479.
- BIANCHI, G. Dá sa kvalita života merať? . Životné prostredie : revue pre teóriu a tvorbu životného prostredia. 2005, roč. 39, s. 285-289.
- Dzúrová, D., Spilková, J., Pikhart, H. (2010): Social inequalities in alcohol consumption in the Czech Republic: A multilevel analysis. *Health and Place*, 16(3), 590-597. IF=2,669
- GONDOVÁ, G. (2004): Životný štýl obyvateľov v suburbánnej zóne Prahy. Magisterská práca. Univerzita Karlova v Praze, Přírodovědecká fakulta, katedra sociální geografie a regionálního rozvoje, Praha, 109 s.
- HOLOUŠOVÁ, D., VYHNÁLKOVÁ, P., PĚČKOVÁ, L. (ed.) (2009): Výchova žáků základní školy ke zdravému životnímu stylu : sborník mezinárodní studentské spolupráce. 1. vyd. Olomouc : Votobia Olomouc, 2009. 169 s. ISBN 978-80-7220-317-8.
- IRA, V., MICHÁLEK, A., PODOLÁK, P. Kvalita života a jej regionálna diferenciácia v Slovenskej republike. Životné prostredie : revue pre teóriu a tvorbu životného prostredia. 2005, roč. 39, č. 6, s. 291-294.
- IRA, V., ANDRÁŠKO, I. (2007): Kvalita života z pohľadu humánnej geografie. *Geografický časopis*, 59, č. 2, s. 159179.
- KŘIVOHLAVÝ, J. Psychologická pojetí a způsoby zjišťování kvality života [online]. 2001 [cit. 2006-12-29]. WWW: <http://www.volny.cz/j.krivohlavy/clanky/c.kvalita.html>.
- Kážmír, L., Dzúrová, D., Csémy, L., Spilková, J. (2014): Multiple health risk behavior in Czech adolescents: family, school and geographic factors. *Health and Place* 29(9); 18-25. IF=2,435
- MEDERLY, P., TOPERCER, J., NOVÁČEK, P. Indikátory kvality života a udržitelného rozvoje : kvantitativní, vícerozměrný a variantní přístup. Praha : UK FSV CESES, 2004. 117 s. ISBN 80-239-4389-8.
- MURGAŠ, F. Index kvality života v krajoch Slovenska a jeho indikátory. In NOVÁČEK, P.,
- PHILLIPS, B. E. (1996): *City Lights. Urban-Suburban Life in the Global Society*. Second edition. Oxford University Press, Oxford. 592 stran.
- POTŮČEK, M. et al. Průvodce krajinou priorit pro Českou republiku. Praha : Centrum pro sociální a ekonomické strategie, Univerzita Karlova, 2002. [online]. [cit. 2007-05-02]. Dostupný z WWW: <http://martinpotucek.cz/download/books/pruvodce.pdf>.
- PULLMANN, R., KOMPIŠ, D., BOCHNÍČKOVÁ, D. Kvalita života : Můžeme kvalitu života merať?. In *Kvalita života : Zborník z konferencie*. Bratislava : Slovenská lekárska spoločnosť, 2007.
- ROGERSON, R. J., FINDLAY, A. M., MORRIS, A. S. (1989): Indicators of quality of life: some methodological issues. *Environment and Planning A*, 21, s. 16551666.
- SPIPKOVÁ, J (2013): Leisure time preferences and health risk behavior of teenagers in the post-communist Central European countries. *Children's geographies*. DOI: 10.1080/14733285.2013.848742. IF=1,263
- A case study of teenagers in Czech malls. *Sociologický časopis/Czech Sociological Review*, 47(3), 565586. IF=0,357

SPIPKOVÁ, J., DZÚROVÁ, D. (2012): Life style changes and risk behavior among Czech teenagers. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 50, 614-622.

SPIPKOVÁ, J., DZÚROVÁ, D. (2012): The quality of life and risk behavior of teenagers in the mirror of the ESPAD data. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 35, 237-244.

SPIPKOVÁ, J., DZÚROVÁ, D., PIKHART, H. (2011): Inequalities in smoking in the Czech Republic: Societal or individual effects? *Health and Place*, 17(1), 215-221. IF=2,669

TOUŠEK, V., VITURKA, M. (1979): Metoda faktorové analýzy a její aplikace ve výzkumu prostorových struktur. *Zprávy GGÚ ČSAV, Brno*, č. 5-6, s. 132148.

- Centrum výzkumu zdravého životního stylu UP Olomouc
- Špaček Ondřej: Typologie životního stylu a jeho sociální diferenciacce
- Databáze ESPAD

Rozsah grafických prací: **Podle potřeb zadání**
Rozsah pracovní zprávy: **20 000 - 24 000 slov**
Forma zpracování diplomové práce: **tištěná/elektronická**
Seznam odborné literatury: **viz příloha**

Vedoucí diplomové práce: **RNDr. Tatiana Mintálová, Ph.D.**
Katedra geografie

Datum zadání diplomové práce: **25. listopadu 2014**
Termín odevzdání diplomové práce: **10. dubna 2016**

Prof. RNDr. Ivo Frébort, CSc., Ph.D.
děkan

L.S.

Doc. RNDr. Zdeněk Szczyrba, Ph.D.
vedoucí katedry

V Olomouci dne 25. listopadu 2014

OBSAH

ÚVOD.....	11
1 CÍLE A METODIKA PRÁCE.....	12
1.1 Cíle práce.....	12
1.2 Metodika práce a rešerše literatury	12
2 TEORETICKÁ ROVINA	15
2.1 Kvalita života	15
2.1.1 Definice pojmu kvalita života	15
2.1.2 Dimenze a oblasti výzkumu kvality života	17
2.1.3 Indikátory kvality života.....	19
2.1.4 Výzkumy v oblasti kvality života a životního stylu	20
2.2 Životní styl	21
3 ANALYTICKÁ ČÁST.....	23
3.1 Lokalizace sledovaného území.....	23
3.2 Fyzicko-geografická charakteristika	26
3.3 Sociálně-geografická charakteristika	27
3.4 Vybrané atributy hodnocení kvality života a životního stylu města Nové Město na Moravě	32
3.4.1 Domy a byty	32
3.4.2 Vybavenost domácností.....	34
3.4.3 Sociální a kulturní infrastruktura.....	35
3.5 Kultura, sport a volný čas.....	39
3.5.1 Kulturní vyžití	39
3.5.2 Služby pro sport a volný čas.....	41
4 DOTAZNÍKOVÉ ŠETŘENÍ.....	53
4.1 Cíl a metodika dotazníkového šetření	53
4.2 Charakteristika výzkumného vzorku.....	53
4.3 Vyhodnocení dotazníkového průzkumu.....	58
4.3.1 Hodnocení kvality prostředí a kvality služeb pro volný čas.....	58
4.3.2 Životní styl a zdravá výživa	75
4.3.3 Pitný režim	80
4.3.4 Rizikové faktory životního stylu	83

4.3.5 Pohybové aktivity	87
4.3.6 Volný čas	90
4.3.7 Sebehodnocení.....	95
4.4 Závěry vyplývající z dotazníkového šetření.....	98
4.5 Porovnání dotazníkového průzkumu s adolescenty ze SŠ Olomouc a Prostějov...100	
ZÁVĚR	103
SUMMARY	105
POUŽITÁ LITERATURA A INFORMAČNÍ ZDROJE	106
SEZNAM POUŽITÝCH ZKRATEK	114
SEZNAM PŘÍLOH.....	116

ÚVOD

Kvalitu života je možné označit za velice obsáhlý a široký pojem, jehož výzkum postupně získává na větší popularitě napříč vědními obory. Otázkou kvality života se lidé zabývají již od pradávna, je ale zřejmé, že to, co my dnes nazýváme kvalitou života, je zcela odlišné.

Na hodnocení kvality života v současnosti používáme široké spektrum ukazatelů, které můžeme rozdělit do dvou základních skupin a to na objektivní a subjektivní ukazatele.

Podmínky a vlivy okolí jsou z větší části interpretovány jako objektivní dimenze kvality života, subjektivní dimenze představuje souhrn subjektivních názorů a pohledů každého člověka, jeho temperament či individuální systémy hodnot a schopnost adaptace. Tato práce se zabývá zkoumáním objektivní i subjektivní dimenze kvality života. Jedním z výsledků působení těchto vstupů je specifický způsob percepce a hodnocení okolního prostředí, resp. kvality života v něm. Práce se zabývá výzkumem v městském prostředí. Ačkoliv neexistuje přesná definice termínu urbánní kvalita života, její obsah a výzkum spočívá v první řadě v poznání subjektivního kvalitativního hodnocení městského prostředí jeho obyvateli.

Důležité je analyzovat také životní styl dospívajících, který dle mého názoru značně souvisí s kvalitou života v dané lokalitě. Chování a životní styl v dospělosti jsou výsledkem vývoje v dětství a dospívání. Mladí, dospívající lidé by měli být cílovou skupinou preventivních snah v oblasti životního stylu a zdraví. Je zřejmé, že současná mládež vykazuje stále vzrůstající trend rizikového chování, zahrnující konzumaci drog a prezentuje se také určitou ztrátou tradičních hodnot jako výsledek složitých vztahů v současné transformující se společnosti.

Tato práce je rozdělena do čtyř hlavních kapitol. V první kapitole jsou popsány cíle a metodika práce. Druhá kapitola se zabývá vymezením základních pojmů a definic této práce. V analytické části je popsána charakteristika města Nové Město na Moravě. Obsahuje lokalizaci vybraného území, fyzicko-geografickou a socioekonomickou charakteristiku území, atributy kvality života a v neposlední řadě jsou zde popsány služby v oblasti sportu a volnočasových aktivit. Poslední kapitola je věnována vyhodnocení dotazníkového šetření, porovnání životního stylu a kvality života s případovými studiemi ve městech Olomouc a Prostějov a jsou vyřčeny závěry vycházející z toho průzkumu.

1 CÍLE A METODIKA PRÁCE

1.1 Cíle práce

Hlavním cílem této diplomové práce je analyzovat kvalitu života a životního stylu u dospívajících v místních a městských částech Nového Města na Moravě. Tomu bude předcházet analýza způsobu trávení volného času a dostupnosti služeb, které jsou určeny pro volnočasové aktivity adolescentů. Dále bude provedeno dotazníkové šetření. V rámci tohoto šetření budou zkoumány vybrané socioekonomické a psychosociální charakteristiky a ukazatele životního stylu žáků vybraných středních škol ve vymezeném území a také jejich postoje k problematice kvality života, životního stylu a zdraví.

Cíle práce budou naplněny prostřednictvím dílčích cílů. Jedná se o teoretické vymezení základních pojmů v problematice kvality života a životního stylu, vymezení daného území, fyzicko-geografická a socioekonomická charakteristika území, zhodnocení jednotlivých atributů kvality života a životního stylu a zhodnocení poskytovaných služeb v rámci trávení volného času. Důležitou částí je vyhodnocení dotazníkového šetření a následná analýza a závěry vyplývající z provedeného výzkumu. Dotazníkové šetření bude zaměřeno na tato témata: bydlení a lokalita bydliště, zdravá výživa, pitný režim, rizikové faktory, pohybové aktivity, volný čas a sebehodnocení.

1.2 Metodika práce a rešerše literatury

Teoretická část práce informuje o problematice kvality života a životního stylu. Definuje základní pojmy této problematiky a nastiňuje dimenze a oblasti výzkumu kvality života. V této části byla stěžejní práce s vybranými literárními zdroji, jak od českých, slovenských, tak i zahraničních autorů. Nejprve byla literatura nastudována, poté byly vybrány důležité informace, které jsou obsaženy v kapitole teoretická rovina. Využitá literatura byla dostupná na internetových stránkách licencovaných databází Scopus či JSTOR, dále na serveru Google Scholar, v univerzitní knihovně a Vědecké knihovně v Olomouci. Byli vybráni autoři, kteří se danou problematikou zabývají dlouhodobě. Z citovaných zahraničních autorů se jedná o: M. Pacione, B. Shulmana, H. Mosaka, Hancock, M. Schneider či C. A. Lanteigne.

Z českých a slovenských autorů se danou problematikou zabývá především: I. Andráško, V. Ira, F. Murgaš, V. Kebza, J. Spilková a D. Džurová.

Při definování pojmu kvalita života bylo čerpáno z prací zabývajících se kvalitou života od F. Murgaše, L. Svobodové, I. Andráška či Hancocka. Definace pojmu byly vybrány z děl

osob, které se tímto tématem důkladně zabývají. Jednalo se o autory Borwick-Duffy, Falce and Perry, Massam, Timorackého, Andráška či Iru. Dimenze a oblasti výzkumu nejlépe zhodnotil ve svých pracích I. Andráško. Indikátory kvality života vymezilo také množství autorů, v práci bylo čerpáno z děl od Iry, Vaňurové, Andráška či Godora a Horňáka. Kapitola zabývající se životním stylem čerpala informace z literatury od Kubátové, Linhart, Smolíka, Spilkové, Džurové či Csémy.

Na teoretickou část navazuje část analytická, k jejímu vypracování byly použity literární zdroje, ale především zdroje elektronické. Tato část práce se zabývá lokalizací daného území, fyzicko-geografickou a socioekonomickou charakteristikou a vybranými atributy hodnocení kvality života a životního stylu. Podkapitola lokalizace území vychází ze Strategického plánu rozvoje Nového Města na Moravě z roku 2008 a z vlastních poznatků. Do této kapitoly byly vloženy mapy, které jsem vytvořila v softwaru ArcGIS a jeho aplikaci ArcMap od firmy ESRI. Data pro tvorbu map byla získána z digitální vektorové geografické databáze České republiky ArcČR 500, z geoportálu Českého úřadu zeměměřického a katastrálního (ZABAGED základní báze geografických dat České republiky – komplexní digitální geografický model území České republiky). Následuje kapitola fyzicko-geografická charakteristika, která čerpá ze Zeměpisného lexikonu ČR od Demka, dále byla použita publikace od Svobody a internetového portálu Agentury ochrany přírody a krajiny České republiky a Strategického plánu rozvoje Nového Města na Moravě. Data pro sociálně-geografickou charakteristiku byla převážně zjištěna z webových stránek ČSÚ, Regionálního informačního servisu a Integrovaného portálu MPSV. Informace k vybraným atributům hodnocení kvality života a životního stylu byly zjišťovány především ze Strategického plánu rozvoje Nového Města na Moravě, ČSÚ a dále z oficiálních stránek jednotlivých zařízení a institucí. Do této kapitoly byly zařazeny atributy, které jsou dle mého názoru důležité z hlediska určení kvality života a životního stylu v lokalizovaném území. Důležitou kapitolou práce je kultura, sport a volný čas, v této kapitole bylo zanalyzováno kulturní vyžití, ale především služby pro sport a volný čas. Jednalo se jak o sportovní kluby, tak místa určená pro sport či odpočinek. Informace byly zjišťovány především z oficiálních stránek zařízení. Byla vytvořena mapa, ve které jsou zaznačena důležitá zařízení a sportoviště pro využití volného času.

Stěžejní částí celé práce je dotazníkové šetření, které probíhalo na středních školách v Novém Městě na Moravě. Skládalo se z 29 položených otázek, jednalo se o 4 otevřené otázky, 4 polootevřené otázky a 21 uzavřených otázek. Dotazníkové šetření proběhlo v říjnu 2016. Dotazníky byly zpracovány jednak elektronickou formou pomocí služby Google docs –

formuláře, a také formou tištěného dotazníku. Dotazníky byly zpracovány a graficky vymodelovány v programu Microsoft excel, kde byly vytvořeny výsledné grafy a tabulky. V rámci vyhodnocení dotazníkového šetření byly také vytvořeny mapy, které byly stejně jako předchozí mapy vytvořeny v aplikaci ArcMap. Na závěr byly výsledky dotazníkového šetření porovnány s případovými studii měst Olomouc a Prostějov. Jednalo se o bakalářské práce M. Melnické – Hodnocení životního stylu a potřeb žáků středních škol ve městě Olomouc a M. Novákové – Životní styl a kvalita života adolescentů (případová studie Prostějov).

2 TEORETICKÁ ROVINA

2.1 Kvalita života

Existuje více názorů na počátky výzkumu této problematiky, ale je možné říci, že zájem o kvalitu života je pravděpodobně starý jako lidstvo samo. Výzkum této problematiky se etabloval jako výzkumné téma okolo roku 1960 (Potůček 2002). Ovšem pojem kvalita života byl historicky poprvé zmíněn autorem Pigou v roce 1920 v práci, která se zabývala ekonomikou a sociálním zabezpečením. Tato práce nezaznamenala ohlasy a pojem kvality života byl znovu objeven až po druhé světové válce. Pojem kvalita života začal být zkoumán jako alternativa ekonomicky chápané životní úrovně a bohatství (Vařurová 2006).

V 70. letech minulého století byla vydána řada publikací, které se zabývaly definováním pojmu kvalita života. Mezi hlavní problémy patřilo stanovení indikátorů kvality života (Vařurová 2006).

Mezi hlavní příčiny, díky kterým se dostala do popředí problematika kvality života, patří ekonomický růst a rozvoj vědy, který vytváří možnosti bezproblémově uspokojovat primární materiální potřeby občanů. Druhou příčinou je pravděpodobně dopad ekonomického růstu, který zároveň způsobuje ohrožení zdraví a lidské existence (Vařurová, Mühlpachr 2005).

V současnosti je kvalita života nedílnou součástí všech vědních oborů. Vymezení pojmu a volba měřicího nástroje závisí na účelu měření kvality života (Vařurová 2006).

2.1.1 Definice pojmu kvalita života

Kvalita života je jedním z konceptů usilujících o pochopení, popsání a kvalifikaci složitosti současného světa. Je konceptem nesmírně složitým, interdisciplinárním a multidimenzionálním (Heřmanová 2012 in Murgaš 2013). Dotýká se pochopení lidské existence, smyslu života a samotného bytí. Zkoumá psychologické, sociální, duchovní, materiální a další podmínky pro zdravý a šťastný život člověka. Od druhé poloviny 20. století začínají pojem kvality života zkoumat různé vědní disciplíny. Předmětem zájmu byla především materiální stránka života společnosti jako celku, která byla založena na objektivizovaném pojetí kvality života. Postupně je možné zaznamenat silící proud významu právě nematerialistické stránky a posun k subjektivnímu vnímání a hodnocení kvality života jedince (Rapley 2003 in Svobodová 2008).

Kvalita života představuje fenomén, který nebyl doposud ve vědecké literatuře jednoznačně definovaný. I přes relativní popularitu, kterou si kvalita života postupně získala, nebyl dosažený konsenzus týkající se relevantní terminologie, metod výzkumu anebo kritérií,

které ji tvoří (Mitchell et al. 2001 in Andráško 2007). Nejlépe tuto skutečnost vystihují Bowling and Brazier 1995 in Hancock 2000, kteří uvádí, že výzkum kvality života dnes zahrnuje množství společenských věd, jako je: sociologie, psychologie, geografie, ekonomie, historie, medicína, farmacie, vzdělání, kriminologie, architektura, doprava, ale také oblast umění, příjmů, zaměstnanosti, komunity a životního prostředí a marketingová oddělení komerčních podniků. Přes všechny tyto činnosti, není shoda o tom, co je kvalita života.

Autoři knih a článků věnující se kvalitě života se pokusili určitým způsobem tento termín vymežit.

- **WHO (1993)** – Světová zdravotnická organizace definuje kvalitu života jako: *„vnímání lidí a jejich životních pozic v kontextu kultury a hodnotových systémů, v nichž lidé žijí, a ve vztahu k jejich cílům, očekáváním, standardům, zájmům, starostem a obavám“* (Kebza 2005, s. 57).
- **Bortwick-Duffy (1993)** – vymezuje tři možné pohledy na kvalitu života – spokojenost člověka s jeho životními podmínkami, kvalita životních podmínek života a komplexní pohled, ten vzniká kombinací dvou předešlých pohledů (Andráško 2011).
- **Falce a Perry (1995)** – hodnotili kvalitu života jako výsledek vzájemného působení kvality životních podmínek a spokojenosti s nimi, hodnocený přes filtr osobních očekávání, nároků a také postojů.
- **Timoracký (2002)** – kvalita života je výsledkem vzájemného působení sociálních, zdravotních, ekonomických a environmentálních podmínek, které se týkají lidského a společenského rozvoje. Na jedné straně představuje objektivní podmínky pro dobrý život a na druhé straně subjektivní prožívání dobrého života (Ira 2008).
- **Ira (2002)** – kvalita života je pojem velmi komplexní a je těžké ho přesně identifikovat, neboť nepředstavuje jen materiální hodnoty a potřeby, ale i post materiální hodnoty (Godor a Hoňák 2010).
- **Massam (2002)** – studoval kvalitu života vzhledem k určitému místu. Vstupem do studie byla příčina atraktivity daného místa, výstupem je pak výsledek vnímání podmínek a míry do jaké byly naplněny očekávání a touhy osob (Andráško 2011).
- **Andráško (2008)** – kvalita života je míra, s jakou soubor charakteristik života jednotlivce splňuje jeho individuální nároky a požadavky (Andráško 2011).
- **Andráško (2010)** – vidí dva klasické přístupy. Kvalitu života člověka nebo skupiny lidí a kvalitu života v rámci území. Do značné míry se tyto dva přístupy

ovlivňují. Hlavní je vztah člověka s jeho prostředím a jeho specifika, např. místo bydlení (Andráško 2011).

Tento uvedený přehled definic není zdaleka kompletní a spíše naznačuje různé pohledy na problematiku kvality života a její chápání.

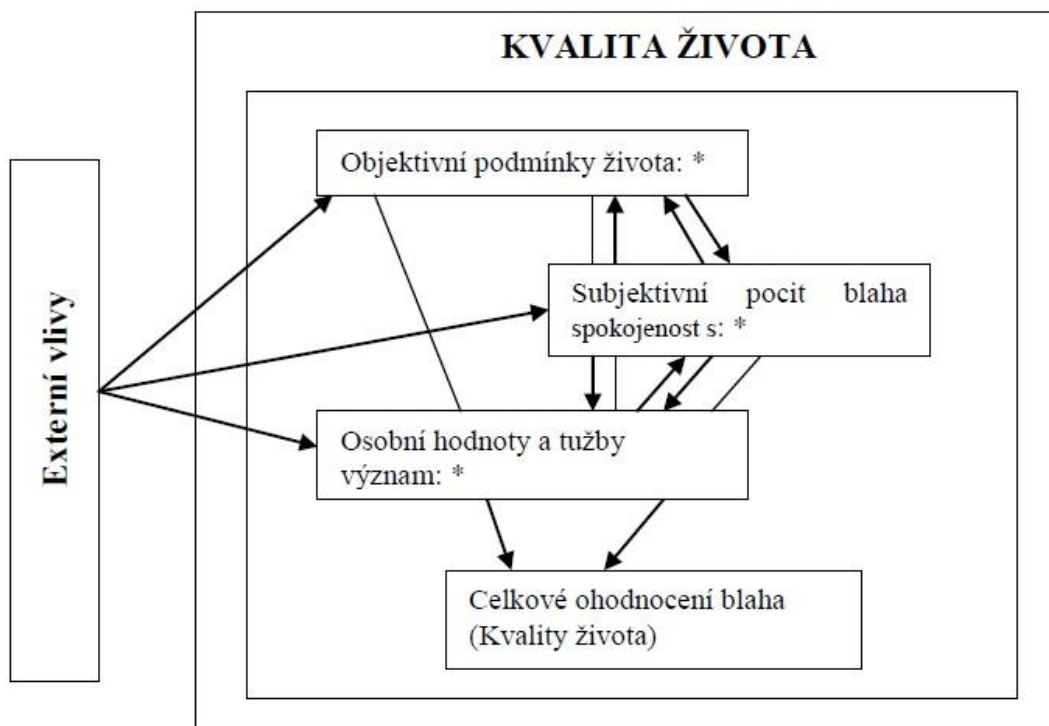
Z geografického hlediska lze chápat pojem kvalita života jako sumu kvalit života jednotlivců nebo obyvatel daného prostoru (Ira 2008).

Při studiu kvality života je potřeba brát v úvahu také vývoj, proměny v prostoru i čase, společenské souvislosti a další aspekty, které s tímto tématem souvisí (Payne 2005).

2.1.2 Dimenze a oblasti výzkumu kvality života

Kvalitu života rozděluje většina autorů na dvě dimenze, které se vzájemně prolínají. Jedná se o dimenzi subjektivní a objektivní. Objektivní dimenze označuje vliv podmínek (sociálních, ekonomických a environmentálních) prostředí na život člověka. Druhá dimenze – subjektivní se zaměřuje na individuální aspekty člověka, jako je percepce, názory, pocity a jiné. Je možné se na kvalitu života dívat jako na výsledek vzájemného působení těchto dvou dimenzí, resp. vzájemnou interakci mezi vnějšími vlivy a vnitřním „prostředím“ člověka (Andráško 2007). Můžeme se setkat také s termíny externí a interní dimenze (Jones 2002 in Andráško 2007). Mezi těmito dimenzemi existuje jakási dualita, což naznačuje existenci obou dimenzí, otázkou však zůstává, do jaké míry se navzájem ovlivňují a jaká je jejich hierarchie. Pacione (2003 in Andráško 2007) se domnívá, že subjektivní dimenze je nadřazené dimenzi objektivní. Existují také názory, že obě dimenze jsou na sobě nezávislé.

Autoři David Felce a Jonathan Perry vytvořily v roce 1995 přehledný model kvality života (Obr. 1). V tomto grafu se odráží subjektivní stránky jedince za stálého působení externích vlivů na jednotlivé složky zkoumaných faktorů.



*) fyzické blaho, materiální b., sociální b., emoční b., rozvoj a aktivit

Obr. 1 Model kvality života dle Davida Felce a Jonathana Perry

Zdroj: Felce a Perry 1995

Kvalitu života je možné rozdělit na několik oblastí. Dissart a Deller (2000) tvrdí, že oblastí života je nekonečně mnoho. Jako klíčové oblasti označili: osobnost, sociální podporu/zabezpečení, spokojenost s určitými oblastmi běžného života, environmentální a ekonomické faktory, zdraví a nepříznivé a stresující události nebo vlivy.

Předpokladem uplatnění geografie při výzkumu kvality života je přesvědčení, že kvalita života se mění nejen od člověka k člověku, ale i v závislosti od místa k místu. Individuální prostor každého jedince je odlišný, ale i tak existují určité možnosti vymezení území, na kterých se lidské aktivity prolínají, setkávají a koncentrují. Typický je výzkum kvality života lidí, kteří obývají určité specifické území - region, město, městskou část apod. (van Kamp et al. 2003 in Ira, Andráško 2007). Kvalita života je stále populárnější, jsou prováděny výzkumy na úrovni státu, měst a menších obcí, i přesto není podporován jednotný ukazatel, který by mohl být využit na úrovni měst, stejně jako existuje Human Development Index pro porovnání jednotlivých zemí světa (C. A. Lanteigne 2005).

Tuto práci je možné zařadit do problematiky kvality urbánního života. Dle Pacione (2003b), který se domnívá, že kvalita urbánního života je originální kvalitou života, za dimenzi specifickou pro ni považuje společenské skupiny ve městě. Murgáš (2013, s. 6)

tvrdí: „Pravděpodobně nejdůležitější součástí geografického zkoumání kvality života je kvalita městského života. U regionů, především na hierarchické úrovni velkých regionů (kraje či státy) osobní dimenze kvality života ustupuje do pozadí ve srovnání s prostorovou dimenzí. V případě měst jsou v kvalitě jejich městského života obě dimenze ve vyváženém poměru. To znamená, že koncept kvality městského života je nejbližší ideálu, kterým je holistické chápání kvality života.“ Ve vztahu ke kvalitě urbánního života je možné hovořit o dvou hierarchických úrovních. První z nich je základní hierarchická úroveň městských částí, nadřazenou hierarchickou úrovní je město. V druhém případě je základní hierarchickou úrovní město jako celek a nadřazenou hierarchickou úrovní je stát nebo svět (Murgaš 2013).

Uplatnění geografie ve výzkumu kvality života vychází ze schopnosti geografie analyzovat prostorové zhodnocení jednotlivých složek nebo procesů, které toto rozložení ovlivňují. Geografie pomáhá dospět k syntéze získaných poznatků. Její silná stránka spočívá v možnosti poukázat na prostorovou rozmanitost vybraného území z hlediska kvality života (Andráško 2007).

2.1.3 Indikátory kvality života

Jedním ze základních problémů, který souvisí s výzkumem kvality života, je stanovení ukazatelů nebo indikátorů, které jsou vhodné z hlediska měření kvality života. Dle Andráška (2005) řešení tohoto problému vychází z určitých klíčových složek lidského života, resp. faktorů nejvíce ovlivňujících jeho kvalitu. Z tohoto hlediska se může výzkum orientovat na kvalitu života jako celek nebo zkoumat jen některé jeho dimenze, např. vybavenost bytů.

První faktory ovlivňující kvalitu života vymezil W. Forrester. Jednalo se o: zabezpečení potravinami; finance, zabezpečující životní standard; stav ovzduší životního prostředí a stav růstu počtu obyvatel. OSN v roce 1961 přidala další faktory, bylo vymezeno celkem 12 faktorů: ochranu zdraví, životní prostředky, dopravu, komunikace, byty a jejich výstavba, odpočinek a zábava, oblékání, sociální jistoty a osobní svoboda. V roce 1974 Evropská komise OSN systematizovala sociální indikátory do osmi skupin: kvalita životního prostředí, nákup zboží a služeb, možnosti trávení volného času, pocit sociální jistoty, možnosti rozvoje osobnosti, fyzikální kvalita životního prostředí a možnost účasti na společenském životě (Vaďurová 2006). M. Schneider (1974) uvádí, že díky sociálním ukazatelům, je možné provést podrobnější vyhodnocení sociálních podmínek než dříve. Tyto sociální ukazatele mohou poskytnout vědecky přesné popisy stavu zkoumaných subjektů.

Problematikou indikátorů se zabývá řada odborníků, např. Godor a Horňák (2010) identifikovali v pracích slovenských autorů celkem 108 indikátorů, kterými je možné zkoumat kvalitu života.

Stejně jako dimenze kvality života, můžeme také indikátory rozdělit na objektivní a subjektivní. Objektivní indikátory se zabývají popisem prostředí, ve kterém jedinec žije (např. kvalita ovzduší, kvalita bydlení atd.) a ty většinou vycházejí ze sekundárních dat nebo z primárních dat, která byla získána z terénního šetření. Naopak subjektivní indikátory se zaměřují na vnímání jedince a hodnocení objektivně stanovených podmínek, zda je daná osoba spokojena či nespokojena s podmínkami prostředí (Andráško 2007).

Kvalitu života je možné měřit také pomocí ukazatelů. Nejznámějším ukazatel je *Index kvality života*, který hodnotí kvalitu života obyvatel jednotlivých zemí nebo *Index lidského rozvoje*, celosvětově užívaný ukazatel. Dalšími ukazateli jsou např.: *Index od Freedom*, *Index of Sustainable and Economic Welfare*, *Global Competitiveness Index* a další.

2.1.4 Výzkumy v oblasti kvality života a životního stylu

V České a Slovenské republice si získává výzkum kvality života a životního stylu stále větší pozornost. Většina prací byla provedena v oblasti bydlení a života ve městech. V roce 2009 byl Evropskou komisí proveden výzkum vnímání kvality života v 75 vybraných městech ve vybraných státech EU, u nás byl výzkum proveden v Praze a Ostravě. Byla zjišťována kvalita života v oblastech: zdravotní péče a bydlení, ekonomická situace, bezpečnost, problémy městského obyvatelstva, znečištění ovzduší, administrativní služby, městská infrastruktura, městská doprava a problematika cizinců (Macrineanu 2012).

Na území Slovenské republiky Andráško (2006) hodnotil sociodemografickou dimenzi kvality života na území Bratislavy pomocí faktorové analýzy. Autoři Ira, Michálek, Podolák, Spišiak, Danihelová zkoumají objektivní dimenzi kvality života pomocí indikátorů. Subjektivní dimenzi se na Slovensku zabývají autoři: Andráško, Horňák a Rochovská, Ira či Godor a Horňák (Macrineanu 2012).

V České republice se faktorovou analýzou v oblasti výzkumu kvality života zabýval Ondřej Mulíček či Hana Novotná, v oblasti Brna. Do této problematiky také přispěl Václav Toušek, který se zabýval porovnáním vnitřní socioekonomické diferenciaci Brna v letech 1991 a 2001. Zájmovému území města Olomouce se věnují práce Z. Szczyrby, P. Ptáčka či A. Létala či P. Kladiwa. V Olomouci bylo v roce 2008 provedeno rozsáhlé dotazníkové šetření v oblasti zkoumání kvality života, které organizovala katedra geografie Přírodovědecké fakulty Univerzity Palackého v Olomouci (Kladiwo 2011).

Kvalitou života, a především kvalitou životního stylu se také zabývá Centrum výzkumu zdravého životního stylu UP Olomouc, O. Špaček, J. Spilková, D. Džúrová, J. Machová, D. Kubátová, V. Kuncová a další. Dále byla provedena řada výzkumů na úrovni měst a obcí, v rámci bakalářských a diplomových prací studentů.

2.2 Životní styl

Pojem životní styl je v současné době velmi žádaným tématem a zabývá se jím řada autorů.

Definice životního stylu podle Shulmana a Mosaka (1990, s. 1) „*životní styl je jedinečný vzorec myšlení, prožívání a jednání, který je vlastní pouze danému jedinci a představuje kontext, ve kterém je nutno chápat veškeré jeho projevy.*“ Ve velkém sociologickém slovníku (Linhart 1996) se uvádí, že životní styl v sobě zahrnuje životní zvyky a akceptované normy, které nalézají svůj význam v interakci, hmotném či věcném prostředí, prostorovém chování a celkové stylizaci. Součástí tohoto pojmu jsou i hodnoty a zájmy individua, skupiny či celé společnosti.

Životní styl zahrnuje hodnotovou orientaci člověka, projevuje se v jeho chování i ve způsobu využívání a ovlivňování materiálních a sociálních životních podmínek. Tyto skutečnosti lze posuzovat i z hlediska volného času Duffková (in Kubátová 2010, s. 13) uvádí, že „*životní způsob je systém významných činností a vztahů, životních projevů a zvyklostí typických, charakteristických pro určitý subjekt jedince či skupinu.*“ a hospodaření s ním. Každý člověk má svůj individuální systém hodnot, které si vytváří vlivem životních podmínek a aktivitou jedince (Pávková a kol. 1999 in Smolík 2010).

Chování a životní způsob významně ovlivňují zdraví člověka. Sledováním souvislostí mezi rizikovými faktory z oblasti chování a prevalencí chorob v populaci byly stanoveny hlavní behaviorální faktory ohrožující zdraví. Těmi jsou kouření, nesprávná výživa, nadměrná konzumace alkoholu a fyzická neaktivita. Chování a životní styl v dospělosti jsou výsledkem vývoje v dětství a dospívání (Csémy 2005).

Zkoumáním kvality života a rizikového chování u dospívajících se zabývá také autorky Spilková a Dzúrová, které v roce 2012 vydaly článek *The Quality of Life and Risk Behavior of Teenagers in the Mirror of the ESPAD Data*. Studie je založena na statistických analýzách dat provedených v rámci *European School Project on Alcohol and Other Drugs (ESPAD)*. Konzumace alkoholu, kouření, užívání drog či změny ve využití volného času jsou aktuálně největšími rizikovými faktory u dospívajících. V mnoha situacích byla zjištěna souvislost mezi rodinným prostředím, zdravotním stavem a užíváním návykových látek (Hawkins, Catalano, Miller 1992 in Spilková, Dzúrová 2012). Rodinné vztahy a vztahy mezi vrstevníky mohou být použity při porovnávání kvality života u dospívajících. Rizikové chování dospívajících je do značné míry ovlivněno rodinným zázemím, vztahy s rodiči i vrstevníky (Spilková, Dzúrová 2012).

Mezi hlavní faktory ovlivňující zdravý životní styl osob patří: výživa, pitný režim, pohybové aktivity, životní prostředí, rizikové faktory (kouření, drogy, alkohol), psychická zátěž a civilizační nemoci.

Chování a životní styl v dospělosti jsou výsledkem vývoje v dětství a dospívání. Sledování behaviorálních komponent ovlivňujících zdraví u mladých osob je tedy důležité z hlediska veřejného zdraví. Adolescenti by tedy měli být cílovou skupinou preventivního snažení v oblasti podpory zdraví (Wold 1994 in Csémy 2005).

Adolescence neboli dospívání je významným přechodem mezi dětstvím a dospělostí. Dle Macka (2003) se jedná o období od 10 do 20 let a adolescence je rozdělena do tří fází: časná (10-13 let), střední (14-16 let) a pozdní (17-20 let). Tato práce se zaměřuje na adolescenci střední a pozdní. Dospívání v dnešní moderní společnosti je označováno jako nejvíce rizikové období jedince. V devadesátých letech 20. století určila WHO dospívající osoby za samostatnou rizikovou skupinu, u které je potřeba zvýšit preventivní péči v psychosociální oblasti a v oblasti rizikového chování (Hamanová 2009).

3 ANALYTICKÁ ČÁST

Tato část práce je věnována jednotlivým charakteristikám, které se týkají zkoumaného území Nové Město na Moravě.

3.1 Lokalizace sledovaného území

Nové Město na Moravě leží na členité a řídkěji osídlené Českomoravské vrchovině. Leží v Kraji Vysočina, a to 10 km východně od okresního města Žďár nad Sázavou, do jehož okresu z administrativního hlediska spadá. Na úrovni vyšších administrativních celků se nachází v severovýchodní části Kraje Vysočina, které můžeme z geografického hlediska označit jako pomyslné krajské pomezí, a to s Pardubickým a Jihomoravským krajem (Strategický plán rozvoje Nového Města na Moravě 2008). Polohu Nového Města na Moravě v rámci České republiky, Kraje Vysočina a okresu Žďár nad Sázavou zachycuje vytvořená mapa administrativního členění ČR (Obr. 2). V mapě jsou uvedeny také města Prostějov a Olomouc, se kterými budou porovnány výsledky dotazníkového šetření.

Jedná se o významné kulturní, sportovní, hospodářské a turistické centrum (Svoboda 1999). Sledované území je vymezeno katastrálním územím Nového Města na Moravě, které je tvořeno vlastním městem a devíti místními částmi, jimiž jsou Hlinné, Jiříkovice, Maršovice, Olešná, Petrovice, Pohledec, Rokytno, Slavkovice a Studnice (Strategický plán rozvoje Nového Města na Moravě 2008). Tyto místní části jsou zobrazeny v mapě na obrázku č. 3. Nové Město na Moravě je považováno za nejvýznamnější sportovní středisko v Kraji Vysočina. Město se rozkládá u soutoku Cihelského potoka a Bezděčky, který vytváří říčku Bobrůvku. Větší část města leží v přírodní rezervaci Žďárské vrchy, a proto vytváří přirozenou vstupní bránu do velice atraktivní turistické oblasti České republiky (Strategický plán rozvoje Nového Města na Moravě 2008).

Nové Město na Moravě se dále dělí na 16 městských částí (lokalit), jsou to: Nové Město na Moravě – střed, U Stadionu, U Nádraží, Nádraží, Nad Pustým mlýnem, Horní Dvůr, U Můstku, Beranice, Nemocnice, U Nemocnice, Černý rybník, Brožkův kopec, Holubka, U Bezděkova, U Koupaliště a Kalvárie, viz mapa níže (Obr. 4).



Obr. 2 Poloha katastrálního území Nového Města na Moravě v rámci Kraje Vysočina
 Zdroj: ArcČR 500, vlastní zpracování 2017, vytvořeno v programu ArcMap

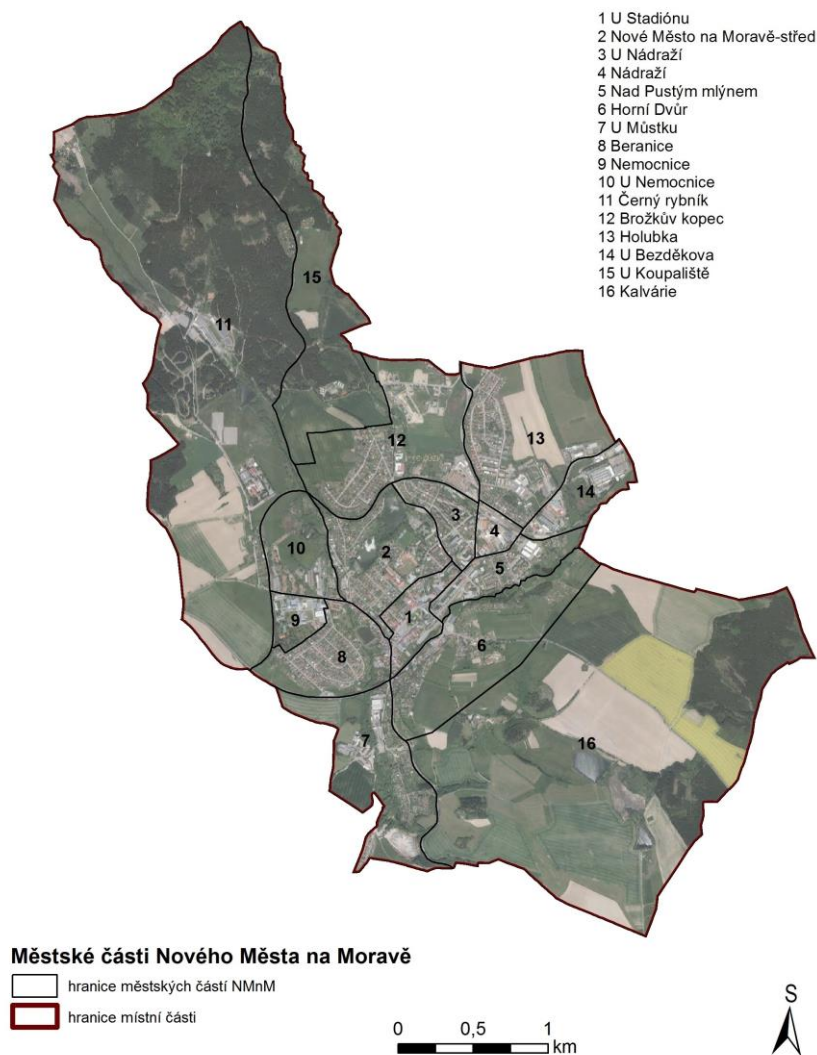
Městské části Nového Města na Moravě

- 1 Nové Město na Moravě - střed
- 2 U Stadionu
- 3 U Nádraží
- 4 Nádraží
- 5 Nad Pustým mlýnem
- 6 Horní Dvůr
- 7 U Můstku
- 8 Beranice
- 9 Nemocnice
- 10 U Nemocnice
- 11 Černý rybník
- 12 Brožkův kopec
- 13 Holubka
- 14 U Bezděkova
- 15 U Koupaliště
- 16 Kalvárie



Obr. 3 Vymezení katastrálního území Nové Město na Moravě

Zdroj: ArcČR 500, ČÚZK, vlastní zpracování 2017, vytvořeno v programu ArcMap



Obr. 4 Vymezení městských částí Nového Města na Moravě

Zdroj: ArcČR 500, ČÚZK, vlastní zpracování 2017, vytvořeno v programu ArcMap

3.2 Fyzicko-geografická charakteristika

Z geomorfologického hlediska se jedná o zajímavé území s kopcovitou krajinou, kterou Vysočina bezesporu je. Novoměstsko patří mezi výše položené oblasti České republiky, nadmořská výška v oblasti se pohybuje od 542 m v údolí Olešné po 822 m na vrcholu Kopeček u Studnic. Z hlediska regionálně geografického členění spadá toto území do podsoustavy Českomoravská vrchovina, celků Hornosvratecká vrchovina s podcelkem Žďárské vrchy na severu Křižanovská vrchovina s podcelkem Bítešská vrchovina (Demek et al. 2006). Sledovaným územím protéká řada potoků a říček, na kterých vzniklo množství rybníků, některé z těchto rybníků jsou využívány k rekreaci, jiné slouží pro chov a výlov ryb. Dvě třetiny této oblasti patří do chráněné oblasti přirozené akumulace vod Žďárské vrchy.

Hlavním zdrojem pitné vody jsou však povrchové toky a nádrže, které se ale nachází již mimo sledované území.

Členitý terén, zachovalá krajina, také dostatek málo frekventovaných silnic i vybudované cyklostezky vytvářejí příznivé podmínky pro cykloturistiku a turistiku v této oblasti (Svoboda 1999). Jedná se o oblast s vyššími úhrny atmosférických srážek, roční úhrn srážek je 739 mm, což je příznivé zejména v zimních měsících a to pro zimní sporty (AOPK ČR online 2017). Kombinace členitého reliéfu a dostatečného množství atmosférických úhrnů v zimním období je klíčovým bodem pro rozvoj běžeckého lyžování, biatlonu či sjezdového lyžování na Harusově kopci.

Více než dvě třetiny zájmového území leží v CHKO Žďárské vrchy, což omezuje některé socioekonomické aktivity v území. Celkem 14,5 % spadá do první a druhé zóny s velmi přísným režimem a to především v severní části Novoměstska, v okolí Jiřikovíc a Studnic (Strategický plán rozvoje Nového Města na Moravě 2008).

Ve vymezeném území se nachází také čtyři přírodní památky: Na skále, Pasecká skála, Pernovka a PP U Bezděkova (Čech, Šumpich et al. 2001).

3.3 Sociálně-geografická charakteristika

Sociálně geografická charakteristika Nového Města na Moravě byla zvolena především pro vytvoření přehledu o velikosti města a počtu obyvatel zde žijících. Jednotlivé charakteristiky mohou částečně ovlivňovat kvalitu života a životní úroveň obyvatelstva, jejich životní styl a volný čas.

Obyvatelstvo

Nyní ve městě žije 10 120 obyvatel (k 31. 12. 2015). Z tohoto počtu je 5107 žen, jejichž průměrný věk je 43,6 let. Mužů zde žije o něco méně, a to 5013 s průměrným věkem 40,9 let. Nejvíce osob je ve věku 15-64 let, celkem 6689 (ČSÚ online 2017). Podrobněji je stav obyvatel k 31. 12. 2015 uveden v tabulce níže (Tab. 1).

Tab. 1 Stav obyvatel k 31. 12. 2015 v Novém Městě na Moravě

		Celkem	Muži	Ženy
Počet obyvatel		10120	5013	5107
v tom ve věku (let)	0-14	1503	779	724
	15-64	6689	3398	3291
	65 a více	1928	836	1092
Průměrný věk		42,2	40,9	43,6

Zdroj: ČSÚ online 2017, vlastní zpracování

Přirozený přírůstek obyvatel byl v roce 2015 kladný, ovšem velice nízký. Přirozený přírůstek je totiž kladný pouze u žen, u mužů dosahuje záporných hodnot. Přírůstek stěhováním je v Novém Městě na Moravě záporný, a to ve všech kategoriích. Celkový přírůstek obyvatel v tomto městě je záporný. V roce 2015 bylo oddáno celkem 47 párů a naopak došlo k 16 rozvodům. Pohyb obyvatel za rok 2015 v Novém Městě na Moravě je uveden v tabulce níže (Tab. 2).

Tab. 2 Pohyb obyvatel za rok 2015 v Novém Městě na Moravě

	Celkem	Muži	Ženy
Živě narození	86	37	49
Zemřelí	83	48	35
Přirozený přírůstek	3	-11	14
Přistěhovalí	118	45	73
Vystěhovalí	159	72	87
Přírůstek stěhováním	-41	-27	-14
Celkový přírůstek	-38	-38	-
Sňatky	47	.	.
Rozvody	16	.	.

Zdroj: ČSÚ online 2017, vlastní zpracování

V porovnání s Českou republikou, Krajem Vysočina a okresem Žďár nad Sázavou jsou hodnoty, kterých dosahuje Nové Město na Moravě, srovnatelné jak s krajem, tak okresem i Českou republikou, záleží ale, jaké hodnoty porovnáваме. Přirozený přírůstek je v České republice záporný, ale v kraji i okrese dosahuje kladných hodnot. Naopak přírůstek stěhováním je kladný pouze za Českou republiku, v kraji, okrese i Novém Městě na Moravě jsou hodnoty záporné, což hovoří o úbytku osob v daném regionu. Jedná se pravděpodobně spíše o mladší generaci, absolventy vysokých škol, kteří v okrese Žďár nad Sázavou nenajdou uplatnění v rámci své profese. Celkový přírůstek je také kladný pouze v České republice. Přesná čísla jsou zaznamenána v tabulce č. 3.

V dlouhodobém pohledu se přirozený přírůstek od roku 2006 mění, nejvyšší byl v roce 2010, jednalo se o hodnotu 34. V roce 2011 se snížil na hodnotu 3, v roce 2012, 2013 a 2014 se opět zvyšoval. Celkový přírůstek byl v roce 2006 kladný a dosahoval hodnoty 79, v dalším roce se zvýšil na 96 a od tohoto roku stále klesá. Nejnižší byl v roce 2009, a to -251. V roce 2015 je opět úbytek větší než ve dvou předchozích letech. Stejně tak se snižuje přírůstek stěhováním, od roku 2009 se jedná pouze o úbytek. Nejvyšší byl opět v roce 2009, od tohoto roku se úbytek snižuje, a to na hodnotu -41 (ČSÚ online 2017). Sňatečnost je ve všech územních úrovních vyšší než rozvodovost.

Tab. 3 Pohyb obyvatelstva v České republice, Kraji Vysočina, okrese Žďár nad Sázavou a Novém Městě na Moravě za rok 2015

	Česká republika	Kraj Vysočina	okres Žďár nad Sázavou	Nové Město na Moravě
Střední stav obyvatelstva	10 542 942	509 507	118 346	10120
Živě narození	110 764	5 349	1 188	86
Zemřelí	111 173	5 178	1 173	83
Přistěhovalí	34 922	3 285	849	118
Vystěhovalí	18 945	3 876	1 047	159
Přírůstek	Přirozený	-409	171	15
	Stěhováním	15 977	-591	-198
	Celkový	15 568	-420	-183
Sňatky	48 191	2 333	532	47
Rozvody	26 083	1 049	235	16

Zdroj: ČSÚ online 2017, vlastní zpracování

Velikost Nového Města na Moravě se od svého vzniku měnila. Průběžně počet obyvatel narůstal, ale objevil se také úbytek obyvatel či stagnace. Od roku 2005 dochází ke stále většímu úbytku obyvatel. V letech 1960 a 1980 byly k Novému Městu na Moravě postupně přičleněny okolní obce, ty se poté staly součástí Nového Města na Moravě a jsou označeny jako místní části (Tab. 4). Následující tabulka obsahuje základní charakteristiky těchto místních částí. Nejvíce obyvatel žije v místní části Pohledec a Maršovice. Rozlohou je největší místní část Olešná, která má 751,7 ha. Naopak nejmenší místní částí je obec Jiříkovice, s rozlohou 394,3 ha. Největší hustota zalidnění je v místní části Slavkovice.

Tab. 4 Základní charakteristiky katastrálních území Nové Město na Moravě za rok 2011

Obce	Rozloha (ha)	Počet obyvatel (SLBD 2011)	Hustota zalidnění (obyv./km ²)	Rok připojení k NMnM
Hlinné	483,7	179	37,0	1980
Jiříkovice	394,3	229	58,1	1980
Maršovice	401,6	254	63,2	1960
Pohledec	635,6	481	75,7	1960
Olešná	751,7	233	31,0	1980
Petrovice	430,1	204	47,4	1980
Rokytno	602,4	218	36,2	1980
Studnice	576,2	32	5,6	1980
Slavkovice	483,6	424	87,7	1980
Nové Město na Moravě	1 353,5	7 735	571,5	-
Celkem	6 112,7	9 989	163,4	-

Zdroj: ČSÚ online 2017, Nové Město na Moravě online 2017, vlastní zpracování

Vzdělanostní struktura

Infrastruktura školských zařízení bude dále specifikována v kapitole 3.4.3, zde bych chtěla pouze uvést, jaká je vzdělanostní struktura obyvatel v Novém Městě na Moravě. Z celkového počtu 8496 osob ve věku 15 let a starších je největší počet osob vyučeno či středně vzděláno, jedná se o 2877 osob. Úplné střední vzdělání s maturitou má celkem 2354 osob. Vyšší vzdělání má pouze 483 osob a vysokoškolský titul má celkem 1122 osob, viz tabulka č. 5. Dotazníkové šetření bylo provedeno na Střední odborné škole, kterou žáci dokončí jednak se středním odborným vzděláním bez maturity a také s úplným středním vzděláním s maturitou. Žáci z místního gymnázia, kteří se rovněž účastnili výzkumu, dosáhnou na této škole úplného středního vzdělání s maturitou a předpokládá se, že velká část těchto žáků bude pokračovat se studiem na vysoké škole.

Tab. 5 Obyvatelstvo v Novém Městě na Moravě dle stupně vzdělání

Obyvatelstvo 15leté a starší		8496
V tom podle vstupně vzdělání	bez vzdělání, základní vč. neukončeného	1383
	vyučení a střední odborné bez mat.	2877
	úplné střední s maturitou	2354
	vyšší odborné a nástavbové	483
	vysokoškolské	1122
	nezjištěné vzdělání	279

Zdroj: RISKY.cz - Obce - Nové Město na Moravě online 2012-2016, vlastní zpracování

Ekonomická aktivita obyvatelstva

Ekonomická aktivita obyvatelstva do jisté míry ovlivňuje životní styl respondentů. Využití volného času může být z finančních důvodů méně pestré oproti finančně zajištěným jedincům. Je zřejmé, že lidé s nízkým sociálním statusem jsou náchylnější k podléhání rizikovým faktorům, jako je alkohol, drogy nebo také hazard.

Nezaměstnanost v Novém Městě na Moravě dosahuje míry 7,77 % (Tab. 6). Větší míra nezaměstnanosti se projevuje u mužů. V porovnání s Českou republikou i Krajem Vysočina je míra nezaměstnanosti vysoká, v roce 2015 dosáhla míra nezaměstnanosti v České republice 5 %. V Kraji Vysočina ve stejném roce byla míra nezaměstnanosti 4,7 %. Dlouhodobě se nezaměstnanost rok od roku měnila. Od roku 2010, kdy byla nezaměstnanost nejvyšší a to 12,2 %, se postupně snižuje. Od roku 2005 do roku 2016 byla nejnižší

nezaměstnanost dosažena v roce 2008 (7,6 %) a v roce 2016 a to 6,9 % (Integrovaný portál MPSV 2002-2016).

Tab. 6 Nezaměstnanost v Novém Městě na Moravě za rok 2015

	Míra registrované nezaměstnanosti - dosažitelní
Celkem	7,77 %
Muži	8,04 %
Ženy	7,49 %

Zdroj: RISY.cz - Obce - Nové Město na Moravě online 2012-2016, vlastní zpracování

V rámci této diplomové práce je důležitá především nezaměstnanost u mladistvých osob, následně absolventů. Z řad mladistvých, kteří jsou přihlášení na úřadu práce delší dobu než 6 měsíců, se jedná pouze o dvě mladé ženy. Celkem čtyři absolventi čekají na pracovní příležitost déle než 6 měsíců. Další hodnoty jsou uvedeny v tabulce č. 7 níže.

Tab. 7 Počet uchazečů o práci v Novém Městě na Moravě za rok 2015

Uchazeči o práci - počet				
	evidence nad 6 měsíců	evidence nad 12 měsíců	mladiství nad 6 měsíců	absolventi nad 6 měsíců
Celkem	339	365	2	4
Muži	166	134	0	1
Ženy	173	131	2	3

Zdroj: RISY.cz - Obce - Nové Město na Moravě online 2012-2016, vlastní zpracování

V Nové Městě na Moravě je nedostatek pracovních příležitostí. V roce 2015 bylo registrováno celkem 527 dosažitelných uchazečů o práci, z toho 277 mužů a 250 žen a pouze 61 hlášených volných míst (Tab. 8). Tedy je zřejmé, že v tomto městě chybí pracovní příležitosti pro dosažitelné uchazeče. Problémem je také odchod absolventů vysokých škol do větších měst, kde naleznou pracovní pozici ve zvoleném oboru snadněji než ve svém rodném městě či regionu.

Tab. 8 Počet dosažitelných uchazečů o práci a volných pracovních míst za rok 2015 v Novém Městě na Moravě

	Počet uchazečů - dosažitelní
Celkem	527
Muži	277
Ženy	250
Hlášená volná pracovní místa	61

Zdroj: RISY.cz - Obce - Nové Město na Moravě online 2012-2016, vlastní zpracování

Doprava

Pro rozvoj cestovního ruchu, který je pro rozvoj Nového Města na Moravě zásadní, je také důležitá doprava, která patří mezi základní podmínky realizace, ta zajišťuje styk mezi výchozím místem účastníka a navštěvovanou oblastí (Hrala 1996). Nejvýznamnějším dopravním tahem je silnice I/19, která prochází jižní částí města. Jedná se o jednu z nejdůležitějších os dopravní kostry města. Mezi další významné komunikace patří silnice II/354, II/360 a II/385. Dále je území protkáno řadou silnic III. třídy a místními komunikacemi (Strategický plán rozvoje Nového Města na Moravě 2008).

Napojení Nového Města na Moravě na dálnici D1 není ideální, neboť nejbližší sjezd se nachází 28 km od tohoto města, ve Velkém Meziříčí na 141. km. Na tuto silnici se v blízkosti exitu napojuje silniční komunikace II/354 z Nového Města na Moravě (České dálnice online 2002–2016).

Železniční doprava je využívána spíše lokálně, městem prochází železniční trať 251 Žďár nad Sázavou – Tišnov, zřízena roku 1905 (České dráhy online 2016). Na této trase se na území Nového Města na Moravě nachází dvě vlakové zastávky, Nové Město na Moravě a Nové Město na Moravě zastávka, v blízkosti místní nemocnice a firmy Medin.

V Novém Městě na Moravě funguje od 6. ledna 2014 provoz městské autobusové dopravy (dále MAD). MAD provozuje dopravce ZDAR a.s. a je vedena v jednosměrných okružních linkách (Nové Město na Moravě online 2016).

3.4 Vybrané atributy hodnocení kvality života a životního stylu města

Nové Město na Moravě

Při hodnocení kvality života je možné vycházet ze dvou základních koncepcí. První z nich je založena na objektivním hodnocení prostředí, ve kterém lidé bydlí, pracují, cestují a tráví volný čas. Druhá z uvedených koncepcí vychází ze subjektivního hodnocení způsobů, kterými lidé vnímají a hodnotí podmínky, ve kterých žijí. Projevuje se tu ovšem vliv věku, příjmů, vzdělání, zdravotního stavu a celá řada dalších faktorů (Pacione 2003 in Ira et al. 2005).

Pomocí různých indikátorů lze hodnotit kvalitu života v určitém vymezeném území. Pro účely této práce byly zvoleny následující indikátory: byty a domy, vybavenost domácností, ekonomická aktivita a nezaměstnanost, vzdělání obyvatelstva a stávající služby.

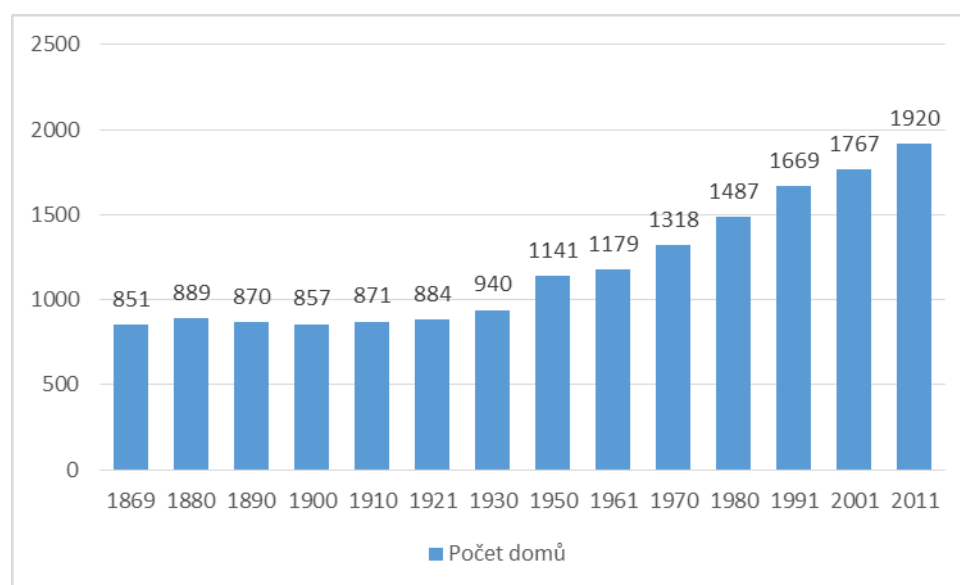
3.4.1 Domy a byty

V rámci všech moderních Sčítání lidu byly sledovány také počty domů v Novém Městě na Moravě. Od roku 1869, kdy bylo provedeno první Sčítání lidu, bylo v Novém Městě na

Moravě celkem 851 domů, přičemž na jeden dům připadalo více než 6 obyvatel, to bylo méně než na úrovni okresu Žďár nad Sázavou, Kraje Vysočina ale i České republiky. Až do roku 1930 se počet domů nijak výrazně neměnil, v roce 1930 přesáhl hranici 900 domů a od toho roku probíhala rozsáhlá výstavba obytných domů v Novém Městě na Moravě. V roce 2001 již bylo v Novém Městě na Moravě dvakrát více domů oproti roku 1869, v okrese Žďár nad Sázavou i České republiky byl nárůst pomalejší (Strategický plán rozvoje Nového Města na Moravě 2008). Vývoj počtu domů je graficky znázorněn na obrázku č. 5.

Domovní fond tvořilo v roce 2001 celkem 1767 domů, z nich bylo 88,2 % trvale obydlených. Domy byly v tomto období mladší než v ostatních sledovaných územích a jejich průměrné staří činilo 39,1 let. Zbylé doby byly neobydlené, těch bylo celkem 209 a zbylých 86 domů sloužilo k rekreaci (Strategický plán rozvoje Nového Města na Moravě 2008).

V roce 2011 bylo v Novém Městě na Moravě celkem 1920 domů, z nichž celkem 1652 bylo obydlených. Neobydlených domů bylo ve městě celkem 266, z toho 140 domů sloužilo pro rekreaci v oblasti, 18 domů bylo přestavováno a dalších 23 domů nebylo způsobilých k bydlení. Průměrné stáří domů je 43 let (ČSÚ online 2017).



Obr. 5 Vývoj počtu domů v Novém Městě na Moravě v letech 1869-2011
Zdroj: Historický lexikon obcí České republiky 2006 a ČSÚ online 2017

Bytový fond v Novém Městě na Moravě postupem času také narůstal. V roce 1970 bylo ve městě 2312 bytů, v roce 1980 to bylo již 2956, v roce 1991 bylo bytů 3356. V roce 2001 opět bytů přibývalo, nacházelo se jich zde celkem 3931, z tohoto počtu bylo 3540 bytů obydlených. V rodinných domech bylo umístěno 1706 bytů a v bytových domech se jednalo o 1824 bytů. Byly zde také byty neobydlené (401 bytů), z toho 93 bytů, které sloužily pro rekreaci.

Při sčítání v roce 2011 byl zaznamenán opětovný nárůst počtu bytů. Z celkového počtu 4291 bytů, bylo 2208 bytů umístěno v rodinných domech a v bytových domech jich bylo 1968. Z celkového počtu bytů je 3723 bytů obydlených, z toho 154 bytů slouží pro rekreaci, 32 bytů bylo přestavováno, u 12 probíhala změna uživatele a zbylých 33 bytů bylo nezpůsobilých k bydlení. Převažují byty cihlové nad byty ze stěnového panelu.

3.4.2 Vybavenost domácností

K určení kvality života může být také určující či nějakým způsobem ovlivňující vybavení domácností, které bylo zjišťováno v moderním Sčítání lidu, domů a bytů. Množství zjišťovaných informací se rok od roku snižuje. Ve Sčítání lidu, domů a bytů 2001 byl rozsah zjišťovaných údajů zúžen oproti roku 1991. Nezjišťovalo se už vybavení elektrospotřebiči, jako je televizor, pračka, chladnička a mraznička, protože vybavenost těmito předměty dlouhodobé spotřeby již dosáhla vysokého stupně a mezi domácnostmi nejsou značné rozdíly. Dotazy v roce 2001 byly naopak soustředěny na vybavenost osobními automobily, možnostmi komunikace telefonními přístroji, vybavením domácností osobním počítačem a možnostmi využití rekreačních objektů (ČSÚ online 2017).

Při Sčítání lidu, domů a bytů v roce 2001 v Novém Městě na Moravě 55,9 % bytových domácností vlastnilo osobní automobil, osobním počítačem bylo vybaveno 15,4 % z toho 36 % počítačů mělo internetové připojení a možnost užívat rekreační objekt má 14,4 % bytových domácností.

V roce 2011 se opět zúžilo množství zjišťovaných indikátorů, neboť dochází ke stálému pokroku společnosti, proto nebylo nutné zjišťovat počet domácností, které používají pevnou linku, mobilní telefon či vlastní osobní automobil. Počet počítačů v domácnostech se oproti předchozím rokům zvýšil, v roce 2001 bylo v Novém Městě na Moravě celkem 542 domácností s osobním počítačem, v roce 2011 to bylo již 2166 domácností.

Společnost se stále vyvíjí a přicházejí nové technologie a nová zařízení, která například postupně vyřazují stolní počítače, jedná se o tablety či chytré telefony s mobilním internetovým připojením. Autem je v dnešní době vybavena velká část domácností, v České republice roce 2015 to bylo 69 % (ČSÚ online 2017). Dalo by se předpokládat, že v Novém Městě na Moravě se nebude hodnota nijak zvlášť lišit a odchylka nebude tak výrazná.

3.4.3 Sociální a kulturní infrastruktura

Pro kvalitu života je důležité vzdělání, sociální infrastruktura a služby. Vzdělávání je důležitou součástí života, která do jisté míry také ovlivňuje životní styl jedince a jeho volný čas.

Vzdělanostní infrastruktura

Jedním z faktorů, který ovlivňuje vývoj ve vzdělávání osob je demografický vývoj. Ten se rok od roku mění. Rodí se čím dál méně dětí, čímž ubývá potenciálních školáků. V posledních letech byl zaznamenán mírný demografický nárůst.

Na území Nového Města na Moravě se nachází celkem 7 vzdělávacích zařízení. Jedná se o zařízení předškolního, základního a středního stupně a z volnočasových zařízení jde o jeden dům dětí a mládeže. Na území tohoto města nenalezneme žádné z pracovišť vysoké školy, rovněž se zde nenachází ani vyšší odborná škola.

Pro přehlednost dané problematiky byla zpracována tabulka, která obsahuje všechna vzdělávací zařízení, která jsou v Novém Městě na Moravě umístěna.

Tab. 9 Přehled vzdělávacích zařízení v Novém Městě na Moravě

Střední školy
Gymnázium Vincence Makovského se sportovními třídami Nové Město na Moravě
Střední odborná škola Nové Město na Moravě
Základní školy
Základní škola Nové Město na Moravě, Vratislavovo náměstí 124, okres Žďár nad Sázavou
Základní škola Nové Město na Moravě, Leandra Čecha 860, okres Žďár nad Sázavou
Mateřské školy
Mateřská škola Nové Město na Moravě, příspěvková organizace
Speciální školy
Základní škola Nové Město na Moravě, Malá 154
Ostatní školská zařízení
Dům dětí a mládeže Nové Město na Moravě, příspěvková organizace

Zdroj: Nové Město a Moravě online 2016, vlastní zpracování

Mateřské školy

V Novém Městě na Moravě se nachází pouze jedna mateřská škola, která má ovšem několik sídel. To největší a zároveň i sídlo administrativní činnosti se nachází na ulici Malá v Novém Městě na Moravě, druhá největší poté na ulici Žďárská. Dvě zařízení spadající pod mateřskou školu v Novém Městě na Moravě se nachází v místní části Slavkovice a Pohledec.

Základní školy

V Novém Městě na Moravě se nachází dvě základní školy. První školou je Základní škola Nové Město na Moravě, Vratislavovo náměstí 124, okres Žďár nad Sázavou, která byla založena již před více než 130 lety a patří mezi nejstarší školy v okrese Žďár nad Sázavou. Od roku 2000 se stala příspěvkovou organizací města. Od roku 2003 se její součástí stala také malotřídní Základní škola v místní části Slavkovice. Škola je na druhém stupni zaměřena na výpočetní techniku ve specializované třídě, které je otevřena od 6. ročníku a žáci jsou do této třídy přijímáni na základě přijímacího pohovoru. Další oblastí specializace je ekologická výchova, která vede žáky k pochopení souvislostí a složitostí vztahu člověka a životního prostředí. V současné době škola zaměstnává 33 pedagogických pracovníků a 25 nepedagogických pracovníků. Školu k 1. září 2016 navštěvuje 518 žáků. V místní části Slavkovice navštěvuje tuto malotřídní školu okolo 20 žáků ve dvou třídách, po dvou ročnících (ZŠ Nové Město na Moravě online 2012).

Druhá základní škola Základní škola Nové Město na Moravě, Leandra Čecha 860, okres Žďár nad Sázavou byla založena v roce 1969. Stejně jako první základní škola je také příspěvkovou organizací města. Škola se zaměřuje především na sportovní výchovu a výuku cizích jazyků. Při škole je také zřízen školní sportovní klub. Dalším specifikem této základní školy je začlenění daltonské výuky, která je zařazována již od prvního ročníku. Tři základní principy (svoboda, samostatnost a spolupráce) umožňují žákům aktivně se zúčastnit vzdělávání. Učitel v těchto blocích ustupuje do pozadí a přebírá pouze roli pomocníka. Pomocí různě zvolených aktivit se odbourává stres a současně je žákovi umožňováno budovat pracovní návyky a také samostatné myšlení, schopnost kreativně řešit úkoly v týmu, organizovat si čas a také tolerovat ostatní. Škola je také zařazena do projektu Ekoškola. V současné době má škola 20 tříd, 28 pedagogických pracovníků a 25 pracovníků nepedagogických. Součástí školy je také malotřídní škola v místní části Pohledec, kterou navštěvují žáci od 1. – 5. třídy (II. základní škola online 2016).

Střední školy

Středoškolské vzdělávání je v Novém Městě na Moravě zastoupeno dvěma středními školami. Jedná se o Gymnázium Vincence Makovského se sportovními třídami Nové Město na Moravě a Střední odbornou školu Nové Město na Moravě.

Gymnázium bylo založeno v roce 1894 jako vyšší zemská reálná škola a gymnáziem se stala až v roce 1970, kdy přijala i jméno novoměstského rodáka, významného českého sochaře a designéra V. Makovského. Gymnázium nabízí studium v rámci osmiletého všeobecného studia, čtyřletého všeobecného studia a čtyřletého studia se sportovním

zaměřením. Momentálně zde působí celkem 31 pedagogů. V současné době má škola celkem 15 tříd s 336 studenty. Mezi hlavní priority gymnázia patří především kvalitní příprava na vysokoškolské studium, profilace pro budoucí profesi v podobě seminářů a dobrá jazyková vybavenost. Speciální pozornost potom patří žákům ze sportovních tříd, kteří se velice intenzivně věnují svým vybraným sportovním aktivitám a je tomu také uzpůsobena výuka jednotlivých předmětů (Gymnázium Vincence Makovského se sportovními třídami Nové Město na Moravě online 2017).

Střední odborná škola se nachází na území bývalého odborného strojírenského učiliště národního podniku Chirana. Na přelomu osmdesátých a devadesátých let zde proběhla výstavba nového učiliště, které bylo dobudováno v roce 1990, v tomtéž roce byla zahájena také výuka. Momentálně škola vyučuje pět studijních oborů, jedná se o: ekonomika a podnikání, logistika v dopravě, podnikání (dvouleté denní), podnikání (tříleté dálkové) a železniční provoz. A dále jsou zařazeny do výuky také učební obory: instalatér, lesní mechanizátor, opravář lesnických strojů, tesař, železničář, zedník, truhlář a nový obor ošetřovatel. V současné době je na škole celkem 17 tříd. Na střední škole působí aktuálně 45 pedagogických pracovníků a 26 pracovníků nepedagogických. Ke střední škole náleží také internát s volnočasovými aktivitami v podobě tělocvičny, posilovny a venkovního hřiště (Střední odborná škola Nové Město na Moravě online 2017).

Speciální školy

V Novém Městě na Moravě se nachází jedno speciální vzdělávací zařízení a to Základní škola Nové Město na Moravě, Malá 154. Škola byla zřízena již v roce 1969 rozhodnutím odboru školství tehdejšího Okresního výboru ve Žďáru nad Sázavou. Zřizovatelem školy je Kraj Vysočina. Speciální základní škola je zřízena pro 1. - 9. ročník. V současné době má škola 10 zaměstnanců (Základní škola | Malá 154, Nové Město na Moravě online 2017).

Ostatní školská zařízení

V Novém Městě na Moravě působí příspěvková organizace města DDM Klubíčko. Tato organizace se věnuje výuce volnočasových, sportovních i vzdělávacích aktivit. Nabízí velký výběr kroužků, jedná se o: výtvarné, hudební, sportovní, taneční a ostatní kroužky. DDM také nabízí různé kurzy pro děti, mládež i dospělé. Organizace také organizuje řadu příměstských a letních táborů (Dům dětí a mládeže online 2016).

Druhou organizací je Základní umělecká škola, která má již dlouholetou tradici. Nabízí hudební, výtvarné, literárně dramatické a taneční obory (Základní umělecká škola online 2016).

Zdravotní a sociální péče

V Novém Městě se nachází několik zdravotnických zařízení a také zařízení sociální péče.

Zdravotnictví

Nejdůležitějším a zároveň největším zaměstnavatelem v Novém Městě na Moravě, který má význam pro celý region je Nemocnice Nové Město na Moravě, příspěvková organizace zřizována Krajem Vysočina. K položení základního kamene nemocnice došlo v srpnu 1938. Ambulantní provoz byl zahájen 15. 11. 1940, v této době se jednalo o nejmoderněji vybavené zařízení svého druhu na Moravě. V současné době v nemocnici nalezneme chirurgické obory, nechirurgické obory, diagnostické obory a ostatní provozy (Nemocnice Nové Město na Moravě online 2017).

V Novém Městě na Moravě se také nachází soukromé ordinace lékařů, jedná se o dětské lékaře, praktické a zubní lékaře, gynekologii, kožní a oční ambulanci, rehabilitace a další. V Novém Městě na Moravě má také jedno ze svých oblastních středisek Zdravotnická záchranná služba Kraje Vysočina (Strategický plán rozvoje Nového Města na Moravě 2008).

Sociální péče

Největším zařízením sociální péče v tomto městě jsou Novoměstská sociální zařízení na ulici Žďárská, které provozují Dům s pečovatelskou službou (dále DPS). Tento dům nabízí 50 bytů a další nebytové prostory. Pečovatelská služba je obyvatelům DPS poskytována jako služba nepřetržitá prostřednictvím střediska zvýšeného rozsahu pečovatelské služby v bytech uživatelů. Rozsah služeb je specifikován v souladu s individuálním plánem uživatele. Obyvatelům domova jsou poskytovány také fakultativní činnosti a doprovodné činnosti (Sociální služby - Městský úřad online 2016).

Dále ve městě působí Centrum Zdislava, které je příspěvkovou organizací města a nabízí ambulantní péči o osoby se zdravotním postižením prostřednictvím denního stacionáře (Novoměstské sociální služby online 2016).

V Novém Městě na Moravě působí v sociální oblasti tyto organizace: Domácí hospic Vysočina, o.p.s., Maneor, Oblastní charita Žďár nad Sázavou a PORTIMO, o.p.s (Organizace a instituce působící v sociální oblasti online 2016).

Pro problematiku diplomové práce je třeba vyzdvihnout organizaci Portimo, která podporuje děti, mládež i dospělé v nepříznivé životní situaci a to prostřednictvím sociálních služeb a programů. Tato organizace poskytuje celkem pět sociálních služeb. Jedná se o služby: EZOP - Nízkoprahové zařízení pro děti a mládež, Občanská poradna, Osobní asistence, Raná péče, Sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi. Součástí práce

organizace jsou i preventivní programy Centra prevence CéPéčko, realizují také dobrovolnické programy (Portimo, o.p.s. online 2016).

3.5 Kultura, sport a volný čas

Kulturní vyžití, sport a volný čas nepostradatelně patří k životnímu stylu. Především adolescenti, kteří mají volného času pro různé kulturní aktivity více, ocení řadu dostupných kulturních a sportovních zařízení, památek a různých sportovních a kulturních akcí.

3.5.1 Kulturní vyžití

V Novém Městě na Moravě nalezneme řadu kulturních zařízení, která slouží pro trávení volného času. Jedním z nejdůležitějších zařízení je bezpochyby **Kulturní dům**, který nabízí velké množství kulturních zážitků. V poslední době nahradil funkci kina, jsou zde pravidelně promítány starší i novější filmy. Konají se zde také divadelní představení, koncerty, přednášky, rukodělné trhy, výstavy či kurzy pro děti či dospělé. V kulturním domě se také nachází městská knihovna, která má dětské oddělení i oddělení pro dospělé čtenáře a také se různými akcemi podílí na kulturním životě v Novém Městě na Moravě. V prostorách kulturního domu se dále nachází restaurace K club.

Dalším kulturním zařízením Nového Města na Moravě je **Horácké muzeum**, které sídlí v budově staré renesanční radnice z 16. století. Expozice se zaměřují na lidovou kulturu v oblasti severní části moravského Horácka, dále na sklářství, železářství a dějiny města spojené s lyžařskou tematikou, které je věnována největší část. Exponáty dokumentují vývoj lyžování od jeho počátků na konci 19. století do současnosti. V letní sezóně je otevřeno strašidelné podzemí věnované pověstem Novoměstska a nejatraktivnějším exponátem je bezpochyby „Mlejnek z Víru.“ Jde o figurální soubor s pracovními a žertovnými výjevy, které jsou poháněny vodním kolem (O muzeu - Horácké muzeum online 2016).

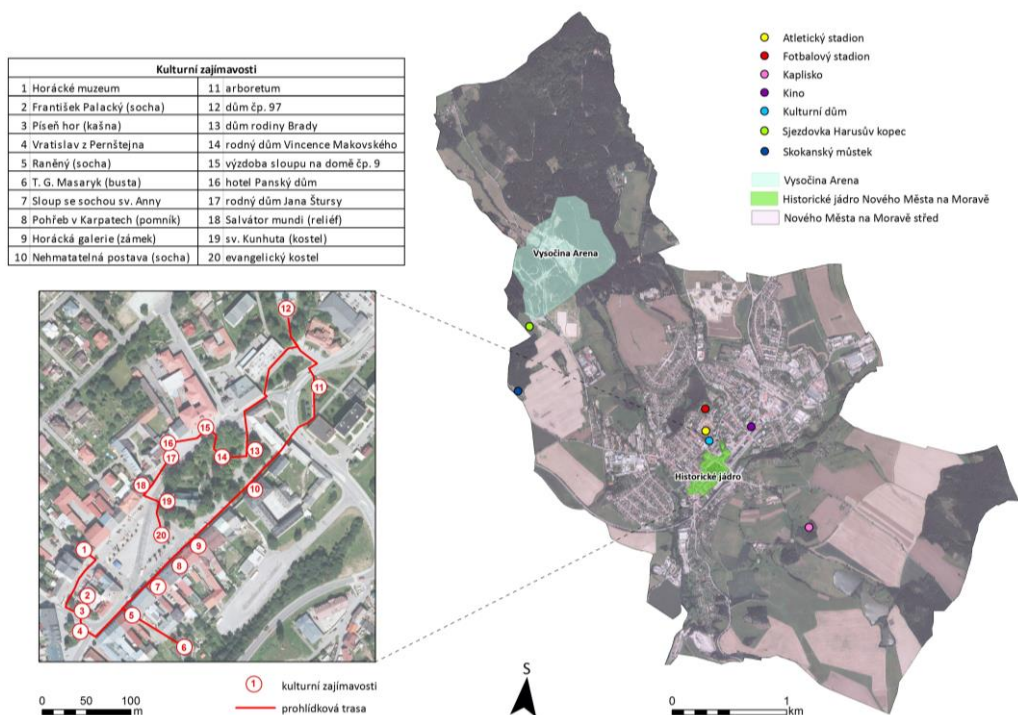
Dalším významným kulturním bodem je **Horácká galerie** v Novém Městě na Moravě, která sídlí v prostorách bývalého renesančního zámku na Vratislavově náměstí. Horácká galerie byla v zámku založena v roce 1964. Ve své sbírce má především dokumentaci děl nejvýznamnějších osobností regionálního umění. Rozsáhlé soubory pozůstalostí umělců J. Laudy, J. Mařatky, V. Makovského, L. Martínka, K. Pokorného, J. Štursy a jiných autorů byly galerii dány darem nebo byly získány odkazem umělců. Součástí sbírkového fondu je soustředěná kolekce hutního skla ze 60. a 70. let 20. století, která pochází z produkce sklárny ve Škrdlovicích u Žďáru nad Sázavou (Horácká galerie v Novém Městě na Moravě online 2017). V prostorách galerie také probíhají různé kulturní akce, jako například divadelní festival Sbirka motýlů či koncerty a kurzy.

V Novém Městě na Moravě se nachází také řada **kulturních památek**. Patří k faktorům, které mají významný vliv na domácí a mezinárodní cestovní ruch. Prostřednictvím těchto památek se účastníci cestovního ruchu seznamují s historií, architekturou, technickými památkami a kulturou na daném území (Toušek a kol. 2008). Nachází se zde množství významných památek, jako jsou sakrální stavby katolický kostel sv. Kunhuty pocházející ze 14. století a novorenesanční českobratrský evangelický kostel z roku 1898. Dále zde nalezneme památku Tři Kříže neboli Kaplisko, která leží na Mnichově kopci, nedaleko centra města, kde byly v roce 1680 vystavěny dřevěné kříže jako vděk Bohu za uchránění místních obyvatel před morem a cholerou. Tyto kříže byly v roce 1832 nahrazeny dřevěnými kříži s kamennými podstavci a tyto podstavce se zachovaly až do dnešní doby (Černý 2000). Tato památka poskytuje panoramatický výhled na Nové Město na Moravě a jeho okolí a je hojně navštěvovanou památkou v rámci trávení volného času v tomto městě. Na podzim roku 2013 byla vybudována naučná stezka Tři Kříže, která nabízí návštěvníkům informace o pamětihodnostech, floře a fauně chráněného krajinného území (Portál kulturního a přírodního dědictví Kraje Vysočina online 2011). Nachází se zde také řada významných soch, jako jsou například sochy od významného sochaře J. Štursy (Socha Raněná, Socha Františka Palackého) a dále kašny (kašna se sochou Píseň hor, kašna se sochou sv. Anny na sloupu či kašna se sochou Vratislava z Pernštejna). Mezi ostatní architektonické památky patří také měšťanské domy, které lemují Vratislavovo náměstí a dále domy na ulici Žďárská, Nečasova, Palackého a Komenského náměstí (Městská památková zóna Nové Město na Moravě online 2017).

Dále je třeba zmínit **Novoměstské arboretum**, které bylo otevřeno v roce 2005. Slouží především pro naučné účely školek, škol a ostatních návštěvníků. Tento areál rovněž využívají novoměstští včelaři.

Pro lepší orientaci jsem již v roce 2014 pro účely bakalářské práce vytvořila mapu kulturních zajímavostí a památek s prohlídkovou trasou mezi nejvýznamnějšími historickými a kulturními památkami v Novém Městě na Moravě (Obr. 6).

O kulturní zpestření prostředí Nového Města na Moravě se stará také sdružení Lysina lenina, které pořádá řadu hudebních, divadelních, výtvarných a jiných akcí. Mezi nejvýznamnější akce patří jistě hudební a divadelní festival Křídla a také divadelní festival Sbirka motýlů (Lysina lenina online 2017).



Obr. 6 Historické a kulturní zajímavosti Nového Města na Moravě

Zdroj: ArcČR 500, ČÚZK, vlastní zpracování 2014, vytvořeno v programu ArcMap

Sportovní akce

Nové Město na Moravě je především známé díky pořádání celosvětově významných sportovních akcí. Jedná se především o závody světového poháru v biatlonu, závody v běhu na lyžích či světové poháry horské cyklistiky.

Největší akcí, která byla ve Vysočina Areně pořádána, bylo MS v biatlonu v roce 2013. Návštěvnost této akce byla 201 500 osob. Denně bylo na stadiónu okolo 17 tisíc diváků, o víkendu při hlavních závodech to bylo ještě více (Šlechtová 2014). Další milník byl překonán v prosinci 2016, konal se zde Světový pohár v biatlonu, tyto závody navštívilo 123 500 osob (Světový pohár v biatlonu 2016/17 online 2016).

3.5.2 Služby pro sport a volný čas

Lokalita Novoměstská a její členitý reliéf nabízí obyvatelům i návštěvníkům města ideální podmínky pro pěší, cyklo i ski turistiku, ale také pro horolezení. Pro trávení volného času jsou velice důležité služby právě v oblasti sportu a volného času. Vzhledem k obsahu dotazníkového šetření je třeba analyzovat služby pro volný čas v Novém Městě na Moravě.

V této části budou zmapovány stávající sportovní a volnočasové oddíly, kluby, kroužky a teamy působící v Novém Městě na Moravě. Dále také sportovní zařízení a zařízení pro trávení volného času.

Sportovní kluby

Jak bylo již zmíněno, Nové Město na Moravě je označováno jako město sportu, středisko lyžování, pod vlivem působnosti dalších sportovních klubů, které dělají nabídku sportovních a volnočasových aktivit ještě pestřejší.

V současné době působí v Novém Městě na Moravě 21 sportovních útvarů, které nabízí velké množství volnočasových a pohybových aktivit pro mládež i dospělé. Celkem 16 útvarů leží přímo v Novém Městě na Moravě, dalších pět má své sídlo v místní části Nového Města na Moravě.

Historicky podmíněné jsou aktivity zdejších lyžařů, kteří založili Sportovní klub Nové Město na Moravě. Pod tento klub spadá trénink běžeckého lyžování, biatlonu, skoku na lyžích a severské kombinace. Klub byl založen již v roce 1886, tehdy jako Bruslařský klub. V okolí Nového Města na Moravě bylo stále více příležitostí spíše pro běžecké lyžování, a proto se v roce 1910 stal z bruslařského klubu klub lyžařský. Tento sportovní klub jako první z moravských klubů vstoupil do Českého svazu lyžařů a uspořádal své první lyžařské závody na 10 km a to 1. února 1910. Roku 1934 se uskutečnil 1. ročník dnes již legendárního závodu Zlatá lyže Českomoravské vysočiny. V roce 1948 byla československá tělovýchova spojena do organizace Sokol a také členové **Sportovního klubu** se stávají členy lyžařského oddílu Sokol a později tělovýchovné jednoty v Novém Městě na Moravě. Roku 1989 byl Sportovní klub obnoven. Reprezentanti z Nového Města na Moravě jsou úspěšní nejen na tuzemských, ale i světových závodech. Více jak tři desítky sportovců z místního sportovního klubu reprezentovalo ČSR a ČR na ZOH, MS a dalších světových závodech (Historie a současnost klubu online 2017).

Mezi největší sportovní útvary patří také **TJ Nové Město na Moravě**, který provozuje v rámci tělovýchovné jednoty tyto sporty: atletika, moderní gymnastika, florbal, basketbal, kuželky, malá kopaná, stolní tenis a tenis. Každý z těchto sportů má vlastní oddíl v rámci TJ Nové Město na Moravě (Strategický plán rozvoje Nového Města na Moravě 2008).

Podobné sportovní aktivity nabízí také **Orel Nové Město na Moravě**, **BATT klub Nové Město na Moravě**, **DDM Klubíčko** nebo **Orientační sporty**.

Úspěšní jsou také zdejší fotbalisté z fotbalového týmu **SFK Vrchovina**. Výchova mladých fotbalistů je prioritou klubu a to již od předškolního věku (děti již od 4 do 6 let ve školičce) přes kategorie přípravky, žáků až po dorost. V klubu jsou jak týmy mužů, tak týmy žen. Tým žen i mužů hraje Moravsko-slezskou divizi. Zápasy domácího týmu jsou hojně navštěvovány diváky (SFK VRCHOVINA Nové Město na Moravě online 2014).

V Novém Městě na Moravě působí také **Bílý štít Nové Město na Moravě**, který má již dlouholetou tradici ve skautingu a to od roku 1920. Nyní organizace pořádá různé akce jako

např. skautský den, den dětí, skautské závody, různé charitativní akce, výlety pro děti i rodiče, ekologické akce, country bál, zimní táboření a v neposlední řadě letní skautské tábory (OKÉNKO do života novoměstských skautů online 2013). Mezi další spíše menší oddíly a útvary zabývající se sportem patří **Sportovně střelecký klub** založený již v roce 1951, jehož členové získávají medaile také na mistrovství republiky ve střelbě ze vzduchové zbraně, jejich základna se střelnicí je umístěna nedaleko střední odborné školy.

V Novém Městě na Moravě působí také kluby bojových sportů, jedná se o **Taekwon-do Sam-il** zabývající se bojovým uměním taekwondo a **Shotokan karate club**, jehož členové se učí bojovému umění karate.

Žďárské vrchy jsou jednou z lokalit České republiky, která nabízí výborné podmínky pro skalní lezení. Skalní stěny Čtyři palice, Drátník, Pasecká a Malinská skála a další skalní útvary Žďárských vrchů lákají k návštěvě a udivují jedinečnými výhledy z vrcholů. Mezi novější sportovní kluby patří **Horolezecký oddíl Trip team** založený v roce 2000. Oddíl organizuje také společné lezení se zvýhodněným vstupním poplatkem na umělou lezeckou stěnu v Bystřici nad Pernštejnem, organizuje metodické hodiny s ukázkami a procvičováním lezeckých technik, dále se snaží o zprostředkování kontaktů mezi místními lezci (Horolezecký oddíl vznikl díky Ivu Neumanovi - Žďárský deník online 2015).

O sportovní, kulturní i volnočasové dění se stará také místní **Sbor dobrovolných hasičů**, který byl založen již v roce 1879. Sbor vedle svých hlavních povinností pořádá také soutěže v požárním útoku, pořádá soutěže v malé kopané, ale především vedou mladé hasiče.

Nejnovějším klubem v Novém Městě na Moravě je **Rugby club Titáni**, který byl založen v roce 2015. Klub nyní pokračuje v tréninku svých členů a účastní se několika turnajů během roku. V týmu jsou jak chlapci, tak také děvčata.

V místních částech Nového Města na Moravě nalezneme také několik sportovních týmů. V místní části Pohledec působí **TJ Pohledec**, který se zaměřuje na fotbal a lyžování. Dalším týmem působícím v této místní části je tenisový klub **TJ Hasa racing team**. V místní části Rokytno působí tým **FC Rokytno**, který hraje malou kopanou. Sportovní lukostřelbu trénují v **TJ Křídla & Maršovice**. Lednímu hokeji se věnuje **TJ Slavkovice**.

Další útvary a oddíly a jejich činnosti jsou uvedeny v tabulce níže (Tab. 10).

Tab. 10 Sportovní útvary a oddíly v Novém Městě na Moravě

Sportovní útvar	Činnost
BATT klub Nové Město na Moravě	cvičení, atletika, duatlon, triatlon, horolezectví, lezení
Billiard club	billiard
Bílý štít Nové Město na Moravě	skauting
DDM Klubíčko	airsoft, badminton, dětská jóga, florbal, horská kola, judo a baby judo, kick box, lezectví, míčové pohybové hry, nerf, orientační sporty, stolní tenis, squash, volejbal
FC Rokytno	malá kopaná
Horolezecký oddíl Trip team	horolezecká stěna, lezení na skalách
Orel Nové Město na Moravě	florbal, fotbal, stolní tenis a další
Orientační sporty Nové Město na Moravě	orientační běh, orientační běh na lyžích, na kole
Rugby Club Titáni Nové Město na Moravě	rugby
SDH Nové Město na Moravě	hasičství
SFK VRCHOVINA Nové Město na Moravě	fotbal
Shotokan karate club	karate
Sjezdové lyžování	sjezdové lyžování
Sportovně střelecký klub	střelba
Sportovní klub lyžování	běžecké lyžování, biatlon, skok na lyžích, severská kombinace
Taekwon-do Sam-il	taekwondo
TJ Hasa racing team	tenis
TJ Křídla & Maršovice	sportovní lukostřelba
TJ Nové Město na Moravě	atletika, moderní gymnastika, florbal, basketbal, kuželky, malá kopaná, stolní tenis
TJ Pohledec	fotbal, lyžování
TJ Slavkovice	lední hokej

Zdroj: Sport Nové Město na Moravě online 2016, vlastní zpracování 2017

Zařízení pro sport a volný čas

Sportovní zařízení v Novém Městě na Moravě zajišťují vyžití pro sportovní oddíly, kluby, organizace ale i veřejnost. Nachází se zde velké množství sportovišť, které mohou být využívány v rámci volného času a adolescentům i dospělým osobám je poskytováno výborné zázemí pro sport a volný čas.

Nejvýznamnějším sportovištěm v Novém Městě na Moravě je bezpochyby **Vysočina Arena**. Tento areál známý především mezi lyžaři, ale také biatlonisty a příznivci horských kol se těší stále větší oblibě. V areálu, který leží v severozápadní okrajové části u lesa Ochoza, se každoročně pořádají nejvýznamnější sportovní události jako je biatlon či SP horských kol. Po modernizaci a přestavbě lyžařského centra, která byla zahájena v červnu 2011, se z areálu stalo jedno s nejmodernějších center biatlonu na světě. Celková kapacita

tribun v areálu je 8 080 diváků, díky této kapacitě je Arena připravena pro vrcholové sportovní akce i masové využívání turisty (Vysočina Arena NMNM online 2017). Arena je určena především pro pořádání sportovních akcí, ale svým rozložením také umožňuje provozování celoročních tréninků pro běžecké lyžování a biatlon.

V zimním období jsou dle sněhových a klimatických podmínek připravovány lyžařské okruhy. Tyto tratě slouží především pro trénink sportovního klubu, ale také veřejnosti a to v předem určených hodinách pro veřejnost. Okruhů bývá vždy více a jsou rozděleny podle náročnosti a délky trati. Na okruhy ve Vysočina Areně při příznivých sněhových podmínkách navazují turistické běžecké trasy, které se na Novoměstsku upravují, dosahují délky více než 100 km. Tratě jsou upravovány severovýchodně od Nového Města na Moravě a vedou přes území obcí Vlachovice, Sklené, Tři Studně, Fryšava, Kadov, Krátká, Sněžné, Samotín, Blatiny, Milovy, Podlesí, Kuklík, Odranec, Věcov, Míchov, Roženecké Paseky, Studnice, Rokytno, Pohledec, Maršovice, Jimramov, Zubří, Radňovice, Jiřikovice a Nové Město na Moravě. Trasy jsou upravovány rolbou pro klasický styl běhu na lyžích. Na křižovatkách jednotlivých tras a na dalších významných místech jsou umístěny turistické rozcestníky s oranžovými směrovkami (Základní informace o trasách - Lyžařské Novoměstsko online 2016).

V letním období jsou pro sportovce a veřejnost přístupné také **okruhy pro kolečkové lyže** a brusle. Vysočina Arena nabízí 5 okruhů v délce do 2,25 km. Tyto okruhy jsou značeny šípkami v barvách okruhů a pro každý okruh je vytvořena mapa. Nejkratší okruh (červený) měří 1,1 km s převýšením 36 m. Naopak nejdelší okruh (hnědý) měří 2,25 km s převýšením 63 m (Okruhy pro kolečkové lyže online 2017).

Dále Vysočina Arena od roku 2014 nabízí **okruhy singletracků**. Bylo vytvořeno celkem šest různě náročných singletrackových okruhů. Autory projektu jsou členové organizačního výboru SP horských kol Lukáš Vlach a Jan Skříčka, kteří se snažili koncipovat stezky tak, aby byly dostupné pro širokou veřejnost. Od roku 2016 probíhají také hodiny s lektorem, který učí milovníky horské cyklistiky zvládat technické pasáže a vylepšit styl jízdy na horských singletracích. Singletracky jsou provozovány v období od dubna do konce října (Cyklo aréna Vysočina online 2014). Níže je vložena mapa jednotlivých okruhů (Obr. 7) a parametry okruhů jsou uvedeny v tabulce č. 11.



Obr. 7 Mapa singletracků v Novém Městě na Moravě

Zdroj: Cyklo aréna Vysočina online 2014

Tab. 11 Okruhy singletracků v Novém Městě na Moravě

Okruh	Typ kola	Délka	Náročnost (1-5)		Vhodné pro děti
			Fyzická	Technická	
Warm-Up Trail (modrý)	horská a krosová kola	9 km	3	3	ANO
Hors Class Trail 1 (červený)	horské kolo	7 km	4	4	ANO
Hors Class Trail 2 (oranžový)	horské kolo	4 km	4	3	ANO
World Cup Trail (černý)	horské kolo	3 km	5	5	NE
Handy Trail (zelený)	není určující	3 km	1	1	ANO
Bejby trail (fialový)	horské, trekkingové kolo	1 km	1	2	ANO

Zdroj: Cyklo aréna Vysočina online 2014, vlastní zpracování 2017

Od roku 2016 jsou také vytvořeny **silniční okruhy** pro milovníky silničních kol. Všechny tyto okruhy mají výchozí i cílový bod ve Vysočina Areně v Novém Městě na Moravě. Aktuálně lze všechny okruhy stáhnout do navigačních zařízení a stále se pracuje na fyzickém značení tras v terénu. Celková délka vytvořených silničních okruhů je 205,6 km (Cyklo aréna Vysočina online 2014). Parametry jednotlivých okruhů jsou uvedeny v tabulce č. 12.

Tab. 12 Silniční okruhy v Novém Městě na Moravě

Okruh	Typ kola	Délka	Převýšení	Náročnost (1-5)		Vhodné pro děti
				Fyzická	Technická	
Na Tři Studně	silniční	25,6 km	416 m	2	1	NE
Pikárecký okruh	silniční	51 km	719 m	3	2	NE
Na Herálec a Křižánky	není určující	61 km	1037 m	3	2	NE
Na Bystřici a Jimramov	silniční	68 km	1343 m	4	2	NE

Zdroj: Cyklo aréna Vysočina online 2014, vlastní zpracování 2017

V realizaci jsou také **MTB okruhy**, které budou rozšiřovat stávající síť novoměstských singletracků. Budou vytvořeny celkem čtyři trasy, které by měly vzniknout v průběhu roku 2017. Tyto okruhy jsou navrženy tak, aby si na nich cyklisté výborně zaspotovali, ale rovněž poznali atraktivní lokality Žďárských vrchů. MTB okruhy jsou vhodným doplňkem singletracků a tvoří jejich logickou nastavbu (Cyklo aréna Vysočina online 2014).

Od června 2015 byly služby Cyklo arény Vysočina rozšířeny o služby spojené se sportovními aktivitami, především cyklistikou. Bylo zde otevřeno Test centrum a servis kol s občerstvením, kde si mohou zákazníci zapůjčit a vyzkoušet modely horských a silničních kol značky Ghost a Superior a nově také in-line brusle a Nordic walking hole. V zimních měsících se test centrum kol mění na test centrum lyží. Testovány jsou nejvyšší řady lyží a holí značky ONE WAY (BikeSki Centrum s.r.o. online 2016).

Ve Vysočina Areně se nachází také Hotel SKI, který je hojně vyhledávaným ubytovacím zařízením, především v době konání sportovních akcí v Novém Městě na Moravě. Součástí hotelu je také wellness s bazénem a saunami. U hotelu je vybudované hřiště pro minigolf, které je za příznivého počasí v letním období otevřeno i pro veřejnost.

Dle mého názoru je právě Vysočina Arena jedním z nejvhodnějších míst pro trávení volného času, neboť návštěvníkům poskytuje řadu špičkových služeb, které stojí za to navštívit a využít.

Dalším velice využívaným zařízením pro sport a volný čas jsou v Novém Městě na Moravě **Městské lázně**. Toto zařízení bylo otevřeno v listopadu 2015. Městské lázně mají celkovou kapacitu 180 osob, kapacita bazénové haly je 130 osob. Součástí městských lázní je plavecký bazén (25 m, 4 dráhy), dále relaxační bazén s masážní lavicí, chrličí a divokou řekou, dále je zde také vířivka pro 10 osob a dětský bazén se skluzavkou. Ve venkovní části jsou tzv. sluneční lázně s lehátky. K dispozici jsou návštěvníkům také relaxační koupele, solárium a různé druhy masáží (Městské lázně online 2016).

Součástí lázní je wellness část, která je vybavena třemi saunami, Kneippovou lázní, venkovní a vnitřní odpočívárnou a barem.

Další službou v tomto zařízení je fitness centrum, které je vybavenou řadou posilovacích strojů a trenažérů. Od února 2017 byl zprovozněn zrcadlový sál, kde probíhá řada cvičení. Návštěvníci si můžou vybrat z těchto lekcí: dynamická jóga, power jóga, kondiční cvičení, kick box, harmonické cvičení, běžecká škola (ve fitness centru) a aquaerobik (v bazéně). Městské lázně se od svého otevření těší velké návštěvnosti, např. v únoru 2017 je navštívilo celkem 11620 osob (Městské lázně online 2016).

Sezónně je také hojně využívána **Sjezdovka na Harusově kopci** v Novém Městě na Moravě. Sjezdovka je dlouhá 550 m a převýšení dosahuje 110 metrů. Svah je obsluhován lanovou dráhou, která za hodinu přepraví až 1400 osob. Celá délka sjezdovky je zasněžována umělým sněhem, takže je tato sjezdovka v provozu dá se říci každoročně. Součástí sjezdovky je i lyžařská škola s lanovým vlekem pro děti a občerstvení (SKI Harusák online 2017).

Dalšími sportovními zařízeními jsou fit kluby, které se v Novém Městě na Moravě nachází celkem tři. Nejvíce navštěvovaný je **Fitklub Brady**, zrcadlový sál, který se nachází přímo na Vratislavově náměstí. Zájemci zde mohou navštívit hodiny jógy, pilates, fitness jógy, fitjazzu, bosu core/cardio či hodinu břišního pekáče (Fitklub Brady online 2015).

Dalším fit klubem je **Ája fitness**, který se rovněž nachází na Vratislavově náměstí. Toto fitness zařízení nabízí skupinové i individuální tréninky s osobním trenérem, dále nabízí také cvičení TRX a kruhový trénink. Další službou je výživové poradenství (ÁJA FITNESS online 2016).

Posledním fitness centrem je **Bazi fitness**, které se nachází nedaleko místní části Maršovice, v lokalitě Holubka. Toto fitness centrum nabízí služby: fitness (posilovna), kardio cvičení, spinning a solárium. Další službou je výživové poradenství, sestavování tréninkových plánů a diagnostika postavy. Centrum se také zabývá životním stylem, zdravím a vhodnými stravovacími návyky (BAZI fitness online 2011).

Do fitness služeb je možné zařadit i firmu **Sporten**. Tato firma působí na českém trhu především jako výrobce značkových lyží, ale součástí této firmy je také posilovna, squashové

kurty a masáže. Firma s podnikovou prodejnou a dalšími zařízeními se nachází v lokalitě U Bezděkova. V zimním období působí také jako půjčovna běžeckých a sjezdových lyží (PODNIKOVÁ PRODEJNA SPORTEM Nové Město na Moravě online 2017).

V Novém Městě na Moravě se dále nachází **fotbalový stadion**, který využívá především fotbalový klub SFK Vrchovina. Součástí stadionu je hospoda.

Dalším stadionem v Novém Městě na Moravě je **atletický stadion**, který se nachází v blízkosti fotbalového stadionu v lokalitě U Stadionu. Atletický stadion je využíván především sportovními kluby, a to tělovýchovnou jednotou, Sportovním klubem, Bata klubem a dalšími. Stadion využívají základní a střední školy pro vyučování tělocviku, ale slouží i veřejnosti. K atletickému stadionu přiléhají čtyři **tenisové kurty** se zázemím pro Tenisový klub Nové Město na Moravě. Najdeme zde i **nohejbalové hřiště**. V těsné blízkosti stadionu se nachází **tělocvičny**. Jsou to tělocvičny spadající pod místní gymnázium a Základní školu Leandra Čecha. Dále tělocvična na středisku, která již není tolik využívána, neboť na jejím místě bude v nejbližší době zahájena demolice a následná stavba sportovní haly. Další tělocvična s přiléhajícími hřišti se nachází u střední odborné školy. Vedle tělocvičny Základní školy Leandra Čecha sídlí **kuželkárna**, kde působí především kuželkářský oddíl TJ.

Nové Město na Moravě je minimálně kolébkou moravského lyžování, které má tradici již od roku 1892, kdy Rudolf Gebessam z Fryšavy představil první lyže. Severská kombinace byla součástí velice populárních závodů Zlaté lyže, první závod se konal v roce 1934. Skákalo se na nejstarší Šibenici s dřevěnou konstrukcí, skoky byly součástí Zlaté lyže až do roku 1974. V 70. letech byli úspěšní „mladí skokani“ proto byly vystavěny také můstky „U pekáren“. Tyto můstky byly ovšem před lety zrušeny. V současnosti se využívají **dva můstky na Šibenici** a to s konstrukčními body 53 a 28 m. Tyto můstky využívá Sportovní klub, pro tréninky svých členů (KLUBY A MŮSTKY ČR: Nové Město na Moravě online 2002-2017).

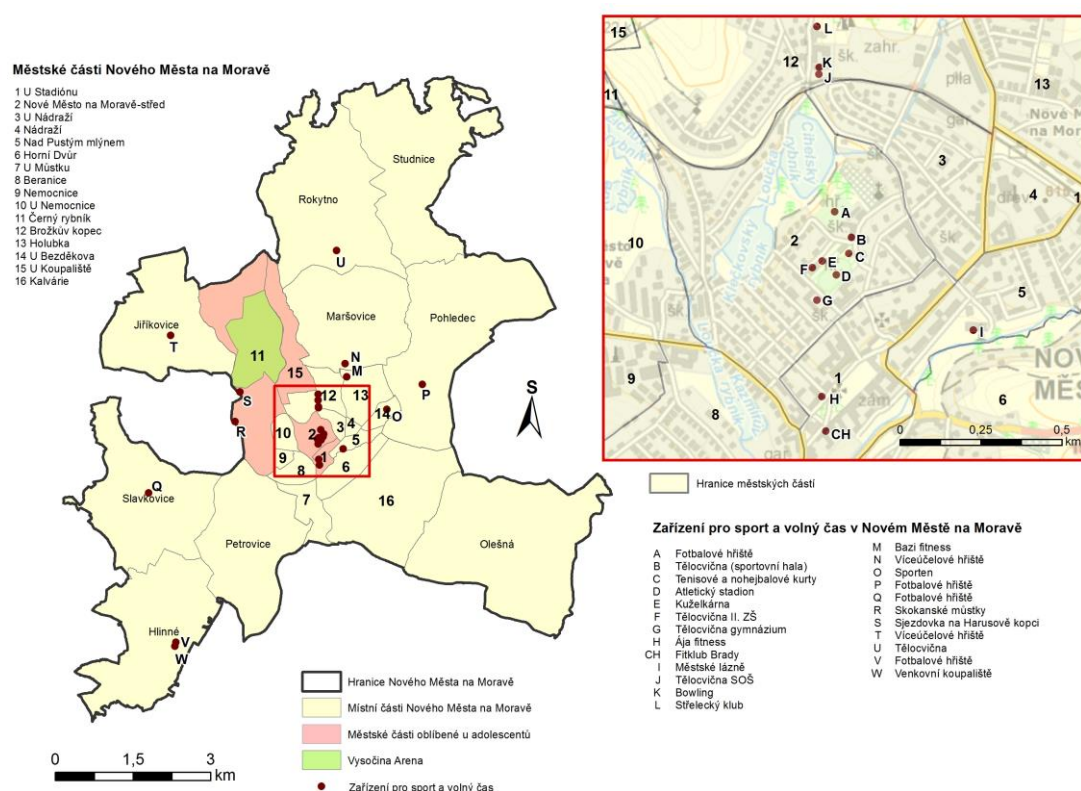
Střelecký klub se střelnici sídlí nedaleko zmíněných tehdejších skokanských můstků U pekáren, v lokalitě Brožkův kopec. Střelnice slouží klubu již od roku 1972, v roce 1991 byla přistavěna také střelnice pistolová (Historie SSK Nové Město na Moravě online 2005).

Nedaleko střeleckého klubu mohou občané města i další návštěvníci využít služeb Penzionu Vrchovina a to v podobě **bowlingu**. Bowling je přístupný veřejnosti, a to každý den a jsou zde také pořádány bowlingové turnaje pro veřejnost.

V poslední době byla v Novém Městě na Moravě hodně diskutovaná stavba **sportovní haly**, která měla být původně vystavěna bez horolezecké stěny. Zastupitelstvo města na přání občanů v květnu 2016 schválilo změnu projektu Sportovní haly tak, aby bylo možné do ní vestavět lezeckou stěnu o délce 20 m a výšce 12 m, s přesahem 4,5 m. Ve sportovní hale se bude nacházet horolezecká stěna, hrací plocha pro házenou, florbal, basketbal a volejbal, dále

tribuna pro 140 diváků, blok šaten a sport bar s posilovnou a sklad sportovního nářadí. Plány ještě nejsou stoprocentně dokončeny, změny jsou tedy vyhrazeny. Předpokládané dokončení projektu a vydání pravomocného povolení stavby je plánováno v prvním pololetí 2017 (Bazén - Sportovní hala - Městský úřad online 2016).

Pro lepší orientaci v Novoměstských zařízeních pro sport a volný čas byla vytvořena mapa (Obr. 8). V mapě jsou zobrazeny také oblíbené lokality z hlediska trávení volného času, které tak vyhodnotili adolescenti v dotazníkovém šetření.



Obr. 8 Zařízení pro sport a volný čas v Novém Městě na Moravě v roce 2017

Zdroj: ArcČR 500, vlastní zpracování 2017, vytvořeno v programu ArcMap

Volný čas

Když se řekne Nové Město na Moravě, asi každého příznivce sportu napadne běh na lyžích, biatlon, horská kola, Zlatá lyže, světové poháry a mistrovství světa, ale také krásné sportovní prostředí s výborným zázemím pro sport jako takový. Město leží u jižní hranice CHKO Žďárské vrchy a lze ho tak považovat za vstupní bránu do turisticky atraktivního regionu. Z hlediska přírodní atraktivity území společně se správním obvodem Žďáru nad Sázavou byly v Kraji Vysočina jedinými mikroregiony s turistickým významem mezinárodní úrovně. Z hlediska hodnocení kulturně-historické atraktivity území má pouze regionální význam.

Nové Město na Moravě spadá do prostoru, který je charakteristický výraznou koncentrací **turisticky značených tras**. Je ideálním výchozím místem pro pěší turistiku do atraktivních oblastí Žďárských vrchů. V této lokalitě nalezneme červenou, zelenou, žlutou a modrou turistickou trasu (Strategický plán rozvoje Nového Města na Moravě 2008).

V této lokalitě je důležitá také **cykloturistika**. Nové Město na Moravě protíná část cyklotrasy Znojmo – Jeseník, konkrétně její část č. 103. Tato část cyklotrasy začíná v obci Kadov a vede dále kopcovitou krajinou s rovinatějšími úseky. Podél trasy se nachází řada přírodních a kulturních zajímavostí. Z Nového Města na Moravě trasa pokračuje na jih do Třebíče. Další trasou je tzv. okružní cyklostezka, která vede z Nového Města na Moravě do Rosičky a zpět a také cyklotrasa vedoucí po trase Závodu míru, která vede z Nového Města na Moravě – Tři Studně – Sněžné – Jimramov a zpět do Nového Města na Moravě (Strategický plán rozvoje Nového Města na Moravě 2008).

Významná je také tematická nadregionální stezka tzv. Mlynářská stezka, která byla vybudována v roce 2006. Cykloturisti jsou seznámeni s historií mlynářství a trasa je zavede k téměř 50 mlýnům. Celková délka cyklostezky je 180 km a končí až v rakouském příhraničním městě Hardegg. V současnosti probíhá značení cyklotras, které využívají stávající komunikace a kvalitní lesní a polní cesty. Cyklotrasy propojují rekreační oblasti s turisticky zajímavými místy a jednotlivými obcemi po trase (Strategický plán rozvoje Nového Města na Moravě 2008).

Nejdůležitější je ovšem v Novém Městě na Moravě **zimní turistika**, přesněji běh na lyžích. Tato lokalita je hojně vyhledávaná milovníky lyžařského sportu. Novoměstské trasy se udržují v nejvýše položených částech Žďárských vrchů a upravováno je přes 100 km lyžařských tratí. Při příznivých klimatických podmínkách jsou upravovány trasy i v okolí, na které novoměstské tratě navazují. Na severu se jedná o trasy poličské a svratecké, na východě trasy bystřické a na západě trasy žďárské (Strategický plán rozvoje Nového Města na Moravě 2008).

Příroda v Novém Městě na Moravě vybízí také k procházkám po okolí. Oblíbeným cílem procházek je řada rybníků, např. Černý rybník nebo Cihelský rybník, respondenti uvedli také místní koupaliště. Atraktivní je také lokalita Tři Kříže, která nabízí krásný výhled do krajiny. V Novém Městě na Moravě se nachází rozsáhlé lesy, které jsou využívány pro odpočinek a relax, jak pro místní obyvatele, tak pro dojíždějící.

V lese Ochoza na okraji Nového Města na Moravě byla vytvořena obrázková cesta lesem Ochoza. Na stromech je pověšeno celkem osm obrázků, jejichž motivy čerpají jak z místní historie, tak z legend a pověstí. Cesta za obrázky je značena žlutočerveným čtvercem a začíná v parku na náměstí. Autory obrázků jsou novoměstští umělci a malíři. Délka obrázkové cesty

je necelých 10 km. V infocentru lze zakoupit podrobného průvodce s dalšími informacemi (Obrázková cesta lesem Ochoza | Turistický portál Novoměstsko online 2017).

Zajímavosti, které je dobré navštívit, jsou zmíněny na webových stránkách Novoměstsko. Je zde možné najít řadu tipů na výlety, zajímavé procházky, trasy cyklistické, turistické, pěší, trasy pro běhání a další zajímavé informace (Co vidět, co zažít | Turistický portál Novoměstsko online 2017).

4 DOTAZNÍKOVÉ ŠETŘENÍ

Dotazníkové šetření se zabývalo životním stylem u dospívajících v Novém Městě na Moravě. Sleduje rizikové faktory životního stylu, jako jsou kouření tabákových výrobků, konzumace alkoholu či konzumace návykových látek, dále způsob trávení volného času dospívajících, preference sportovní aktivity a její dobu trvání, zdravá výživa a preference ve stravování a pitném režimu a zabývá se také sebehodnocením dotázaných.

4.1 Cíl a metodika dotazníkového šetření

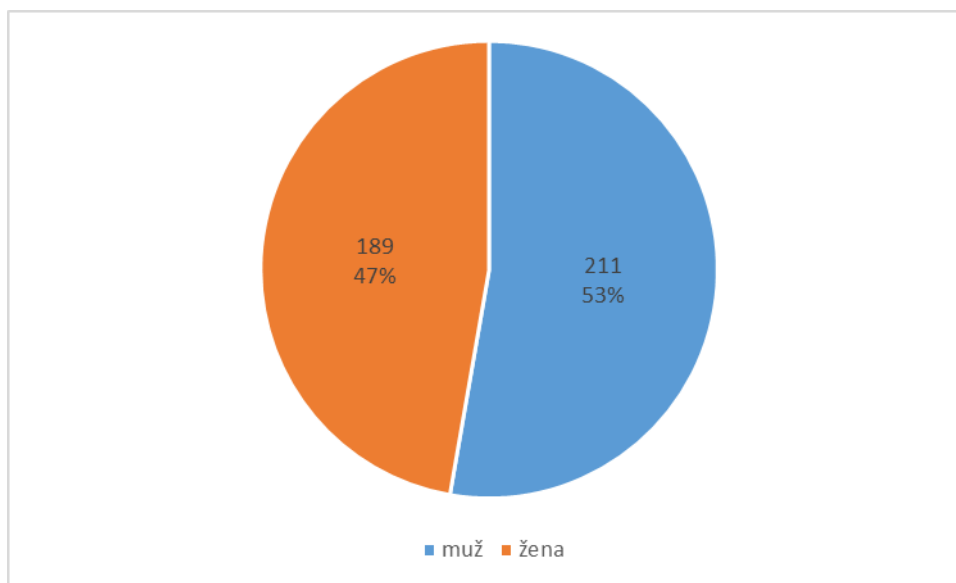
Cílem dotazníkového šetření bylo analyzovat životní styl u dospívajících v Novém Městě na Moravě. Výzkum probíhal na středních školách přímo v Novém Městě na Moravě. Dotazník se skládal z 29 otázek, které byly rozděleny do sedmi jednotlivých témat, která souvisí s problematikou životního stylu a volného času. Jsou to tato témata: bydlení a lokalita bydliště, zdravá výživa, pitný režim, rizikové faktory, pohybové aktivity, volný čas a sebehodnocení. Pro výzkum byly použity 4 otevřené otázky (1, 5, 6, 19) dále 4 otázky polootevřené (2, 18, 20, 23) a 21 uzavřených otázek (2, 4, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 21, 22, 24, 25, 26, 27, 28 a 29). Dotazníky pro výzkum na středních školách byly zpracovány jednak formou elektronickou, ale také formou tištěnou. Po vypracování všech dotazníků byly odpovědi přepracovány do elektronické podoby, aby mohlo proběhnout celkové vyhodnocení odpovědí respondentů. Ty byly dále zpracovány, vyhodnoceny a graficky vymodelovány pro lepší přehlednost a orientaci v dané problematice.

4.2 Charakteristika výzkumného vzorku

Dotazníkový průzkum byl proveden v říjnu 2016 v Novém Městě na Moravě na místních středních školách, Gymnáziu Vincence Makovského se sportovními třídami Nové Město na Moravě a na Střední odborné škole Nové Město na Moravě. Celkem bylo osloveno 400 respondentů, kteří odpovídali na 29 položených otázek. Cílovou skupinou byli tedy žáci středních škol, ve věku od 15 do 20 let. Byli osloveni žáci od prvního do čtvrtého ročníku. Na gymnáziu byly osloveny všechny ročníky, tedy 1. – 4. ročník, celkem zde bylo vypracováno 199 dotazníků. Na střední odborné škole bylo osloveno celkem 201 respondentů, jednalo se spíše o mladší ročníky, především 1, 2. a 3. ročník. Osloveny byly učební obory, ale i o obory zakončené maturitní zkouškou.

Demografická struktura respondentů

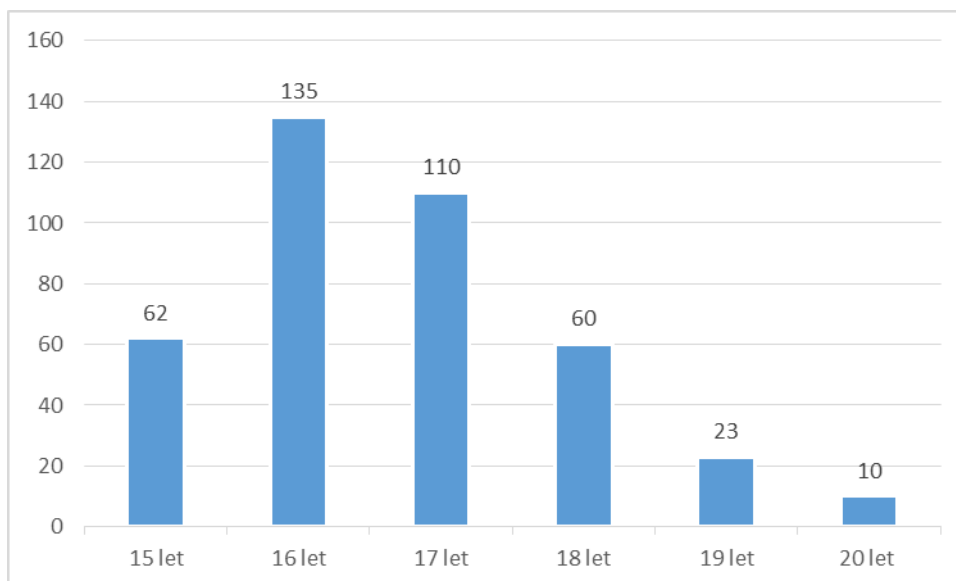
Bylo třeba oslovit, co největší množství respondentů, aby bylo dotazníkové šetření co nejpřesnější a výsledek šetření byl porovnatelný s dalšími městy, ve kterých byl tento průzkum proveden. Jednalo se město Olomouc a Prostějov. Nakonec nepatrně převažuje mužská část respondentů a to celkem o 22 osob. Osloveno bylo celkem 189 žen a 211 mužů (Obr. 9).



Obr. 9 Demografická struktura respondentů, vlastní zpracování

Věk respondentů

Průzkum, jak již bylo zmíněno výše, probíhal na dvou středních školách. Průzkumu se tedy účastnili žáci prvního až čtvrtého ročníku, věkový průměr dotázaných je 16,7 let. Nejvíce bylo osloveno žáků ve věku 16 let a to 135 dotázaných, dále potom ve věku 17 let (110 žáků), viz. obrázek č. 10.



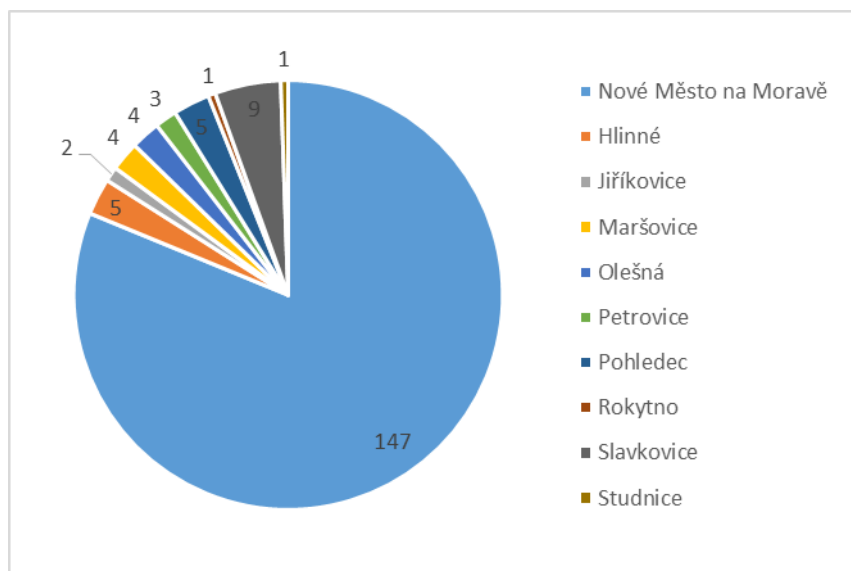
Obr. 10 Věk respondentů, vlastní zpracování

Bydlení a bydliště respondentů

Dotazníkové šetření bylo provedeno v Novém Městě na Moravě, proto převažují respondenti, kteří uvedli jako místo bydliště právě Nové Město na Moravě. Velkou část dotázaných tvoří žáci ze sousedních či okolních obcí, ale výzkumu se účastnili také žáci, kteří do školy dojíždějí nebo přechodně pobývají na internátě, který je zřízen při střední odborné škole. Z Nového Města na Moravě a jeho místních částí je celkem 181 dotázaných. Celkem 147 žáků je přímo z Nového Města na Moravě a 34 žáků z místních částí. Dále převažuje počet studentů ze Žďáru nad Sázavou, který se nachází 11 km od Nového Města na Moravě, jedná se o 26 žáků. Jsou to většinou žáci, kteří studují na místním gymnáziu ve sportovní třídě, ty na gymnáziích ve Žďáru nad Sázavou nejsou vytvořeny. Celkem 18 žáků žije v Nové Vsi u Nového Města na Moravě, tato obec je vzdálena pouhé 3 km, jedná se o sousedící obec položenou jihovýchodně od Nového Města na Moravě. V Bystřici nad Pernštejnem žije celkem 9 dotázaných, toto město je vzdáleno 16 km od Nového Města na Moravě. Dalších 8 žáků uvedlo bydliště Havlíčkův Brod, který leží 44 km západně od Nového Města na Moravě. Dalších 7 respondentů žije v Křídlech nedaleko Nového Města na Moravě, tato obec je vzdálena 6 km. Dále 6 žáků žije v sousedních Radňovicích, které jsou západně položenou sousedící obcí vzdálenou asi 3,5 km. Dalších 6 respondentů žije v obci Sněžné, která je vzdálena od Nového Města na Moravě 11 km a stejný počet žáků žije v obci Zubří.

Celkem 34 žáků žije v místních částech Nového Města na Moravě. Z těchto dotázaných žije nejvíce studentů v místní části Slavkovice. V místní části Hlinné, která leží jihozápadně od Nového Města na Moravě, žije 5 žáků a všichni do školy dojíždí. V Pohledci, severovýchodní místní části i místní části Maršovice žije 5 žáků. V místní části Olešná žijí 4

dotázaní. V Petrovicích, jihozápadní místní části, žijí 3 adolescenti, kteří navštěvují novoměstská vzdělávací zařízení. V místní části Rokytno a Studnice bydlí vždy jeden žák (Obr. 11).

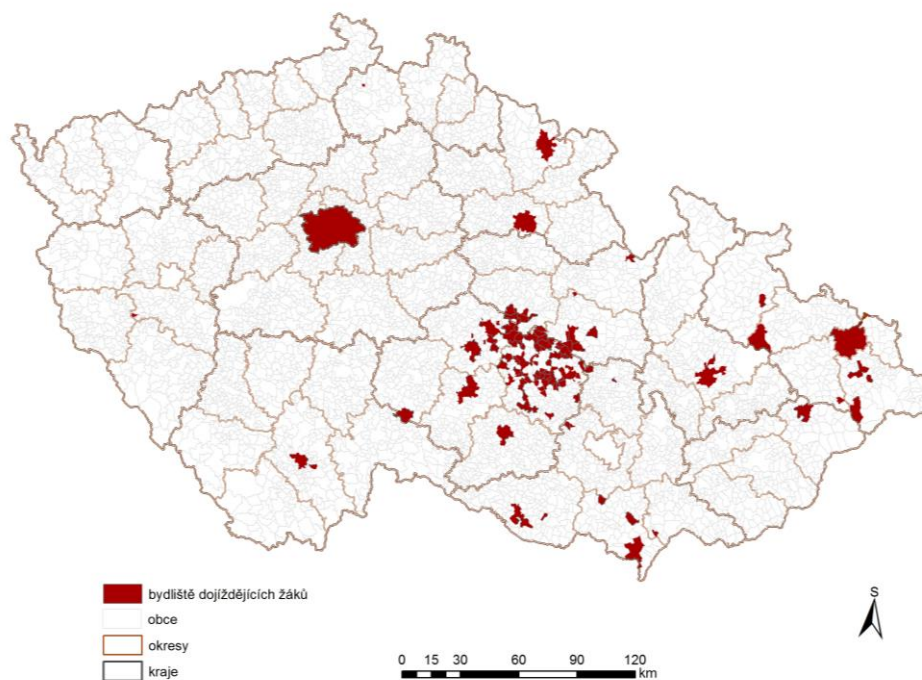


Obr. 11 Počet žáků s trvalým bydlištěm v Novém Městě na Moravě a jeho místních částech, vlastní zpracování

V dotazníkovém šetření bylo osloveno celkem 400 respondentů, kteří odpovídali na položené otázky. V Novém Městě na Moravě žije celkem 181 oslovených žáků, zbylých 219 dotazovaných uvedlo trvalé bydliště v jiných obcích. Pro lepší přehledost byla vytvořena mapa trvalého bydliště respondentů dotazníkového šetření (Obr. 12). Do této mapy jsou vložena všechna bydliště respondentů, mimo Nové Město na Moravě.

Nějtvětší počet respondentů žije v Kraji Vysočina, ale do středních škol v Novém Městě na Moravě dojíždí žáci také z dalších krajů. Ze vzdálenějších obcí v ostatních krajích dojíždí nejčastěji jeden nebo dva žáci. Nejvíce žáků dojíždí z okresu Žďár nad Sázavou a z okresu Havlíčkův Brod.

Za studiem do Nového Města na Moravě dojíždí respondenti ze vzdálených obcí jako jsou např.: Praha, České Budějovice, Trutnov, Hradec Králové, Ostrava, Valašské Meziříčí, Znojmo, Buková, Rakvice či Horní Žirovice. Z těchto zmíněných obcí dojíždí vždy pouze jeden žák. Z Břeclavi a Olomouce dojíždí žáci dva. Poměrně velká část dotázaných uvedla svoje trvalé bydliště v obcích, ležících v Pardubickém kraji, jedná se o obce Polička, Jedlová, Vendolí, Hlinsko a další.



Obr. 12 Trvalé bydliště respondentů dotazníkového šetření v obcích České republiky
Zdroj: ArcČR 500, vlastní zpracování 2017, vytvořeno v programu ArcMap

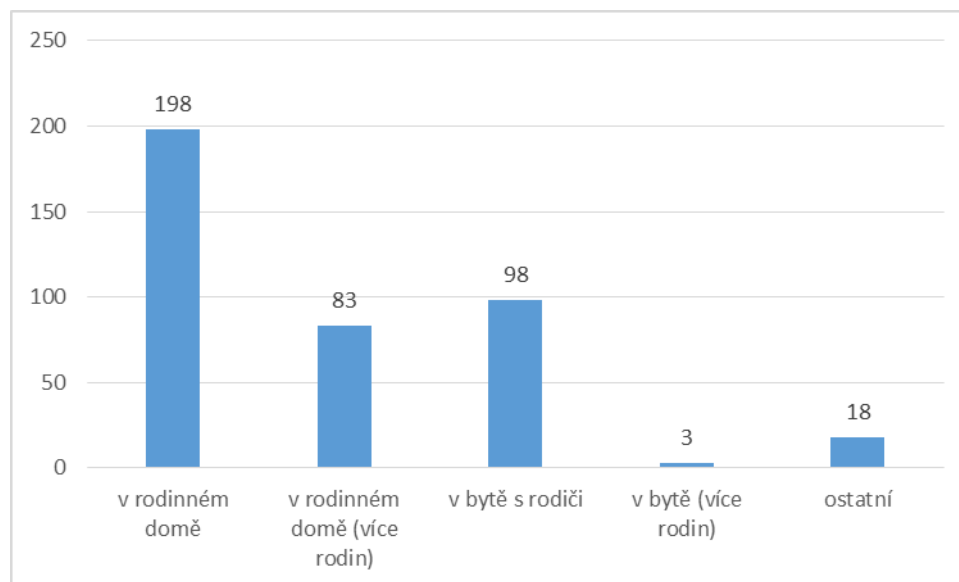
V tomto bloku otázek bylo dále zjišťováno, jakým způsobem oslovení respondenti bydlí, jak hodnotí Nové Město na Moravě z hlediska využití volného času a z hlediska služeb, poskytovaných pro sport a volný čas. Dále byli respondenti dotázáni, co jim v Novém Městě na Moravě chybí v rámci trávení volného času a co naopak v rámci volného času oceňují.

Druh bydlení

První otázka zjišťovala, jak dotázaní bydlí. Na výběr měli respondenti pět možností. Druh bydlení byl rozdělen na rodinný dům a byt, tyto druhy bydlení byly ještě dále specifikovány do dvou kategorií.

Celkem 49,5 % dotázaných bydlí v rodinném domě. Trvalým bydlištěm velké části respondentů jsou spíše menší obce, lze tedy předpokládat, že v menších obcích jsou vystavěny spíše rodinné domy než byty. Druhou nejčtenější kategorií bylo bydlení v bytě s rodiči, takto bydlí celkem 24,5 %. Častým druhem bydlení je také sdílené bydlení v rodinném domě, čímž je myšleno, že v domě bydlí více rodin (prarodiče, sourozenci či sourozenci s rodinou). Tento druh bydlení využívá celkem 20,8 % žáků a jedná se spíše o vícegenerační rodinné domy. Ve sdíleném bytě s více rodinami bydlí pouze 3 žáci z celého výzkumného vzorku. Dále byla zvolena kategorie ostatní, která zahrnuje další varianty

bydlení. Do této kategorie spadaly tyto možnosti bydlení: v bytě s jedním rodičem bydlí 4 žáci, 5 žáků bydlí v bytě samostatně, v jedné domácnosti s partnerem bydlí 2 respondenti a zbylých 7 dotázaných svoji odpověď nespecifikovalo (Obr. 13).



Obr. 13 Druh bydlení respondenta, vlastní zpracování

4.3 Vyhodnocení dotazníkového průzkumu

Adolescenti jsou rizikovou skupinou osob, která snadno podléhá nezdravému životnímu stylu a rizikovým faktorům, jako je kouření tabákových výrobků, drogy či alkohol. Proto byla výzkumná část práce zaměřena na životní styl a trávení volného času právě dospívajících osob v Nové Městě na Moravě. Dotazníkový průzkum byl zaměřen především na oblasti, jako je právě zdravý životní styl, zdravá výživa a pravidelný a dostatečný pitný režim. Kromě toho také do jaké míry mládež podléhá nezdravému životnímu stylu. Důležitou součástí zdravého životního stylu je také pravidelná pohybová aktivita, proto byl dotazník zaměřen i na tuto oblast. Nové Město na Moravě přímo vybízí ke sportu v přírodě, a proto se dotazníkové šetření věnovalo i tomuto tématu. Průzkum také zjišťoval, zda je pro dospívající otázka životního stylu důležitá či nikoli a jak k němu přistupují.

4.3.1 Hodnocení kvality prostředí a kvality služeb pro volný čas

Celkovou kvalitu života je možno chápat jako vzájemné působení kvality hlavních složek, které se podílejí na uspokojování základních potřeb člověka. Byly vymezeny čtyři základní oblasti kvality života: společensko-politická, sociální, ekonomická a environmentální. Environmentální podmínky podporují kvalitu života, i když ji samy o sobě nevytvářejí. Každý z nás má jiné potřeby a stejné zdroje může každý z nás využít jinak (Potůček 2002).

Každý jiným způsobem hodnotíme kvalitu života i prostředí, a proto byla do dotazníkového šetření také vložena část hodnocení kvality prostředí a služeb pro volný čas.

Důležitou částí dotazníkového šetření bylo právě tedy zhodnocení environmentálních aspektů prostoru v dané lokalitě a hodnocení prostoru z hlediska poskytování služeb pro volný čas. Dotázaní hodnotili jednotlivé lokality jak z hlediska kvality prostředí, tak také hodnotili kvalitu služeb v Novém Městě na Moravě.

Hodnocení environmentálních aspektů prostoru pro odpočinek a relax v Novém Městě na Moravě

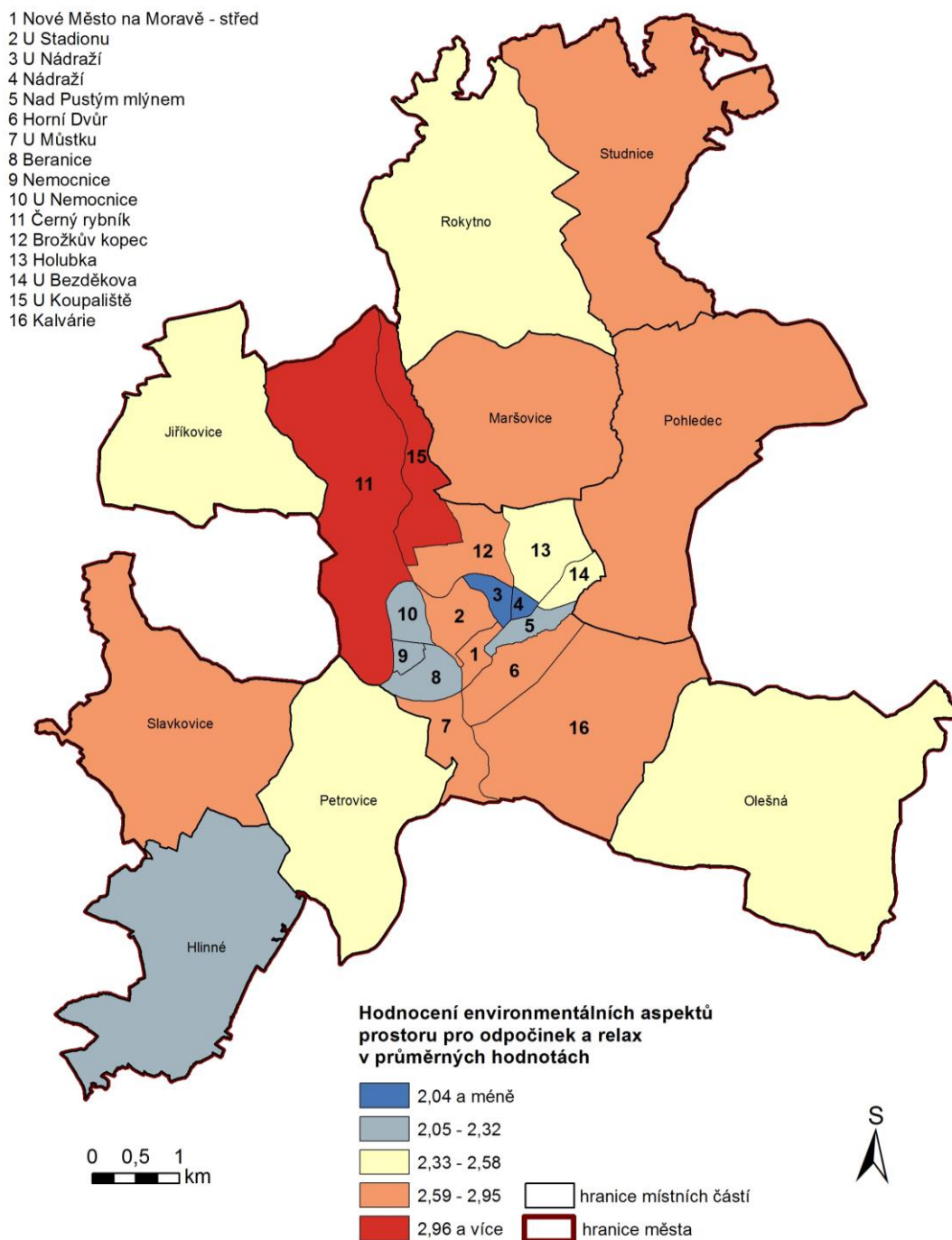
Tato problematika byla vyhodnocena ze třech úhlů pohledu. Zvlášť byl vyhodnocen pohled místních žáků a žáků, kteří dojíždí (Obr. 15 a 16). Následně byl vytvořen kartogram, který zahrnoval všechny názory respondentů na environmentální aspekty prostoru pro odpočinek a relax (Obr. 14). Respondenti hodnotili místní a městské části Nového Města na Moravě. Hodnotili známkami 0 až 5, přičemž známka 5 znamenala největší spokojenost, 0 tedy spokojenost nejmenší. U této otázky byla k dispozici ortofoto mapa daného území pro lepší orientaci respondentů v této lokalitě. Výsledkem jsou celkem tři mapy, a to celkový pohled respondentů na danou problematiku, pohled místních žáků a žáků dojíždějících. Toto rozdělení bylo zvoleno především proto, že dojíždějící žáci se v daném okolí neorientují takovým způsobem, jako žáci, kteří zde již léta žijí. Předpokládá se tedy, že jejich názory budou odlišné oproti názorům místních žáků. Otázka byla pro vyplnění zdlouhavější než ostatní otázky, nebyla tedy označena jako povinná, proto na otázku neodpověděli všichni dotázaní. Výsledky byly vyhodnoceny jako průměrné vážené hodnoty.

Environmentální aspekty prostoru jsou důležitým kritériem pro trávení volného času. Laicky řečeno, každý z nás má rád krásnou a čistou přírodu, klidné místo, které je vhodné jak pro odpočinek, tak také pro sportovní aktivity. Nové Město na Moravě poskytuje příznivé podmínky pro trávení volného času v přírodě. Téměř celé město se nachází v CHKO Žďárské vrchy.

Nové Město na Moravě z hlediska environmentálního hodnotili respondenti celkem pozitivně. Nejhůře, a to průměrnou váženou známkou 1,91 ohodnotili dotázaní lokalitu U nádraží a lokalitu Nádraží známkou 2,04. Z místních částí respondenti hodnotili nejhůře Hlinné, které již nespadá, stejně jako Petrovice a Slavkovice, do CHKO Žďárské vrchy. Z městských částí Nového Města na Moravě byly nejhůře hodnoceny části U Můstku, Nemocnice, U Nemocnice a lokalita Nad Pustým mlýnem. Průměrně byly ohodnoceny Petrovice, Jiříkovice, Rokytno, Olešná a také části Holubka a U Bezděkova. V části Holubka se nachází spíše řadové domy, má tedy obytnou funkci. V části U Bezděkova výrobní

prostory několika firem. Největší množství obcí získalo známky od 2,59 do 2,95 a to celkem 10 částí Nového Města na Moravě. Nejlépe ohodnoceny byly městské části Černý rybník, který je využíván především pro rekreaci a sport, slouží také k chovatelským účelům. Nachází se zde také Vysočina Arena s lyžařskými tratěmi a singletracky a les Ochoza. Dle mého názoru se jedná o nejvhodnější lokalitu pro trávení volného času ve vymezeném území. Druhá nejlépe hodnocená lokalita U Koupaliště, slouží k rekreaci a sportu, jedná se o přírodní koupaliště, které je využíváno také k rybolovu. V této lokalitě nalezneme rozsáhlé lesy a louky. Velký potenciál pro trávení volného času má také lokalita Kalvárie, nachází se zde památka Tři Kříže, která nabízí panoramatický výhled na Nové Město na Moravě, dále zde nalezneme i několik rybníků. Toto místo je častým cílem procházek místních obyvatel.

Při hodnocení městských částí mělo dle mého názoru také velký vliv, zda se jednalo o místní obyvatele či dojíždějící, neboť místní město znají podrobněji než žáci dojíždějící a právě tento faktor mohl lehce zkreslit výsledné hodnocení prostoru. Dotázaní, kteří městské části neznají mohli volit střední známku nebo neodpověděli vůbec.



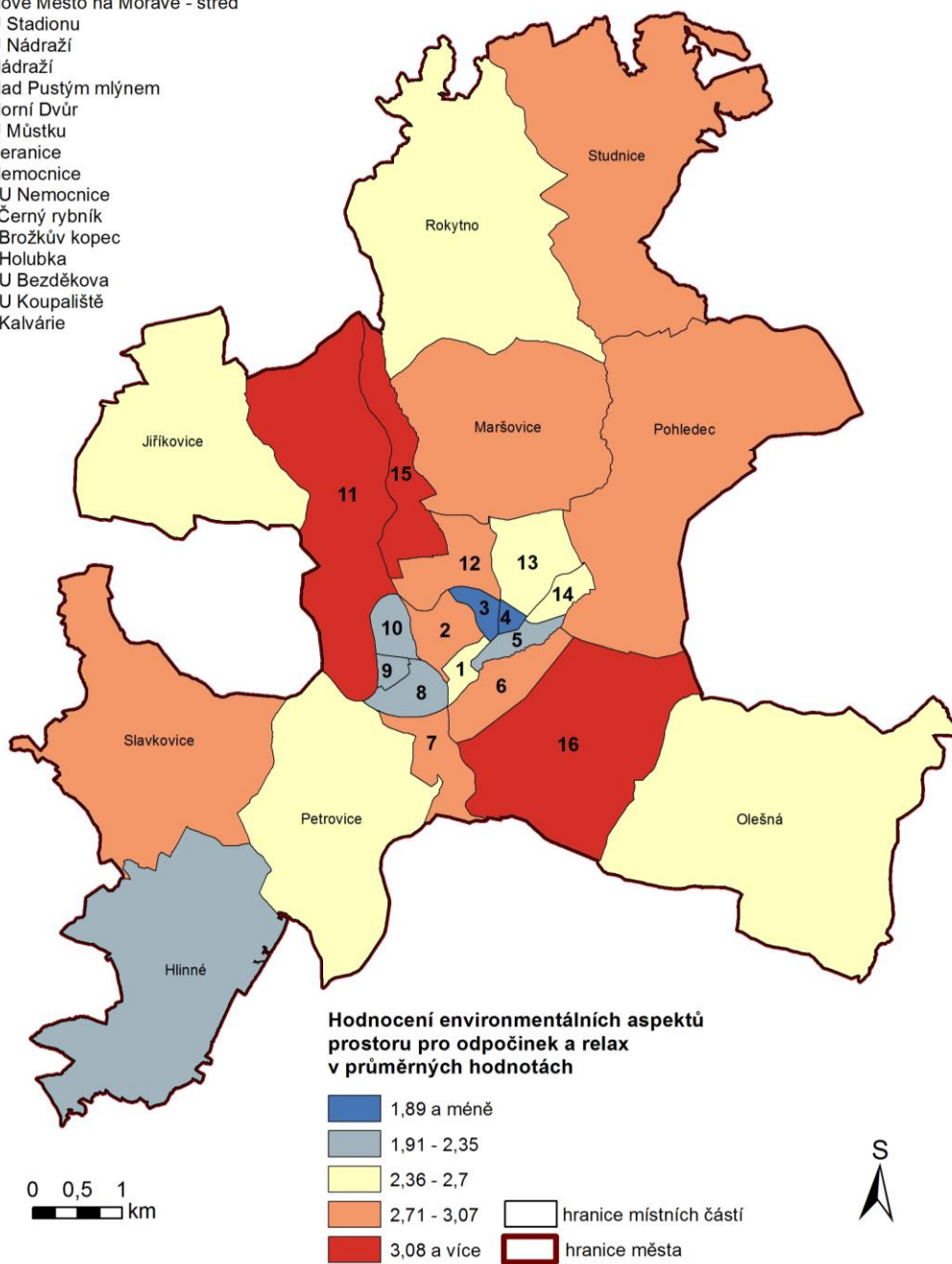
Obr. 14 Hodnocení environmentálních aspektů prostoru pro odpočinek a relax všech respondentů
 Zdroj: ArcČR 500, vlastní zpracování 2017, vytvořeno v programu ArcMap

Názory obou skupin na zkoumaný prostor jsou poněkud odlišné. Místní dotázaní hodnotili jednotlivé lokality v Novém Městě na Moravě spíše pozitivně, naopak dojíždějící studenti hodnili spíše nižšími známkami. Rozdíl je jistě daný také tím, že dojíždějící město neznají do takové míry jako místní žáci. Dojíždějící žáci se snažili vyplnit především lokality, které znají a těm udělili podle svého uvážení známku.

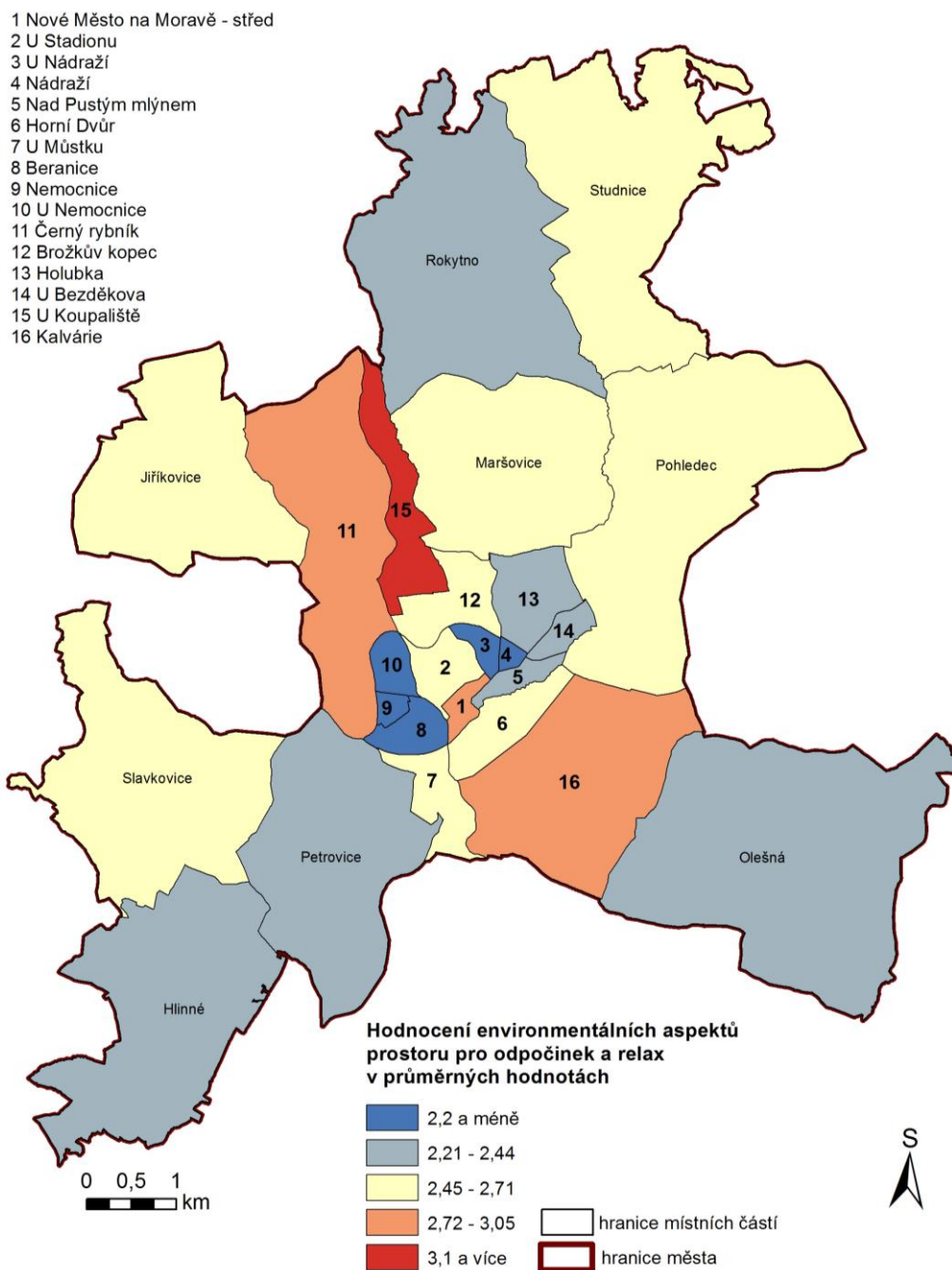
Místní žáci ocenili především lokality Černý rybník (známka 3,52), U Koupaliště (3,5) a Kalvárii (3,09). Kromě poslední zmíněné Kalvárie se jedná o stejné lokality, které byly celkem vyhodnoceny jako nejvíce vhodné pro odpočinek a relax. Nejhůře místní ohodnotili z hlediska environmentálních aspektů místní část Hlinné a z městských částí se jednalo o Nádraží a U Nádraží. Z místních částí byla naopak nejlépe ohodnocena místní část Studnice, která získala známku 3,06.

Hodnocení environmentálních aspektů prostoru pro odpočinek a relax z pohledu dojíždějících žáků je v porovnání s hodnocením místních žáků více kritický. Dojíždějící žáci ohodnotili nejlépe lokalitu U Koupaliště (známka 3,61), kterou pravděpodobně znají nejlépe. A to zejména proto, že část dojíždějících žáků je ubytována na internátě, který se nachází nedaleko již zmíněného koupaliště. Známkou 3,05 dotázaní ohodnotili lokalitu Černý rybník, kterou stejně jako místní považují za vhodnou pro odpočinek a relax. Třetí nejlépe hodnocenou lokalitou je Kalvárie, tato lokalita získala výslednou známku 2,82. Naopak nejhůře byla z pohledu dojíždějících studentů vyhodnocena lokalita Nádraží, která získala nejnižší průměrnou známku 2,04. Druhou nejhůře hodnocenou lokalitou je Nemocnice (známka 2,14). Nejhůře ohodnocenou místní částí je obec Petrovice (2,29), dále obec Hlinné (2,31) a obec Olešná (2,35). Naopak kladně dojíždějící vyhodnotili místní část Maršovice (2,71) a Slavkovice (2,61). Z hlediska environmentálních aspektů by neměla být kladně hodnocena část Nové Město na Moravě-střed, neboť se jedná o zastavěnou plochu ve středu města. Je ale možné, že právě tuto část respondenti vnímají jako vhodnou pro odpočinek a relax, především díky přítomnosti parku s kostelem sv. Kunhuty a arboreta. Z kartogramu je možné snadno vyčíst, které lokality jsou pro dojíždějící žáky z environmentálního hlediska vhodné či méně vhodné.

- 1 Nové Město na Moravě - střed
- 2 U Stadionu
- 3 U Nádraží
- 4 Nádraží
- 5 Nad Pustým mlýnem
- 6 Horní Dvůr
- 7 U Můstku
- 8 Beranice
- 9 Nemocnice
- 10 U Nemocnice
- 11 Černý rybník
- 12 Brožkův kopec
- 13 Holubka
- 14 U Bezděkova
- 15 U Koupaliště
- 16 Kalvárie



Obr. 15 Hodnocení environmentálních aspektů prostoru pro odpočinek a relax z pohledu místních žáků
Zdroj: ArcČR 500, vlastní zpracování 2017, vytvořeno v programu ArcMap



Obr. 16 Hodnocení environmentálních aspektů prostoru pro odpočinek a relax z pohledu dojíždějících žáků
 Zdroj: ArcČR 500, vlastní zpracování 2017, vytvořeno v programu ArcMap

Hodnocení prostoru z hlediska poskytování služeb pro trávení volného času v Nové Měště na Moravě

Potřebné bylo nejen zhodnotit environmentální aspekty pro trávení volného času, ale také zhodnotit prostor z hlediska poskytování služeb pro sport a volný čas. Otázka byla stejně jako v předchozím případě rozdělena na tři části, a to celý výzkumný vzorek, místní a dojíždějící respondenty. Takto bylo vyhodnocení rozděleno především pro možné porovnání názorů

jednotlivých skupin respondentů. Opět tu hraje také velkou roli to, do jaké míry dotázaný Nové Město na Moravě zná.

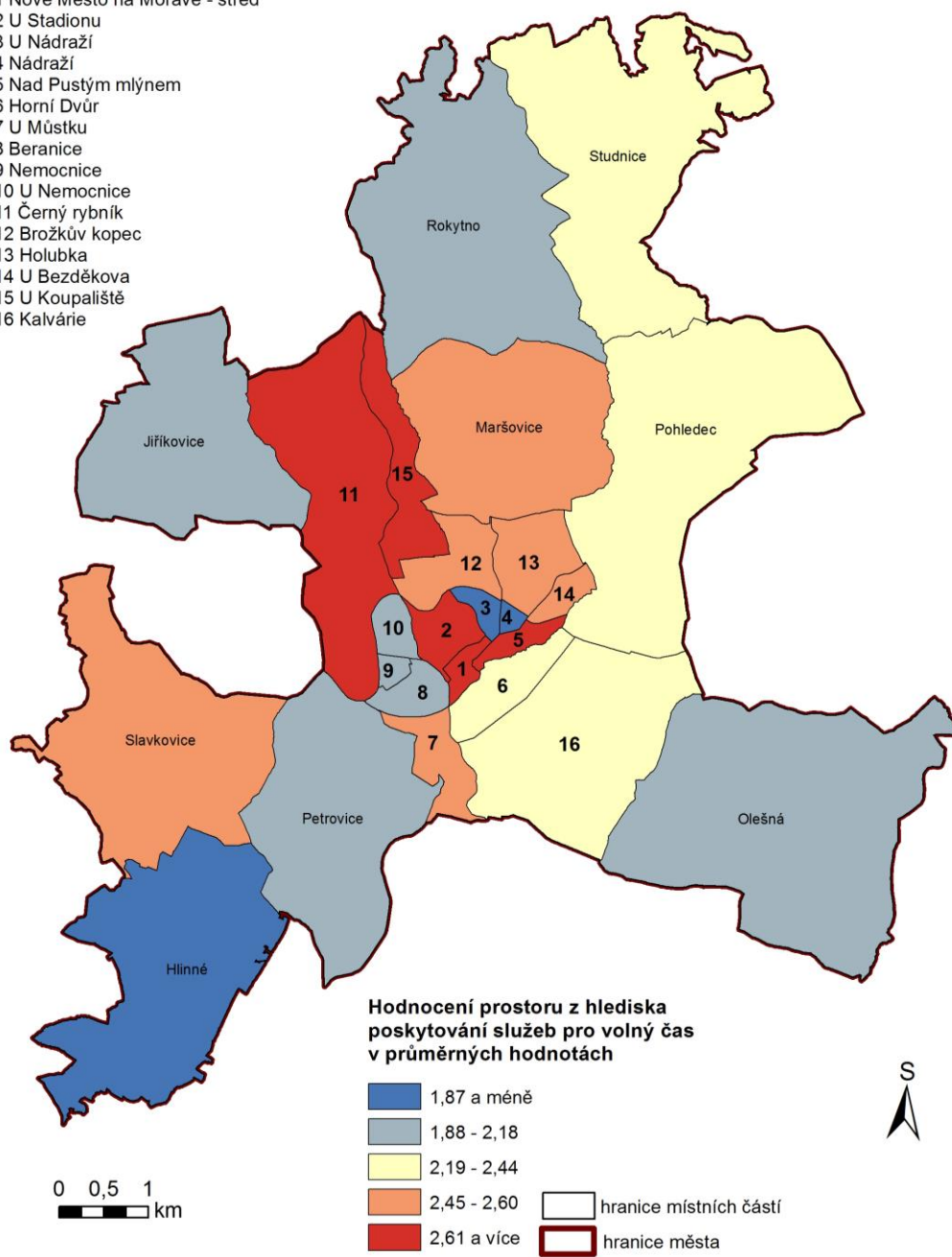
Respondenti svými známkami hodnotili ve vymezeném území kvalitu poskytovaných služeb. Nejlépe ohodnotili lokality Černý rybník, U Koupaliště, U Stadionu a Nové Město na Moravě – střed. Tyto lokality poskytují řadu služeb pro volný čas. Největší množství služeb pro sport a volný čas nalezneme v lokalitě Černý rybník. V této lokalitě se nachází hojně využívaná Vysočina Arena s lyžařskými tratěmi, singletracky či okruhem pro in-line, restaurace a hotel SKI, testcentrum silničních kol a MTB. Ve Vysočina Areně se každoročně pořádají SP v MTB a pravidelně také SP v biatlonu či Zlatá lyže a další lyžařské závody. U koupaliště se nyní moc služeb nenachází, pouze na letní sezónu je zde v provozu stánek s občerstvením a nedaleko se nachází Tábor Vysočina, jedná se o dětský tábor PČR Praha na Vysočině. Tento areál je využívám k dalším rekreačním účelům. V centru města byla nejlépe ohodnocena lokalita U Stadionu, známkou 3,29. V této lokalitě se nachází velké množství služeb pro volný čas. Jedná se o atletický stadion, fotbalový stadion, tři tělocvičny či kulturní dům, kde probíhá většina kulturních akcí v Novém Městě na Moravě, především pak koncerty, divadla, promítání filmů, plesy či rukodělné jarmarky a další. Druhou lokalitou v centru města je Vratislavovo náměstí a jeho okolí. Zde se nachází obchody, restaurační zařízení, ale také Ája fitness a Fitklub Brady, tyto fitness centra nabízí širokou škálu sportovních pohybových lekcí. V centru Nového Města na Moravě respondenti nejhůře hodnotili městskou část Nádraží, kde se nachází pouze vlakové nádraží, Lidl a diskont KIK a obytné domy. Dle hodnocení respondentů má nejhůře vybavenost službami pro sport a volný čas místní část Hlinné a dále místní části Petrovice, Jiříkovice a Rokytno. Naopak nejlépe hodnocenou místní částí jsou Maršovice (Obr. 17).

Město na Moravě – střed a lokalitu U Stadionu. Dále kladně hodnotili městskou část Nad Pustým mlýnem (známka 2,65), kde se nachází hojně využívané Městské lázně. Toto zařízení poskytuje řadu služeb, nachází se zde plavecký bazén, vířivka, saunový svět, posilovna, zrcadlový sál pro různé druhy pohybových aktivit, solárium či masáže. Z místních částí byly nejlépe ohodnoceny Maršovice a Slavkovice. Nejhůře skončila místní část Hlinné, která je dle místních respondentů nejméně vybavena službami pro volný čas.

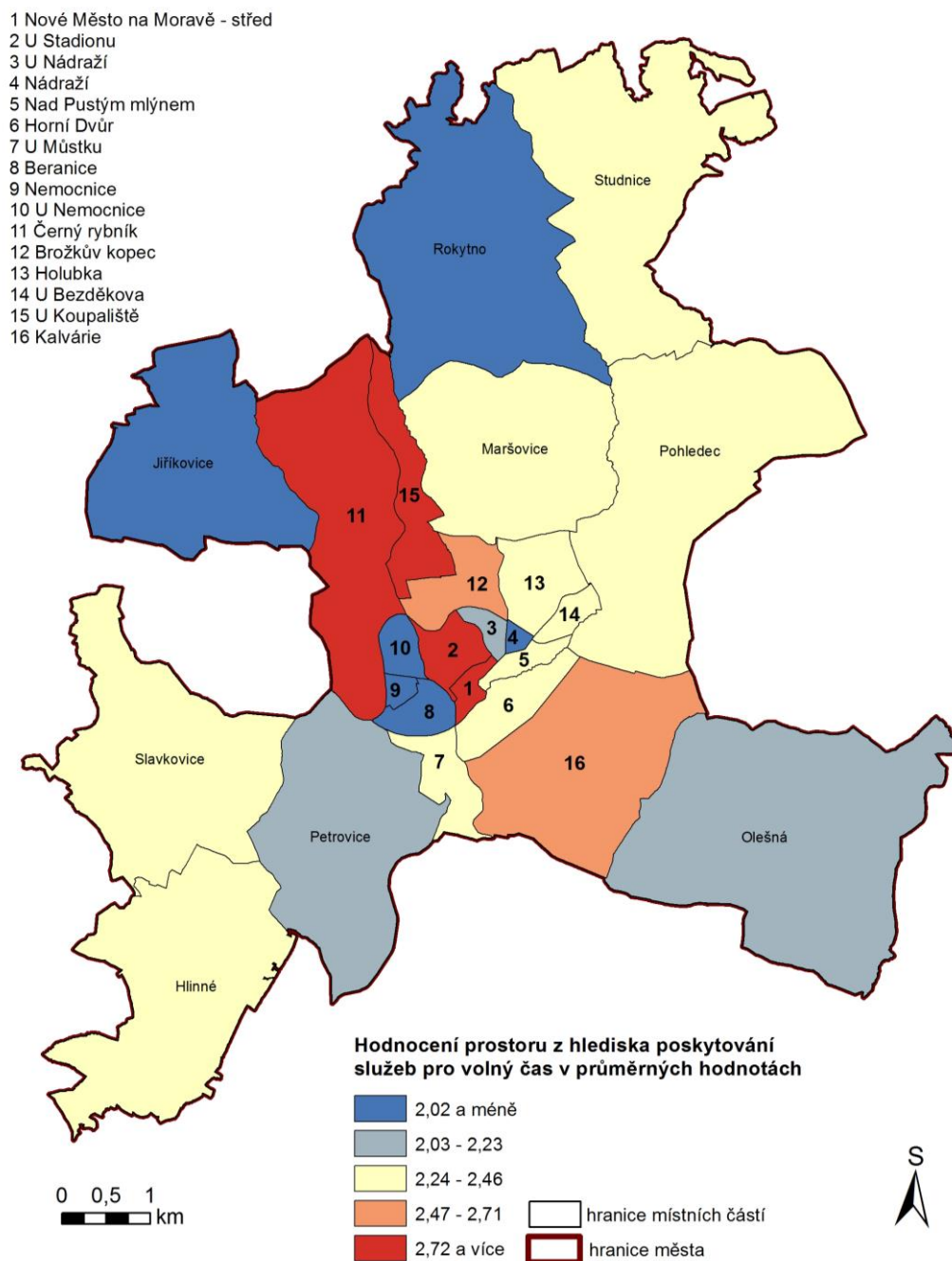
Hodnocení dojíždějících žáků se opět mírně lišilo. Dojíždějící respondenti v další otázce ocenili Městské lázně, ale v hodnocení prostoru z hlediska poskytování služeb pro volný čas toto zařízení nezohlednili, neboť pravděpodobně nevěděli, v které lokalitě se lázně nacházejí. Lokalita Nad Pustým mlýnem získala známku 2,29. Dojíždějící respondenti ocenili opět čtyři lokality, které byly vyhodnoceny jako nejlepší rovněž místními respondenty i celkem. Naopak většina lokalit byla ohodnocena nižší známkou než jak ji hodnotili místní respondenti. Z místních částí z hlediska služeb byly nejhůře hodnoceny Jiřkovice a Rokytno, dále Olešná a Petrovice. V centru města získaly nejnižší známky lokality Beranice, Nemocnice, U Nemocnice a Nádraží. V těchto lokalitách se nachází spíše služby jako jsou obchody s potravinami, zdravotnické zařízení, papírnictví, kadeřnictví a podobně. Respondenti hodnotili nízkou známkou (2,34) také lokalitu U Bezděkova, kde se nachází firma Sporten, součástí této firmy je posilovna, squashové kurty a dále také masáže. Toto zařízení se nachází dále od středu Nového Města na Moravě, je tedy možné, že jej nevyužívá tolik dojíždějících žáků.

Z hodnocení prostoru, ať už z hlediska poskytování služeb pro volný čas či při hodnocení environmentálních aspektů, je patrný rozdíl mezi názory místních respondentů a dojíždějících respondentů. Důležitý je, dle mého názoru, pohled na danou problematiku z obou stran, ale je nutné počítat s možným vlivem neznalosti dané lokality.

- 1 Nové Město na Moravě - střed
- 2 U Stadionu
- 3 U Nádraží
- 4 Nádraží
- 5 Nad Pustým mlýnem
- 6 Horní Dvůr
- 7 U Můstku
- 8 Beranice
- 9 Nemocnice
- 10 U Nemocnice
- 11 Černý rybník
- 12 Brožkův kopec
- 13 Holubka
- 14 U Bezděkova
- 15 U Koupaliště
- 16 Kalvárie



Obr. 18 Hodnocení prostoru z hlediska poskytování služeb pro volný čas z pohledu místních žáků
Zdroj: ArcČR 500, vlastní zpracování 2017, vytvořeno v programu ArcMap



Obr. 19 Hodnocení prostoru z hlediska poskytování služeb pro volný čas z pohledu dojíždějících žáků
 Zdroj: ArcČR 500, vlastní zpracování 2017, vytvořeno v programu ArcMap

Hodnocení kladů a záporů z hlediska poskytování služeb pro volný čas

Pátá a šestá otázka měla charakter otevřených otázek, tak byl respondentům dán prostor pro vyjádření subjektivního názoru na poskytování služeb pro volný čas v Novém Městě na Moravě. Dotázaní odpovídali, co v daném městě chybí z hlediska využití volného času a co naopak hlediska trávení volného času oceňují.

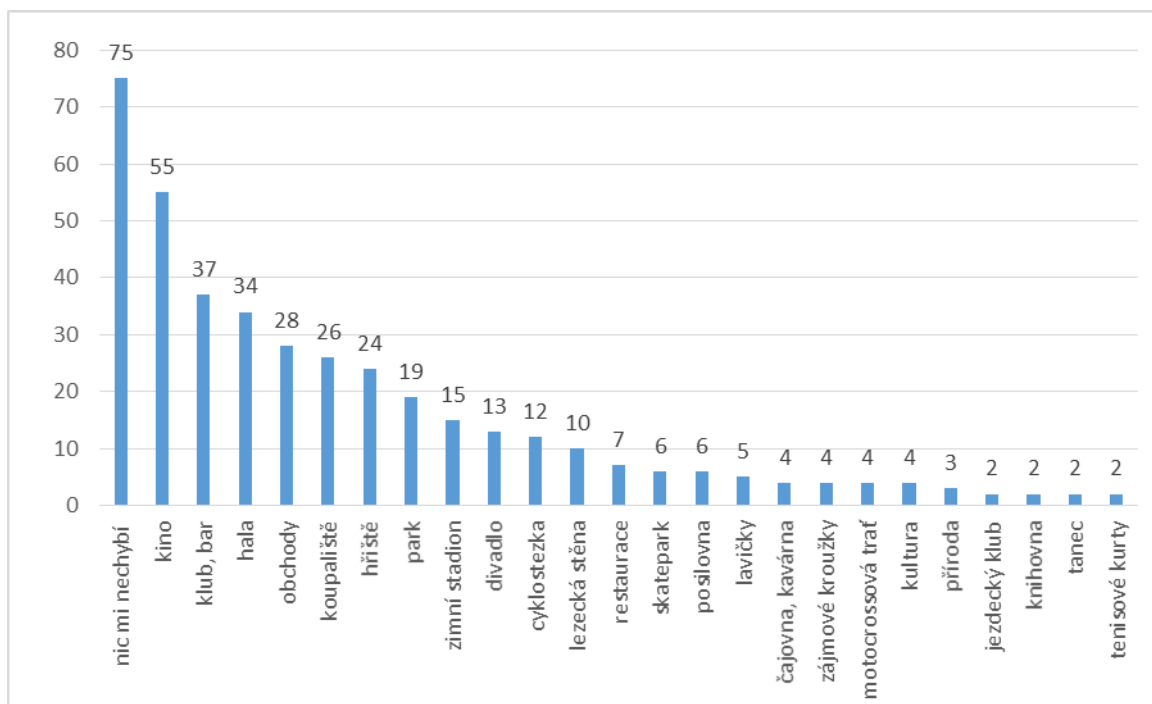
Negativa vyplývající z hodnocení poskytovaných služeb pro volný čas

Neprve byla položena otázka, co z hlediska trávení volného času respondencím v Novém Městě na Moravě chybí (Obr. 20).

Jak ukázaly výsledky šetření, nejvíce dotázaných uvedlo, že z hlediska trávení volného času ve zkoumaném území nic nepostrádají a s poskytovanými službami jsou spokojeni. Takto odpovědělo 75 žáků. V Novém Městě na Moravě již delší dobu nefunguje kino, které zde mělo mnohaletou tradici, ale Novoměstská kulturní zařízení pravidelně pořádají promítací večery v kulturním domě, které mají alespoň trochu nahradit chybějící kino. Ovšem mladí lidé rádi sledují nové filmy, které se na promítání objevují jen zřídka. Celkem 55 žákům chybí právě kino. V Novém Městě na Moravě je také absence klubů, myšleno tanečních a zábavních. Tento problém pociťuje celkem 37 dotázaných. Dalších 34 žáků si stěžovalo na nepřítomnost sportovní haly. Sportovní hala v Novém Městě na Moravě je již však v rukou projektantů a v prvním pololetí roku 2017 by měl být projekt hotov spolu s pravomocným vydáním povolení ke stavbě (Sportovní hala s lezeckou stěnou online 2016). Respondencím také chybí větší a lépe vybavené obchody, např. s oblečením či sportovním vybavením.

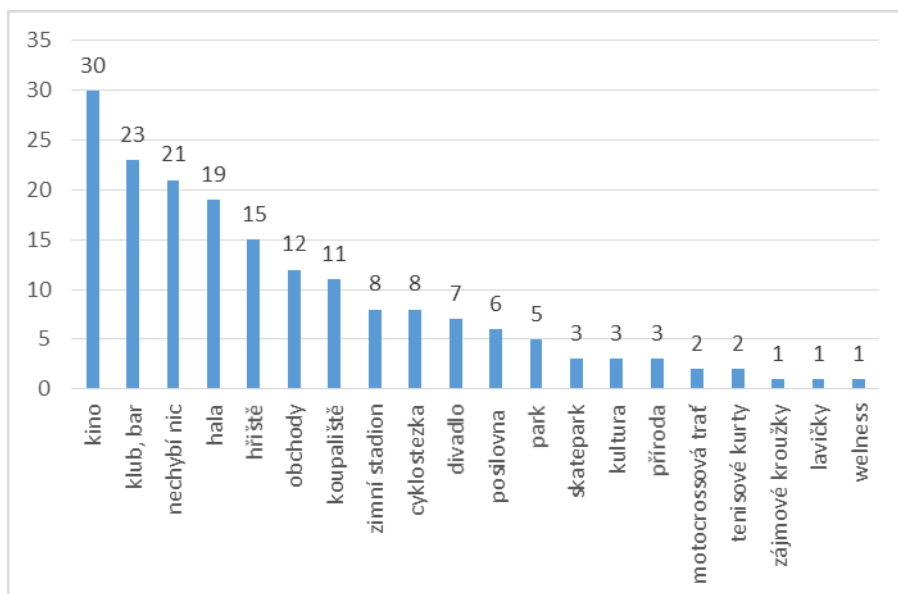
Problémem z hlediska trávení volného času v letních měsících je absence koupaliště či venkovního bazénu. V Novém Městě na Moravě lze pro letní koupání využít pouze několik rybníků či místní koupaliště, které spíše slouží pro chovatelské účely než jako koupaliště pro veřejnost. Dále 24 respondentům chybí venkovní hřiště a dalších 19 žáků by ocenilo větší park. Dále respondenti uváděli, že v tomto městě chybí zimní stadion či větší ledová plocha. Ke sportu respondentům chybí také cyklostezka či lezecká stěna. Dále by žáci ocenili vznik skateparku, nové větší posilovny, tenisových kurtů nebo motocrossové trati. Milovníci koní by uvítali jezdecký klub.

Dotázaní také uvedli, že jim v Novém Městě na Moravě chybí větší množství gastronomických podniků, včetně čajoven a kaváren. Kultura by v tomto městě také mohla být podpořena vznikem divadla. Mladším ročníkům chybí zájmové kroužky, kterých je tu podle nich nedostatek. Je ale třeba podotknout, že v Novém Městě na Moravě funguje DDM Klubíčko a toto zařízení nabízí velké množství zájmových kroužků. Dále zde fungují i jiné sportovní organizace a zájmové kroužky.



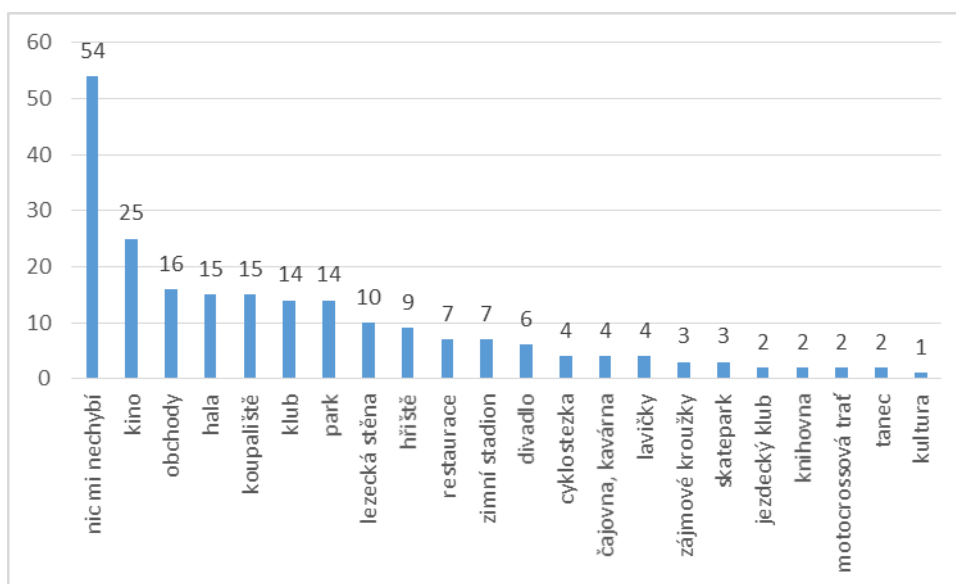
Obr. 20 Absence zařízení a míst z hlediska trávení volného času v Novém Městě na Moravě všech respondentů, vlastní zpracování

Zajímavé bylo také porovnání názoru dojíždějících a místních respondentů na existující a chybějící služby. U dalších otázek, které nebyly vázány přímo na zkoumanou lokalitu, mně rozdělení na místní a dojíždějící žáky nepřišlo podstatné. Níže byl vypracován graf, který zobrazuje jaká zařízení a místa chybí respondentům z Nového Města na Moravě (Obr. 21). Stejně jako u hromadného výsledku Novoměští poukazují na absenci místního kina, dále kvalitního restauračního zařízení, tanečního či zábavného klubu a baru. Celkem 21 žáků uvedlo, že jsou ve městě spokojeni a nic jim nechybí. Dalším 19 dotázaným chybí sportovní víceúčelová hala a 15 žákům venkovní hřiště. Dále žáci z Nového Města na Moravě uvedli, že jim ve městě chybí obchody, koupaliště, zimní stadion, cyklostezka, divadlo či posilovna.



Obr. 21 Absence služeb a zařízení v Novém Městě na Moravě z pohledu místních žáků, vlastní zpracování

Oproti žákům, kteří v Novém Městě na Moravě žijí, jsou dojíždějící žáci se zařízením a službami pro volný čas v Novém Městě na Moravě spokojeni (Obr. 22). Celkem 54 oslovených uvedlo, že jim v tomto městě nic nechybí. Dalších 25 z 219 dojíždějících žáků uvedlo absenci kina, 16 žáků uvedlo, že jim chybí větší obchody či nákupní centrum. Sportovní halu a koupaliště postrádá 15 dotázaných, 14 žáků by uvítalo zábavné a taneční kluby a větší parky. Lezeckou stěnu by ocenilo 10 dotázaných a ze sportovních zařízení chybí ještě dojíždějícím žákům venkovní hřiště, zimní stadion, cyklostezka nebo skatepark.



Obr. 22 Absence služeb a zařízení pro volný čas v Novém Městě na Moravě z pohledu dojíždějících žáků, vlastní zpracování

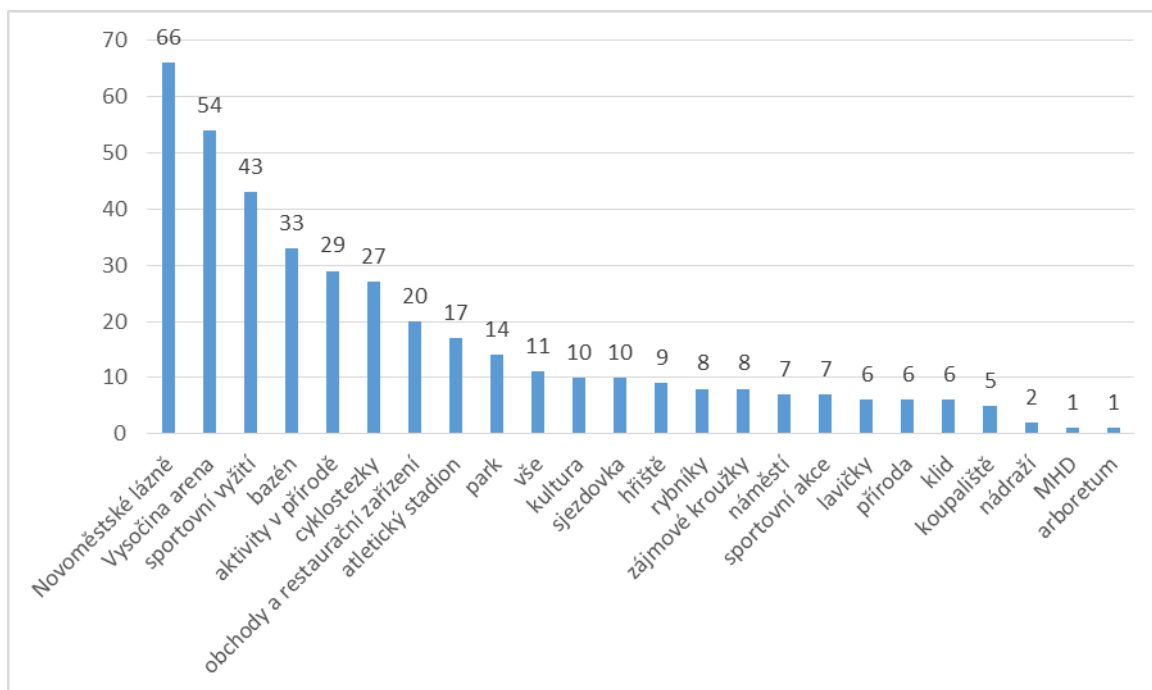
Jak místní, tak dojíždějící se shodli, že v Novém Městě na Moravě nejvíce chybí kino, větší obchody či nákupní centrum, sportovní hala a zábavní kluby.

Pozitiva vyplývající z hodnocení poskytovaných služeb pro volný čas

Následovala otázka, která naopak zjišťovala, jak jsou respondenti spokojeni se službami, co oceňují z hlediska trávení volného času v Novém Městě na Moravě, a které zařízení využívají ve svém volném čase nejvíce. Výsledky zobrazuje graf níže (Obr. 23).

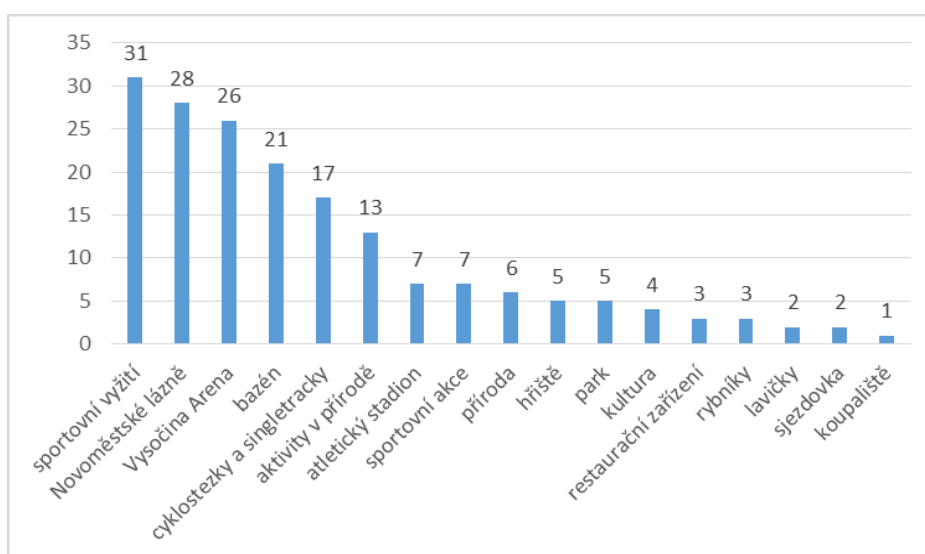
Největší oblíbenosti, z hlediska návštěvnosti a spokojenosti zákazníků (respondentů), se těší Novoměstské lázně. V těchto lázních je plavecký bazén, dětský bazén a vířivka, dále saunový svět a také posilovna, na jaře se přidají různé druhy cvičení a pohybové aktivity s trenéry a instruktory. Druhou nejoblíbenější destinací v Novém Městě na Moravě je Vysočina Arena, která slouží pro konání sportovních akcí, dále také jako zázemí Sportovnímu lyžařskému klubu, ale je také otevřena veřejnosti. Možnosti pro trávení volného času v této lokalitě byly již nastíněny v kapitole 4.5.2. Dále respondenti ocenili krásnou přírodu, jako vhodné místo pro sportovní vyžití. Sport jako oblíbenou aktivitu označilo celkem 43 respondentů a dotázaní oceňují také konané sportovní akce. Na mysli byly především akce biatlonové (světové poháry, mistrovství světa) a v letním období světové poháry v MTB. Plavecký bazén v Novoměstských lázních ocenilo celkem 33 žáků. Dalších 29 respondentů uvedlo, že hodnotí velice pozitivně aktivity v přírodě. Cyklostezky pro svůj volný čas využívá 27 dotázaných, do cyklostezek byly zahrnuty i nově vybudované singletracky.

Na prvních příčkách se umístila především zařízení a zázemí pro sportovní a pohybové aktivity, příroda, dále také respondenti ocenili zdejší restaurace a obchody, zájmové kroužky či kulturu v Novém Městě na Moravě. Oblíbenost dalších aktivit či míst vidíme v grafu níže.



Obr. 23 Hodnocení zařízení a prostoru z hlediska trávení volného času v Novém Městě na Moravě všech respondentů, vlastní zpracování

Místní respondenti oceňují v rámci trávení volného času především sportovní areály. Na prvních třech příčkách označili sportovní vyžití, myšleno jako sport obecně, dále Městské lázně a Vysočina Arenu. Bazén si oblíbilo celkem 21 žáků, cyklostezky a singletracky má v oblibě 17 žáků. Na dalších pozicích uvedli opět místa či zařízení, která slouží pro sport nebo jsou s ním jakkoliv spojeny. Jedná se o atletický stadion, konané sportovní akce, hřiště či přírodu (Obr. 24).

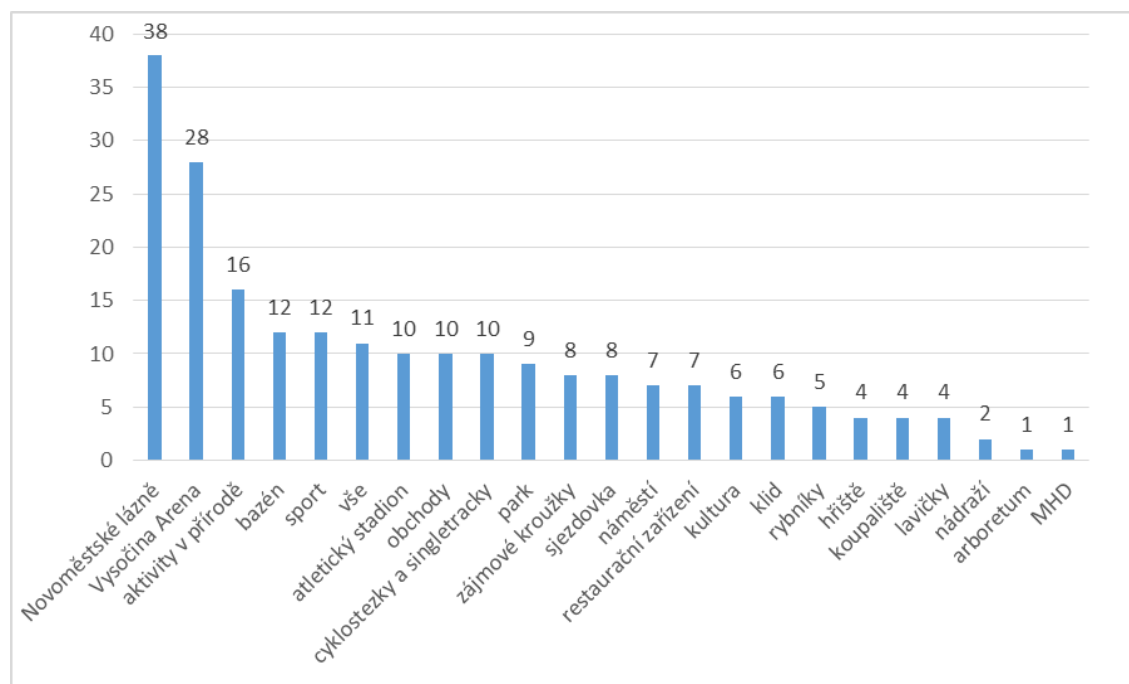


Obr. 24 Hodnocení zařízení a prostoru pro volný čas v Novém Městě na Moravě z pohledu místním žáků, vlastní zpracování

Z pohledu dojíždějících se situace výrazně nemění (Obr. 25). Opět respondenti pozitivně hodnotí Městské lázně, celkem 38 žáků, poté další sportoviště a to Vysočina Arenu, tu si oblíbilo celkem 28 dotázaných. Dalších 16 žáků označilo aktivity v přírodě jako vhodné využití volného času. Bazén si oblíbilo celkem 12 žáků, stejně tak sport obecně. Obchody a zájmové kroužky ocenili pouze dojíždějící žáci, tyto odpovědi zvolili především žáci, kteří bydlí v menších okolních obcích, kde již zmíněná zařízení nejsou dostupná nebo se tam vůbec nenachází.

Stejný případ je vidět také u restauračních zařízení, kultury a náměstí. Respondenti, kteří jsou zase naopak z větších měst, uvedli jako klad Nového Města na Moravě klid.

Je možné ale konstatovat, že sport a sportovní vyžití hraje velkou roli v rámci trávení volného času, jak u místních respondentů, tak respondentů dojíždějících.



Obr. 25 Hodnocení zařízení a prostoru pro volný čas v Novém Městě na Moravě z pohledu dojíždějících žáků, vlastní zpracování

4.3.2 Životní styl a zdravá výživa

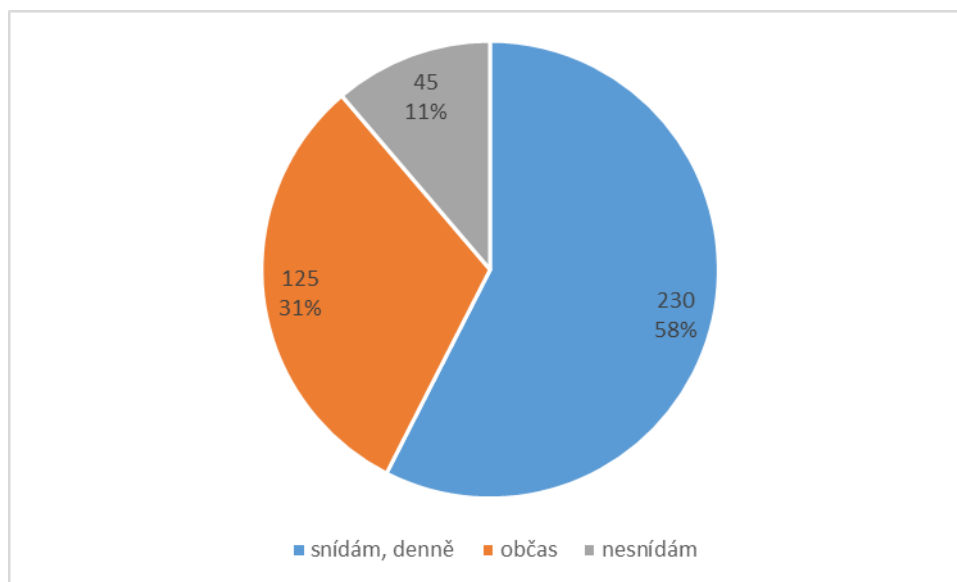
Životní styl zásadně ovlivňuje náš zdravotní stav. Způsob života se na něm podílí z 50-60 %, životní prostředí asi z 10 % a úroveň zdravotní péče zhruba z 20 % (Kebza 1998). Životní styl je ovlivňován množstvím faktorů, jako je dostatečný pitný režim a vyvážená strava, pohybová aktivita a následná regenerace, pracovní režim a volný čas, vliv životního prostředí, sociální vztahy, také úroveň lékařské péče a jiné. Tyto faktory utváří životní styl a dle jejich úrovně je pak životní styl kvalitní či méně kvalitní.

V tomto bloku otázek byli respondenti dotazováni na pravidelnou stravu, preference ve stravování, na užívání doplňků stravy a také na problémy ve stravovacím režimu.

Pravidelnost snídání

Pravidelnost snídání je pro náš zdravý životní styl velice důležitá. Pravidelně denně snídá 230 žáků, tedy 58 % respondentů. Občas snídá celkem 125 žáků, tedy 31 % a 45 nesnídá (Obr. 26). Snídaně je základem zdravého stravování a měla by být zahrnuta v jídelníčku každého z nás. Mezi snídaní a obědem by měla být vložena ještě jedna svačina nejlépe v podobě ovoce.

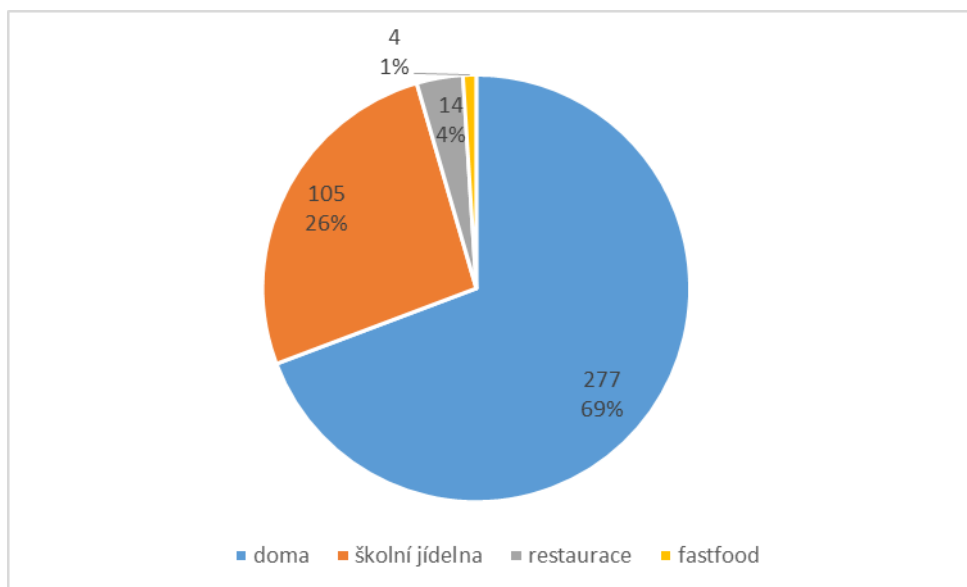
Počet jídel během dne záleží na jedinci, doporučuje se jíst 3-6krát denně. Základem by měla být snídaně, následovaná svačinou, oběd, svačina, večeře, případně druhá večeře (Žij zdravě online 2009).



Obr. 26 Pravidelnost snídání, vlastní zpracování

Preference výběru místa k obědu

Oběd je nedílnou součástí každodenního stravování, proto se další otázka zaměřila na polední stravování dospívajících. Většina oslovených respondentů (69 %) obědvá doma, takto odpovědělo celkem 277 žáků. Menší podíl dotázaných (26 %) dává přednost obědům ve školní jídelně. Obědy v restauraci upřednostňují pouhá 4 % žáků. V Novém Městě na Moravě jsou dva fastfoody, které si oblíbilo pouze 1 % dotázaných.

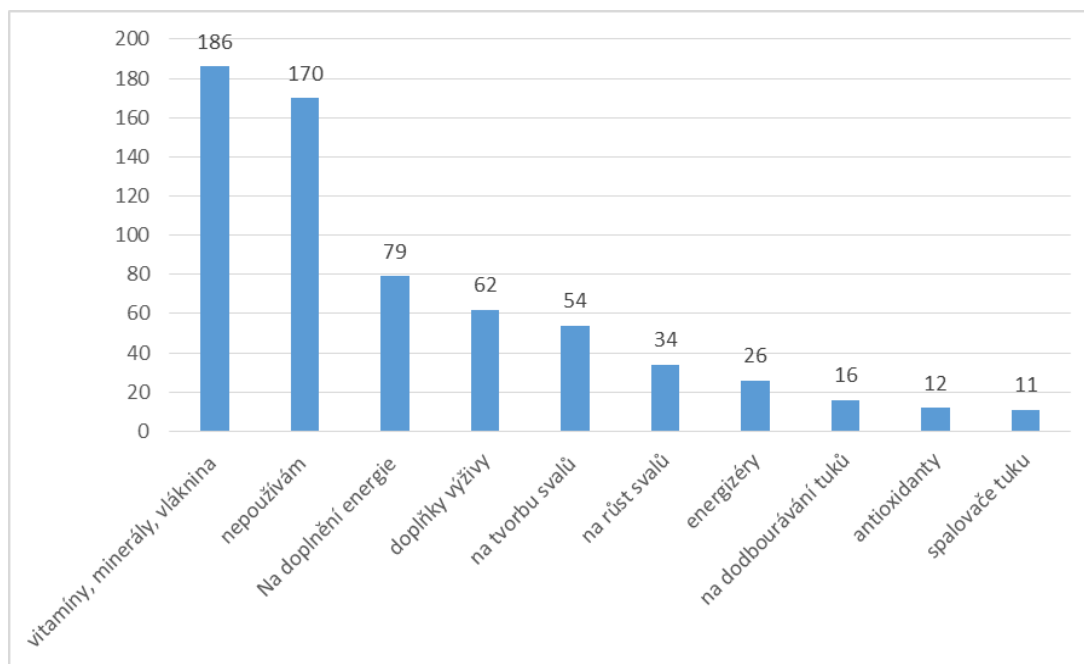


Obr. 27 Preference obědů, vlastní zpracování

Užívání doplňků stravy

Doplňky stravy jsou volně prodejné přípravky, které obsahují řadu vitamínů, minerálů a dalších látek, které tělo nezíská z běžné stravy a nebo jich má nedotatek. Většina těchto doplňků stravy má příznivé účinky na zdravotní stav osob.

Do výzkumného šetření byla tedy zařazena i otázka, zda dospívající užívají podporující prostředky, zejména vitamíny, minerály, tablety či nápoje na doplnění energie, na podporu tvorby svalů apod. Odpovědi jsou uvedeny v grafu níže (Obr. 28). Nejvíce žáků užívá pouze vitamíny, minerály a vlákninu, tedy doplňky stravy, které jsou pro tělo prospěšné a přínosné, užívá je celkem 186 žáků, tedy 47 % dotázaných. Druhou nejčetnější skupinu tvořili žáci, kteří vůbec doplňky stravy neužívají. Jednalo se o 170 žáků, 42 % dotázaných. Prostředky na doplnění energie užívá celkem 79 žáků. Látky na tvorbu svalů, myšleno proteiny a aminokyseliny, používá 54 žáků. Nové Město na Moravě se dá označit jako město sportu s dlouholetou tradicí. Žije zde velký počet sportovců, kteří dbají na svoji kondici a zdravotní stav a tyto zmíněné doplňky stravy užívají. Jsou to například prostředky na růst svalů, jako jsou proteinové nápoje a gainery, energizéry či prostředky na odbourávání tuku, např. kreatin či omega 3 nenasycené mastné kyseliny nebo spalovače tuku, jako je karnitin.



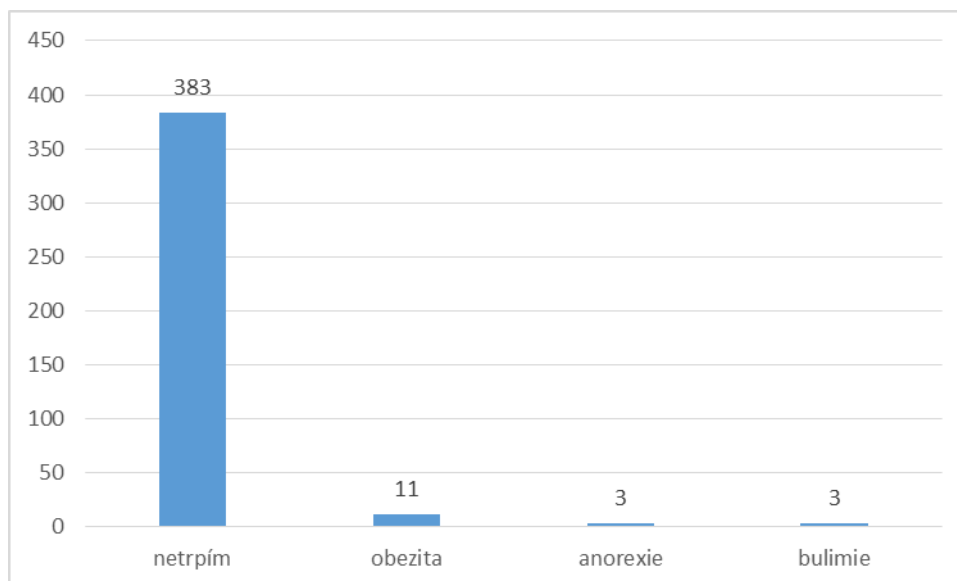
Obr. 28 Užívání doplňků stravy, vlastní zpracování

Poruchy stravování

Mezi poruchy stravování je možné zařadit nadváhu a obezitu a také poruchy příjmu potravy, jako jsou anorexie, bulimie a záchvatovité přejídání. V České republice trpí nadváhou nebo obezitou 55 % dospělé populace. „*Nejvíce alarmující je fakt, že za 13 let došlo v ČR k nárůstu počtu lidí s obezitou až o polovinu, zatímco s nadváhou jen o desetinu*“ (Obezita.cz 2017).

Z výše zmíněných důvodů byla otázka vložena také do tohoto dotazníkového šetření. Ukázalo se, že celkem 383 ze 400 dotázaných netrpí žádnou poruchou stravování (Obr. 29). Domnívám se ovšem, že žáků trpících nadváhou či obezitou bylo ve výzkumném vzorku více. Ze strachu z možného výsměchu spolužáků raději uvedli do odpovědi, že žádnou poruchou stravování netrpí.

Pouze jedenáct žáků označilo, že se potýkají s obezitou. Dále 6 žáků trpí poruchou příjmu potravy. Tři dotázaní označili, že trpí anorexií a další 3 dotázaní bulímií. Těmito poruchami příjmu potravy trpí spíše mladé dospívající dívky v pubertálním věku, ale není výjimkou, že těmito nemocemi trpí také mužská část populace. Z tohoto výzkumu vyplývá, že z 6 žáků trpících touto poruchou, jsou 4 dívky ve věku 16 – 18 let a 2 šestnáctiletí chlapci.



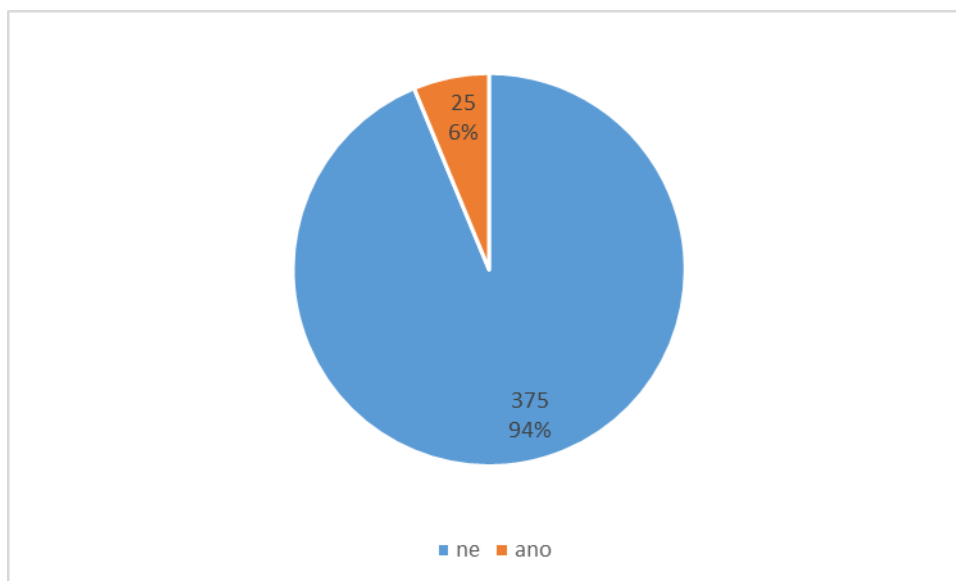
Obr. 29 Poruchy stravování, vlastní zpracování

V této problematice je dle mého názoru důležitá osvěta. Dospívající osoby by měli vědět, co je zdravý životní styl, jak se mají stravovat a co je pro jejich tělo prospěšné a co ne. V České republice byla založena organizace ZkusToZdrave.cz, která v rámci svého unikátního projektu Zdraví dětem vzdělává zábavnou formou žáky mateřských, základních, středních škol a gymnázií. Společnost se specializuje na přednášky v oblasti zdravého životního stylu. Hlavním bodem projektu je boj s dětskou obezitou (Projekt Zdraví dětem - Výživové poradenství ZkusToZdrave.cz online 2013).

Základním principem primární prevence rizikového chování u žáků je výchova k předcházení a minimalizaci rizikových projevů chování. Dále výchova k rozvoji pozitivního sociálního chování, výchova k rozvoji psychosociálních dovedností a zvládnání zátěžových situací a především výchova ke zdravému životnímu stylu (Projekt Zdraví dětem - Výživové poradenství ZkusToZdrave.cz online 2013).

Civilizační onemocnění

Další otázka zjišťovala výskyt civilizačních nemocí u dotázaných žáků. Celkem 94 %, tedy 375 dotázaných odpovědělo, že žádnou civilizační nemocí netrpí. Zbýlých 25 žáků, odpovědělo, že ano, bohužel v dotazníku neuvedli o jakou civilizační nemoc se jedná. U některých se pravděpodobně jedná o obezitu, neboť v předchozí otázce celkem 11 žáků uvedlo, že se potýkají právě s obezitou, která může být také zařazena mezi civilizační choroby. Velmi častým onemocněním je v dnešní době alergie, astma, ekzémy či diabetes.



Obr. 30 Civilizační nemoci, vlastní zpracování

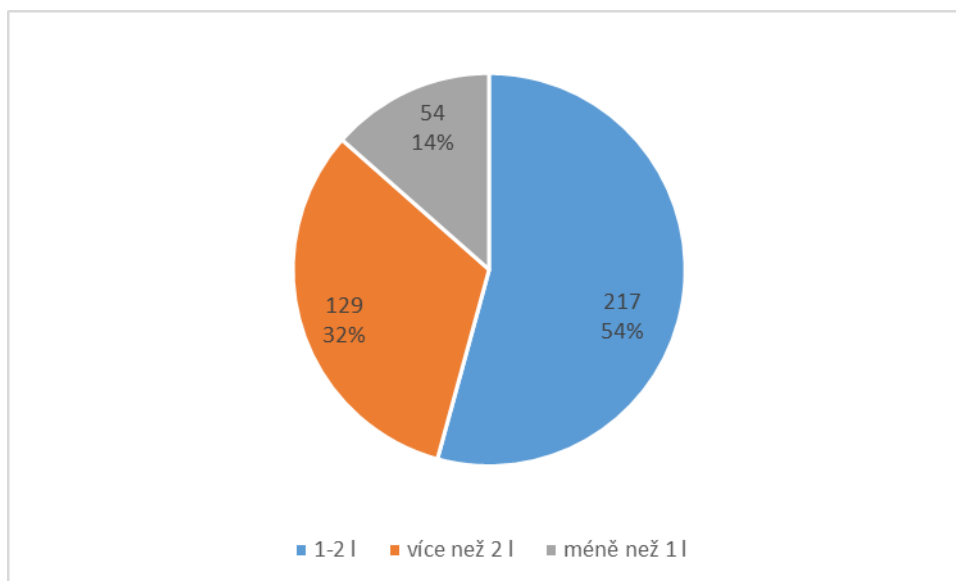
4.3.3 Pitný režim

Pro zachování zdraví člověka je nutné udržovat rovnováhu mezi příjmem a výdejem tekutin. Doplnovat tekutiny je třeba ještě dříve, než je pocítěna žízeň. Tato série otázek se zabývala pitným režimem, který je důležitý pro správnou funkci těla a jednotlivých orgánů. Zjišťovala také frekvenci a množství vypitých nápojů obsahujících kofein a tein. A také preferenci nealkoholických nápojů u dospívajících.

Denní příjem tekutin

Optimálně je denně třeba vypít mezi 2-3 litry tekutin. Pohybujeme-li se v horku, sportujeme nebo těžce pracujeme, musí být příjem tekutin přiměřeně větší. Potřebné množství tekutin ovlivňuje i jídelníček, pokud je základem zelenina, ovoce a mléčné výrobky, může být příjem tekutin formou nápojů o něco nižší. Tekutiny je třeba doplňovat pravidelně v průběhu celého dne (Optimální pitný režim online 2006).

Výzkum ukázal, že celkem 32 % žáků poctivě dodržuje denní pitný režim a denně vypije více jak 2 l tekutin. Do pitného režimu se nezapočítává káva a alkoholické nápoje. Nejvíce žáků (54 %) ovšem uvedlo, že denně vypijí 1-2 l, což je na dospělého člověka stále málo. Zbýlých 54 žáků ze 400 dotázaných uvedlo, že denně vypijí méně než 1 l tekutin.



Obr. 31 Denní příjem tekutin, vlastní zpracování

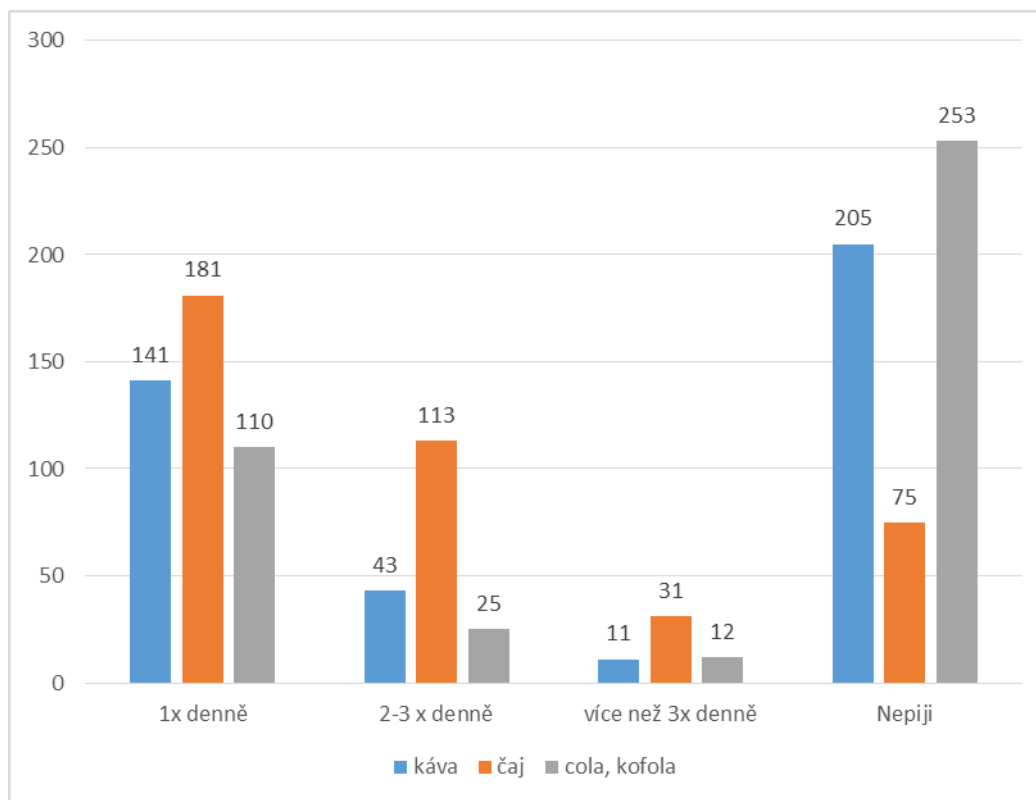
Frekvence pití povzbuzujících nápojů během dne

Kofein jako takový není člověku nebezpečný, ovšem v doporučeném množství. Na kofeinu lze vypěstovat závislost, která může vést ke zdravotním problémům, které jsou spojeny právě s nadměrným užíváním kofeinu.

Pro dospělého člověka se doporučuje maximální množství 400 mg kofeinu, což jsou např. 2 až 4 šálky espressa z kávy arabika (Jak na kávu online 2009).

V této otázce bylo zjišťováno, jak často dotázaní pijí nápoje obsahující kofein. Jednalo se o kávu, čaj, colu a kofolu. Překvapením bylo, že celkem 253 žáků odpovědělo, že nepijí colu ani kofolu, stejně tak 204 dotázaných žáků odpovědělo, že nepijí kávu.

Jedenkrát denně pije kávu 141 žáků, čaj si dá jedenkrát denně 181 žáků a cole či kofole neodolá 110 dotázaných. Dvakrát až třikrát denně si dotázaní nejraději dávají čaj, celkem 113 žáků, potom kávu a colu či kofolu. Třikrát a vícekrát denně nejvíce žáků konzumuje čaj, 31 žáků potom colu a kofolu a pouze 11 žáků konzumuje kávu více jak třikrát denně.



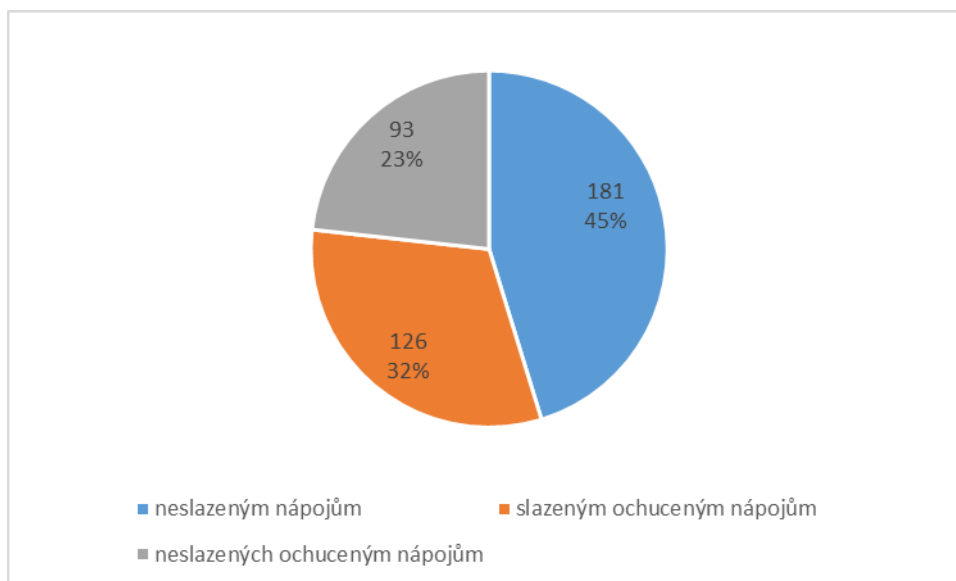
Obr. 32 Frekvence pití nápojů obsahující kofein a tein, vlastní zpracování

Preference nealkoholických nápojů

Odborníci doporučují, že nejvhodnější tekutinou pro správnou funkci orgánů je neslazená a neochucená voda, popřípadě vody perlivé a jemně perlivé ale neslazené.

Tato otázka měla zjistit, zda dávají dotázaní přednost spíše slazeným či neslazeným nápojům.

Dotázaní jasně preferují neslazené nápoje, které jsou nejvíce vhodné pro dodržování pitného režimu. Neslazeným nápojům dává přednost před slazenými 45 % dotázaných, přesně 181 žáků. Do neslazených nápojů se řadí perlivá či jemně perlivá voda nebo voda neperlivá bez přísad a sladidel nebo také voda kohoutková. Druhou nejčastější odpovědí byly slazené a ochucené nápoje, ty preferuje 126 žáků, tedy 32 %. Mezi tyto nápoje patří slazené vody, džusy, perlivé slazené vody jako např. Coca-cola, Kofola, Fanta apod. Neslazeným ochuceným nápojům, což jsou především ochucené minerální vody dává přednost 93 žáků, což je 23 % všech dotázaných.



Obr. 33 Preference nealkoholických nápojů, vlastní zpracování

4.3.4 Rizikové faktory životního stylu

Na vzniku a vývoji chronických neinfekčních onemocnění se do značné míry podílí životní styl. Mezi tato onemocnění patří onemocnění kardiovaskulární, národová a metabolická. Vhodným uplatněním faktorů životního stylu by bylo možné zabránit až 80 % předčasných úmrtí na již zmíněná onemocnění. Rizikové faktory působí na zdraví společně, jsou mezi nimi významné vazby a vyžadují změnu v chování každého jednotlivce komplexně (Rizikové faktory životního stylu, SZÚ online 2017).

Mezi rizikové faktory patří kouření tabákových výrobků, konzumace alkoholu, užívání drog, nedostatečná pohybová aktivita, špatné stravovací návyky a stres. Právě tyto faktory ovlivňují zdraví a psychiku dospívající mládeže.

Tento blok otázek se zabýval výše zmíněnými faktory ovlivňující zdravý životní styl mládeže v Novém Městě na Moravě.

Konzumace alkoholu

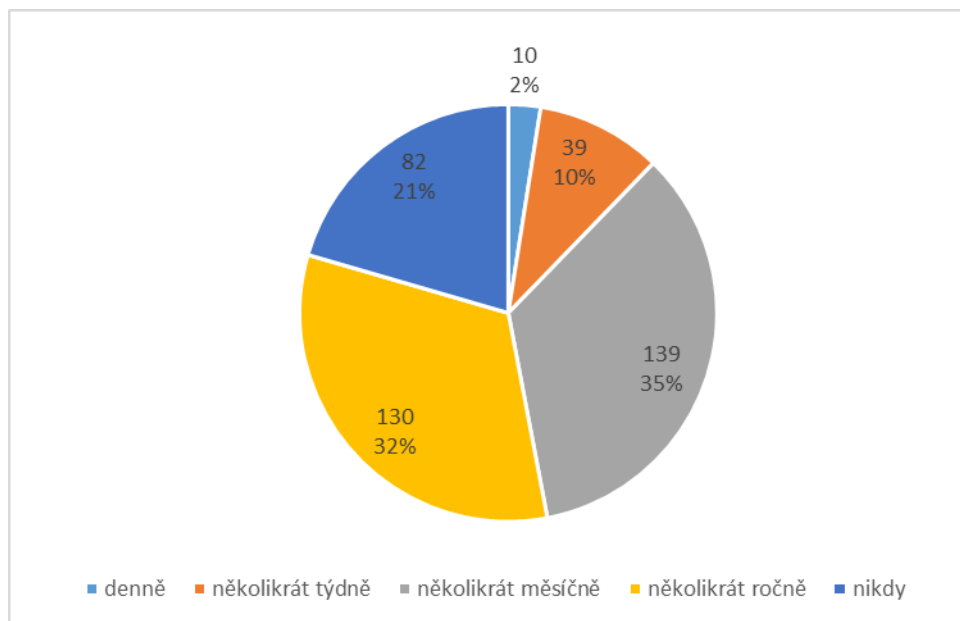
Výsledky šetření přinesly celkem uspokojivé výsledky z hlediska konzumace alkoholu u mládeže v Novém Městě na Moravě. Nejvíce respondenti odpovědělo, že konzumují alkohol několikrát měsíčně, tuto možnost zvolilo celkem 139 žáků, tedy 35 %. Druhou nejčastější odpovědí byla konzumace alkoholu několikrát ročně, takto odpovědělo celkem 130 žáků.

Jako rizikový faktor je dle mého názoru možné označit konzumaci alkoholu, která se uskutečňuje několikrát týdně. Tuto odpověď zvolilo 39 dotázaných. Je nutné poukázat na to, že výzkum byl prováděn mezi dospívajícími ve věku od 15 do 20 let a převažovala věková skupina dospívajících do 18-ti let. Dle zákona je konzumace alkoholu mladistvím do 18-ti let

v ČR zakázána. Výzkum ukázal, že z 39 žáků, kteří odpověděli, že alkohol konzumují pravidelně několikrát týdně je celkem 29 žáků, kteří ještě nedovršili věku 18-ti let.

Denně konzumuje alkohol celkem 10 žáků, z toho 7 žáků je nezletilých (Obr. 34). Zde je nutné poukázat na možný vznikající problém závislosti, což je vzhledem k věku respondentů rizikové a může s sebou přinášet další problémy v podobě závislosti a zhoršení zdravotního či psychického stavu dospívajících osob.

Nikdy alkohol nekonzumovalo celkem 82 žáků ze 400 dotázaných.



Obr. 34 Frekvence konzumace alkoholu, vlastní zpracování

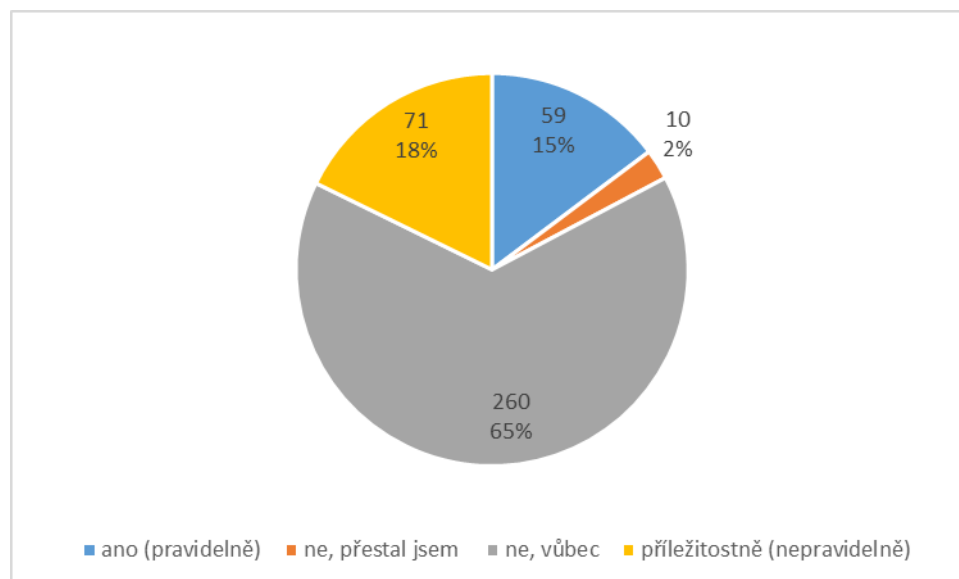
Kouření tabákových výrobků

Ve světě každoročně zabije kouření tabákových výrobků asi 6 miliónů lidí. Z toho přes 5 milionů úmrtí představují právě kuřáci. Asi 600 tisíc úmrtí ročně je způsobeno nekuřákům, kteří vdechovali zplodiny kouření jiných osob. Dá se tvrdit, že tabák zabije polovinu svých uživatelů. Je prokázáno, že v České republice na nemoci způsobené kouřením umírá přes 15 tisíc osob ročně (Kouření zabíjí online 2015).

Otázka týkající se kouření tabákových výrobků byla vložena také do tohoto dotazníkového šetření.

Výzkum ukázal, že celých 65 % dotázaných jsou nekuřáci, jedná se o nadpoloviční většinu oslovených žáků. Příležitostné užívání tabákových výrobků praktikuje celkem 71 žáků, tedy 18 % dotázaných. Za aktivní kuřáky se považuje pouze 59 žáků, tedy 15 % dotázaných. Znepokojujícím faktem ale je, že z 59 aktivních kuřáků je celkem 44 kuřáků nezletilých.

Užívání tabáku patří k nejvýznamějším rizikovým faktorům majícím za následek závažná onemocnění a předčasná úmrtí. Vzhledem ke stále rostoucímu počtu aktivních kuřáků a dalších uživatelů tabáku je tuto situaci možné nazvat celosvětovou epidemií. WHO ve snaze zabránit zdravotním hrozbám vypracovala vodítka a kroky, díky kterým je možné s těmito závislostmi bojovat (Užívání tabáku v České republice 2015 online 2016).



Obr. 35 Kouření tabákových výrobků, vlastní zpracování

V České republice Státní zdravotní ústav pravidelně od roku 1997 provádí výzkum *Užívání tabáku v České republice*. Tento výzkum byl proveden také v roce 2015. Ukázal mírný pokles počtu pravidelných kuřáků, a to o 6,2 % oproti roku 2014. Oproti roku 2014 se také snížil počet cigaret, které denně vykouří nejmladší skupina kuřáků (15-24 let), sedm z deseti uvedlo, že denně vykouří méně než deset cigaret. Pokles byl dán pravděpodobně především zvyšováním cen tabákových výrobků, ale také zhoršujícím se zdravotním stavem kuřáků. Další výzkumy ukážou, zda byl tento pokles pouze jednorázovou skutečností anebo zda bude pokračovat (Užívání tabáku v České republice 2015 online 2016).

Užívání drog

Česká republika se řadí na první místa žebříčků užívání drog, ať už se jedná o kouření, alkohol či lehké a tvrdé drogy.

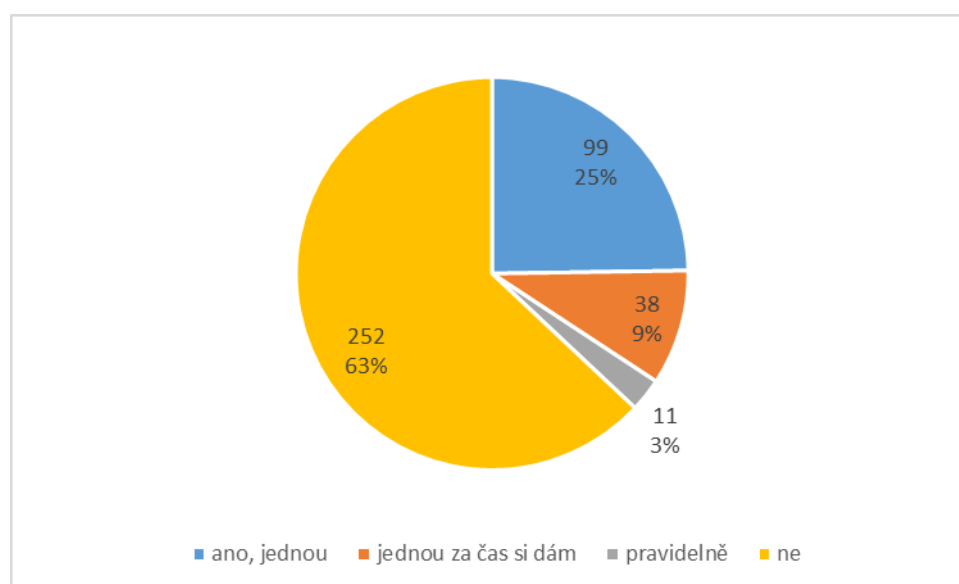
V březnu v roce 2012 byl americkou agenturou BLOOMBERG proveden průzkum indexu neřesti (Global Vice Index). Ten se zaměřoval na kategorie celkové spotřeby dospělého obyvatele (15-64 let) v alkoholu a cigaretách. Dále měřil ztráty peněz z hazardu a užívání drog. V tomto průzkumu se Česká republika umístila několikrát na nechvalném prvním

místě. První místo obsadila v konzumaci alkoholu a užívání marihuany. Užíváním drog se Česká republika dostala na druhé místo za Spojené státy americké (Drogová situace v České Republice online 2013).

Užívání drog je rizikové především u mladých osob do 21 let, studie uvádějí, že mladí lidé, kteří nezačali brát drogy do svých 21 let, již s největší pravděpodobností s drogami nikdy nezačnou (Drogová situace v České Republice online 2013).

Z tohoto důvodu se domnívám, že by měla být škodlivost drog zdůrazňována právě u dospívajících osob na základních a středních školách. Otázka užívání drog byla také zařazena do dotazníkového šetření, které probíhalo na středních školách v Novém Městě na Moravě.

Z výzkumu vyplynulo, že celkem 99 žáků (25 %) ze 400 dotázaných již jednou drogu vyzkoušelo, jednalo se především o měkkou drogu, nejčastěji o marihuanu. Celkem 252 žáků (63 %) odpovědělo, že nikdy drogu nezkusilo. Ze 400 dotázaných odpovědělo 38 žáků (10 %), že jednou za čas si drogu dají. Pravidelně užívá drogu 11 dotázaných, jedná se především o marihuanu. U dospívajících může na drogách vznikat závislost, která může přecházet od drog měkkých k drogám tvrdým.



Obr. 36 Užívání drog u mladistvých, vlastní zpracování

Národní monitorovací středisko pro drogy a závislost pravidelně sleduje užívání drog v České republice. V roce 2013 byla vytvořena Výroční zpráva o stavu ve věcech drog v České republice. Tato zpráva se zabývala také výzkumem užívání drog ve školní populaci.

Mezi lety 1995 a 2003 byl sledován postupný nárůst zkušeností studentů s užitím nelegálních drog, a to především konopných látek. V roce 1995 uvedlo užití marihuany 22 %

studentů, v roce 2003 to bylo již 44 % studentů, v roce 2007 byly zkušenosti studentů s marihuanou téměř stejné jako při výzkumu v roce 2003 (45 %). V roce 2011 byl poprvé zaznamenán pokles na 42 % a tento trend dále pokračoval i v období 2011 až 2015 (pokles na 38 %). K poklesu prevalence užívání došlo i v případě ostatních nelegálních drog. V případě extáze je pokles patrný již od roku 2003 (Výroční zpráva o stavu ve věcech drog pro Evropské monitorovací středisko pro drogy a drogové závislosti: Česká republika online 2016).

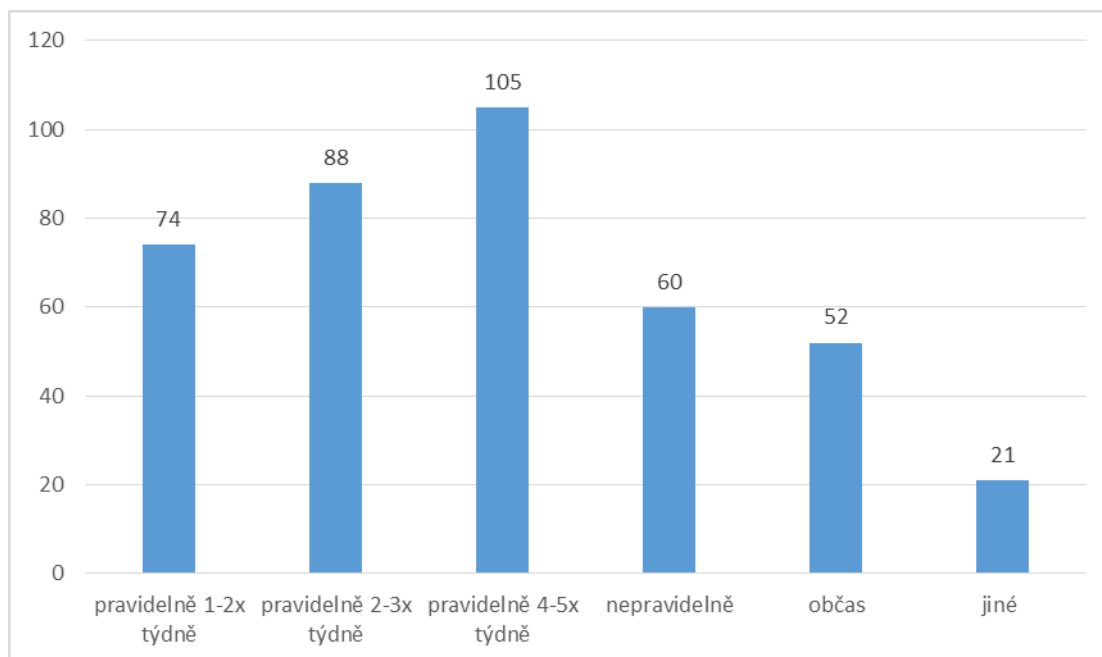
4.3.5 Pohybové aktivity

Pravidelný pohyb je nedílnou součástí zdravého životního stylu, přispívá ke správnému fungování lidského těla, zlepšování fyzického stavu těla, předchází nemocem jako je nadváha a obezita a je prospěšný také pro psychický stav osob. Po pohybu je také důležitá regenerace a odpočinek, proto se tento blok otázek zabýval také spánkovou aktivitou.

Frekvence pohybových aktivit

Vzhledem k tomu, že Nové Město na Moravě žije sportem a koná se tu velké množství sportovních akcí, vyrůstají zde sportovní talenti, kteří se sportu věnují pravidelně a často. Výzkum probíhal také na místním gymnáziu, kde fungují přímo sportovní třídy, proto není překvapením, že nejvíce respondentů odpovědělo, že se sportovním aktivitám věnují 4-5krát týdně, je to celkem 105 žáků.

Z celkového počtu dotázaných se celkem 88 žáků věnuje pohybu či sportu pravidelně 2-3krát týdně. Pravidelně 1-2krát týdně sportuje celkem 74 žáků. Dalších 60 dotázaných uvedlo, že se pohybu nevěnují pravidelně. Občas se sportu věnuje celkem 52 žáků. Zbýlých 21 dotázaných zvolilo odpověď jiná. Zde 19 žáků uvedlo, že sportují každý den, někteří ve dvoufázových trénincích a 2 respondenti uvedli, že se pohybu nevěnují vůbec (Obr. 37).



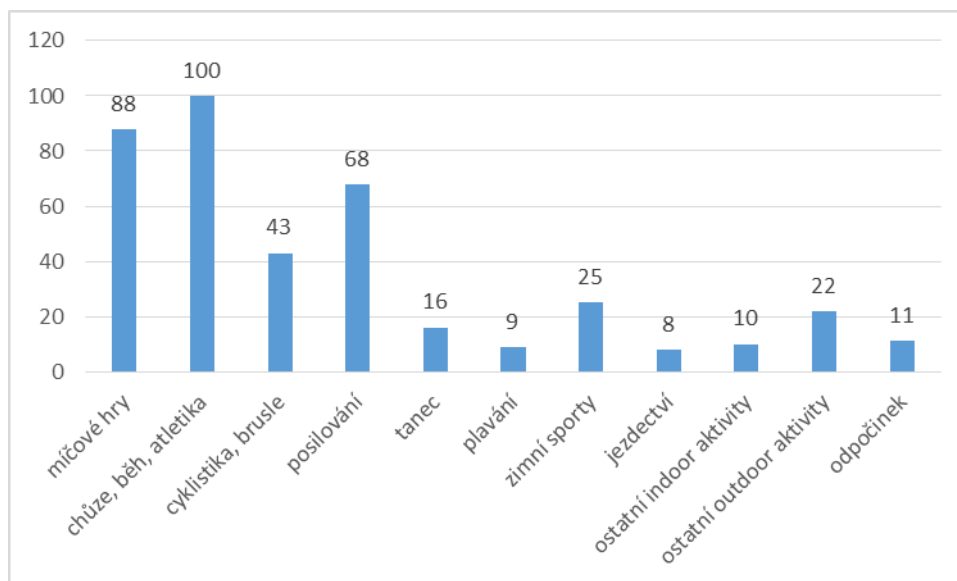
Obr. 37 Frekvence pohybových aktivit, vlastní zpracování

Oblíbené pohybové aktivity

Celkový počet respondentů byl 400 a každý z dotázaných má v oblíbeně jiný sport a baví ho jiná činnost, proto byly pro zpracování výsledků vytvořeny kategorie, které zahrnují více sportů. První kategorií jsou míčové hry, tato kategorie zahrnuje tyto sporty: badminton, basket, florbal, fotbal, házená, nohejbal, rugby, squash, stolní tenis, tenis a volejbal. Druhá kategorie se skládá z chůze, běhu a atletiky. Do třetí kategorie byla zahrnuta cyklistika a in-line bruslení. Čtvrtá kategorie obsahuje posilovnu, cvičení a box. V páté kategorii převažuje tanec, dále aerobic a mažoretky. Šestá kategorie je zaměřena pouze na plavání. Do sedmé kategorie byly vloženy zimní sporty a to lyžování, biatlon a hokej. Osmou kategorií je jezdeckví. Zbylé sporty byly rozděleny do posledních třech kategorií: ostatní indoor aktivity (bowling, tělocvik), dále ostatní outdoor aktivity (frisbee, motocross, hasiči, horolezectví, skateboard, parkour a turistika) a poslední kategorií je pouze odpočinek.

Nejoblíbenější kategorií sportu je chůze, běh a atletika. Nejoblíbenějším sportem v této kategorii je běh, kterému věnuje nejvíce volného času 62 dotázaných. Celkem 88 žáků uvedlo, že nejvíce času tráví hraním míčových her. V této kategorii převažoval fotbal (23 žáků), dále florbal (17 žáků) a volejbal (7 žáků). Třetím nejoblíbenějším sportem je posilování. Nejvíce volného času tráví žáci v této kategorii v posilovně, a to 51 žáků a 11 dotázaných dává přednost domácímu cvičení. Boxu se věnuje 6 žáků. V Novém Městě na Moravě je oblíbeným sportem cyklistika, které dává přednost celkem 39 respondentů. Vzhledem k tomu, že se jedná o Nové Město na Moravě, je třeba uvést i zimní sporty, především lyžování, které je pro toto město typické. Běžeckému lyžování se věnuje celkem

10 dotázaných a biatlonu 13 žáků. U ostatních indoor aktivit převažoval tělocvik a u ostatních outdoor aktivit to byli hasiči (10 žáků) a motocross (5 žáků).



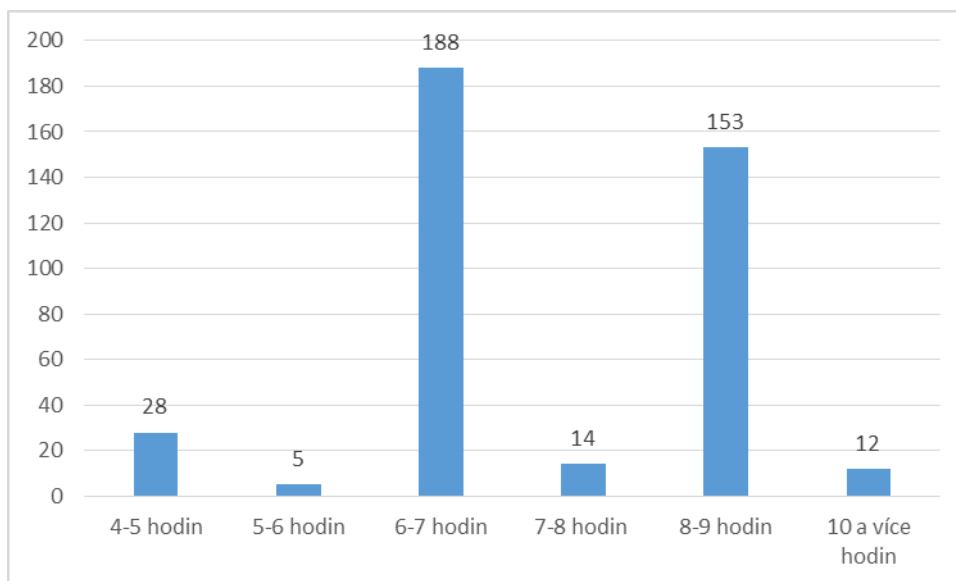
Obr. 38 Oblíbené sportovní aktivity respondentů, vlastní zpracování

Spánek

Pro zdravé fungování těla je třeba pohyb, ale také spánek. Délka spánku je u dospělého člověka individuální. Odborníci doporučují u dospělé osoby 7-8 hodin spánku. U každého jedince je potřeba spánku odlišná. Také záleží na věku jedince, kdy s přibývajícím věkem dochází ke změnám ve spánkové aktivitě (Poruchy spánku a nespavost, příčiny a léčba, poradna lékaře – laik online 2017).

Věk respondentů je od 15 do 20 let. V tomto životním období se doporučuje délka spánku od 7 do 9 hodin. Z dotazníkového šetření je zřejmé, že 47 % (188 žáků) spí převážně od 6-7 hodin. Dále 38 % dotázaných spí v průměru 8-9 hodin. Třetí nejčastější odpovědí byla délka spánku pouze 4-5 hodin, což už může být hraniční doba spánku. Člověk může být následující den či dny nevyspalý, ztrácet koncentraci během dne a může se přidat také bolest hlavy. Někteří jedinci také odpověděli, že v průměru spí 10 a více hodin, takto odpovědělo celkem 12 dotázaných. Průměrná délka spánku respondentů v Novém Městě na Moravě je 7,3 hodin a tato průměrná hodnota odpovídá doporučené délce spánku.

Doporučenou délku spánku v každém věku bychom měli určitým způsobem respektovat, ale záleží především na daném člověku, kolik hodin mu vyhovuje, aby se cítil dobře.



Obr. 39 Průměrná délka spánku respondentů, vlastní zpracování

4.3.6 Volný čas

Každý z nás tráví volný čas jiným způsobem. Ale dle mého názoru je důležité, aby mezi hlavní činnosti v rámci volného času byl zařazen pohyb a následný odpočinek.

Tento blok otázek zjišťoval, jakým způsobem respondenti tráví svůj volný čas. Jak často sedí dotázaní u počítače, jak často sledují televizi či kolik hodin denně stráví četbou knih a časopisů. Je zřejmé, že se mládež bohužel bez vymožeností dnešní doby, myšleno chytré telefony, notebooky, herní konzole atd., neobejde.

Výběr volnočasových aktivit a jejich přerozdělení během dne

Do dotazníkového šetření bylo vybráno několik činností, které dospívající nejčastěji dělají během svého volného času. Čtyři možnosti souvisely s prací na PC. Jednalo se o vyhledávání informací, komunikaci na sociálních sítích, hraní her či sledování filmů a seriálů. Dále bylo zjišťováno, kolik hodin denně poslouchají hudbu a kolik času tráví četbou knih či časopisů.

Výsledky ukázaly, že méně než hodinu dotázaní nejvíce čtou knihy, takto odpovědělo 291 žáků a 238 žáků sleduje televizi. Jednu až dvě hodiny tráví dotázaní nejvíce sledováním filmů a vyhledáváním informací na počítači. Tři až čtyři hodiny jim nejvíce zabere poslouchání hudby a vyhledávání informací na internetu. Čtyři a více hodin nejčastěji poslouchají hudbu a komunikují se svými přáteli na sociálních sítích na internetu.

Většinu vybraných činností respondenti během dne v rámci svého volného času obětují méně než hodinu. Pouze posloucháním hudby tráví většinou denně zhruba 1 až 2 hodiny. Hudbu mnozí poslouchají jako kulisu při dalších činnostech, takže celkem 87 žáků uvedlo, že

hudbu poslouchají 3 až 4 hodiny a 70 žáků uvedlo, že denně tráví poslechem hudby dokonce 4 a více hodin (Obr. 40).

Rizikovým faktorem u dospívajících může v dnešní době být hraní počítačových her. Mladí lidé si mohou na těchto hrách i lehce vytvořit závislost. Může se jim díky hodinám strávených na PC zhoršovat prospěch ve škole nebo u nich může vzrůstat agresivita, která se v mnohých hrách objevuje. Celkem 282 žáků uvedlo, že hraním her denně stráví méně než hodinu. Jeden až dvě hodiny se baví hraním her na PC celkem 67 žáků, 4 a více hodin hry hraje 20 žáků.

Sledováním televize a videí respondenti tráví od jedné do dvou hodin svého volného času.

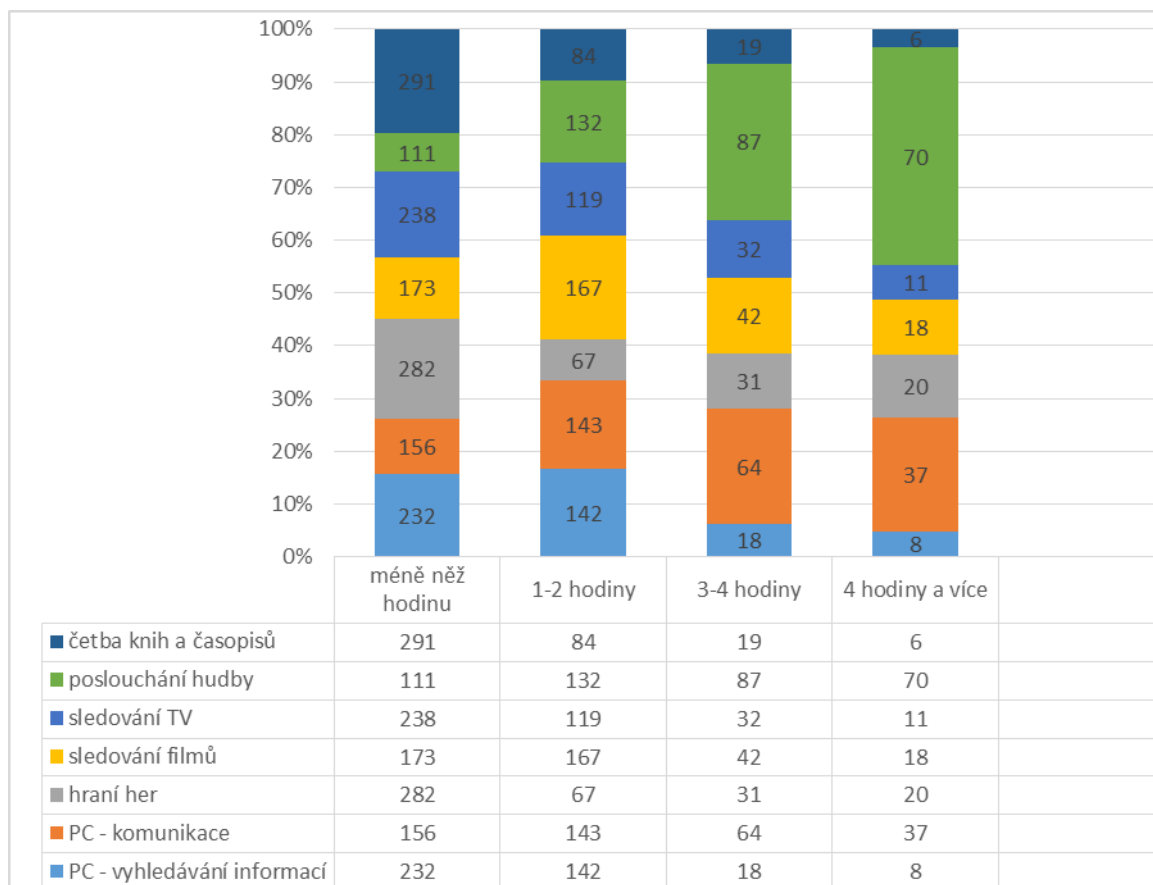
Pro dospívající je v dnešní době také důležitá komunikace po síti, kterou využívá většina mladých osob. Největší počet žáků (156) komunikací stráví pouze méně než hodinu, 143 dotázaných komunikuje se svými kamarády či protějšky okolo jedné až dvou hodin a 3 a více hodin komunikuje celkem 101 žáků. Počítač s internetem také respondenti využívají na vyhledávání potřebných informací. V průměru ale vyhledáváním informací stráví pouze méně než hodinu. Bohužel je tomu dnes tak, že moderní technika vytlačila četbu knih a časopisů. Ve výzkumu respondenti uvedli, že četbou knih stráví méně než hodinu denně (291 dotázaných) a mnozí uvedli, že vůbec nečtou. Na 1 až 2 hodiny si knihu otevře 84 žáků. Více než tři hodiny nad knihou stráví pouze 25 žáků.

Průměrně respondenti tráví nejvíce času posloucháním hudby (2,2 hodiny) a vyhledáváním informací na počítači (1,7 hodiny) viz. tabulka č. 13.

Tab. 13 Průměrná doba strávená jednotlivými činnostmi během dne

Činnost	Průměrná doba (v hodinách)
hraní her	1,1
sledování filmů	1,4
sledování TV	1,1
poslouchání hudby	2,2
četba knih a časopisů	0,9
PC - komunikace	1,1
PC - vyhledávání informací	1,7

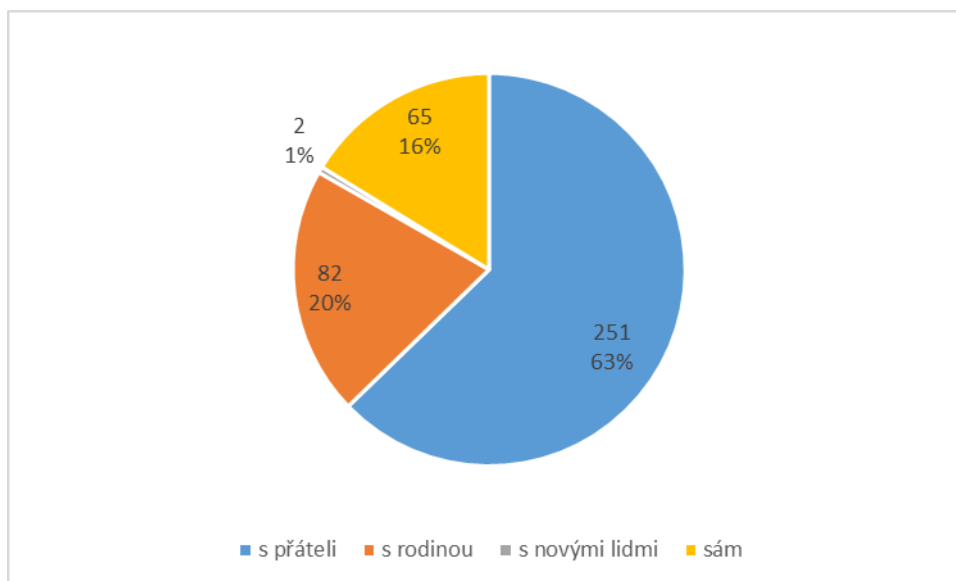
Zdroj: vlastní zpracování



Obr. 40 Výběr volnočasových aktivit a jejich přerozdělení během dne, vlastní zpracování

Preference společnosti při trávení volného času

V této otázce měli respondenti odpovídat, s kým nejraději tráví volný čas. Vzhledem k tomu, že se průzkum dělal mezi mladými dospívajícími lidmi, již dopředu bylo možné odhadnout, že většina těchto dotázaných bude trávit nejvíce času se svými přáteli. Takto odpovědělo 63 % dotázaných. Dalších 21 % dotázaných tráví svůj volný čas nejlépe s rodinou, myšleno rodiči či sourozenci nebo také v širším rodiném kruhu. Našli se také tací, kteří svůj volný čas tráví především sami, bez ostatních lidí. Zdá se, že zde opravdu záleží na povaze každého člověka, na jeho zájmech a prioritách. Například introverti budou raději trávit čas sami v klidném prostředí. Naopak extroverti budou čas trávit nejlépe s přáteli venku a zábavně. Pouze 2 žáci označili, že čas tráví nejraději s novými (neznámými) lidmi.

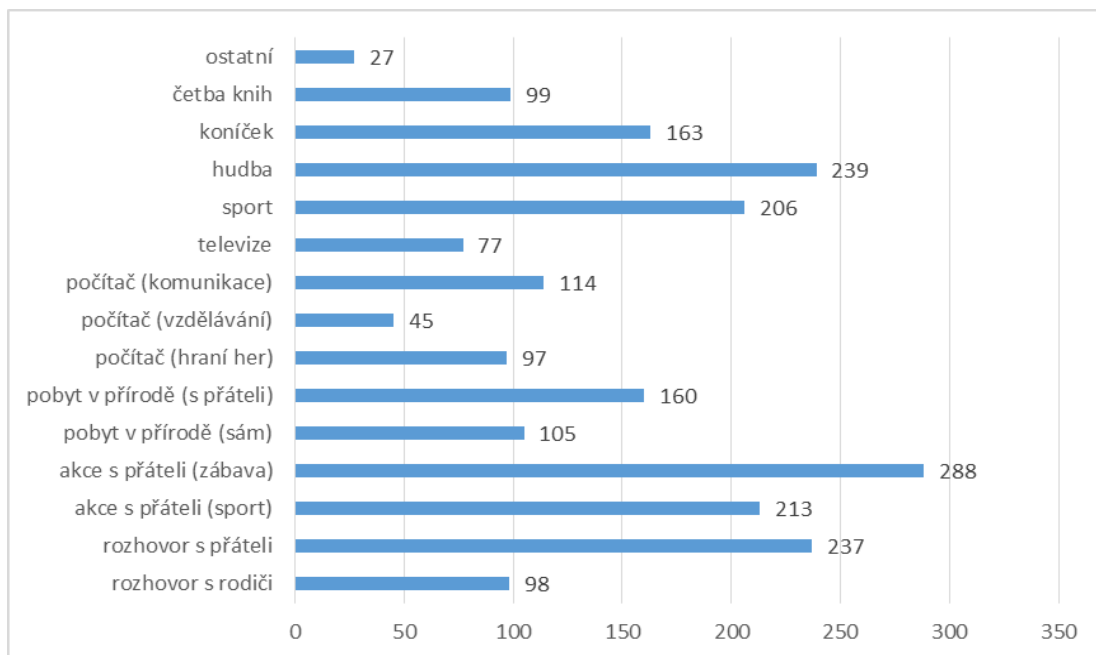


Obr. 41 Preference společnosti při trávení volného času, vlastní zpracování

Preference aktivit při trávení volného času

Po předchozí otázce následovala otázka, jak nejraději volný čas respondenti tráví, ať už je to s přáteli, s rodinou či o samotě.

U této otázky mohl respondent zvolit i více odpovědí, jak je možné vidět v grafu níže (Obr. 42). Nejčastěji dotázaní tráví čas s přáteli (288 dotázaných) formou zábavy, čímž jsou myšleny různé společenské akce, hry apod. Druhou nejoblíbenější činností při trávení volného času je poslouchání hudby. Tuto odpověď označilo 239 žáků. Celkem 237 respondentů si nejraději povídá s přáteli. Mladí lidé se také rádi věnují sportu v kolektivu přátel. Akce s přáteli, myšleno kolektivní sportování, označilo 213 žáků a sport jako takový 206 žáků. Dalších 163 žáků se nejraději věnuje svému koníčku. A krásná příroda na Vysočině se nezapře ani v této otázce, neboť pohyb v přírodě označilo jako oblíbený 160 žáků. Mezi aktivity, kterým respondenti nevěnují tolik volného času, patří vzdělávání na počítači či sledování televize.



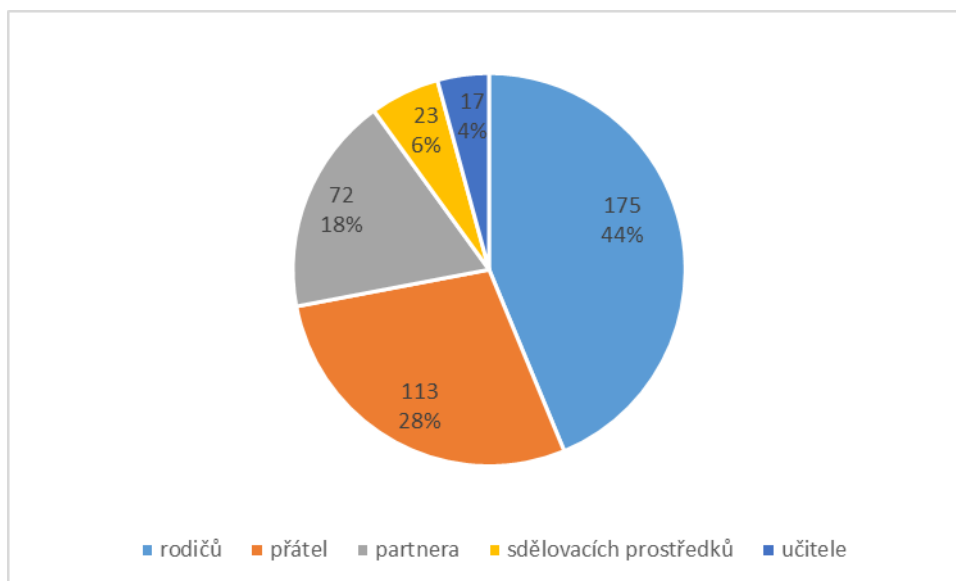
Obr. 42 Preference aktivit při trávení volného času, vlastní zpracování

Preference osobních názorů autorit

Téměř každý člověk potřebuje v některých záležitostech poradit, poslechnout si názor jiné osoby, aby mohl udělat nějaký závěr svého rozhodnutí. Během života nás ovlivňují názory rodičů, kamarádů, přítele či přítelkyně, učitelů ale také např. sdělovací prostředky.

Názor rodičů ovlivňuje celkem 175 žáků, z toho 149 žáků je ve věku 15 až 17 let. Dle těchto výsledků je možné tvrdit, že názor rodičů je určující spíše u dospívajících osob. Osoby nad 18 let ovlivňuje především názor přátel a partnera. Sdělovacím prostředkům důvěřuje celkem 23 respondentů, které média ovlivňují v názorech a dalším rozhodování. Názory učitele ovlivňují celkem 17 odpovídajících (Obr. 43).

Názorové ovlivnění se však během života mění.



Obr. 43 Názorové ovlivnění, vlastní zpracování

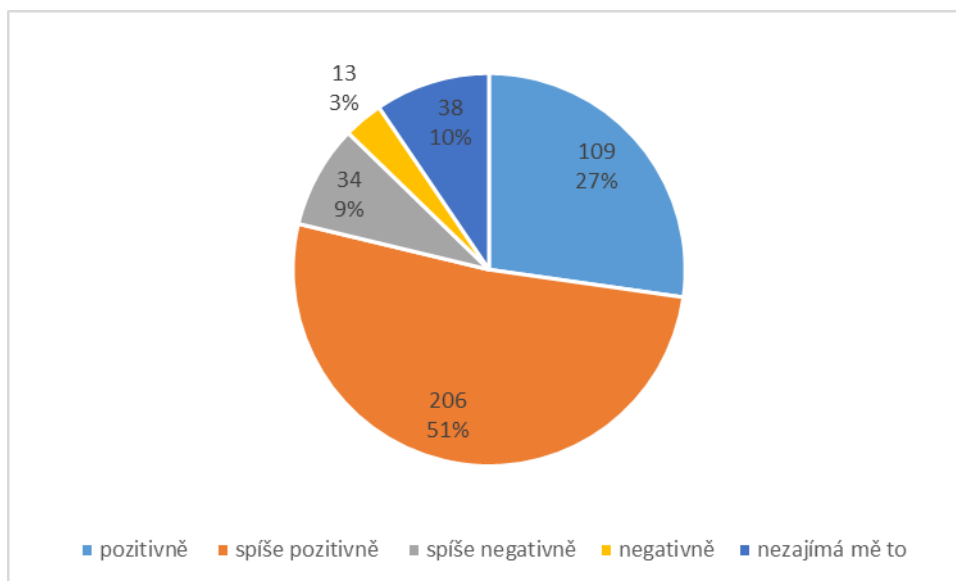
4.3.7 Sebehodnocení

Sebehodnocení je pro každého z nás velice důležité až možná klíčové. Člověk by měl nejprve pochopit sám sebe a mít sám sebe rád, aby mohl mít rád a chápat své přátele a další osoby, se kterými se během života setká. Jakmile člověk není spokojený se sebou samotným, nikdy nemůže být stoprocentně spokojený v životě.

Dotazovaní hodnotili sami sebe nejprve z hlediska vnitřního (lidskost, hodnoty, morálka, zájem o druhé aj.) a poté z hlediska vnějšího (krása, sympatie, navazování kontaktů aj.). V dalších dvou otázkách respondenti hodnotili, jak si myslí, že je vidí ostatní a to z hlediska jak vnitřního, tak vnějšího.

Sebehodnocení z vnitřního hlediska

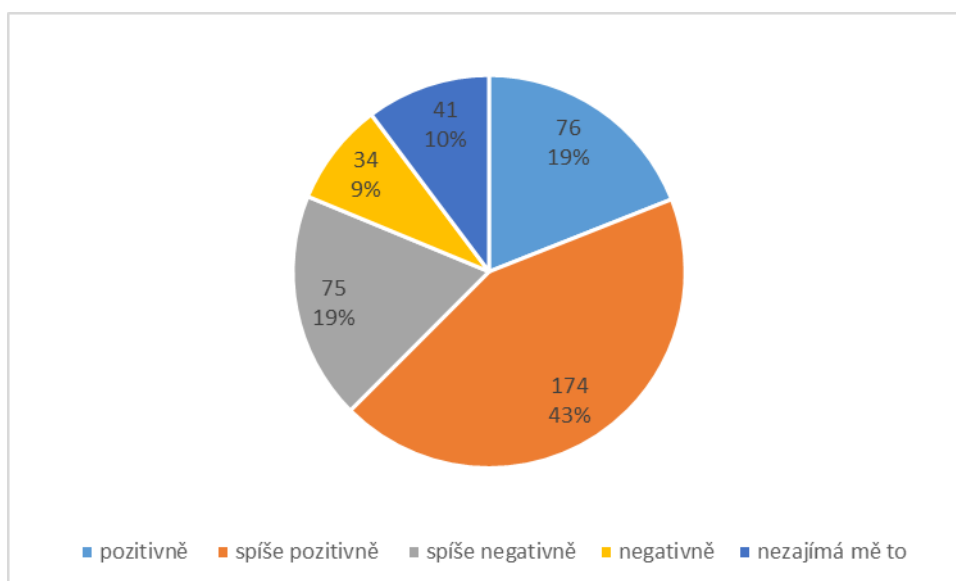
Nejprve byla položena otázka na vnitřní charakter dotázaných a jejich vlastní pohled na něj. Většina žáků uvedla, že jejich pohled na sebe samotného je pozitivní, takto odpovědělo celkem 109 žáků nebo spíše pozitivní (206 respondentů). Spíše negativně se vidí z hlediska vnitřního 34 dotázaných a přímo negativně se vidí 13 žáků, což může mít určitý negativní dopad na jejich psychiku. Zbýlých 38 žáků nezajímá jejich vlastní pohled na sebe samého, což také plně nepodporuje psychiku, neboť především pozitivní hodnocení vlastního já, má pozitivní vliv na psychiku člověka.



Obr. 44 Sebehodnocení z vnitřního hlediska, vlastní zpracování

Sebehodnocení z vnějšího hlediska

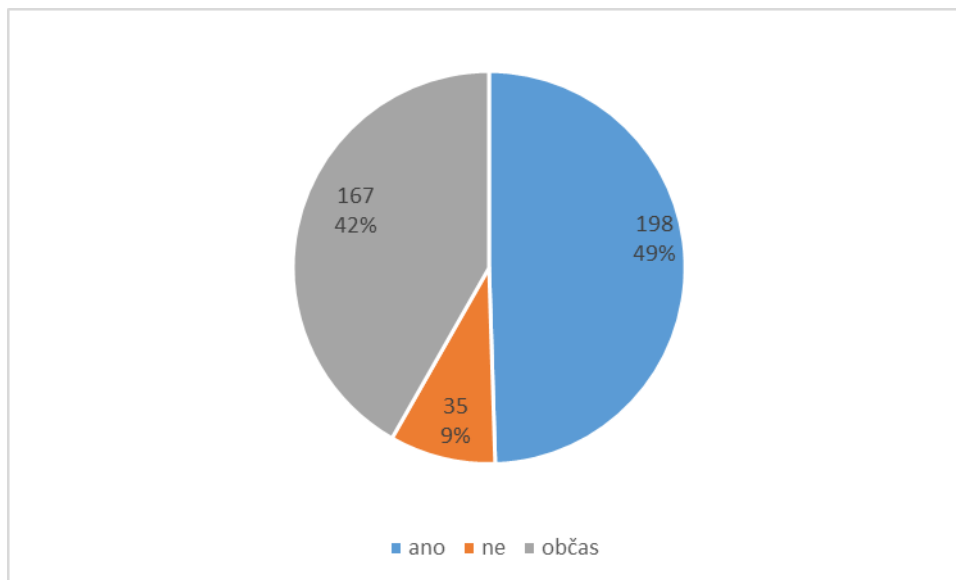
Další otázka se zabývala hodnocením sebe samotného z hlediska vnějšího. V tomto případě nebyly výsledky tak pozitivní jako u předchozí otázky. Pozitivně se vidí pouze 76 žáků (19 %). Spíše pozitivně se hodnotí celkem 174 žáků, což je 44 % dotázaných. Přibýlo také více osob, kteří se vidí spíše negativně (celkem 75) a negativně celkem 34. Negativní pohled na zevnějšek se může týkat osob, které se potýkají s nadváhou až obezitou či mají v dospívání např. problémy s akné, alergiemi nebo trpí nějakou další viditelnou civilizační nemocí. Některé zase naopak trápí problémy s navazováním kontaktů či nízké sebevědomí.



Obr. 45 Sebehodnocení z vnějšího hlediska, vlastní zpracování

Cílevědomost respondentů

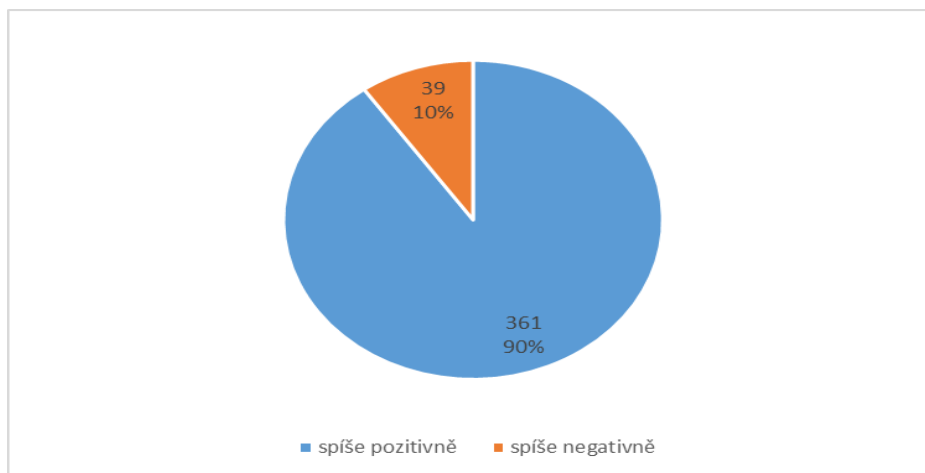
K sebehodnocení patří také cílevědomost respondentů. Celkem 49 % odpovědělo, ano, jsem cílevědomý. Odpověď občas zvolilo 42 % dotázaných. Zbýlých 9 % odpovědělo, že cílevědomí nejsou. Respondenti ovšem podotkli, že záleží na tom, o jakou situaci se jedná.



Obr. 46 Cílevědomost respondentů, vlastní zpracování

Působení na druhé osoby z hlediska vnitřního

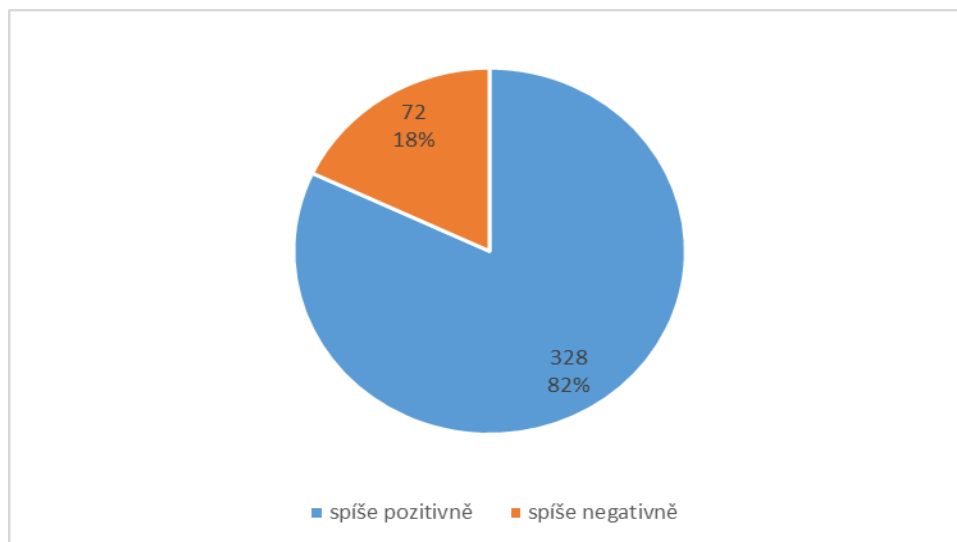
Pro samotného člověka je důležité sebehodnocení, ale pro mnohé je ještě důležitější hodnocení ostatních. To jak na druhé osoby působíme. Ovšem opět dle mého názoru záleží na povaze jednotlivce. Například flegmatici jsou k názoru druhých lidí více lhostejní než jiné povahy. Celkem 90 % dotázaných je druhými vnímáno pozitivně z vnitřního hlediska. Pouze 10 % respondentů si myslí, že je vnímáno druhými spíše negativně.



Obr. 47 Vnímání druhých z vnitřního hlediska, vlastní zpracování

Působení na druhé osoby z hlediska vnějšího

Tato otázka naopak zjišťovala jak je dotazovaný vnímán osobami druhými, tentokrát z hlediska vnějšího. Celkem 82 % žáků si myslí, že je druzí vnímají spíše pozitivně, zbylých 18 % tvrdí, že je ostatní vnímají spíše negativně. Negativní vnímání může být i zde způsobeno nízkým sebevědomím respondenta či může být výsledkem nespokojenosti člověka samotného.



Obr. 48 Vnímání druhých z vnějšího hlediska, vlastní zpracování

4.4 Závěry vyplývající z dotazníkového šetření

Výzkumného šetření se účastnilo 53 % žen a 47 % mužů ve věku od 15 do 20 let. Věkový průměr dotazovaných je 16,7 let. Ve výzkumném vzorku převažují žáci, kteří uvedli jako místo bydliště Nové Město na Moravě. Téměř 50 % dotázaných bydlí v rodinném domě, v bytě s rodiči žije 24,5 % dotázaných. Při hodnocení environmentálních aspektů pro odpočinek a relax v Novém Městě na Moravě žáci nejlépe hodnotili oblast Černý rybník a oblast U Koupaliště. Naopak nejhůře hodnocenou částí je lokalita U Nádraží a Nádraží. Žáci také hodnotili prostor z hlediska poskytování služeb pro volný čas. Zde nejlépe hodnotili lokality Černý rybník, U Koupaliště, Nového Města na Moravě střed a lokalitu U Stadionu, v těchto lokalitách se nachází největší počet zařízení pro volný čas. Naopak nejhůře byla ohodnocena lokalita Nádraží. Hodnocení jak environmentálních aspektů, tak hodnocení poskytování služeb bylo také zvláště hodnoceno z pohledu místních žáků a žáků dojíždějících, ovšem v nejlépe a nejhůře hodnocených lokalitách se jejich názory nerozcházejí. Z hlediska trávení volného času by respondenti v Novém Městě na Moravě ocenili vznik kina, tanečního klubu, baru a sportovní haly. Naopak dotázaní v Novém městě na Moravě

z hlediska volnočasových aktivit oceňují Novoměstské lázně, Vysočina Arenu a celkové sportovní využití v této lokalitě.

Dále bylo zjištěno, že 58 % dotázaných denně snídá a 69 % respondentů dává přednost obědu v domácím prostředí. Z doplňků stravy jsou nejvíce užívány vitamíny, minerály a vláknina, tyto látky užívá 47 % žáků, dalších 42 % žáků doplňky stravy neužívá. Respondenti byli dotazováni na poruchy stravování. Z výzkumu vyplynulo, že 383 ze 400 dotázaných netrpí žádnou poruchou. Nejvíce žáků, kteří poruchu stravování uvedli, trpí obezitou. Celkem 32 % dotázaných poctivě dodržuje pitný režim a během dne vypije více jak 2 l tekutin. Nejvíce dotázaných (54 %) uvedlo, že vypijí 1-2 l tekutin denně. Neslazeným nápojům dává přednost 45 % dotázaných, slazené a ochucené nápoje preferuje 32 % oslovených žáků. Z povzbuzujících nápojů dávají dospívající přednost především čaji a kávě.

Nejvíce rizikové je u adolescentů kouření, alkohol a užívání drog. Pravidelně kouří 15 % dotázaných, 18 % uvedlo, že kouří příležitostně. Alkohol konzumuje několikrát týdně 10 % dotázaných, dalších 35 % uvedlo konzumaci alkoholu několikrát měsíčně. Mezi nejčastěji užívanou drogou mezi adolescenty patří marihuana. Příležitostně užívá drogu 9 % dotázaných, 25 % odpovědělo, že drogu již jednou vyzkoušelo.

Pohybovým aktivitám se žáci v Novém Městě na Moravě věnují poměrně často, 105 žáků ze 400 dotázaných uvedlo, že se pohybovým aktivitám věnují 4-5krát týdně, 88 žáků uvedlo, že sportují 2-3 týdně, 60 žáků sportuje nepravidelně. Nejoblíbenějšími pohybovými aktivitami studentů jsou míčové hry, běh, cyklistika a posilování. Průměrná délka spánku dotázaných v Novém Městě na Moravě je 7,3 hodin. Mezi nejoblíbenější volnočasové aktivity respondentů patří poslouchání hudby, kterému věnují průměrně 2,2 hodiny denně, dále je to vyhledávání informací na počítači a sledování filmů a seriálů. Žáci uvedli, že nejraději tráví volný čas se svými přáteli, nejlépe pokud se jedná o zábavu či sport.

Názorové ovlivnění je nejvýraznější u rodičů, tuto skutečnost uvedlo celkem 175 dotázaných. Důležitou součástí šetření bylo také sebehodnocení. Z vnitřního hlediska se respondenti hodnotí spíše pozitivně, jedná se o 206 žáků. Stejně tak z hlediska vnějšího převažuje sebehodnocení spíše pozitivní (174 žáků). Respondenti se považují za cílevědomé, toto uvedlo 198 respondentů. Zkoumán byl také vlastní názor ohledně působení vlastního já na druhé osoby. Jak z hlediska vnitřního, tak vnějšího se žáci domnívají, že působí pozitivně.

Závěrem je možné tvrdit, že dotázaní žáci žijí poměrně zdravým životním stylem, pravidelně sportují, dodržují pitný režim i spánek, ale objevují se rizikové faktory jako je kouření, alkohol a drogy. Dle mého názoru, je nutné žáky vzdělávat v možných rizicích těchto neřestí, aby se rizikovému chování vyhnuli nebo jej co nejvíce omezili.

Dále je možno zkoumat další témata týkající se kvality života a životního stylu jako např. bezpečnost, životní prostředí, psychiku respondentů a další. Vhodné je také opakování dotazníkového šetření, díky kterému by bylo možné posouzení vývoje v dané problematice.

4.5 Porovnání dotazníkového průzkumu s adolescenty ze SŠ Olomouc a Prostějov

Dotazníkové šetření bylo již dříve provedeno také ve městě Olomouc (r. 2012) a Prostějov (r. 2014). Společně s Novým Městem na Moravě se jedná o tři různě velká města, ať už rozlohou či počtem obyvatel. Olomouc je jak počtem obyvatel, tak také výměrou území největší, počtem obyvatel následuje Prostějov, který má ovšem menší celkovou výměru území než Nové Město na Moravě. Přesné hodnoty jsou uvedeny v tabulce č. 14. Nabízí se tedy územní porovnání dotazníkových šetření z hlediska kvality životního stylu u adolescentů v těchto městech.

Tab. 14 Porovnání velikosti zkoumaných měst

Obec	Počet obyvatel	Celková výměra
Nové Město na Moravě	10 120	6 113 ha
Prostějov	43 977	3 904 ha
Olomouc	100 154	10 333 ha

Zdroj: Český statistický úřad 2016 (data k 31. 12. 2015), vlastní zpracování

V Prostějově bylo osloveno nejméně respondentů (186 žáků), v Olomouci se dotazníkového šetření účastnilo celkem 302 žáků. V Novém Městě na Moravě se do šetření tedy zapojilo nejvíce respondentů (400). Šetření vždy probíhalo na středních školách v daných městech, věkový rozsah dotazovaných žáků byl od 15 do 19 let, v Novém Městě na Moravě bylo osloveno také 10 žáků, kteří již dosáhli věku 20 let.

První zkoumanou problematikou bylo bydlení respondentů. Adolescenti ve všech případech nejčastěji bydlí v rodinných domech, v Novém Městě na Moravě je to téměř polovina dotázaných, v Olomouci a Prostějově bydlí v rodinných domech asi 40 % respondentů. Druhým nejvyužívanějším druhem bydlení jsou v těchto městech bytové jednotky, kde respondenti nejčastěji bydlí spolu s rodiči a sourozenci.

Důležitou součástí zdravého životního stylu je vyvážená a pravidelná strava. Ve všech městech každodenně snídá nad 35 % dotázaných, nejvíce potom 58 % v Novém Městě na Moravě, o něco méně v Prostějově (44 %), v Olomouci snídá pouze 37 % respondentů. Respondenti preferují oběd v domácím prostředí nebo ve školní jídelně. Shodných 69 % dotázaných v Novém Městě na Moravě a Olomouci dává přednost obědu doma, v Prostějově je to 55 % žáků. Školní jídelny využívají nejvíce respondenti v Prostějově a to 41 %

dotázaných. Do výživy je možné také zařadit doplňky stravy, které užívají žáci ve všech šetřených městech, nejvíce potom v Olomouci. Jedná se především o vitamíny, minerály a vlákninu. Poruchami příjmu potravy trpí pouze pár jedinců, ale ve všech zkoumaných městech se objevilo minimálně 10 případů poruchy stravování. Většinou jde o obezitu, která nejvíce žáků trápí v Prostějově, ale objevily se také případy bulimie i anorexie v každém z šetřených měst.

Velice důležitou součástí zdravého životního stylu je pitný režim. Ten, jak bylo zjištěno, nejlépe dodržují žáci v Prostějově, kde více jak 2 l tekutin za den vypije 50 % dotázaných, 42 % respondentů denně vypije 1-2 litry. V Olomouci 61 % dotázaných vypije 1-2 litry za den, 27 % pak více jak 2 l. V Novém Městě na Moravě více jak 2 litry denně vypije 32 % dotázaných. Ve všech městech dávají respondenti přednost neslazeným nápojům, nejvíce pak v Prostějově (65 %).

Při dodržování zdravého životního stylu je nutné vyhnout se rizikovým faktorům, jako je alkohol, tabákové výrobky nebo drogy a předcházet tak civilizačním nemocem. Ve všech zmíněných městech žáci podléhají nezdravému životnímu stylu a rizikovým faktorům se nevyhýbají. Nejvíce respondenti konzumují alkohol ročně (33 %) i měsíčně (43 %) v Olomouci, týdně pak 27 % dotázaných v Prostějově. Cigarety kouří pravidelně 24 % žáků v Prostějově, 23 % žáků v Olomouci a 15 % žáků v Novém Městě na Moravě. Nejvíce nekuřáků nalezneme v Novém Městě na Moravě, jedná se o 65 % dotázaných žáků. Nejmenší zkušenost s drogami mají žáci v Novém Městě na Moravě, kde 63 % prozatím drogu nezkusilo. Jednou drogu užilo nejvíce respondentů v Olomouci (31 %) a poté v Prostějově (28 %). Ovšem pravidelné užívání drog je nejvyšší v Novém Městě na Moravě (15 %). Civilizační nemoci trápí nejvíce respondentů ve městě Prostějov a to 25 % dotázaných, jedná se především o alergie, diabetes, astma či ekzémy.

V dnešní uspěchané době je také pro zdravý stav organismu důležitý pravidelný pohyb. Nejvíce sportují v Novém Městě na Moravě, 4-5krát týdně se zde sportu věnuje 105 žáků ze 400 dotázaných, v Prostějově sportují žáci spíše nepravidelně (28 %). Nejvíce se respondenti věnují míčovým hrám, běhu, posilování a turistice. Spánek je důležitou a nedílnou součástí každého dne. V Prostějově spí respondenti v průměru nejvíce (8,7 hodin), v Olomouci 7,5 hodiny a v Novém Městě na Moravě 7,3 hodin.

Pro trávení volného času si respondenti nejčastěji vybírají zábavu s přáteli, ať už se jedná o sport či pobyt v přírodě, čas tráví také rádi s rodinou. Ve svém volném čase adolescenti rádi poslouchají hudbu. Názorově respondenty nejvíce ovlivňují rodiče v Olomouci (35 %) a Novém Městě na Moravě (44 %), přáteli jsou nejvíce ovlivněni respondenti v Prostějově (49 %).

Pro každého z nás je také důležité sebehodnocení a pohled ostatních na naši osobu. Ve všech šetřených městech převažuje spíše pozitivní hodnocení, jak z hlediska vnějšího, tak z hlediska vnitřního. Nejlépe se hodnotí respondenti v Olomouci a to z obou zmíněných hledisek. Hodnocení druhých vnímají žáci ve všech městech spíše pozitivně. Pro dosažení vytyčených cílů je také důležitá cílevědomost. Respondenti jsou více cílevědomí ve větších městech, nejvíce pak v Olomouci a Prostějově.

Závěrem je možné tvrdit, že výsledná komparace neodhalila výrazné rozdíly mezi jednotlivými městy. Je ale jisté, že žáci ve větších městech jako je Olomouc či Prostějov mají více možností jak trávit volný čas z důvodu lepší vybavenosti města službami pro volný čas. Naopak se v těchto městech setkáváme s horšími environmentálními podmínkami. V Novém Městě na Moravě pak respondenti více sportují a v některých ohledech lépe dbají na svůj zdravotní stav a vitalitu.

ZÁVĚR

Diplomová práce si kladla za cíl analyzovat kvalitu života a životní styl u adolescentů v Novém Městě na Moravě. Případová studie byla řešena formou dotazníkového šetření u adolescentů na středních školách v Novém Městě na Moravě. Obsah a pojetí kvality života a životního stylu je řešen především z geografického hlediska.

Nejprve bylo nutné se seznámit s problematikou kvality života a životního stylu, k tomuto bylo zapotřebí nastudovat literaturu a internetové zdroje. Bylo vymezeno zkoumané území a byla provedena fyzicko-geografická a socioekonomická charakteristika oblasti, která je důležitá k hodnocení kvality života v tomto městě. Nové Město na Moravě je městem, které má dobré environmentální podmínky pro život vzhledem k jeho lokalizaci v rámci CHKO Žďárské vrchy. Nachází se zde množství zelených ploch a míst, která jsou vhodná ke sportu či odpočinku. Po socioekonomické stránce si Nové Město na Moravě nevede špatně, ale v posledních letech dochází k úbytku obyvatel vzhledem k přirozenému přírůstku i migraci. K úbytku obyvatel může také docházet kvůli nedostatku pracovních příležitostí zejména pro absolventy vysokých škol, kteří ve městě nenajdou uplatnění. Proto by bylo vhodné navýšení pracovních pozic, např. přílivem investorů. Dopravní spojení města také není ideální, neboť napojení na dálnici D1 je vzdáleno téměř 30 km a železniční doprava je využívána spíše lokálně, neboť Novým Městem na Moravě neprochází hlavní železniční koridor.

Kvalita života a životního stylu bývá hodnocena vybranými atributy, které byly využity také v rámci této práce. Byla zkoumána problematika domů a bytů, kterých v posledních letech přibývá, stejně tak se zlepšuje vybavenost domácností. Vzdělanostní infrastruktura je v Novém Městě na Moravě dostačující, nachází se zde mateřská škola, dvě základní školy, jedna speciální základní škola, dvě střední školy a také ZUŠ a DDM. Zdravotní a sociální péči je město dobře vybaveno, nachází se zde okresní nemocnice a také řada sociálních zařízení.

Nové Město na Moravě je známé především dlouholetou sportovní tradicí. Proto bylo nutné analyzovat kulturní vyžití a zařízení pro sport a volný čas. V Novém Městě na Moravě se nachází řada kulturních zařízení, která vytváří kulturní kulisu města a nabízí tak adolescentům i dospělé populaci možnost, jak využít svůj volný čas. V Novém Městě na Moravě je také velký výběr volnočasových aktivit pro děti a mládež. Nachází se zde celkem 21 sportovních útvarů, které nabízí řadu sportovních kroužků. V práci byla analyzována také sportovní zařízení. Nejvýznamnějším sportovním zařízením je bezpochyby Vysočina Arena, která slouží veřejnosti, sportovnímu klubu v rámci tréninků, a v neposlední řadě tento areál slouží pro konání důležitých světových závodů. Z mého pohledu nabízí Nové Město na

Moravě nepřebernou škálu možností využití volného času, jak po stránce sportovní, tak odpočinkové. Adolescentům se nabízí řada možností, jak trávit svůj volný čas efektivním způsobem.

Důležitým dílčím cílem bylo provedení dotazníkového šetření, které probíhalo na středních školách v Novém Městě na Moravě a účastnilo se ho celkem 400 žáků. Žáci hodnotili kvalitu života a životního stylu v Novém Městě na Moravě v rámci těchto témat: kvalita prostředí a služby, životní styl a zdravá výživa, pitný režim, rizikové faktory, pohybové aktivity, volný čas a sebehodnocení. V rámci šetření mě nejvíce zajímaly výsledky v oblasti trávení volného času adolescentů a rizikové faktory chování. Žáci věnují nejvíce svého volného času sportovním a pohybovým aktivitám, kterým se věnují nejčastěji 4-5krát týdně, což dokládá, že je Nové Město na Moravě sportovně zaměřeno a ne nadarmo se mu říká „město sportu“. Nejoblíbenějšími pohybovými aktivitami jsou míčové hry, běh, cyklistika a posilování. Jako nejvhodnější místo z environmentálního hlediska respondenti označili městskou část Černý rybník a U Koupaliště. Z hlediska poskytování služeb žáci nejlépe hodnotili městskou část Černý rybník, U Koupaliště a Nové Město na Moravě střed. Mezi nejoblíbenější volnočasové aktivity patří poslech hudby, kterému žáci věnují průměrně 2,2 hodiny denně. Tyto výsledky mě překvapily, neboť jsem se domnívala, že dnešní mládež tráví nejvíce času hraním počítačových her a komunikací přes sociální sítě. Rizikové faktory chování bohužel tak pozitivní výsledky nepřinesly. Pravidelně kouří sice pouze 15 % dotázaných, ale dalších 10 % kouří příležitostně a domnívám se, že ne všichni dotázaní žáci se ke kouření přiznali. Alarmující je, že průměrný věk respondentů je 16,7 let a několikrát týdně konzumuje alkohol 10 % žáků a dalších 35 % uvedlo, že konzumují alkohol několikrát měsíčně. K příležitostnému užívání drog se přiznalo 9 % adolescentů, 25 % odpovědělo, že drogu již dříve užilo. V tomto ohledu je nutné žáky vzdělávat v možných rizicích, aby se tomuto rizikovému chování vyhnuli a předcházeli tak vzniku nemocí a problémů.

Výsledky z této případové studie byly porovnány s případovými studiemi ve městech Olomouc a Prostějov. Komparace neodhalila významné rozdíly mezi městy, ale v Novém Městě na Moravě žáci více sportují a dbají výrazněji na svoji fyzickou kondici. Na druhou stranu v rámci rizikových faktorů, především v případě užívání drog, si vede Nové Město na Moravě nejhůře. V rámci dalších témat se žáci ve výzkumných otázkách shodují. Je ale jisté, že ve větších městech jako je Olomouc a Prostějov mají žáci z důvodu lepší vybavenosti více možností, jak trávit volný čas, ovšem na úkor horších environmentálních podmínek.

SUMMARY

The thesis deals with the quality of life and lifestyle in Nové Město na Moravě. Case study was solved through a questionnaire survey with adolescents in high schools in Nové Město na Moravě. Content and concept of quality of life and lifestyle is conceived of geographical perspective. Firstly, the literature dealing with this issue was studied and basic terms and definitions were defined. Further, examined territory was defined and physical-geographical and socioeconomic characteristics of the region was conducted, which are important for assessment of quality of life in this city. Quality of life and lifestyle were evaluated based on selected indicators such as: houses and apartments, household amenities, social and cultural structure. Nové Město na Moravě is famous for long sports tradition. It was therefore necessary to analyze cultural activities and facilities for sport and leisure. In Nové Město na Moravě, there is many cultural facilities creating a cultural backdrop of the city. These facilities offer adolescents and adults lot of options how to spare their leisure time. Sport facilities were also analyzed.

Important goal was to perform a questionnaire survey which was carried out in secondary schools in Nové Město na Moravě and was attended by a total of 400 pupils. Students rated their quality of life and lifestyle in Nové Město na Moravě in these themes: environmental quality and services, lifestyle and healthy diet, fluid intake, risk factors, physical activities, recreation and self-assessment. The survey found out that students eat breakfast regularly and observe fluid intake, prefer eating at home, take vitamins, minerals and fibre as dietary supplements and rather prefer unsweetened soft drinks. However, risk factors such as smoking, alcohol consumption and drug use appear.

The results of this case study were compared to another case studies in the cities of Olomouc and Prostějov. Comparison revealed no significant differences between these cities, but in Nové Město na Moravě pupils do sports more and are concerned significantly to their physical condition.

POUŽITÁ LITERATURA A INFORMAČNÍ ZDROJE

Literární zdroje

ANDRÁŠKO, I. *Dve domenzie kvality života v kontexte percepcií obyvateľov a miest a vidieckych obcí*. In Geografická organizace Česka a Slovenska v súčasnom období. Ostrava: Ústav geoniky AV ČR, 2005, s. 6-13.

ANDRÁŠKO, I. *Geografické aspekty kvality života*. [online]. 2011 [cit. 2017-04-04]. Dostupné z: <https://is.muni.cz/el/1431/jaro2011/Z8147/um/25382755/3%CB%83>

ANDRÁŠKO, I. *Sociálno – demografická dimenzia kvality života v Bratislave (vo svetle multivariačnej analýzy)*. Folia geographica, 2006, roč. XLV, č. 10, s. 10-17.

ANDRÁŠKO, I. *Vnútoraná štruktúra mesta z hľadiska kvality života autor.*, 2007. 147 s. Geografický ústav Slovenskej akadémie vied.

CSÉMY, L. *Životní styl a zdraví českých školáků: z výsledků mezinárodní srovnávací studie Světové zdravotnické organizace The Health Behaviour in School-aged Children (HBSC)*. Praha: Psychiatrické centrum, 2005. ISBN 80-85121-94-8.

ČECH, L., ŠUMPICH, J., ZABLOUDIL, V. a kol. *Jihlavsko*. 2001. In Mackovčín, P.

SEDLÁČEK, M. *Chráněná území ČR*, svazek VII. AOPK ČR a EkoCentrum Brno, Praha, 528 s.

ČERNÝ, J. *KAPLISKO, kronika zapsaná v krajině*. Žďár nad Sázavou: Novoměstský okrašlovací spolek, 2000.

DEMEK, J. a kol. *Zeměpisný lexikon ČR: geomorfologické jednotky České republiky*. Vyd. II. Brno: AOPK ČR, 2006, 580 s. ISBN 80-860-6499-9.

DISSART, J., DELLER, S. *Quality of Life in the Planning Literature*. 2000. [cit. 2017-04-04]. Dostupné z: <http://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/08854120022092962>

FELCE, D., PERRY, J. *Quality of life: Its definition and measurement* [online]. 1995 [cit. 2017-04-04]. Dostupný z: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/0891422294000288>

GODOR, M., HORŇÁK, M. *Možnosti využitia indikátorov vo výskume kvality života na Slovensku* [online]. 2010 [cit. 2017-04-04]. Dostupné z: http://www.humannageografia.sk/projekt1/download/prispevok_Nitra_Godor_Hornak.pdf

- HAMANOVÁ, J. *Dospívání a některé jeho zdravotní problémy*. In MACHOVÁ, J., KUBÁTOVÁ, D. a kol. *Výchova ke zdraví*. Praha: Grada, 2009, s. 171-180. ISBN 978-80-247-2715-8
- HANCOCK, T. *Quality of life indicators and DHC* [online]. 2000 [cit. 2017-04-04]. Dostupné z: <http://www.ontla.on.ca/library/repository/mon/24002/299271.pdf>
- HRALA, V. *Geografie cestovního ruchu*. Vyd. 1. V Praze: Vysoká škola ekonomická v Praze, 1996, 128 s. ISBN 80-707-9173-X.
- IRA, V., MICHÁLEK, A., PODOLÁK, P. *Kvalita života a jej regionálna diferenciacia v SR*. Geografický ústav SAV. Bratislava, 2005, 1-7.
- IRA, V., MURGAŠ, F. *Geografický pohľad na kvalitu života a zmeny v spoločnosti na Slovensku*. Geographia Slovaca, 25, 2008. s 7-24.
- KEBZA, V. *Psychosociální determinanty zdraví*. 1.vyd. Praha: Academia, 2005. 263s. ISBN 80-200-1307-5.
- KEBZA, V. *Zdravý životní styl*. 1.vyd., Jihlava: Idea, 1998. 1 nestránkový svazek
- KLADIVO, P. *Prostorová diferenciacie kvality života obyvateľ mesta Olomouce: Dizertační práce*. Brno, 2011.
- KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologická pojetí a způsoby zjišťování kvality života* [online]. 2001 [cit. 2017-04-04]. Dostupný z: http://mujweb.cz/j.krivohlavy/clanky/c_kvalita.html
- KUBÁTOVÁ, H. *Sociologie životního způsobu*. Praha: Grada, 2010.
- LANTEIGNE, C. A. *Quality of life in cities*. New Brunswick: THE UNIVERSITY OF NEW BRUNSWICK, 2005.
- LINHART, J., PETRUSEK, M., VODÁKOVÁ, A., MAŘÍKOVÁ, H. *Velký sociologický slovník*. Praha: Karolinum. 1996. ISBN 80-7184-310-5.
- MACEK, P. *Adolescence*. Praha: Portál, 2003. 141 s.
- MACÍČKOVÁ, V. *Kvalita života ve městě Nový Jičín*. Olomouc, 2013. Diplomová práce.
- MACRINEANU, Z. *Kvalita života v Olomouci z pohledu objektivní i subjektivní dimenze*. Olomouc, 2012. Diplomová práce.
- MELNICKÁ, M. *Hodnocení životního stylu a potřeb žáků středních škol ve městě Olomouc*. Olomouc, 2012. Bakalářská práce.

- MURGAŠ, F. *Kvalita života 2013*. Sborník příspěvků z mezinárodní konference 4. a 5. 12. 2013 v Liberci, s. 97 – 106.
- NOVÁKOVÁ, M. *Životní styl a kvalita života adolescentů (případová studie Prostějov)*. Olomouc, 2015. Bakalářská práce.
- PACIONE, M. *Urban environmental quality and human well-being – a social geographical perspective*. Skotsko: Lanscape and Urban planning, 2003b, 30s.
- PAYNE, J. a kol. *Kvalita života a zdraví*. Praha: Triton, 2005, s. 629.
- POTŮČEK, Martin. *Průvodce krajinou priorit*. Praha: Gutenberg, 2002. ISBN 80-86349-06-3.
- RŮŽKOVÁ, J., ŠKRABAL, J. *Historický lexikon obcí České republiky 1869-2011*. 1. vyd. Praha: Český statistický úřad, 2006, 2 sv. (759, 623 s.). ISBN 80-250-1311-12.
- SHULMAN, B. H a H. H MOSAK. *Manual for Life Style Assessment*. Muncie, USA: Accelerated Development, 1990.
- SCHNEIDER, M. *The quality of life in large american cities: objective and subjective social indicators*. 1974.
- SMOLÍK, J. *Subkultury mládeže*. Praha: Nakladatelství Grada, 2010. 288 s.
- SOVINOVÁ, H., CSÉMY, L. *Užívání tabáku v České republice 2015* [online]. 2016, 1-21 [cit. 2017-02-05]. Dostupné z: http://www.szu.cz/uploads/documents/czpz/zavislosti/Uzivani_tabaku_2015.pdf > kouření
- SPIPKOVÁ, J., DZÚROVÁ, D. *The quality of life and risk behaviour of teenagers in the mirror of the ESPAD data*. Procedia Social and Behavioral Sciences, 35, 2012. 237-244 s.
- SVOBODA, P. *Dovolená v Novém Městě na Moravě a okolí*. Nové Město na Moravě: Městské informační centrum, 1999.
- SVOBODA, P. *Novoměstsko – turisticko - vlastivědný průvodce obcemi a jejich okolí*. Sursum, Tišnov. 2001. 263 s.
- SVOBODOVÁ, L. *Kvalita života*. In ŠUBRT, J. *Soudobá sociologie III.: Diagnózy soudobých společností*. V Praze: Karolinum, 2008. ISBN 978-80-246-1486-1.
- ŠLECHTOVÁ, A. *Geografická analýza cestovního ruchu v Novém Městě na Moravě*. Olomouc, 2014. Bakalářská práce.

TOUŠEK, V., KUNC, J., VYSTOUPIL, J. a kol. *Ekonomická a sociální geografie*. Plzeň, 2008.

VAĎUROVÁ, H., MÜHLPACHR, P. *Kvalita života. Teoretická a metodologická východiska*. Brno: MU, 2005, 145 s.

VAĎUROVÁ, H. *Sociální aspekty kvality života v onkologii*, 2006. Brno: MSD Brno, s. 148.

VALA, L. *Kvalita života a životní styl obyvatel města Olomouc*. Olomouc, 2013. Bakalářská práce.

Internetové zdroje

II. základní škola [online]. ©2016 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <https://zs2.nmmn.cz/>

ÁJA FITNESS [online]. c2016 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <http://www.ajafitness.cz/>

AOPK ČR [online]. 2017 [cit. 2014-04-27]. Dostupné z: <http://www.ochranaprirody.cz/>

ArcČR 500 [online]. c2015 [cit. 2017-04-20]. Dostupné z: <http://old.arccdata.cz/produkty-a-sluzby/geograficka-data/arccr-500/>

Bazén - Sportovní hala - Městský úřad [online]. c2016 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <https://radnice.nmmn.cz/bazen-sportovni-hala/>

BAZI fitness [online]. c2011 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <http://bazifitness.webnode.cz/>

BikeSki Centrum s.r.o. [online]. c2016 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <http://www.bikeskicentrum.cz/>

Co vidět, co zažít | Turistický portál Novoměstsko [online]. 2017 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <http://www.nmmn.eu/co-videt-co-zazit>

Cyklo aréna Vysočina [online]. c2014 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <http://www.vysocina.bike/>

České dálnice [online]. © 2002 – 2016 [cit. 2017-03-27]. Dostupné z: <http://www.ceskedalnice.cz/>

České dráhy, a.s. [online]. © 2016 [cit. 2017-03-27]. Dostupné z: <http://www.cd.cz/default.htm>

Český statistický úřad | ČSÚ [online]. 2017 [cit. 2017-03-27]. Dostupné z: <http://www.czso.cz/>

ČÚŽK [online]. c2017 [cit. 2017-04-20]. Dostupné z: <http://www.cuzk.cz/>

Drogová situace v České Republice [online]. c2010-2017 [cit. 2017-04-12]. Dostupné z: http://rekninedrogam.cz/index.php?page=drogova_situace

Dům dětí a mládeže [online]. ©2016 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <https://ddm.nmnm.cz/>

Fitklub Brady [online]. c2015 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <http://www.fitklub-brady.cz/>

Gymnázium Vincence Makovského se sportovními třídami Nové Město na Moravě [online]. 2017 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <http://www.gynome.cz>

Historie a současnost klubu [online]. 2017 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <http://www.vysocina-arena.cz/cz/historie-a-soucasnost-klubu.html>

Historie SSK Nové Město na Moravě [online]. c2005 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <http://www.ssknmnm.com/historie.htm>

Horácká galerie v Novém Městě na Moravě [online]. c2017 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <http://www.horackagalerie.cz/>

Horolezecký oddíl vznikl díky Ivu Neumanovi - Žďárský deník [online]. 2015 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: http://zdarsky.denik.cz/zpravy_region/horolezecky-oddil-vznikl-diky-ivu-neumanovi-20150227.html

Integrovaný portál MPSV [online]. c2002-2016 [cit. 2017-04-11]. Dostupné z: <http://portal.mpsv.cz/>

Jak na kávu [online]. 2009 [cit. 2017-02-05]. Dostupné z: <http://jaknakavu.eu/espresso/kofein-jeho-mnozstvi-v-napojich-a-pusobeni-na-cloveka/> > kofein a tein

Jak spíme v průběhu života | Spánek | Poruchy spánku a nespavost, příčiny a léčba, poradna lékaře - Laik [online]. ©2017 [cit. 2017-02-05]. Dostupné z: <http://www.dobry-spanek.cz/jak-spime-v-prubehu-zivota/> > spánek

KLUBY A MŮSTKY ČR: Nové Město na Moravě [online]. c2002-2017 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <http://www.skoky.net/clanek.php?subaction=showfull&id=1335200241>

Kouření zabíjí [online]. c2015 [cit. 2017-04-12]. Dostupné z: <http://www.koureni-zabiji.cz/>

Lysina lenina [online]. c2017 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <http://lysinalenina.cz/>

Městská památková zóna Nové Město na Moravě | Turistický portál Novoměstsko [online]. 2017 [cit. 2017-03-27]. Dostupné z: <http://www.nmnm.eu/mestska-pamatkova-zona-nove-mesto-na-morave.html-0>

Městské lázně [online]. c2016 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <https://lazne.nmnm.cz/>

Nemocnice Nové Město na Moravě [online]. 2017 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <http://www.nnm.cz>

Nové Město na Moravě [online]. 2016 [cit. 2017-03-27]. Dostupné z: <https://nmnm.cz/>

Novoměstské sociální služby [online]. c2016 [cit. 2017-04-18]. Dostupné z: <https://nss.nmnm.cz/>

Obezita.cz [online]. c2017 [cit. 2017-04-12]. Dostupné z: <http://www.obezita.cz/?pg=definice>

Obrázková cesta lesem Ochoza | Turistický portál Novoměstsko [online]. 2017 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <http://www.nmnm.eu/obrazkova-cesta-lesem-ochoz.html>

OKÉNKO do života novoměstských skautů [online]. c2013 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <http://www.okenko.org/>

Okruhy pro kolečkové lyže [online]. 2017 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <http://www.vysocina-arena.cz/cz/okruhy-pro-koleckove-lyze.html>

O muzeu - Horácké muzeum [online]. c2016 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <https://hm.nmnm.cz/o-muzeu/>

Optimální pitný režim [online]. ©2006 [cit. 2017-02-05]. Dostupné z: <http://www.prirodni-zdravi.cz/clanky/pitny-rezim/> > pitný režim

Organizace a instituce působící v sociální oblasti [online]. c2016 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <https://socialni-oblast.nmnm.cz/organizace-nstitute-pusobici-v-socialni-oblasti/>

PODNIKOVÁ PRODEJNA SPORTEN Nové Město na Moravě [online]. 2017 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <http://www.sporten.cz/prodejny-testcentra/podnikova-prodejna-sporten-nove-mesto-na-morave>

Portál kulturního a přírodního dědictví Kraje Vysočina [online]. 2011 [cit. 2017-03-27]. Dostupné z: <http://www.dedictvivysociny.cz/>

Portimo, o.p.s. [online]. 2016 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <http://www.portimo.cz>

Projekt Zdraví dětem - Výživové poradenství ZkusToZdrave.cz [online]. c2013 [cit. 2017-04-12]. Dostupné z: <http://www.zkustozdrave.cz/projekt-zdravi-detem.html>

RISY.cz - Obce - Nové Město na Moravě [online]. ©2012-2016 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <http://www.risy.cz/cs/vyhledavace/obce/scitani-lidu-domu-a-bytu-2011?zuj=596230>

Rizikové faktory životního stylu, SZÚ [online]. c2017 [cit. 2017-04-12]. Dostupné z: <http://www.szu.cz/tema/prevence/rizikove-faktory-zivotniho-stylu>

SFK VRCHOVINA z.s. Nové Město na Moravě [online]. c2014 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <http://sfk-vrchovina.webnode.cz/>

SKI Harusák [online]. c2017 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <http://www.skiharusak.cz/ski-harusak/>

Sociální služby - Městský úřad [online]. c2016 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <https://radnice.nmnm.cz/socialni-sluzby/>

Sport Nové Město na Moravě [online]. 2016 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <https://sport.nmnm.cz/>

Sportovní hala s lezeckou stěnou - Městský úřad. In: Nové Město na Moravě [online]. [cit. 2017-01-16]. Dostupné z: <https://www.nmnm.cz/>

STRATEGICKÝ PLÁN OZVOJE MĚSTA [online]. 2008 [cit. 2017-03-27]. Dostupné z: <http://sprm.nmnm.cz/>

Střední odborná škola Nové Město na Moravě - oficiální web [online]. 2017 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <http://www.sos-nmor.cz/>

Světový pohár v biatlonu 2016/17 [online]. c2016 [cit. 2017-04-04]. Dostupné z: <http://www.biathlonnmnm.cz/2016/12/18/koukalova-udelala-v-novem-meste-zlatou-tecku/>

VYSOČINA ARENA NMNM [online]. 2017 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <http://www.vysocina-arena.cz/cz/>

Výroční zpráva o stavu ve věcech drog pro Evropské monitorovací středisko pro drogy a drogové závislosti: Česká republika [online]. Praha: Úřad vlády ČR, 2016- [cit. 2017-02-05]. ISBN 978-80-7440-156-5. > drogy

Základní informace o trasách - Lyžařské Novoměstsko [online]. 2016 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <https://lyzovani.nmnm.cz/zakladni-informace-o-trasach/>

Základní škola | Malá 154, Nové Město na Moravě [online]. ©2017 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <http://www.zsmala.cz/>

Základní umělecká škola [online]. ©2016 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <https://zus.nmnm.cz/>

ZŠ Nové Město na Moravě [online]. ©2012 [cit. 2017-04-03]. Dostupné z: <http://zs1.nmnm.cz/>

Žij zdravě [online]. ©2009 [cit. 2017-02-05]. Dostupné z:
<http://www.zijzdrave.cz/jidlo/zdrava-strava-a-redukni-jidelnicek/zakladni-zasady/> > strava

SEZNAM POUŽITÝCH ZKRATEK

Zkratka	Význam
AOPK ČR	Agentura ochrany přírody a krajiny České republiky
ČSÚ	Český statistický úřad
DDM	Dům dětí a mládeže
DPS	Dům s pečovatelskou službou
ESPAD	European School Project on Alcohol and Other Drugs
EU	Evropská unie
CHKO	Chráněná krajinná oblast
MAD	Městská autobusová doprava
MPSV	Ministerstvo práce a sociálních věcí
MS	Mistrovství světa
MTB	Mountain bike (horské kolo)
NMnM	Nové Město na Moravě
OSN	Organizace spojených národů
PČR	Police České republiky
PP	Přírodní památka
RISY	Portál Regionálního informačního servisu
SLBD	Sčítání lidu, domů a bytů
SP	Světový pohár
SZÚ	Státní zdravotnický ústav
TJ	Tělovýchovná jednota
WHO	Světová zdravotnická organizace
ZOH	Zimní olympijské hry
ZŠ	Základní škola
ZUŠ	Základní umělecká škola

PŘÍLOHY

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha 1 Dotazník první strana a druhá strana

Příloha 2 Dotazník třetí a čtvrtá strana

Příloha 3 Dotazník pátá strana

Příloha 4 Mapa zařízení pro sport a volný čas

Příloha 1 Dotazník, první strana a druhá strana

Dotazník – květen 2014

Všecheré údaje získávané v tomto dotazníku jsou zcela anonymní a dotazník bude sloužit jako podklad k diplomové práci *Kvalita života a různé charakteristické dopravní a občanské vybavenosti Nového Města na Moravě* na Univerzitě Palackého v Olomouci.

Kontakt: Aneta Šlechtová, e-mail: aneta.slechtova@eom.cz

Vybranou odpověď zkontrolujte, popřípadě doplňte.

Pohlaví: Ž M

- Místo vašeho bydliště?
- Bydlím:
 - v bytě s rodiní
 - v bytě (víc rodin) – kromě rodičů bydlí s vámi zarádci, nebo sourozenci s rodinou apod.
 - v rodinném domě
 - v rodinném domě (víc rodin) - kromě rodičů bydlí s vámi stejní rodiče, nebo sourozenci s rodinou apod.
 - jinak:
- Odhodnoťte (zakroužkujte) prostor pro relax a odpočinek (zeleň, vodní plochy atd.) a prostor pro trávení volného času (nejlépeší, nejvýšší spokojenost)

	relax, odpočinek (zeleň, vodní plochy)	prostor pro trávení volného času
Městský část Nového Města na Moravě		
Mlýnské	0 1 2 3 4 5	0 1 2 3 4 5
Řířkovice	0 1 2 3 4 5	0 1 2 3 4 5
Městošovice	0 1 2 3 4 5	0 1 2 3 4 5
Olšánsko	0 1 2 3 4 5	0 1 2 3 4 5
Petrovice	0 1 2 3 4 5	0 1 2 3 4 5
Pohodnice	0 1 2 3 4 5	0 1 2 3 4 5
Polopno	0 1 2 3 4 5	0 1 2 3 4 5
Štábovice	0 1 2 3 4 5	0 1 2 3 4 5
Stouňovice	0 1 2 3 4 5	0 1 2 3 4 5
Individivní lokality Nového Města na Moravě		
Nové Město na Moravě - střed	0 1 2 3 4 5	0 1 2 3 4 5
U stávkova	0 1 2 3 4 5	0 1 2 3 4 5
U nedraží	0 1 2 3 4 5	0 1 2 3 4 5
Nádraží	0 1 2 3 4 5	0 1 2 3 4 5
Naš Pustim mlýnem	0 1 2 3 4 5	0 1 2 3 4 5
Nová Dvůr	0 1 2 3 4 5	0 1 2 3 4 5
U mlýna	0 1 2 3 4 5	0 1 2 3 4 5
Geranice	0 1 2 3 4 5	0 1 2 3 4 5
Memerovice	0 1 2 3 4 5	0 1 2 3 4 5

U nemocnice	0	1	2	3	4	5	0	1	2	3	4	5
Černý rybník	0	1	2	3	4	5	0	1	2	3	4	5
Braččický kopec	0	1	2	3	4	5	0	1	2	3	4	5
Holubka	0	1	2	3	4	5	0	1	2	3	4	5
U Bezdřávky	0	1	2	3	4	5	0	1	2	3	4	5
U kaulantů	0	1	2	3	4	5	0	1	2	3	4	5
Kašovice	0	1	2	3	4	5	0	1	2	3	4	5

ZEMĚPISNÉ LOKALITY NOVÉHO MĚSTA NA MORAVĚ

1. Nové Město na Moravě - střed

2. U stávkova

3. U nedraží

4. Naš Pustim mlýnem

5. Nádraží

6. Geranice

7. Memerovice

8. U mlýna

9. U Bezdřávky

10. Holubka

11. Černý rybník

12. Braččický kopec

13. Kašovice

14. U kaulantů

15. Pohodnice

16. Petrovice

17. Mlýnské



- Co dle vašeho názoru nejvíce chybí z hlediska trávení volného času v tomto městě?
- Co naopak oceňujete v rámci spolupráce využití volného času v Novém Městě na Moravě?

ZDRAVÁ VÝŽIVA

- Základem zdravého životního stylu je vyvážená a množstvím smídaná. Sdílejte?
 - ano, denně
 - občas
 - neustálám
 - restaurace
 - žádná jídla
 - doma
 - fast food
- Profesijní obědy v tomto zařízení:
 - žádná jídla
 - doma
 - restaurace
 - fast food

Zdroj: vlastní zpracování

Příloha 2 Dotazník, třetí a čtvrtá strana

POHYBOVÉ AKTIVITY

17. Pohybovým aktivitám se věnujete:
- a) pravidelně 4 - 5x týdně
 - b) pravidelně 2 - 3x týdně
 - c) pravidelně 1 - 2x týdně
 - d) nepravidelně
 - e) občas

18. Uveďte sportovní aktivitu, které věnujete nejvíce času:

.....

19. Kolik hodin denně spíte?

- a. 4-5 hodin
- b. 6-7 hodin
- c. 8-9 hodin
- d. 10 a více
- e. jiné

VOLNÝ ČAS

20. Kolik volného času v průběhu dne trávíte:

u počítače (mediální informací)	
u počítače (komunikaci: skype, facebook apod.)	
u počítače (hraní her)	
u počítače sledování videí, filmů apod.	
sledování televize	
posoucháním hudby	
čtením oblíbených knih (časopisů)	

21. Volný čas trávím nejraději:

- a) sám
- b) s rodinou
- c) s přáteli
- d) s novými (neznámými lidmi)

22. Kterou z možností trávění volného času nejvíc preferujete? (může být více odpovědí)

- a) Rozhovory s rodiči
- b) Rozhovory s přáteli
- c) Akce s přáteli (sport)
- d) Akce s přáteli (zájezd)
- e) Pobyty v přírodě (sám)
- f) Pobyty v přírodě (kamradzi, rodice atd.)
- g) Počítač - hry
- h) Počítač - vzdělávání
- i) Počítač - komunikace
- j) Televize
- k) Sport
- l) Hledba
- m) Knihy
- n) Čtení knihy
- o) Jiní

8. Užíváte doplňky stravy? (může být více odpovědí)

- a) na tvorbu svalů (protein, aminokyseliny)
- b) energičky (nabobřádky, CLA, L- Carnitin, energetické nápoje)
- c) na doplnění energie (fitness tyčinky, proteinové tyčinky)
- d) pro nárost svalů (Galieny, proteinové nápoje)
- e) doplňky vláhy (lontové nápoje)
- f) na odbourávání tuků (kreatin, Omega 3 nenasycené mastné kyseliny)
- g) spalovače tuků (karnitin)
- h) vitamíny, minerály, vláknina
- i) antioxidanty (koenzym Q10)
- j) nepoužívám

9. Trpíte nějakou poruchou stravování?

- a) anorexie
- b) obezita
- c) bulimie
- d) netrpím

10. Máte nějakou ovlivňující nemoc?

- a) ano
- b) ne

PITNÝ REŽIM

11. Kolik tekutin (kromě kávy a alkoholu) vypijete během dne?

- a) méně než 1 l
- b) 1-2 l
- c) více než 2 l

12. Jak často pijete následující obsahující kofein a taurin?

Káva	a) nepiji	b) 1 x denně	c) 2-3 x denně	d) více než 3 x
Čaj	a) nepiji	b) 1 x denně	c) 2-3 x denně	d) více než 3 x
Cola, kofola	a) nepiji	b) 1 x denně	c) 2-3 x denně	d) více než 3 x

13. Jakým nealkoholickým nápojem kromě kávy užíváte během dne přednost?

- a) slazeným ochuceným nápojem
- b) nenasazeným nápojem (perlivým, mírně perlivým či neperlivým)
- c) nenasazeným ochuceným nápojem

RIZIKOVÉ FAKTORY (kouření, pití a lihovodu, drogy)lele

14. Jak často konzumujete alkohol?

- a) denně
- b) několikrát týdně
- c) několikrát měsíčně
- d) několikrát ročně
- e) nikdy

15. Kouříte?

- a) ne, vůbec
- b) ne, přestal jsem (a esport 3 měsíce)
- c) příležitostně (nepravidelně)
- d) ano (pravidelně)

16. Zkusil/a jste někdy drogu (marihuana atd.)

- a) ano, jednou
- b) jednou za čas si dám
- c) pravidelně si dávám
- d) ne

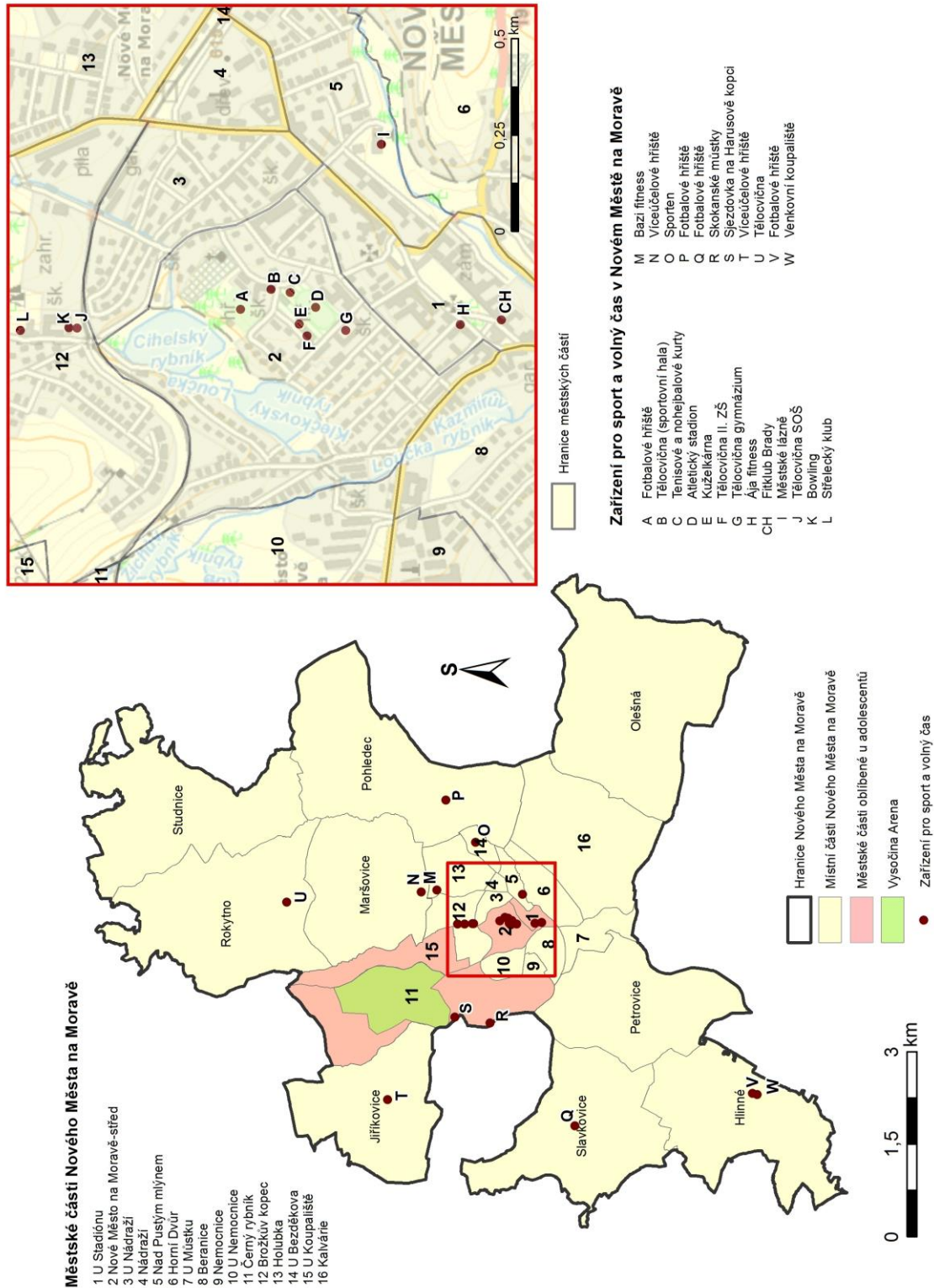
Příloha 3 Dotazník, pátá strana

23. Kdo má názory vás v současnosti nejvíc ovlivňují:
a) rodičů
b) přátel
c) přítele/přítelkyně
d) sdělovacích prostředků
e) učitele
- SEBEHODNOCENÍ**
24. Když hodnotíte sebe (svými očima), vidíte se:
Z hlediska vnějšku (tiskost, morálka, hodnota, zájem o druhé atd.)
a) pozitivně
b) spíš pozitivně
c) spíš negativně
25. Když hodnotíte sebe (svými očima), vidíte se:
Z hlediska vnitřního (láska, sympatie, navazování kontaktů atd.)
a) pozitivně
b) spíš pozitivně
c) spíš negativně
26. Z hlediska vnějšku vás druzí vnímají:
a) spíš pozitivně
b) spíš negativně
27. Z hlediska vnitřního vás druzí vnímají:
a) spíš pozitivně
b) spíš negativně
28. Jste cílevědomý/á:
a) ano
b) ne
c) občas

Děkují za vyplnění dotazníku.

Zdroj: vlastní zpracování

Příloha 4 Mapa zařízení pro sport a volný čas



Zdroj: ArcČR 500, ČÚZK, vlastní zpracování 2017, vytvořeno v aplikaci ArcMap