

Univerzita Palackého v Olomouci

Fakulta tělesné kultury

NABÍDKA VOLNOČASOVÝCH AKTIVIT MĚSTA LITOVEL PRO DĚTI
PŘEDŠKOLNÍHO VĚKU

Bakalářská práce

Autor práce: Stanislav Hudeček, rekreologie

Vedoucí práce: Mgr. Rudolf Rozsypal

Olomouc 2020

Jméno a příjmení autora: Stanislav Hudeček

Název závěrečné písemné práce: Nabídka volnočasových aktivit města Litovel pro děti předškolního věku

Pracoviště: Katedra rekreologie

Vedoucí: Mgr. Rudolf Rozsypal

Rok obhajoby: 2020

Abstrakt:

Hlavní téma bakalářské práce se bude zabývat možnostmi volnočasových aktivit dětí předškolního věku ve městě Litovel. Na základě marketingového mixu bude provedena analýza volnočasových aktivit. Nejdříve se seznámíme se základními východisky marketingu. Následně bude navazovat teorie o schopnostech a dovednostech dětí předškolního věku. Dále se seznámíme s problematikou volného času a zdravého životního stylu. Závěr práce bude obsahovat analýzu aktivit pro děti předškolního věku s vyhodnocením dotazníkového šetření. Cílem bakalářské práce je analýza možností trávení volného času pro předškolní děti ve městě Litovel, spokojenost respondentů s nabídkou volnočasových aktivit a případné návrhy pro změny a zlepšení.

Klíčová slova: marketingový mix, marketing, předškolní věk, volný čas, vývoj dítěte, životní styl

Souhlasím s půjčováním závěrečné písemné práce v rámci knihovních služeb.

Author`s first name and surname: Stanislav Hudeček

The title of the bachelor thesis: Offer of free time activities for preschool children in the town of Litovel

Department: Department of Recreology

Supervisor of the thesis: Mgr. Rudolf Rozsypal

The year of presentation: 2020

Abstract:

The theme of the bachelor`s thesis deals with options of free time activities for preschool children in the town of Litovel. Free time activities are analysed based on marketing mix. First, we familiarise with basic fundamentals of marketing. We continue with theory about ability and skilfulness of preschool children. After that we deal with problems of free time and healthy lifestyle. Conclusion of the thesis includes analysis of activities for preschool children with evaluation of questionnaire inquiry.

The goal of the bachelor`s thesis is to analyse options of spending free time for preschool children in Litovel town, satisfaction of respondents with options of free time activities and possible suggestions for changes and improvement.

Keywords:

marketing mix, marketing, preschool age, free time, child development, lifestyle

I agree with lending his bachelor thesis in terms of the library services.

Prohlašuji, že jsem závěrečnou písemnou práci zpracoval samostatně pod vedením
Mgr. Rudolf Rozsypal, uvedl jsem všechny použité literární a odborné zdroje a dodržoval
jsem zásady vědecké etiky.

V Olomouci dne

.....

Poděkování patří Mgr. Rudolfu Rozsypalovi, který mi v průběhu celé bakalářské práce radil a svým profesionálním přístupem pomohl k dokončení práce. Velké poděkování patří mé ženě s rodinou za podporu při studiu.

OBSAH

1	ÚVOD	8
2	SYNTÉZA POZNATKŮ	9
2.1	MARKETING	9
2.1.1	Marketingové plánování.....	9
2.1.2	Marketingový mix	10
2.1.2.1	Výrobek.....	10
2.1.2.2	Cena	11
2.1.2.3	Distribuce.....	11
2.1.2.4	Marketingová komunikace.....	12
2.1.3	Marketingový výzkum.....	12
2.2	DĚTI PŘEDŠKOLNÍHO VĚKU	14
2.2.1	Vývoj	15
2.2.2	Myšlení.....	17
2.2.3	Řeč.....	19
2.2.4	Sociální a emoční vývoj	20
2.2.5	Rodina	22
2.2.6	Hra.....	23
2.3	ŽIVOTNÍ STYL	25
2.3.1	Zdravý životní styl.....	26
2.3.2	Pohybové aktivity.....	28
2.3.3	Volný čas.....	30
2.3.4	Sport	34
2.3.5	Rekreace	36
2.4	OBEC LITOVEL	36
2.4.1	Geografické údaje.....	36
2.4.2	Historie	37
2.4.3	Současnost.....	37
2.4.4	Sociálně-kulturní údaje	38
2.4.5	Průmysl.....	39
2.4.6	Okolí města	39
2.4.7	Demografické údaje	40
2.4.8	Řeka Morava	41
3	CÍL PRÁCE	43
4	METODIKA	44
5	VÝSLEDKY	47
5.1	ZJIŠTĚNÉ NABÍDKY VOLNOČASOVÝCH AKTIVIT V OBCI LITOVEL.....	47
5.1.1	DDM Litovel	48
5.1.1.1	Nabídka	48
5.1.2	Tatran Litovel.....	50
5.1.2.1	Nabídka	50

5.1.3	Mažoretky.....	51
5.1.3.1	Nabídka.....	51
5.1.4	Plavecký bazén při ZŠ Vítězná Litovel.....	52
5.1.4.1	Nabídka.....	52
5.2	VÝSLEDKY DOTAZNÍKOVÉHO ŠETŘENÍ.....	53
6	DISKUZE	62
7	ZÁVĚR.....	66
8	SOUHRN.....	68
9	SUMMARY.....	69
10	SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	70
11	SEZNAM OBRÁZKŮ.....	73
12	SEZNAM TABULEK	74
13	SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK.....	75
14	PŘÍLOHY	76

1 ÚVOD

Pojem volný čas má pro mě velice důležité a nepostradatelné postavení v mém životě a snažím se aby i mé děti měli stejný pocit. Volný čas nás provází po celý život a je jen na nás jak s ním naložíme. Základy pro jeho kvalitní trávení nám dávají rodiče a záleží hlavně na nich jak hodně dokážou své děti obohatit a ukázat jim možnosti trávení volného času a tím jim pomáhat v rozvoji osobnosti.

Cílem bakalářské práce je analyzovat volnočasové aktivity dětí předškolního věku v obci Litovel za pomoci pohledu na marketingový mix, tzn. porovnání produkt, cena, místo a propagace.

Jeden z klíčových záměrů výzkumu bude zjistit spokojenost s možnostmi nabízených volnočasových aktivit pro děti předškolního věku v obci Litovel. Posledním účelem bude upozornit, případně navrhnout změny v nabízených službách a jejich možnostech.

Dalším dílčím záměrem je analyzovat požadavky a potřeby pro to, aby byl zájem o nabízené volnočasové aktivity pro děti předškolního věku ve městě Litovel.

Teoretická část bude zaměřena na marketing, vývoj dítěte do předškolního věku, nastínění problematiky volného času a zdravého životního stylu. Základní seznámení s obcí Litovel.

V závěru bakalářské práce bude souhrn možností volnočasových nabídek pro děti v předškolním věku a výsledky dotazníkového šetření.

2 SYNTÉZA POZNATKŮ

2.1 MARKETING

Ze školních let si matně pamatuji, že nás učili o marketingu jako o nástroji, který má sloužit k uspokojování přání a potřeb zákazníků. Nyní vím, že pojem marketing je mnohem obsáhlejší.

„Názory na marketing a vystižení správného pojmu vzhledem k rozsáhlosti jeho působení se různí. A to podle pohledů různých marketingových znalců a expertů“ (Kunčar, 1995, 71)

Světlík (1994, 8) definuje marketing jako...„proces řízení, jehož výsledkem je poznání, předvídání, ovlivňování a v konečné fázi uspokojení potřeb a přání zákazníka efektivním a výhodným způsobem zajišťujícím splnění cílů organizace.“

Obdobnou definici marketingu zastávají Kotíková a Zlámal (2006, 7) definují marketing jako „...proces řízení, jehož výsledkem je poznání, předvídání a ovlivňování a v konečné fázi uspokojení potřeb a přání zákazníků efektivním a vhodným způsobem zajišťující splnění cílů organizace.“

Dobrý marketing není náhoda, ale naopak výsledek pečlivého plánování a provedení s využitím nejmodernějších nástrojů a technik. Ve snaze marketérů nalézt kreativní nová řešení často komplexních výzev na pozadí bouřlivých změn marketingového prostředí 21. století se stává jak vědou, tak uměním. (Kotler, Keller, 2013, 33)

„Lidé a organizace provádějí formálně i neformálně celou řadu aktivit, které bychom mohli označit jako marketingové. Dobrý marketing se pro úspěch stává čím dál tím více nepostradatelný. Samotná podstata dobrého marketingu se ale neustále vyvíjí a mění.“ (Kotler, Keller, 2013, 33) Tento neustálý jev marketingu by si měl uvědomit každý marketér.

Dle mého názoru má dnešní marketing za cíl poznat co nejvíce potřeby zákazníka a porozumět mu aby se nabízené služby nebo produkty prodávaly samy.

2.1.1 Marketingové plánování

Je to velice důležitý okruh marketingu. Zde by se měl marketér uvědomit výchozí postavení na trhu, konkurence schopnost, stanovit si hlavní cíle, další rozvoj společnosti aj.

„Marketingové plánování se postupně stalo nezbytností pro zajištění marketingové činnosti a její celkové působnosti.“ (Kunčar, 1995, 114)

Kunčar (1995, 114) dále uvádí že marketingové plánování má jistě větší význam u podniků vyrábějících své výrobky sériově, nebo provádějících širokou obchodní činnost nebo služby, než u malých podnikatelů, zabývajících se individuální výrobou nebo službami. Avšak i oni by měli úměrně k rozsahu své činnosti vnést do svého konání určitý řád, podle kterého by se měli řídit nejen pro dnešek, momentální přítomnost, ale i pro svoji budoucí činnost.

2.1.2 Marketingový mix

„Základem každého správného marketingového rozhodnutí je zákazník. Cílem podniku potom je pochopit, jaké jsou jeho potřeby. Na základě toho připraví správnou kombinaci marketingového mixu, t.j. výrobku, ceny, distribuce a komunikace (propagace).“ (Světlík, 1994, 14-15)

Jinou definici uvádí Tomek, Vávrová (2001, 164) „Marketingová věda nazývá marketingovým mixem to, jaká opatření, s jakou intenzitou nasadit ke splnění cílů.“

Z jejich definice jasně vyplývá, že je marketingový mix zaměřen na cíle a zisk podniku.

Definice Světlíka mi je bližší, protože se domnívám, že je důležitý pohled na potřeby zákazníka a díky tomu i splnění potřeb prosperujícího podniku. I když jsou hlavní cíle marketingového mixu různé, mají společné následující uspořádání 4P

- product (výrobek)
- price (cena)
- place (distribuce, místo prodeje)
- promotion (marketingová komunikace)

2.1.2.1 Výrobek

Světlík (1994, 16-17) k výrobku uvádí následující. Výrobek (v širším slova smyslu můžeme hovořit o produktu, protože se může jednat i o službu či určitý nápad či myšlenku) uspokojuje určité potřeby a přání zákazníka. Jestliže marketingově uvažující firma počítá s vývojem a výrobou určitého výrobku, musí mít představu:

- jak se bude výrobek jmenovat

- jakou image by měl výrobek mít
- jaké by měl mít vlastnosti
- v jakých variantách by měl být na trhu nabízen
- jaké služby se v souvislosti s jeho prodejem budou poskytovat
- v jakém obalu a velikosti balení by měl být prodáván
- jaký bude asi jeho životní cyklus
- a kdy tedy bude zapotřebí vyvíjet a vyrábět výrobek nový

Pokud tuto představu podnik má, hovoříme o chápání komplexního výrobku, to je kromě jeho základního určení i rozšíření o značku, kvalitu, image, balení, služby atd.

2.1.2.2 Cena

Vyjadřuje hodnotu výrobku pro zákazníka. Stanovení ceny je velmi komplikovaným procesem proto, že cena je výrazně ovlivňována jak ekonomickým prostředím, tak i vnitřní činností podniku a pohledem zákazníka na výrobek. Určit optimální cenu je pro podnik velmi složité. Je třeba uvažovat o celé řadě faktorů: poptávce na trhu, cenách konkurenčních výrobků, fázích životního cyklu výrobku, zda-li chce firma dosáhnout zisku ihned či později, slevách atd. Stanovení ceny závisí na celkové strategii firmy a cíly, který bude preferovat. Dále na maximalizaci zisku, dosažení většího tržního podílu, růst obratu, co nejrychlejší návratnosti vložených prostředků apod. Cenová strategie je i součástí tvorby image výrobku, zákazník vnímá cenu výrobku jako odraz její kvality. Prostřednictvím ceny se podnik obrací na určitý cílový trh, kterému buď jde především o kvalitu, status, nebo naopak hraje hlavní roli při jeho rozhodování nižší cena. (Světlík, 1994, 17)

2.1.2.3 Distribuce

Smyslem distribuce je přemístit výrobek od výrobce do místa, kde si jej zákazník koupí. Subjekty, které tento pohyb zabezpečují, vytvářejí prodejní (distribuční) cesty. Nejjednodušší je takzvaná přímá cesta (přímé dodávky). Zboží je dodáváno výrobcí přímo do maloobchodu nebo prodáváno již spotřebiteli. Taková cesta je nejčastěji používaná drobnými živnostmi (pekaři, mlékaři atd.). Problémem přímých dodávek je, nutí výrobce plnit řadu nevýrobních marketingových funkcí. Zaměstnávat pracovníky na prodej a distribuci zboží je velmi nákladné, takže většina výrobců raději spoléhá na zprostředkovatele či prodejní agenty, kteří jejich výrobky prodávají zákazníkům. Pak se jedná o cesty nepřímé a

distribuční cesta obsahuje zejména velkoobchodní článek. Jeho úkolem je zprostředkovávat prodej mezi výrobcem a maloobchodem, popřípadě dalšími podniky a institucemi, přičemž svým klientům poskytuje celou řadu služeb. Dalším členem distribuční cesty je potom maloobchod, který prodává výrobky konečnému spotřebiteli. (Světlík, 1994, 18-19)

2.1.2.4 Marketingová komunikace

Marketingový přístup k propagaci má ten význam, že upozorňuje spotřebitele, že na trhu určité zboží nejen existuje, ale proč právě toto zboží má spotřebitel kupovat, a to nejen dnes, ale i zítra, do budoucnosti. Na trhu se nevyskytují pouze výrobky jednoho výrobce ve stejném oboru, ale výrobky několika nebo mnohých výrobců. Tím je vytvářena konkurence, kde každý z výrobců chce co nejlépe uspět, získat co nejvíce zákazníků pro své výrobky a tím docílit co nejlepší výsledky a tedy i neoptimálnější výši zisku. (Kunčar, 1995, 220)

2.1.3 Marketingový výzkum

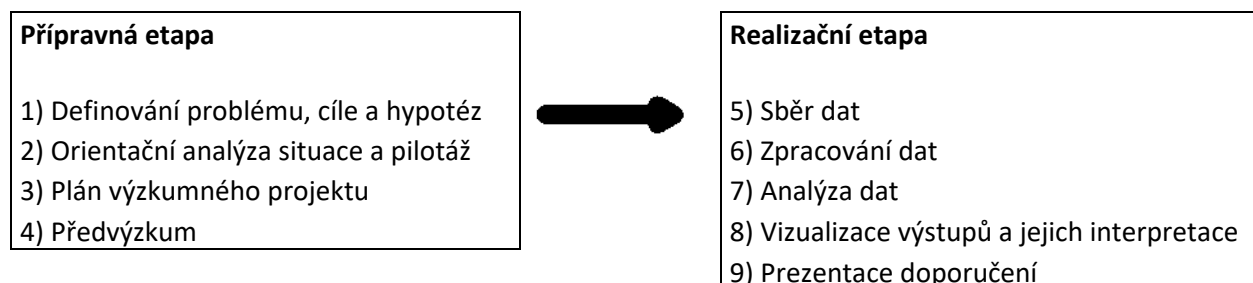
Je to proces cílený, kdy shromažďujeme informace a snažíme se stanovit požadavky trhu. Chceme dosáhnout konkrétních výsledků.

Jednou z podstatných činností marketingu je průzkum trhu. Průzkum je založený na získání potřebných informací jak o trhu samotném, tak o tom, co jej ovlivňuje. Protože je marketing zaměřený na spotřebitele, zákazníky, vychází i z dostatečných informací o potřebě, spotřebě a poptávce, z kterých vyplývají i opatření na uskutečnění nabídky. Z toho pak vychází i další opatření a průzkumy v ostatních činnostech podniku. Je nutné získat znalosti o představách a potřebách spotřebitelů, zákazníků v současné době, aby jejich představy a potřeby mohly být uskutečňovány v budoucnosti. (Kunčar, 1995, 136)

„Marketingový výzkum také marketérům pomáhá dozvědět se více o požadavcích, očekáváních, vnímáních, spokojenosti a věrnosti jejich zákazníků.“ (Kotler, Keller, 2013, 88)

I přes řadu odlišností se proces každého výzkumu skládá ze dvou etap, které na sebe logicky navazují. Jedná se o etapu přípravy výzkumu a etapu realizace výzkumu. Každá etapa sestává z odlišného množství několika za sebou následujících fází (kroků), jejichž podoba se mění podle konkrétního výzkumu. (Kozel, Mynářová, Svobodová, 2011, 73)

„Celý proces marketingového výzkumu je uveden na obrázku č.1 i s výčtem jednotlivých kroků, které na sebe navazují, úzce spolu souvisejí a vzájemně se podmiňují.“ (Kozel, Mynářová, Svobodová, 2011, 73)



Obrázek 1. Proces marketingového výzkumu

„Projekt marketingového výzkumu začíná stanovením cíle výzkumu... Jedná se vůbec nejdůležitější fázi výzkumu, která se neobejde bez nadhledu a "selského rozumu". Marketér musí zcela přesně vědět, jaký problém chce výzkumem řešit a jaké informace k tomu musí získat.“ (Karlíček, 2013, 80)

Další fází výzkumného projektu je určení zdrojů informací, které jsou pro řešení daného výzkumného problému vhodné a dostupné. Těmito zdroji jsou typicky klíčové subjekty na trhu, tedy zákazníci, experti, distributoři, dodavatelé, konkurenti atp. Zdrojem informací mohou být ale také existující výzkumné studie, které byly realizovány k jiným účelům, než je daný výzkumný projekt (tzv. sekundární zdroje). (Karlíček, 2013, 80)

Třetí fází projektu je stanovení výzkumných metod. Obvykle je zvolena jedna ze tří základních výzkumných metod, tedy dotazování, pozorování nebo experiment. Výzkumníci musí v této fázi zodpovědět otázky jako např. kolik využijeme respondentů, jak je vybereme, kde a jak bude sběr dat probíhat atp. (Karlíček, 2013, 81)

„V další fázích výzkumného projektu probíhá samotný sběr dat. Data jsou následně analyzována a interpelována. Na základě této interpretace jsou poté definována marketingová doporučení.“ (Karlíček, 2013, 81)

2.2 Děti předškolního věku

„V širokém smyslu slova se jako předškolní věk označuje celé období od narození (někdy i včetně vývoje prenatálního) až do vstupu do školy.“ (Langmeier, Krejčířová, 2006, 87)

Dále Langmeier, Krejčířová uvádí: předškolní období v užším slova smyslu je ‚věkem mateřské školy‘, ale nebylo by správné chápat je pouze z tohoto hlediska - jednak mnoho dětí do školky nechodí, jednak rodinná výchova stále zůstává základem, na kterém mateřská škola dále účelně staví a napomáhá dalšímu rozvoji dítěte. (Langmeier, Krejčířová, 2006, 87)

Koťátková se na vymezení předškolního věku dívá obdobně jako Langmeier a Krejčířová a to že „Předškolní věk bývá většinou chápán jako období od tří do šesti let... Avšak komplexněji vymezené předškolní období v sobě zahrnuje celý věkový rozsah od narození dítěte do jeho šesti let...“ (Koťátková, 2014, 13)

I další autor se ztotožňuje s tím, že předškolní období je delším obdobím než jen od 3 do 6 roků (Matějček, 2005, 138-139), termín ‚předškolní‘ naznačuje, že jde o dobu před školou - a že to je vlastně jen pouhá příprava na významné věci budoucí. Jenom jakási tichá předehra k dramatickému ději školnímu. Z vnějšího hlediska na dnešní úrovni civilizace (především té naší západní) se to zajisté tak jeví. Vstup dítěte do školy a vstup školy do života celé jeho rodiny je prostě nepřehlédnutelný. Jenomže z hlediska vývojové psychologie je tomu poněkud jinak. Dnešní poznatky dokládají, že to není vůbec období přechodné (tím je naopak až mladší školní věk), nýbrž velká vývojová epocha, samostatná a svébytná, srovnatelná co do významu až zase s pozdějším středním školním věkem. Avšak označení věk předškolní se už natolik vžilo nejen u nás, ale i všude jinde ve světě, že se nebudeme pokoušet pozvednout je z jeho terminologické podřízenosti a zůstaneme při něm...

Z pohledu psychologie se na předškolní období dívá Bělinová a kolektiv (1982,76). Obvykle se rozlišují tato věková období: 1. Předškolní období, které zahrnuje:

- kojenecký věk - od narození do konce prvního roku života
- útlý věk - od dovršení prvního roku do konce třetího roku (bývá nazýván též věkem batolete) kojenecký a útlý věk bývají často označovány společně jako rané dětství

- předškolní věk - od tří do šesti let (až po vstup do školy), který bývá někdy členěn po jednotlivých letech na mladší, střední a starší předškolní věk.

Pokud se podíváme do knihy určené budoucím pediatrům, zjistíme, že předškolní období je rozdělené opět podle psychologie. Stožický, Sýkora a kolektiv (2015, 41) shrnuje období předškolního věku následovně: Předškolní věk, kterému se také říká období fantazie nebo období rozkvětu her, se vyznačuje výrazným rozvojem druhé signální soustavy a s tím souvisejícího chápání abstraktních pojmů a dalším zdokonalováním řeči. Zkvalitňuje se hrubá i jemná motorika, např. ve smyslu lepší koordinace. Utváří se individualita a osobnost jedince. Vázanost na rodinu se stále rozvolňuje. Důležitým procesem, který v tomto věkovém období probíhá, je zařazování dítěte do kolektivu a společnosti. Dítě se snaží ‚objevovat svět‘. Častá je otázka: ‚Proč?‘ Do této fáze života také spadá tzv. období vzdoru, které vrcholí kolem 4. roku věku.

„Předškolní věk, konkrétně věk od tří do šesti let, překlenuje vývoj od malého dítěte po školáka, tedy neuvěřitelně rozsáhlé, intenzivní a také pestré časové období.“ (Bäcker-Braun, 2014, 9). Z této definice lze vyvodit že i Bäcker-Braun vnímá předškolní období, které není omezeno jen od tří do šesti let.

2.2.1 Vývoj

Pro předškolní období je charakteristický velký a poměrně rychlý rozvoj hrubé i jemné motoriky. Přirozená je velká potřeba pohybu (je uváděno až šest hodin pohybové aktivity denně). Motorika se stává hybnou silou vývoje....Umožňují to také měnící se somatické vlastnosti - roste hmotnost dětí, jejich výška, zvětšují se obvodové míry, přibývá svalová hmota. Postupně dochází ke zdokonalování pohybových schopností. (Jucovičová, Žáčková 2014, 88)

Předškolní věk je charakteristický vysokou potřebou pohybu a vývojem hrubé motoriky, kdy děti získávají první pohybové zkušenosti. Současně je pro tuto věkovou kategorii charakteristický velký kloubní rozsah. Vývoj hrubé motoriky je ukončen zhruba ve čtyřech letech. Děti poznávají okolí nejlépe prostřednictvím her, které jsou jejich prvotním zájmem a hlavním motivačním faktorem... (Křištofič, 2006, 12)

Je schopné odlišit drobný detail, vnímá a odlišuje stranově obrácené tvary - v této době by již mělo rovněž zvládat základy pravolevé orientace. Tyto schopnosti tvoří podklad pro vnímání a správné rozlišování písmen a číslic, které se od sebe často liší pouze drobným detailem. (Jucovičová, Žáčková, 2014, 18)

„U dětí předškolního věku bývá již rovněž rozvinuta schopnost sluchové orientace - určí směr přicházejícího zvuku, dokáže rozlišit intenzitu zvuku (nahlas a potichu) a často také délku trvání zvuku (krátce - dlouze).“ (Jucovičová, Žáčková, 2014, 19)

Somatický vývoj. Tempo růstu je v předškolním období (4. a 5. rok) a následujícím mladším školním věku nejnižší z celého dětského věku. Na tělesné hmotnosti přibývá dítě ročně přibližně 5 kg a roční přírůstek v tělesné výšce činí asi 6-8 cm (minimálně 5 cm)... Většina dětí se jeví v tomto věkovém období jako hubená, zejména ve srovnání s tělesnou stavbou předchozího období. (Stožický, Sýkora a kolektiv, 2015, 40)

Motorický vývoj. Dítě zvládá dobře chůzi po rovném i nerovném terénu. Udrží rovnováhu...Skáče do dálky z místa i s rozběhem. Později umí skákat po jedné noze. Umí udělat kotrmelec. Na začátku tohoto období kreslí lidskou postavu bez trupu (hlavonožec). Během dalších let přidává trup, dvourozměrné končetiny a další anatomické detaily....Orientuje se v pojmech ‚větší - menší‘, ‚před - za‘. (Stožický, Sýkora a kolektiv, 2015, 40-41)

Dítě přijímá kulturní nároky své společnosti. Používá jídelní příbor a jiné ‚nástroje‘, ale i tužku a papír - po 6. roce se bude učit číst, psát a počítat. To znamená, že dalekosáhle musel postoupit i vývoj vnímání zrakového a sluchového - a ovšem i propojení jednoho s druhým. Výslovnost ještě nebývá dokonalá, ale od prvních básniček a písniček vývoj řeči postoupí tak dalece, že před vstupem dítěte do školy jsou už přítomny prakticky všechny formy větné skladby. (Matějček 2005, 140)

Vnímání prostoru, zpracování a zapamatování si prostorových vztahů má významný přínos pro mnoho činností. Zejména je to orientace v prostředí, ve kterém jedinec žije, přizpůsobení s prostředí a jeho účelné využití. Malé dítě cílí svůj pohyb směrem, který je pro něho nějakým způsobem přitažlivý. Snaží se vykonávat účelné pohyby rukou, popř. celým tělem dosáhnout požadovaného cíle. Prostorové vnímání se podílí tedy i na koordinaci pohybů, vzájemně se ovlivňují. (Bednářová, Šmardová, 2015, 21)

Motorika se vyvíjí na podkladě zrání mozkových struktur. Pohyby se postupně diferencují, zpřesňují, mají převážně účelové zaměření. Nové pohyby jsou učeny převážně formou nápodoby. V oblíbě jsou cyklické pohybové motivy za doprovodu říkadél nebo písniček. Dítě prožívá pohyb především jako uvolnění. Učení spojené s pohybem bývá lépe zapamatováno. (Slepička, Hošek, Hátlová, 2006, 37)

„Vědomí pohlaví je od 4 let neměnným znakem (nemohu ho změnit převlečením). Dítě se musí identifikovat s mužskou nebo ženskou rolí, vymezit se nejen biologicky, ale i sociálně tak, jak je to dané normami společnosti.“ (Slepička, Hošek, Hátlová, 2006, 36-37)

„Dítě je nyní velice sugestibilní, osvojuje si poměrně lehce hygienické, pracovní a společenské návyky toho prostředí, v němž vyrůstá.“ (Matějček 2005, 140)

2.2.2 Myšlení

„Dítě v období předškolního věku je schopno třídit předměty podle jednoho znaku, nachází se ve stadiu přechodu od egocentrického myšlení ke stadiu jednoduchých, konkrétně logických myšlenkových operací a postupně si vytváří relativně objektivní představu o světě.“ (Jucovičová, Žáčková, 2014, 12)

Jucovičová, Žáčková (2014, 13) poukazují na důležitost fantazie. „Pro toto věkové období je rovněž charakteristická bohatě rozvinutá fantazie, která v myšlení předškolního dítěte doplňuje a přetváří realitu.“

V matematice nejde pouze o školní úspěšnost. Matematika je prostředkem a výrazem rozvoje myšlení, logického uvažování. Pro osvojení matematických dovedností nestačí pouze mechanicky vyjmenovat číselnou řadu nebo psát číslice. Předškolní dítě potřebuje rozvinout mnoho schopností, dovedností a získat potřebné vědomosti. Pravděpodobnost úspěchu se zvyšuje s dobrým pochopením a upevněním základních pojmů, osvojením jednodušších dovedností jako podkladu pro řešení úkolů obtížnějších... Výkony v matematice do určité míry závisejí na rozumových předpokladech... Z hlediska vývoje dítěte a jeho rozvoje matematických schopností a dovedností je velice důležitá úroveň rozvoje motoriky. To, jak je dítě schopno se pohybovat, významně přispívá k poznávání světa. Manipulace s předměty umožňuje ucelenější vnímání jejich velikosti, hmotnosti, tvaru, množství... S rozvojem motoriky úzce souvisí dobré prostorové vnímání. Správně vnímat prostor je

předpokladem pro geometrii i pro aritmetiku. Dítě získává prostorové představy, osvojuje si pojmy související s uspořádáním prostoru, např. nahoře, dole, vpředu vzadu, vpravo, vlevo....Na rozvoji matematických dovedností se významnou měrou podílí úroveň rozvoje řeči, porozumění slovům, jejich významu i jejich následné aktivní používání. Dítě potřebuje plně rozumět a v praktickém životě používat pojmy, které vedou k porovnávání, srovnávání a posléze vytvoření představy množství, k abstraktnímu myšlení...Vliv má i úroveň rozvoje zrakového vnímání - uvědomění si části a celku, rozlišení detailu, poloh předmětu, obrázku. (Bednářová, Šmardová, 2015, 47)

Vnímání času se u dítěte rozvíjí velice pozvolna. Předškolní dítě žije především přítomností. Pokud je zaujaté nějakou událostí, činností, plně ji prožívá, nemyslí na následné dění či povinnosti. S ukončením nespěchá jen proto, že má následovat jiná činnost, např. odchod do školky. Vnímání plynutí času je pro předškolní dítě vymezeno událostmi, které ho obklopují, které se pravidelně střídají - charakteristické činnosti pro den, noc; ráno, poledne, večer. Uvědomování si jednotlivých časových úseků je velice subjektivní, zkrácené, závislé na prožívání aktuální situace. Příjemné situace plynou rychle, nepříjemné jsou zdouhavé. Čím je časový úsek delší, např. střídání ročních období, tím je pro dítě obtížnější vytvořit si představu trvání daného úseku. Pozvolnost vytváření představy delších časových úseků dokládají dotazy dítěte: „Kolikrát se vyspím do Vánoc, do narozenin?“ S těmito dotazy se setkáváme ještě u dětí na začátku školního věku. (Bednářová, Šmardová, 2015, 25)

Pohyb poskytuje dětem výhodu již od narození. Ve srovnání s dítětem, které jen pasivně v klidu sedí, získává dítě, které cvičí, obrovské množství informací o svém těle a okolním prostředí. Fyzické zatížení nutí děti řešit různé situace, což je prvotní příspěvek k rozvoji myšlení a k tomu, aby byly chytřejší. Děti, které se často pohybují od nejútlejšího věku, se učí intuitivně řešit problémy spojené s pohybem a zatížením, čímž se vytváří předpoklady pro snadnější učení se složitějším pohybovým úkonům v pozdějším věku. (Galloway, 2007, 19)

„Celkově lze shrnout, že myšlení předškolního dítěte se pohybuje na úrovni rigidnějšího, konkrétního, názorného myšlení a dítě je schopno jednodušších logických operací.“ (Jucovičová, Žáčková 2014, 14)

2.2.3 Řeč

Vývoj řeči a komunikace je jedním z nejúžasnějších a nejdůležitějších momentů v rámci ontogeneze. Začíná novorozeneckým křikem, který není resp. nemusí být projevem nespokojenosti, chybění něčeho (je jenom reflexní činností). Následně zvukové projevy slouží k uspokojení základních potřeb (dítě jimi spolu s řečí těla dává najevo spokojenost či nespokojenost). Postupně se řeč stává prostředkem komunikace, vztahů, spolupráce, usměrňování sociálních interakcí a zároveň také nástrojem myšlení (kolem dvou let se řeč a myšlení začínají prolínat, vzájemně se ovlivňují a podmiňují, řeč se postupně stává intelektuální a myšlení verbálním). Zásadním obdobím pro vývoj řeči je období do šesti až sedmi let s tím, že nejprudší tempo je do tří až čtyř let. (Bednářová, Šmardová, 2015, 28)

Připomeňme si že Stožický, Sýkora a kolektiv (2015, 41) se na předškolní období dávají z pohledu psychologie, tedy od 3 let. K tématu řeč zmiňují následující poznatky: „V začátku tohoto věkového období opouští dítě dětský žargon. Během 4. roku mluví delšími větami a konverzace je hladší. V pěti letech je jazyk již užíván pro sociální funkce jako např. hraní určité role. Vývoj řeči závisí velice na bohatosti jazyka, který je používán doma. Dítě se hodně ptá.“

Předškolní věk je obdobím, ve kterém dochází k extrémnímu a rozhodujícímu rozvoji komunikačních kompetencí... Řeč a komunikace jakožto základní zdroj poznání otevírá dítěti životní prostor... Adekvátní úroveň komunikačních kompetencí jedince je v nynějším světě nezbytným předpokladem pro jeho společenské, partnerské, profesní a další uplatnění. (Bytešníková 2012, 7)

Děti v první řadě potřebují někoho, kdo si s nimi bude povídat. Potřebují partnera, jinak by nemohly rozvíjet vzájemný hovor. K osvojení řeči totiž nestačí, aby naslouchaly, naopak je zásadní, aby samy mluvily. Aktivní produkce řeči posiluje a dále rozvíjí jazykové dovednosti. Vzhledem k tomu, že si děti neosvojují řeč nápodobou, ale prostřednictvím vlastních hypotéz a odvozováním gramatických pravidel z mluvené řeči, je vztah s dospělým, který s dětmi mluví, zcela nezastupitelný. (Bäcker-Braun, 2014, 17)

„Na rozvoji řeči se podílí rovněž radost z komunikace a potřeba i schopnost sdělovat druhým své pocity, myšlenky a zážitky.“ (Bäcker-Braun, 2014, 18)

Bäcker-Braun i Bytešníková vyzdvihují důležitost komunikace s dětmi, tuto úlohu by měli zastat jejich nejbližší, tedy rodiče.

2.2.4 Sociální a emoční vývoj

„Lidské vztahy jsou pramenem, ze kterého dítě uspokojuje svoje citové a sociální potřeby (potřebu životní jistoty, potřebu pozitivní identity);zároveň jsou zdrojem sociálního učení (osvojování sociálních dovedností).“ (Bednářová, Šmardová, 2015, 54)

Rodina zůstává i v předškolním období nejvýznamnějším prostředím, které zajišťuje primární socializaci dítěte, tj. uvádí je do společenství lidí... I když pojem socializace bývá definován různě široce, v podstatě se předpokládá, že socializační proces zahrnuje tři vývojové aspekty:

1. Vývoj sociální reaktivity, tj. vývoj bohatě diferencovaných emočních vztahů k lidem v bližším i vzdálenějším společenském okolí...
2. Vývoj sociálních kontrol a hodnotových orientací. Jde především o vývoj norem, které si jedinec postupně vytváří na základě příkazů a zákazů udělovaných mocnými dospělými a které pak přijímá za své.
3. Osvojení sociálních rolí, tj. takových vzorů chování a postojů, které jsou od jedince očekávány ostatními členy společnosti, a to vzhledem k jeho věku, pohlaví, společenskému postavení apod. (Langmeier, Krejčířová, 2006,93-94)

Dále Langmeier a Krejčířová (2006, 94-95) k vývoji sociálních kontrol uvádí: V útlém dětství je dítěti dovoleno víceméně všechno - nemusí udržovat tělesnou čistotu, nemusí jíst samo lžičkou, neočekává se od něho, že hned uposlechne rozkazu rodičů. Teprve později je podrobováno sociálnímu tlaku, aby své chování přizpůsobilo způsobům, které jsou společností schvalovány, a aby se chovalo podobně jako dospělí členové. V jednotlivých společnostech se různí doba,kdy k tomuto obratu mezi povolností a nátlakem dochází,... V naší dnešní společnosti dochází k socializačnímu tlaku na dítě spíše pozvolna a postupně, zpravidla zejména během třetího roku života a pak po celou dobu předškolního období.

Osvojování rolí ve skupině v předškolním věku je patrné zejména z toho, jak některé děti získávají zvláštní oblibu spoluhráčů, jak některé mají tendenci poroučet druhým a jiné se jim naopak podřizují, jak se mezi těmi, které mají sklon určovat vedení ve skupině, brzo rozlišují ty, jež si pomáhají hrubou silou, a jiné, kteří ‚diplomatically‘ volí šikovnou taktiku apod. (Langmeier, Krejčířová, 2006, 99)

Předškolní období se od období batolecího odlišuje i mírou sociálních zájmů dítěte. Dítě se stále více seznamuje s jinými dětmi mimo vlastní rodinu a má stále větší zájem o interakci s dalšími dětmi. Tomu odpovídá i obvyklý věk, od něž je organizováno plošné předškolní vzdělávání u nás, tedy 3 roky. Postupně se rozvíjí ohled na druhé a také osvojování sociálních norem. Dítě během předškolního období začne rozlišovat, které věci jsou správné nejen podle toho, jak jsou mu příjemné, ale podle obecnějších představ o tom, jaké chování je správné a jaké nikoli. Začíná chápat, že ve společnosti lidé očekávají určitý druh chování a že jiné projevy mohou být nepřípustné. (Blatný, 2016, 82)

Velkou většinou jsou předškolní děti pro mateřskou školu vývojově zralé. Po společnosti druhých dětí výslovně touží a jsou celé šťastné, když si jich druhé děti všimnou, když je vezmou do hry, když se s nimi kamarádí - a ovšem když i ony samy se mohou před ostatními trochu předvést a vytáhnout. (Matějček, 2005, 142)

Goleman (199, 174) poukazuje na důležitost prvních emocí prožitých v rodině. Dávají základ pro další emoční a sociální rozvoj jedince. Rodinný život je naší první školou emocí. V tomto intimním prostředí se učíme, co máme cítit sami k sobě a co k ostatním; co si máme o těchto pocitech myslet a jak na ně můžeme reagovat; jak máme projevovat strach či naději a jak lze tyto emoce rozeznat ve tvářích našich blízkých. Toto citové vzdělávání nezahrnuje zdaleka jen to, jak se rodiče chovají k dětem nebo co jim přímo řeknou. Děti také pozorně sledují, jak se jejich rodiče staví k vlastním citům a k citům svého partnera.

„Ve třech letech většina dětí umí sdělit svůj věk a oznámí, jsou-li chlapečkové nebo holčičky. Rozšiřují se emoční vazby mimo rodinu.“ (Stožický, Sýkora a kolektiv, 2015, 41)

2.2.5 Rodina

V raném předškolním věku, tj. do tří let dítěte, máme legislativně zakotvenou možnost rodičovské dovolené, která umožňuje soustředěnou péči rodiny, a to především jednoho rodiče - stále je to nejčastěji matka -, jež se o dítě do tří let stará s finanční podporou státu. Je to kvalitativně vysoko uzákoněná výhoda, o níž se rodinám v převážné většině evropských i amerických států ani nezdá. Vychází z poznatků vývojové psychologie i z dlouhodobých zkušeností pramenících z jeselské praxe. Oba tyto zdroje načerpaly poznatky, které odrážejí potřebu naplnění základní jistoty dítěte tohoto věku ve vztazích se svými nejbližšími lidmi... vztahová blízkost je dítěti významným přínosem pro jeho další životní stabilitu. V prostředí rodiny může přirozeně vyzávat a v lidské společnosti se orientovat relativně bez spěchu, nervozity a tlaku, jež by běžné pracovní povinnosti pečujícího rodiče provázely. (Koťátková, 2014, 13-14)

Není pochyb, že dítě po celé období předškolního věku je s rodinným prostředím úzce spjato a silně tuto zakotvenost prožívá. Bez důvěrně poznané lidské blízkosti, jež mu zajišťuje biologické potřeby a péči, bezpečí, vztahovou oporu, lásku a první poznatky o světě, by mělo velmi těžký životní start do lidské společnosti. (Koťátková, 2014, 14)

Rodina je pro dítě nezastupitelná. Dítě se do rodiny rodí a od svých rodičů dostává genetickou výbavu. Rodina má rozhodující vliv na celkový rozvoj osobnosti dítěte, zvláště v nejranějším období jeho dětství, a to v oblasti tělesné, duševní i sociální. Rodina se zásadně podílí na socializaci dítěte, určuje jeho sociální status... (Kopecká, 2015, 46)

Současná rodina střední Evropy, kam samozřejmě patříme, je označována jako rodina nukleární - tedy taková, kde jádrem je matka, otec a dítě nebo děti - a rodičovství bývá plánované. Většina rodin se soustředěně, někdy až úzkostně, o děti stará a přirozeně jim postupně umožňuje kontakt s lidskou společností a přírodou. (Koťátková, 2014, 14)

Rodina vytváří hmotné podmínky a sociální ochranu; začíná s výchovou a vzděláváním; rozvíjí mezilidské vztahy a klade základy hodnotové orientace. Tradiční podoba rodiny přináší dnes svým příslušníkům v mnoha směrech příznivější podmínky než kdykoli předtím; zároveň však prochází významnými změnami (zejména individualizací a uvolňo-

váním vztahů mezi jejími příslušníky), jejichž souhrn se někdy označuje jako krize rodiny. (Hofbauer, 2004, 56)

Odpadlo přirozené společenství vesnice, odpadly sousedské kontakty dětí - a že by předškolní děti mohly být v každodenním styku se svými vrstevníky v rámci širšího příbuzenstva, k tomu je dnes u nás příležitost také minimální. Z toho plyne, že při dnešním systému jedináček nebo nejvýš dvou dětí v našich rodinách jsou předškolní děti více než kdy dříve ohroženy společenskou izolací - a že mateřská škola je vlastně jedinou institucí, která může tomuto ohrožení předejít. (Matějček, 2005, 141)

2.2.6 Hra

„Hra provází dětství v každé lidské společnosti, má svůj původ ves specifických psychických i společenských znacích dětství.“ (Bělinová a kolektiv, 1982, 126)

„Čas pro volnou hru, je pro dítě do šesti let nezbytný. Dovoluje naplňovat jeho potřeby, zkušenosti, vědomosti, dovednosti, individuální tempo a zájmy, dětské vztahy a vzájemnost, která má nenahraditelnou hodnotu pro sociální učení“ (Kořátková, 2005, 16)

„Významné znaky, které se ve hře projevují, jsou:

- spontánnost,
- zaujetí,
- radost,
- tvořivost,
- fantazie,
- opakování,
- přijetí role,“ (Kořátková, 2005, 17)

Hra vzniká z vnitřní potřeby a významně působí na život dítěte jak v oblasti kognitivní, tak v oblasti sociální. Silným spouštěcím mechanismem pro hru je radost z činnosti v tom rozsahu a formě, ve které se svojí úrovní zralosti dítě nachází. Dítě hru nerealizuje vědomě proto, aby se něco naučilo, aby si zkoušelo určité role, ale činí to, protože ho to zajímá, těší a chce něco konkrétního prozkoumat a teprve následně se prostřednictvím hry něco naučí nebo získává zkušenosti. (Kořátková, 2005, 19)

Od raného věku je hra pro dítě tou nejpřirozenější a nejdůležitější činností; jejím prostřednictvím získává zkušenosti se světem věcí, lidí, ale zároveň také poznává samo sebe. Do hry dítě promítá a současně v ní rozvíjí celou svoji osobnost (intelekt, vnímání, pohybové dovednosti, sociální dovednosti, potřeby, emoce, zkušenosti, zážitky, fantazii, tvořivost...) Hra mu přináší pocit seberealizace, smysluplnosti a hlavně radosti. (Bednářová, Šmardová, 2015, 59)

„Hra je dominantní činností předškoláka. Dítě si hraje s ostatními členy kolektivu, ne již samo se sebou. Pomocí her se děti mohou učit dalším důležitým činnostem jako např. péči o sebe sama, včetně stolování, oblékání a osvojování si hygienických návyků (čištění zubů).“ (Stožický, Sýkora a kolektiv, 2015, 40-41)

Teprve v předškolní věku...začíná převažovat hra společenská - asociativní. Její počátky se objevují ve věku kolem dva a půl roku - děti si již hrají společně na sdílených projektech, poskytují si k tomu i materiál. Později přihází hra kooperativní - hra organizovaná ve spolupráci, při níž jsou role ke společné hře rozděleny a každé dítě přispívá svým osobitým dílem ke společnému projektu. Čtyřleté a pětileté děti si již zřídka hrají paralelně - převaha společné hry a organizované spolupráce při hře je zřetelná. (Langmeier, Krejčířová, 2006, 93-99)

Volné pohybové hry opakovaně vytvářejí pro dítě takový typ zátěže, na základě které se dítě samo podílí na svém adekvátním tělesném rozvoji. Dítě samo sebe ve svých pohybových hrách nepřetěžuje. Nemusíme se toho obávat ani tehdy, když se děti vzájemně ve hře motivují k většímu výkonu. Tam, kde tělesná zátěž dosahuje maxima, dítě samo ztrácí zájem a činnosti zanechává. Nebezpečné jsou ty situace, kdy je do tělesného a pohybového výkonu nuceno a nemá k němu vlastní motivaci. (Kořátková, 2005, 25)

Hra se stává základním prostředkem učení a rozvoje dítěte v této fázi života, nevhodnějším (nejvhodnější, [sic]) způsobem učení a seznamování dítěte se světem, vyrovnání se s realitou, kterou často dítě ještě nechápe. Děti si neuvědomují žádnou spojitost pohybové aktivity s nějakou povinností, rády běhají, chodí na procházky a hrají si s kamarády, dětská hra je školou sociální interakce. (Pastucha a kolektiv, 2011, 44)

Hrou si dítě pomáhá z různých druhů napětí, které v jeho okolí vzniká a ono si ho nedokáže vysvětlit, odhadnout jeho trvání a směr působení. Do hry pak projektuje svá přá-

ní, hledá v ní řešení pro svoji nejistotu, obavy, zpracovává v ní i situace mimo běžný život, takové které na něj působí např. prostřednictvím televizní obrazovky. V těchto případech má volná hra terapeutickou úlohu a dítě si v bezpečném prostředí a v již známých souvislostech odžívá různé konflikty a nejistoty, aniž se jemu samému něco zlého přihodí. Tím si i prověřuje nakolik je bezpečný svět, který ho obklopuje. (Kořátková, 2005, 30)

Ve hře dítě uplatňuje svoji energii i ji načerpává. Uvolnění a odpočinek od různých zátěží běžného dne mu pomáhají navodit hračky a předměty, kde dítě uplatní svoji vůli a dominanci. Hračky mu neodporují a situace, které vytváří, vyjadřují jeho potřeby a vyvíjejí se pouze podle jeho představ. (Kořátková, 2005, 30)

Volná spontánní hra bývá s přibývajícím věkem dítěte často považována za jakési zbytečné ztrácení času... V naší společnosti je zakořeněn názor, že činnost má vést jasně a zřetelně k nějakému výsledku, který hodnotíme z hlediska užitku. Práce má tedy svoji důležitost a opodstatnění. Zábava a hra nemá takovou hodnotu. Umožnit dítěti si hrát, to je ale nezbytná podmínka pro aktivní seberealizaci, kterou si dítě volí na základě úrovně svého rozvoje, tempa, zájmu, svých zkušeností a schopností začleňovat do nich okolní svět, předměty, jevy a osoby. (Kořátková, 2005, 20)

Volná hra není zbytečné maření času. Dítě, které dostane čas a prostor na vlastní pojetí hry s možností uplatnit a prožít celou škálu emocí, dozrává v neuropsychické sféře i ve sféře sebepojetí a sebehodnocení v takové míře, jaká se mu u řízené, hodnocené a organizované činnosti nemůže naskytnout. Proto rovnováha věcí je ve výchově to nejdůležitější, ale i nejtěžší, a platí to i pro rovnováhu v podílu spontánních a řízených činností. (Kořátková, 2005, 20)

2.3 Životní styl

Životní styl zahrnuje formy dobrovolného chování v daných životních situacích, které jsou založené na individuálním výběru z různých možností. Můžeme se rozhodnout pro zdravé alternativy z možností, které se nabízejí, a odmítnout ty, jež zdraví poškozují. Životní styl je tedy charakterizován souhrou dobrovolného chování (výběrem) a životní situace (možností). Rozhodování člověka o jeho chování však není zcela svobodné. Je v souladu s rodinnými zvyklostmi, s tradicemi společnosti, je limitováno ekonomickou situací společnos-

ti i vlastní a v neposlední řadě souvisí také s jeho sociální pozicí. Záleží též na věku, temperamentu, vzdělání, zaměstnání, příjmu, příslušnosti k rase, pohlaví a hodnotové orientaci a postojích každého člověka. (Machová, Kubátová a kolektiv, 2015, 15)

Pohyb a aktivita patří k významným atributům všech živých bytostí. Jsou proto součástí životního stylu (ŽS) člověka. ŽS zahrnuje celistvost norem, tělesného sociálního i mentálního chování subjektu. Pohybové aktivity (PA) a sport byly, jsou i nadále budou významnými atributy v ŽS člověka. Vlivem rozšíření sportu, masového i elitního, organizovaného i neorganizovaného, amatérského i profesionálního jejich význam roste více, než tomu bylo dříve. (Rychtecký, Tilinger, 2017, 9)

„Aktivní životní styl (AŽS) je proto přirozeně spojován s aktivní účastí ve sportu, s úrovní tělesné zdatnosti a motorické výkonnosti, kterou lze vyjádřit jako posloupnost kategorií: pohybová aktivita - tělesná zdatnost - zdraví - životní styl.“ (Rychtecký, Tilinger, 2017, 11)

2.3.1 Zdravý životní styl

„Životní styl je jedním ze základních faktorů ovlivňujících kvalitu života. Vytváří se v průběhu života, kdy se člověk dostává do interakce s okolím. Střetávají a kombinují se vlivy výchovy, sociálního prostředí, ekonomických podmínek, kulturních zvyklostí a mnohé další.“ (Slepičková, 2005, 41)

„Životní styl lze charakterizovat jako paletu prakticky všech lidských aktivit od myšlení, přes chování až po jednání a to takových, které zaujmají v životě trvalejší místo, většinou se opakují, jsou typické a předvídatelné. Nejčastěji se posuzuje podle názorů, postojů a chování.“ (Slepičková, 2005, 41)

Zdravý způsob života znamená dodržovat zásady zdravé výživy, pravidelně realizovat zdraví prospěšnou pohybovou aktivitu, mít dostatek spánku a odpočinku, dodržovat zásady osobní hygieny v rámci prevence infekčních chorob, neužívat žádné legální (tabák, alkohol) ani nelegální návykové látky, snažit se o co největší psychickou pohodu v mezilidských vztazích jako prevenci poruch duševního zdraví. (Hamplová, 2020, 19)

Životní styl je proměnlivý v čase, neboť s časem se mění potřeby člověka a okolní prostředí také prochází různými změnami. Například mladý člověk je plný energie a touhy

po poznání nového. Preferuje kontakty s vrstevníky, s nimiž stráví mnoho času. V následující životní etapě, kdy jedinec chodí do zaměstnání, buduje svou profesní kariéru a pečuje o rodinu a děti, musí změnit alespoň částečně své návyky z mládí, aby své nové povinnosti zvládl. Další výraznou změnu životního stylu právě ve vztahu k pohybu můžeme demonstrovat na situaci, kdy si jedinec pořídí automobil a začne jej využívat pro každodenní cestu do zaměstnání. V tu chvíli odpadne nutnost dojít pěšky alespoň k zastávce hromadné dopravy a pokud se jedná o nesportující člověka se sedavým zaměstnáním, zmizí z jeho života toto minimum tělesné aktivity představované chůzí. (Slepičková, 2005, 42)

Životní styl je pojem velmi široký a každý člověk má o něm vlastní představu. Zdravý životní styl zahrnuje pravidelný životní rytmus, dostatečný pohybový režim, psychickou aktivitu, duševní hygienu, správnou životosprávu. Vede k uchování si zdraví a tělesné kondice a zvládání náročných životních situací. (Nováková, 2011, 29)

Předpokladem zdravého jídelního i pohybového režimu je zdravý jídelní a pohybový režim rodičů a v konečném důsledku celé rodiny. Důležité je dodržovat základní pravidla stolování s tím, že se jí zásadně u tolu, podle možností všichni členové rodiny najednou a při vypnuté televizi či počítači.. Kromě výživového vzoru je rodina i pohybovým vzorem, hlavně pro děti mladších věkových kategorií. To můžeme demonstrovat na jednoduchém příkladu. V případě, že rodina tráví víkend pravidelně nějakou sportovní aktivitou (jízdu na kolech, turistikou či plaváním), dítě dělá to samé. Na druhé straně, v případě, že víkendový program je naplněn celodenním pobytem v nákupních centrech, často s nákupem velkých zásob nevhodných potravin, v kombinaci se sledováním televize, dítě opět dělá to, co jeho rodiče. (Morinová, Pastucha a kolektiv, 2012, 64)

Současný člověk začal vést převážně sedavý způsob života. V pracovní době sedí, do práce a z práce se dopravuje autem nebo jiným dopravním prostředkem, nechodí pěšky po schodech... Po práci opět sedí u televize nebo u počítače....I do domácích prací zasáhla technika a zbavila člověka pohybu... Zhoršují se také mezilidské vztahy. Životní styl mnoha jedinců se orientuje na neustálou honbu za získáváním nových věcí, za úspěchem, mocí a penězi. Pracovní vytíženost, která z toho vyplývá, poznamenává život celé rodiny. Neustálý spěch, nedostatek času na sebe, na ostatní členy rodiny a na děti vytvářejí stresové situace a bývají příčinou rozpadu rodiny. (Machová, Kubátová a kolektiv, 2015, 16)

„K negativním atributům v životním stylu patří dominance pasivních prvků, častých v současném životě: Hypokineze, konzumace elektronických médií, nadváha, obezita, zvýšený výskyt civilizačních chorob aj.“ (Rychtecký, Tilinger, 2017, 11)

„Nevhodný životní styl nevede ke zdraví a je spojen s dopady negativních faktorů na zdraví a na vznik nemocí.“ (Nováková, 2011, 29)

2.3.2 Pohybové aktivity

„Pohyb je jedním ze základních projevů existence živočichů včetně člověka.“ (Machová, Kubátová a kolektiv, 2015, 37)

Pohyb je prospěšný a podporuje celkový vývoj. Stimuluje mozek a aktivuje srdečně-oběhový systém, posiluje svalstvo, podporuje obratnost, zpevňuje kosti a klouby - a kromě toho pomáhá předcházet nadváze. Pohyb na čerstvém vzduchu kromě toho podporuje přísun kyslíku - a přináší blahodárnou únavu (je tedy dobrý pro spánek). (Pulkkinen, 2010, 52)

Jednou ze základních životních aktivit nutnou pro příznivý vývoj dětského organismu je dostatek PA. Množství spontánního pohybu, které u zdravého dítěte v batolivém a předškolním věku téměř naplňuje všechno jeho čas, se uskutečňuje v podobě krátkých pohybových souborů, trvajících několik sekund až minut v různé intenzitě, postupně s věkem klesá, ale spontánní pohyb bývá časem doplňován pohybem řízeným. (Máček, Radvanský et. al, 2011, 127)

V prvních letech života se spontánní PA realizuje především v podobě her. Dítě podvědomě samo dokonale reguluje a střídá intenzitu a dobu trvání jednotlivých druhů PA. Není třeba proto mu do jeho aktivity příliš zasahovat, stačí pouze usměrňovat a stimulovat nové pohybové možnosti a chránit je před možným úrazem. (Máček, Radvanský et. al, 2011, 127)

Na pohyb lidského těla nelze nahlížet pouze z fyzikální stránky, lidské tělo není stroj. Pohyb je člověkem řízen a je tedy spojen i s psychickými procesy, mezi jinými i s prožitkem. Potřeba pohybu, která je člověku vlastní (především dětem), by měla být naplňována a uspokojována především kladnými prožitky... U dětí se teprve buduje vztah ke sportu a rozumové důvody proč a jak sportovat nenacházejí v jejich mysli ještě výraznější

oporu. Získávání pohybových zkušeností je dlouhodobý proces, ve kterém platí jistá pravidla a omezení (především s ohledem na věk)... (Křištofič, 2006, 8)

„Organizované aktivity by měly být přiměřené obsahem a rozsahem, musí být vyvážené spontánními aktivitami, pro které se děti rozhodují podle svých momentálních potřeb. Hlavně menší děti by vždy měly mít prostor pro to ‚jen tak si pohrát‘.“ (Pávková, 2014, 31)

„Intenzivní potřeba pohybu v tomto věku může být někdy mylně interpretována jako ‚neklid‘ či ‚nekázeň‘ dítěte... Dítěti je pohyb vlastní a každé dítě by mělo mít radost z možnosti se pohybovat až do začátku školního věku.“ (Pastucha a kolektiv, 2011, 45)

„Správná pohybová aktivita (PA) zaměstnává rovnoměrně všechny svalové skupiny a má také velký význam při emocionálním ladění člověka. Pravidelná PA podporuje i psychické funkce (psychomotorika). Dochází k úpravě náladovosti, zmenšení depresí a neopodstatněných obav, kterými člověk může trpět.“ (Pastucha a kolektiv, 2011, 227)

V této věkové kategorii nadále pokračuje vysoká kvalitativní i kvantitativní potřeba pohybu, tj. asi 6 hodin denně. Z celkového množství činí naprostou většinu (4,5 hodiny denně) spontánní pohybová aktivita. Pro vysokou potřebu pohybu a dynamický rozvoj motoriky bývá toto období označováno pedagogy jako ‚zlatý věk motoriky‘. Normomotorické dítě tedy tráví v pohybu zhruba 60% svého volného času...Spontánní pohyb je projevem autoregulace dítěte a odráží jeho individuální pohybové potřeby, proto není vhodné jej nahrazovat řízenou formou pohybu. Přírozeně se tak může rozvíjet tělesná zdatnost a všestranná pohyblivost dítěte. Přetrvává autorita rodiče nebo vychovatele a sklon k napodobování vzorů. Nově dochází k propojení myšlení s cílenými pohyby, čehož využíváme pro motivaci k pohybové aktivitě formou her. (Pastucha a kolektiv, 2011, 44)

Doporučení zdraví prospěšné pohybové aktivity pro děti a mládež do 18 let věku
Předškolní věk: Předškolní děti by měly každodenně provádět alespoň 1 hodinu organizované a 1 hodinu neorganizované pohybové aktivity minimálně střední intenzity, většinu dnů v týdnu by měly ujít cca 13 000 kroků denně a neměly by nepřetržitě sedět nebo ležet více než 1 hodinu (kromě spánku)... (Hamplová, 2020, 34)

V České republice jsou platná doporučení pro prevenci kardiovaskulárních onemocnění z roku 2005. V nich se uvádí, že cílem je dosáhnout minimálně 30 minut fyzické

aktivitu většinu dní v týdnu, i mírnější aktivita je spojena se zlepšením zdraví. Zdravým jedincům je třeba radit, aby si zvolili příjemné formy fyzické aktivity, které by vhodným způsobem zapadaly do jejich každodenních aktivit, ideálně v délce 30-45 minut, čtyřikrát až pětkrát týdně na úrovni 60-75% průměrné maximální srdeční frekvence. (Pastucha a kolektiv, 2011, 228)

Pohybová aktivita (PA) patří k základním životním projevům. Pokud je zaměřena na zvýšení tělesné výkonnosti nebo zlepšení zdravotního stavu jednotlivce, pak ji nazýváme tělesné cvičení. Je-li tato činnost zaměřena na zvýšení tělesné výkonnosti, pak jde o sportovní trénink. V rekreační tělovýchovné aktivitě převažuje tělesná a psychická regenerace, ve výkonnostním sportu jde o organizovanou činnost se soutěžními prvky na různé úrovni, a pokud jde o nejvyšší výkony, označujeme tuto aktivitu jako vrcholový nebo profesionální sport. (Pastucha a kolektiv, 2011, 227)

Podstatou tělesné zátěže je svalová činnost. Patří k základním životním projevům a uplatňuje se jak v běžné denní pohybové aktivitě (PA), tak plní i fyzické nároky v zaměstnání. Jestliže však je uvědoměle zaměřena na zvýšení tělesné výkonnosti, fyzické zdatnosti nebo ke zlepšení zdravotního stavu organismu, pak ji můžeme označit jako tělesné cvičení nebo, je-li tato činnost zaměřena ke zvýšení tělesné výkonnosti, jde o sportovní trénink. (Máček, Radvanský et. al, 2011, 1)

PA dětí má vedle bezprostředního působení ještě hlubší význam. Pro většinu z nich je kvalita a kvantita spontánního volného pohybu a účast na soutěživých sportovních aktivitách podkladem pro budoucí dobrý zdravotní stav v dospělosti, který spočívá v optimálním vývoji pohybového systému, zvýšení kardiopulmonální výkonnosti a vyšší inzulínové senzitivě. Snižuje se pravděpodobnost vzniku obezity v průběhu dospívání, dyslipidemie a inzulínové rezistence. (Máček, Radvanský et. al, 2011, 127)

2.3.3 Volný čas

...je čas, kdy člověk nevykonává činnosti pod tlakem závazků, jež vyplývají z jeho sociálních rolí, zvláště z dělby práce a nutnosti zachovat a rozvíjet svůj život... Přesnější a úplnější je však jeho charakteristika jako činnosti, do níž člověk vstupuje s očekáváními, účastní se jí na základě svého svobodného rozhodnutí a která mu přináší příjemné zážitky a

uspokojení. Jako hlavní funkce volného času se uvádějí: odpočinek (regenerace pracovní síly), zábava (regenerace duševních sil), rozvoj osobnosti (spoluúčast na vytváření kultury). (Hofbauer, 2004, 13)

Slepičková (2005, 14) uvádí následující definici, volný čas lze v souhrnu definovat jako dobu, časový prostor, v němž jedinec nemá žádné povinnosti vůči sobě ani druhým lidem a v němž se pouze na základě svého vlastního svobodného rozhodnutí věnuje vybraným činnostem. Tyto činnosti ho baví, přinášejí mu radost a uspokojení a nejsou zdrojem trvalých obav či pocitů úzkosti.

O definici volného času se pokoušejí různí autoři s dílčími rozdíly. Hlavní znaky volného času však lze vymezit takto:

- je to doba svobodné volby činností (člověk dělá to, co chce, ne to, co musí)
- zvolené činnosti jsou pro člověka příjemné, přinášejí potěšení, radost
- činnosti ve volném čase dávají příležitost k rekreaci, odpočinku, obnově sil i k osobnostnímu rozvoji. (Pávková, 2014, 11)

Volným časem rozumíme tedy dobu odpočinku, rekreace, zábavy. Důležitou součástí volného času jsou zájmové činnosti - koníčky, hobby. Patří sem i ztrátové časy v souvislosti s volným časem, např. doba strávená na cestě za zájmovou činností, čekání u pokladny apod. (Pávková, 2014, 11)

Volný čas může být naplněn řadou činností od nicnedělání (tedy vlastně nečinnosti) a prázdného povídání přes takové aktivity jako je zahrádkaření, kutění, pletení, jejichž charakter je na rozmezí práce a volného času, přes poslech rádia, televize, četbu, návštěvu kina, divadla až k intenzivní aktivitě sportovní, kulturní a společenské. (Slepičková, 2005, 14)

Volný čas je pro člověka většinou příjemnou záležitostí. Přináší však i problémy, které se netýkají pouze jedince, ale jsou záležitostí celé společnosti. Souvisí to na jedné straně se způsobem, jakým jedinec se svým volným časem naloží nebo umí naložit, na druhé straně s podmínkami pro trávení volného času...Z hlediska věku je bezpochyby nutné věnovat zvýšenou pozornost skupině dětí a mládeže. Tato populace se pohybuje v prostředí rodiny, školy, ve skupinách svých vrstevníků. Rodina je první, která od raného dětství na jedince uplatňuje svůj vliv. Život současné rodiny se v porovnání s jejím životem v minu-

losti liší. Členové rodiny plní během pracovního týdne své pracovní povinnosti vně rodiny. Pro společný život v podstatě zbývá jen jejich volný čas. Je otázkou, zda jej rodina umí trávit společně a vhodným způsobem. Mají současní rodiče vždy zájem o to, co dělají jejich děti ve volném čase? přitom děti a dospívající jsou ekonomicky závislí na rodičích, což ovlivňuje do značné míry i výběr aktivit, jimiž tráví svůj volný čas. (Slepičková, 2005, 17-18)

Dále Slepičková (2005, 22) k volnému času zmiňuje že, volný čas představuje svobodnou volbu. Jak lidé tráví svůj volný čas, závisí na řadě okolností. V zásadě probíhá trávení volného času dvěma způsoby a to buď spontánně, nebo organizovaně. Při spontánních volnočasových aktivitách si jedinec sám nebo v rámci neformální skupiny volí a uspořádává vybranou aktivitu. Organizovaná forma znamená nabídku volnočasové aktivity přicházející z vnějšku od formální organizace, instituce... Především skupina dětí a mládeže představuje tu část populace, jíž je nutné ... věnovat pozornost.

„Rodina jako primární sociální skupina je pro rozhodující většinu dětí a mladých lidí také prvotním prostředím volnočasového života a výchovy, zásadně se podílí na formování jejich osobnosti.“ (Hofbauer, 2004, 56)

S Hofbauerem se shoduje Pávkovou (2014, 29) že rodina určuje do značné míry životní styl svých členů. Využívání volného času je jedním z jeho ukazatelů. Od rodičů se děti učí chápat volný čas jako určitou hodnotu, hospodařit s ním a naplňovat ho určitými aktivitami. Rodiče mají v tomto směru mnoho možností. Především slouží svým dětem jako vzory pro napodobování. Dále mají příležitosti trávit s dětmi část volného času společně při zajímavých činnostech.

„Vliv má rovněž realizace volného času uvnitř rodiny, podmíněná zejména způsobem jejího života, postoji a výchovnou praxí rodičů vzhledem k dětem nebo časovými a hmotnými předpoklady vytvářenými pro volnočasovou činnost.“ (Hofbauer, 2004, 57)

Dobrym vzorem nebude rodič, který tráví většinu času v zaměstnání a i doma se až do úpadu věnuje svým povinnostem, matka, která si nemá čas pohrát s dětmi, protože vzorně pečuje o domácnost. Jako špatný příklad samozřejmě působí i takoví rodiče, kteří nechodí do práce a svůj volný čas tráví nicneděláním. Z jednání rodičů naopak má být zřejmé, že plnění povinností i volný čas jsou přirozenou součástí života, že do volného

času kromě odpočinku a relaxace patří i osobní zájmy, koníčky, hobby. Je dobré, když dítě vidí, že otec i matka mají své záliby a navzájem si je tolerují, že mají i společné zájmy. (Pávková, 2014, 29-30)

Společné prožívání volného času je pro utváření dobrých rodinných vztahů důležité. Je však zapotřebí volit činnosti tak, aby se na nich mohli podílet všichni členové rodiny a všichni z nich měli příjemné zážitky. Druhy činností musí odpovídat věku, možnostem i zájmovému zaměření všech rodinných příslušníků. Nabízejí se různé formy turistiky, rekreační sportování, drobné kutilství apod. Je dobré, když rodiče předávají své zájmy dětem, není však nezbytné, aby děti měly stejné zájmy... Podstatné je to, že se děti od rodičů naučí, že mít osobní záliby patří k běžnému životu. (Pávková, 2014, 30)

Další z možností, kterou mají rodiče při ovlivňování volného času svých dětí, je podpora jejich zájmů. Rodiče, kteří dobře znají své děti, je mohou nenásilně směřovat k vhodným zájmovým činnostem. Děti rády o svých zálibách mluví. Rodiče by měli umět dětem naslouchat, projevit opravdový zájem, dát najevo radost z úspěchů. Samozřejmostí je účast rodičů tam, kde děti prezentují výsledky svých zájmových činností (soutěže, výstavy, veřejná vystoupení apod.). Nezbytná je i materiální podpora od placení různých poplatků, zajišťování materiálního vybavení až po eventuální dopravu či doprovod za zájmovou činností. Citlivý přístup rodičů k dětským zálibám je nesmírně důležitý. Především je nutné respektovat skutečnost, že volnočasové aktivity jsou dobrovolné, není na místě dávat je dětem jako příkaz. (Pávková, 2014, 30-31)

Je důležité připomenout, že kromě aktivních zájmových činností je volný čas i dobou odpočinku. Organizované aktivity by měly být přiměřené obsahem a rozsahem, musí být vyvážené spontánními aktivitami, pro které se děti rozhodují podle svých momentálních potřeb. Hlavně menší děti by vždy měly mít prostor pro to „jen tak si pohrát“. Přes velký výchovný význam zájmových činností nelze jimi děti přesycovat, protože tím se vytrácí hlavní charakter volného času, kdy člověk dělá to, co chce, ne to, co musí. Neplatí, že čím více „kroužků“ dítě má, tím lépe je zajištěn jeho volný čas. (Pávková, 2014, 31)

2.3.4 Sport

V roce 1992 přijali zástupci evropských zemí odpovědní za tělovýchovu a sport tzv. Evropskou chartu sportu. Charta hovoří o postavení sportu ve společnosti a nezapomíná ani na vymezení povinností společností, resp. státu v péči o něj. Pro potřeby charty je sport vymezen následovně: „Sportem se rozumí všechny formy tělesné činnosti, které ať již prostřednictvím organizované účasti či nikoliv si kladou za cíl projevení či zdokonalení tělesné a psychické kondice, rozvoj společenských vztahů nebo dosažení výsledků v soutěžích na všech úrovních“. Definice sportu vytvořená na půdě Evropy je opravdu široká... Vedle sebe stojí a stejná důležitost je přikládána jak sportu výkonově orientovanému, jako je výkonnostní a vrcholový sport, tak nejrůznějším formám sportu provozovaným za účelem posílení zdraví, pro rekreaci či pro silné emocionální prožitky. (Slepičková, 2005, 28)

Aktivity spojené se sportem mají řadu podob. Jsou proto součástí více skupin činností, kterým je možné se ve volném čase věnovat. Zde je potřeba připomenout i tzv. pasivní zájem o sport. Ve svém volném čase mnoho lidí pravidelně čte sportovní tisk a sleduje zpravodajství, mnozí navštěvují jako diváci sportovní utkání nebo se na ně dívají v televizi. Někteří lidé si volí jako náplň svého volného času trenérskou, cvičitelskou a organizační práci ve sportu. (Slepičková, 2005, 15)

„...časový prostor, který je k dispozici, není velký. Sportu tak konkuruje celá řada možností, aktivit, jimiž lze volný čas naplnit.“ (Slepičková, 2005, 19)

Sport nabízí možnou cestu k dosahování osobní spokojenosti. Je nejen jednou z forem rekreace ať už v aktivní nebo i pasivní podobě. Sport souvisí jak s individuálními, tak objektivními charakteristikami a výrazně překračuje oblast rekreace. Přispívá ke zlepšení úrovně psychologických ukazatelů např. tím, že umožňuje navazovat nová přátelství, utužuje vztahy v rodině, dává prostor pro seberealizaci atd. Při sportu člověk získává nové zkušenosti, obohacuje svůj život o řadu zážitků a prožitků. To vše se děje ve společenském prostředí. Je důležité, aby společnost vytvořila podmínky pro existenci dostatku volného času, aby prezentovala pozitivní vzory jeho naplňování a mezi nimi i aktivní sport určený co nejširší veřejnosti. Podpora sportování široké veřejnosti je často považována za ukazatele kulturní úrovně a rozvoje společnosti. (Slepičková, 2005, 41)

Sportovní aktivita je pro běžnou populaci vhodným prostředkem pro navození pocitu pohody (well-being). Lidé sportují a cvičí nejen z ryze racionálních důvodů, tj. aby si upevnili zdraví a fyzickou kondici. Většina se jich této volnočasové aktivitě věnuje především proto, že je baví, že při ní zažívají dobré pocity. Prožitek se stal v posledních letech velice aktuálním pojmem v oblasti sportu ve volném čase, ale také povinné tělesné výchovy ve školách. Není tomu náhodou, neboť člověk rád dělá to, co ho baví, co mu navodí příjemné pocity a zážitky. Nepříjemnostem se snaží vyhnout. (Slepičková, 2005, 59)

Důvodů, pro které se lidé věnují sportu, je celá řada. V soutěžním sportu převažuje výkon, vzrušení ze hry, soupeření. V sociokulturně orientovaném a alternativním sportu nacházíme jako motivy k provozování těchto forem převážně zdraví, pohodu, uvolnění. To je do značné míry spojeno s principy působení pohybových aktivit, resp. sportu na psychiku. (Slepičková, 2005, 59)

Prožívání radosti je nezbytnou podmínkou sportování, nejen zájmového, ale i profesionálního, které se psychologicky (motivačně) dostává na úroveň práce, nebo zdravotního, které může mít povahu doplňku léčby. Čistě drilový, výdělečný nebo rozumový sport bez prvků radostného zaujetí, není vlastně v psychologickém slova smyslu sportem, právě pro absenci radostné hravosti. Neradostný sport zpravidla nemá dlouhé trvání. (Slepička, Hošek, Hátlová, 2006, 65-66)

„Sport s kvalitou života souvisí především tím, že je jedním ze symptomů kvality života. Sportování je určitým projevem kvality života,.. Živořící člověk nesportuje. Sport představuje v životě projevovaný nadstandard. Je projevem vnitřní vitality, bujnosti a radosti. Sportující má energii navíc.“ (Slepička, Hošek, Hátlová, 2006, 221)

Kromě toho, že je sport projevem, je i prostředkem kvality života, potažmo nástrojem jejího zvyšování. Nejde jen o ...stavy..., které korespondují s obecným chápáním radosti a štěstí. Způsobů, kterými sport může zkvalitňovat život, je více,... Sport nahrazuje člověku pohybové manko vytvořené civilizací a technosférou. Je přirozenou údržbou svalů, kostí, srdečně cévního a dýchacího systému. Tím zvyšuje kapacitu lidského zdraví,... Přínos je i v oblasti vzhledové (estetické)... Oblast psychická je sportem dotčena především v oblasti zábavy, kterou je možné počítat mezi momenty zkvalitňující život. (Slepička, Hošek, Hátlová, 2006, 221)

Sport je významným sociálním jevem, je neoddělitelnou součástí společenského dění a odrazem životního způsobu. Může být náplní profesní orientace, mít podobu aktivní zábavy pro ty, kteří ho provozují, i formu pasivní zábavy pro diváky. Plní tím důležitou funkci náplně volného času. (Slepička, Hošek, Hátlová, 2006, 9)

2.3.5 Rekrece

„Volný čas poskytuje prostor pro naplnění řady lidských potřeb. Mezi základní patří také nutnost odpočinout si, zregenerovat své fyzické a psychické síly, rekreovat se.“ (Slepičková, 2005, 33)

Rekreování se, rekreace jsou spojovány s dobou mimo práci, mimo pracovní povinnosti. Každý člověk dává přednost určitému způsobu a formě rekreace. Výběr, který učiní, je podmíněn mnoha vlivy od kulturních tradic, prostředí, v němž žije, výchovy, jíž prošel, i aktuální situace, v níž se nachází. Každodenní přítomnost rekreace odráží nejen život jedince, ale i rodiny či celé společnosti. (Slepičková, 2005, 33)

Rekreací není jakákoliv činnost prováděná ve volném čase, ale jenom ta, která současně splňuje ony tři podmínky - zábavu, odpočinek a znovunabytí sil. V souhrnu vycházejícím z uvedených znaků lze rekreaci charakterizovat jako tělesnou a duševní činnost, jíž se lidé věnují ve svém volném čase pro radost, osvěžení, podílení a odpočine. Tato činnost závisí jak na samotném jedinci, tak na společenském prostředí, v němž se uskutečňuje. (Slepičková, 2005, 35)

2.4 Obec Litovel

2.4.1 Geografické údaje

Město Litovel leží v nadmořské výšce 233 m n. m. v Hornomoravském úvalu na kraji Mohelnické brázdy, v údolí řeky Moravy. Město Litovel spolu s městy Olomouc, Uničov, Šternberk a Velká Bystřice náleží do okresu Olomouc a Olomouckého kraje. K Litovli patří 11 místních částí: Březové, Chořelice, Chudobín, Myslechovice, Nasobůrky, Nová Ves, Rozvadovice, Savín, Tři Dvory, Unčovice a Víška. Město Litovel se stalo v

rámci reformy veřejné správy obcí s pověřeným úřadem III. stupně, tzv. malý okres. (<https://www.historickasidla.cz/dr-cs/212-litovel.html>)

2.4.2 Historie

Královské město Litovel založil v polovině 13. století český král Přemysl Otakar II. V jeho sousedství stála již řadu let slovanská rybářská ves, jejíž existenci umožňovala rozvětvená řeka Morava. Rybářský původ města připomíná městský znak – kapr a štika v modrém poli. Z královského města se po husitských válkách stalo na několik století poddanství. Litovel patřila postupně do majetku rodů Vlašimů, Boskoviců a Lichtenštejnů. Éra Boskoviců byla pro město významná, Litovel pod jejich vládou vzkvétala. Naopak Lichtenštejnové ve svém velkém majetku nevěnovali Litovli pozornost a ta postupně ztrácela svůj význam. K úpadku se přidala třicetiletá válka a následné období požárů a morových epidemií. Litovel se ocitla na prahu úplné zkázy, z níž se město jen pomalu zotavovalo. Významný zlom ve vývoji města znamenala konstituce a zrušení poddanství v roce 1848. Litovel se stala okresním městem a rychle se zvyšoval počet českých obyvatel. Podnikaví čeští občané se zasloužili o vytvoření řady nových podniků a rozvoj města. 20. století zahájila Litovel zcela pod českou správou. Po světových válkách a období komunismu se vrátilo do Litovle kouzlo svobody. Mnohé památky středověku, městské brány, cechovní domy, zcela ustoupily nové výstavbě nebo procházejí nákladnými rekonstrukcemi a Litovel tak mění svou tvář. (<https://www.historickasidla.cz/dr-cs/212-litovel.html>)

2.4.3 Současnost

Litovel prošla během uplynulých staletí obdobími chudoby i vzestupu, válek i blahobytu, až do současnosti, kdy se z ní stalo moderní a neustále se rozvíjející město pyšící se přívlastkem královské. (<https://www.historickasidla.cz/dr-cs/212-litovel.html>)

20. století změnilo ráz města, rozvíjel se průmysl, a i když hlavní dopravní tepny se Litovli zpočátku vyhnuly, město má dnes dobré silniční i železniční spojení s celou republikou. Zpočátku ve městě převažovaly závody na zpracování zemědělských produktů - cukrovar, sladovna, lihovar, konzervárna. Tradici sahající až k počátku města má v Litovli

vaření piva. Nová doba změnila ráz města. Mnohé památky středověku, městské brány, cechovní domy, ustoupily nové výstavbě, potravinářské závody doplnil zejména po druhé světové válce strojírenský průmysl. (<https://www.litovel.eu/cs/turistika/historie-mesta.html>)

2.4.4 Sociálně-kulturní údaje

Sportovní vyžití nabízí občanům víceúčelová sportovní hala, krytý bazén, otevřené koupaliště, fitcentrum s posilovnou, loděnice s horolezeckou stěnou, sauna, řada hřišť, bowling či v poslední době velmi oblíbené stezky pro in-line bruslení a cyklotrasy. Ve městě působí také řada sportovních oddílů, zejména litovelští vodáci dosahují i významných mezinárodních úspěchů. Velké oblibě se těší již tradiční extrémní závod štafet Bobr cup. Přestože v Litovli není stálá divadelní scéna, město přirozeně vábí i zájemce o kulturu. Z pravidelných akcí jmenujme např. celoměstské slavnosti Hanácké Benátky, Dívku roku či Litovelské slavnosti. Dále se ve městě pořádají různé koncerty, plesy, výstavy a divadelní představení v provedení hostujících souborů i Litovelských ochotníků. V Litovli působí řada škol, najdete zde kluby pro mladé, domovy pro starší občany, polikliniku, knihovnu, mnoho obchodů, banky či útulné restaurace. (<https://www.historickasidla.cz/dr-cs/212-litovel.html>)

Město Litovel s přibližně 10 000 obyvateli je spádovou oblastí pro široké okolí a přirozeným turistickým centrem se stylovými restauracemi a sítí obchodů. Šest ramen řeky Moravy protékajících městem dává Litovli osobitý ráz i pojmenování "Hanácké Benátky". V historické Střelnici je umístěno litovelské Muzeum. S Litovlí je spojeno i hrnčířství, sportovní tradici, představovanou jménem jako Gustav Frištenský, udržují Sokoli, oddíly Tatranu či Vodních sportů. K životu města patří aktivita myslivců, rybářů, technických sportů a dalších zajímavých organizací. (<https://www.litovel.eu/cs/turistika/historie-mesta.html>)

Mezi tradiční akce v Litovli patří festival Hanácké Benátky, který nabízí nejen hudbu, ale také projížďku na loďkách po Nečizi, výstavy nebo farmářské trhy. Jednou z největších akcí v regionu je Litovelský otvírák v Pivovaru Litovel. Akce představuje kombinaci kulturního programu a dne otevřených dveří v místním pivovaru. Jednu z nejvzácnějších litovelských památek představuje Svatojánský most, který je třetím nejstarším mostem v

České republice a nejstarším mostem na Moravě. Unikátem Litovle je mlýnský náhon zvaný Nečíz, který protéká přímo pod náměstím v centru města. (<https://www.aktualne.cz/wiki/geografie/staty-a-mesta/litovel/r~0627a3ba268011e595f70025900fea04/>)

2.4.5 Průmysl

Díky své geografické poloze v úrodné oblasti Hornomoravského úvalu zvané Haná je ve městě a jeho okolí rozšířeno zemědělství a potravinářský průmysl. Také lehký průmysl hraje v životě města významnou roli již řadu let. Významným projektem poslední doby zaměřeným na rozvoj průmyslu a zaměstnanosti je vznik průmyslové zóny, která se nachází 2 km západně od města v místní části Nasobůrky. (<https://www.historickasidla.cz/dr-cs/212-litovel.html>)

Litovel reprezentuje výroba papírenských strojů, již šedesát let hrají ve světě litovelské gramofony. Lehký průmysl je zastoupen řadou podniků, jako Kimberly-Clark s.r.o, výroba sportovních potřeb Head aj. (<https://www.litovel.eu/cs/turistika/historie-mesta.html>)

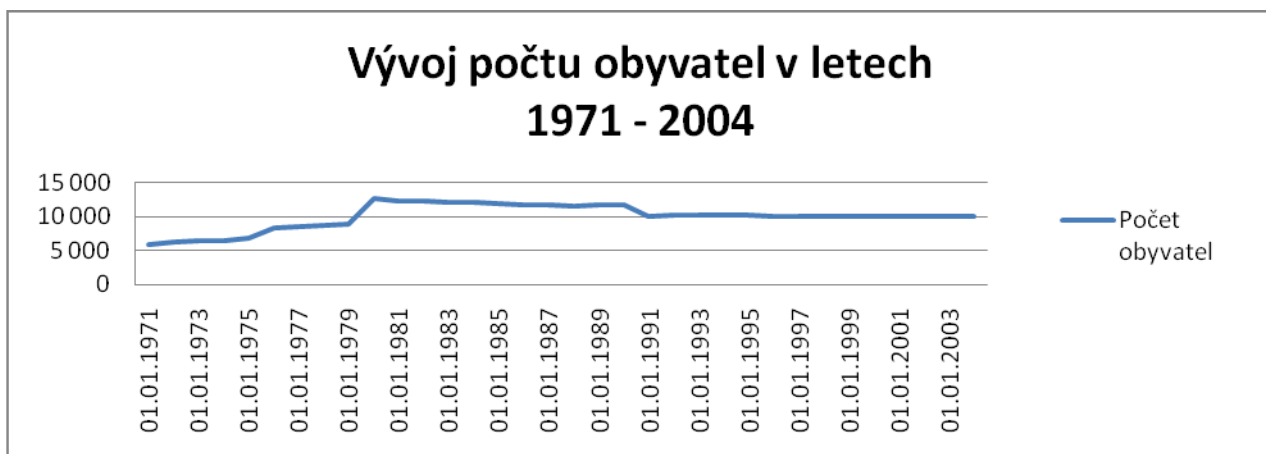
2.4.6 Okolí města

Malebným městečkem v úrodné Hané protéká hned 6 ramen řeky Moravy, které dodávají městu osobitý ráz i pojmenování Hanácké Benátky. Díky meandrující řece propůjčila Litovel své jméno Chráněné krajinné oblasti Litovelské Pomoraví, kterou tvoří lužní lesy v okolí města, oblíbené místo vycházek i vyjížděk na kole. (<https://www.historickasidla.cz/dr-cs/212-litovel.html>)

V okolí města zůstal zachován lužní les, oblíbený cíl vycházek zpestřený romantickými stavbičkami bývalého lichtenštejnského panství kolem Nových Zámků (obelisk Komin, Templ nad rozvodím řeky Moravy). Rok 1990 dal oblasti lužních lesů kolem Litovle statut CHKO Litovelské Pomoraví. Turisticky přitažlivé je i širší okolí s krápníkovými jeskyněmi v Mladči a Javoříčku, s hrady Úsovem, Bouzovem a Šternberkem a řadou dalších zajímavostí. Pro jejich návštěvu je Litovel přirozeným východiskem. (staženo z <https://www.litovel.eu/cs/turistika/historie-mesta.html>)

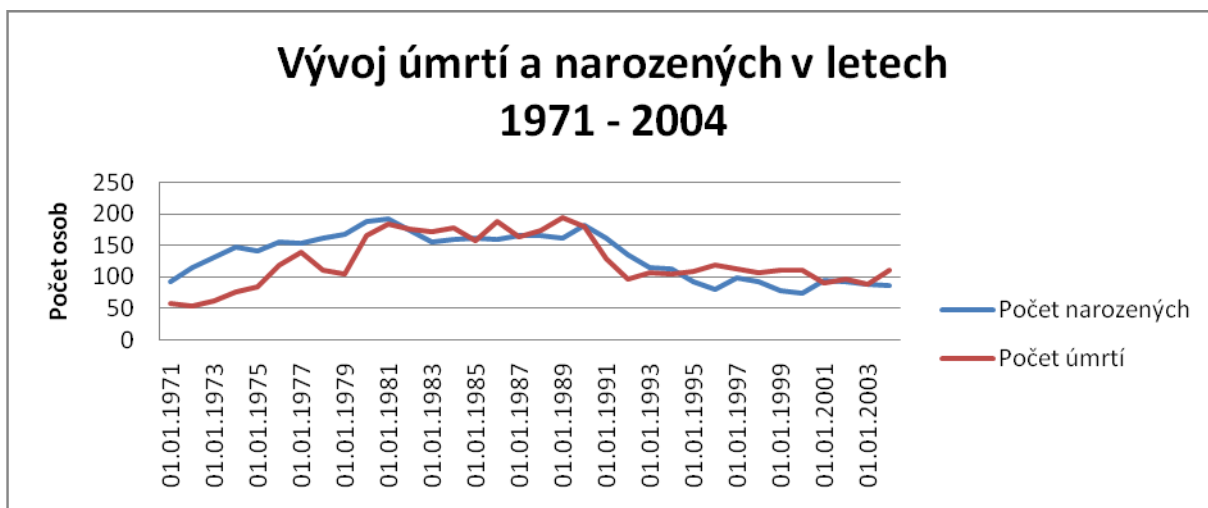
2.4.7 Demografické údaje

Demografické údaje jsem čerpal z www.czso.cz kde jsem získal následující informace.



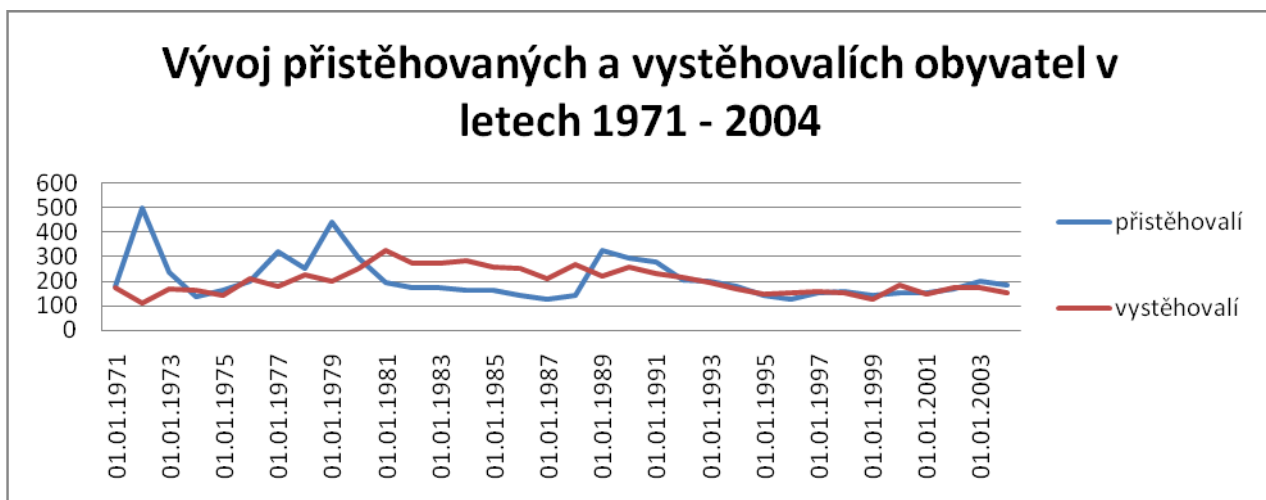
Obrázek 2. Vývoj počtu obyvatel v letech 1971 - 2004

Ve sledovaném období 1971 - 2004 byl v podstatě neustálý přírůstek obyvatel v letech 1971- 1981. V roce 1981 dosáhla Litovel svého vrcholu v celkové výši 12 325 obyvatel. Dále docházelo k pozvolnému snižování počtu obyvatel až do roku 1990, kdy bylo trvale hlášeno 11 664 obyvatel. V následujícím roce došlo k největšímu poklesu počtu obyvatel a to na číslo 10 067. V následujících letech se průměrný počet obyvatel pohybuje nad hodnotou 10 000.



Obrázek 3. Vývoj úmrtí a narozených v letech 1971 - 2004

Do roku 1981 je počet narozených neustále vyšší než počet úmrtí. Od tohoto roku až do konce sledovaného období je již málo let, kdy je větší počet narozených než zemřelých a to v letech 1991 - 1994 a v roce 2001. Ve zbylých letech bylo více zemřelých než narozených.



Obrázek 4. Vývoj přistěhovaných a vystěhovaných obyvatel v letech 1971 - 2004

Poslední srovnání jsem zvolil porovnání přistěhovaných a vystěhovaných obyvatel v letech 1971 - 2004. V průměru největšího přistěhování obyvatel probíhalo v letech 1971 - 1980. Od roku 1981 docházelo k vystěhování obyvatel a to do roku 1988. Následující tři roky byly pozitivní pro Litovel co se týče přistěhovaných obyvatel. Od roku 1992 do roku 2002 bylo v průměru více vystěhovaných lidí než přistěhovaných. Až v roce 2003 a 2004 nastal opačný trend.

2.4.8 Řeka Morava

Kuriozitou oblasti Litovelska jsou meandry vytvořené řekou Moravou, podzemní krasové jevy (Mladečské a Javoříčské jeskyně) a vlastně celé povodí Moravy, která patří do úmoří Černého moře. Řeka je zde typická četnými bočními rameny, u Střeneš vytváří přírodní ostrov, u Mladče pak písčiny. V celých dvou pětinach své délky protéká Morava lesy,

zde jsou to lesy lužní, z velké části patřící do CHKO Litovelské Pomoraví. Zajímavostí také je, že Morava přímo neprotéká žádnou obcí kromě královského města Litovle. Naši předci stavěli svá obydlí dále od řeky, která je na jaře zdrojem častých záplav. ((<https://www.litovelsko.eu/dr-cs/125-chko-litovelske-pomoravi.html>)

Typickou strukturu nivní krajiny tvoří mozaika ekosystémů vodních toků, slepých meandrů, periodických tůní, mokřadů, slatin, travinných společenstev a různých typů lužního lesa od nejvlhčích olšových vrbín až po relativně nejsušší lužní doubravy. ((<https://www.litovelsko.eu/dr-cs/125-chko-litovelske-pomoravi.html>)

Významným charakteristickým rysem lužních lesů je existence jarního aspektu – brzy z jara, ještě před rozvinutím listů na stromech, rozkvetou koberec sněženky předjarní, bledule jarní, dymnivky duté, dále lze hojně vidět orsej jarní, křivatec žlutý a jiné jarní květiny. Začátkem května rozkvetou i známý česnek medvědí. Jaro je tak jistě nejkrásnější roční dobou v Litovelském Pomoraví. ((<https://www.litovelsko.eu/dr-cs/125-chko-litovelske-pomoravi.html>)

Co se týče podnebí, patří oblast Litovelska do mírného pásma a pro své značné rozpětí nadmořských výšek (od dvou set a k sedmi stům metrům) a značnou zprohýbanost terénu, je podnebí mikroregionu v jednotlivých obcích, resp. menších oblastech, značně rozdílné. Průměrně je v oblasti 35 jasných dní v roce, 145 dní zamračených a 89 dnů s mlhou (výskyt mlhy je však výrazně závislý na vzdálenosti místa od řeky). ((<https://www.litovelsko.eu/dr-cs/125-chko-litovelske-pomoravi.html>)

Nejúrodnější půdou, černozemí, se může pochlubit zejména okolí Litovle, celkově však půda v kraji patří mezi neúrodnější v naší zemi. (<https://www.litovelsko.eu/dr-cs/125-chko-litovelske-pomoravi.html>)

3 CÍL PRÁCE

Cílem bakalářské práce je analyzovat možnosti volnočasových aktivit které jsou zaměřené pro děti předškolního věku v obci Litovel

Hlavní úkoly práce:

- popsat teoretickou část z pohledu marketingu a komunikačního mixu
- popsat teoretickou část z pohledu vývoje předškolního věku
- popsat teoretickou část z pohledu volného času a zdravého životního stylu
- seznámení s makroprostředím obce Litovel
- připravit a provést anketové šetření
- vyhodnotit anketu

4 METODIKA

V této kapitole je popsán průběh a souhrn vybraných výzkumných metod a technik, které byly použity ke sběru a vyhodnocování dat pro účely této práce.

Jako klíčovou metodu výzkumu, jsem zvolil anketní šetření (dotazníkové šetření). Tato metoda umožňuje nejjednodušší a nejrychlejší způsob, jak získat názor většího počtu respondentů na dané téma v krátkém čase.

Šetření dotazníkové - jedna ze zákl. s-gických → technik sběru informací, postavená na získávání empir. údajů prostřednictvím dotazníku (hovoří se proto také o technice dotazníku. Tento → výzkumný nástroj je v podstatě předtištěným souborem otázek, na něž jsou vyžadovány písemné odpovědi od → respondentů. (Petrusek a kol., 1996, 1261)

Ankety budou rozdány mezi rodiče ve vybraných mateřských školách a zájmových organizacích. Dotazníkové šetření bude obsahovat otázky uzavřené, hodnotící, polootevřené i otevřené.

„Anketa - (z fr. enquete) - v širokém pojetí jakékoliv → dotazování standardizovanými technikami, většinou s použitím dotazníku.“ (Petrusek a kol., 1996, 76)

„Dotazník (questionnaire) - souhrn otázek položených respondentovi.“ (Kotler, Keller, 801)

Vytvořená anketa byla otestována na dvou rodičích a to z důvodu ujištění se, že jsou otázky srozumitelné a jasně položené. Po navrácení 2 ks pilotážních anket došlo k drobné úpravě. Poté byly ankety odeslány ke schválení panu Rozsypalovi, který doporučil rozšíření možností odpovědí. Následně ankety dostaly finální podobu a mohlo dojít k jejich tisku a distribuci na vybraná místa.

Dne 10.2.2020 jsem osobně požádal vedoucí učitelku MŠ Náklo paní Renatu Štěpánkovou, zda by bylo možné provést dotazníkové šetření v jejich školce. Paní Štěpánková souhlasila a proto jsem 13.2.2020 donesl vytištěné ankety. Vyplněné ankety byly vhažovány do přineseného zabezpečeného boxu. Termín pro možnost vyplnění anket byl do

6.3.2020. Bylo poskytnuto 25 ks anket. Navraceno bylo 12 ks anket což je pouze 32% návratnost. Byl jsem překvapen z tak nízké návratnosti.

Dne 14.2.2020 byly rozeslány emaily s žádostí o možnosti provedení dotazníkového šetření do MŠ Příkazy, MŠ Gemerská v Litovli, plavecký bazén při ZŠ Vítězná Litovel a DDM Litovel. S paní ředitelkou Irenou Blektovou z MŠ Gemerská a s vedoucí bazénu při ZŠ Vítězná paní Hanou Kaštanovou jsem se domluvil, že dne 24.2.2020 mohu donést ankety pro vyplnění i s boxy pro vhažování vyplněných anket. Termín pro možnost vyplnění anket byl do 12.3.2020. Během této doby bohužel nastala situace se kterou nikdo nepočítal a to celosvětová pandemie označována COVID-19, kdy od 11.3.2020 byly uzavřeny všechny zařízení poskytující volnočasové aktivity, školy, následně i školky. Oblast Litovle byla od 16.3.2020 do 29.3.2020 v kompletní karanténě a nebylo možné se do této oblasti dostat. Proto jsem vyplněné ankety po předchozí domluvě vyzvedl až 6.4.2020. Do MŠ Gemerská bylo poskytnuto 25 ks anket. Navraceno bylo 10 ks, což činí pouze 29%. Na plavecký bazén při ZŠ Vítězná bylo předáno 25 ks anket a vyplněných anket bylo vráceno pouhých 9 ks což činí nejnižších 26% návratnosti. Z MŠ Příkazy mě nebylo odpovězeno. Paní ředitelka Jana Chmelařová z DDM Litovel mě odpověděla, že po návratu do normálního provozu rádi umožní provést dotazníkové šetření, to už ale pro mě bylo pozdě. Z celkového počtu rozdaných 75 ks anket, bylo navraceno 31 ks správně vyplněných to je 29 % návratnost. Z mého pohledu velice nízké číslo, měl jsem jiné očekávání.

Když jsem viděl, jak je nízká návratnost, pokoušel jsem se přes sociální sítě získat další vyplněné ankety. Takto jsem získal 2 ks vyplněných anket, které jsem zařadil do výzkumu. Tím jsem se dostal na celkový počet 33 ks správně vyplněných dotazníků. Další zasláné ankety jsem vyřadil, protože respondenti bydleli vzdáleněji od Litovle a mým cílem nebylo zjistit kde začíná a kde končí spádovost Litovle. Vzhledem ke vzniklé pandemii, bohužel odpadla možnost osobního dotazování respondentů přímo na ulici, respektive na dětském hřišti.

Dále jsem použil sekundární analýzu, pozorování. Tato metoda vyžaduje aby se pozorovatel oprostil od jakéhokoliv zaujetí ať už sympatie, rasového, náboženského či jiného. Tato technika byla využita při navštěvování volnočasové aktivity s mojí dcerou, během plavání.

„Sekundární data jsou taková, která existovala již před započítím našeho výzkumu, primární jsou ta, která v souvislosti s naším výzkumem sami pořídíme.“ (Tahal a kolektiv, 2017, 28)

„Pozorování - nejzákladnější metoda empir. věd a věd. práce vůbec, primárně zaměřená na získávání kvalitativních údajů.“ (Petrušek a kol., 1996, 822)

Poslední použitou metodu jsem opět zvolil sekundární analýzu. Vycházel jsem z publikovaných informací samotných organizací, které jsou volně přístupné. Takto jsem zjišťoval možnosti volnočasových aktivit pro děti v předškolním věku v obci Litovel. Touto metodou jsem se zabýval ve dne 20.1.2020 - 2.2.2020

5 VÝSLEDKY

5.1 Zjištěné nabídky volnočasových aktivit v obci Litovel

Průzkum se zaměřuje na možnosti volnočasových aktivit v obci Litovel pro děti v předškolním věku z pohledu marketingového mixu.

Analýza je zaměřená na tyto hlavní body:

- Produkt (služby, aktivity), jeho vhodnost, přínos či oblíbenost
- Cena, za jakou cenu jsou produkty dostupné, její výši
- Místo, dostupnost a vhodnost produktu
- Propagace, zda je dostatečná a kvalitní

První část analýzy se skládá ze sekundárního průzkumu daného prostředí, které jsem prováděl na základě zveřejněných informací samotnými organizacemi. Je doplněno vlastním pozorováním a zkušenostmi. Druhá část analýzy je zpracována z dat, které jsem získal za pomoci anketního šetření.

Ve zvoleném prostředí jsem zkoumal nabídku všech organizací pro zvolené věkové období. Některé organizace nabízí pouze jednu aktivitu, oproti tomu jiné umožňují více nabídek volnočasových aktivit.

Díky mým dvěma dětem, které jsou v předškolním věku, jsem získal vlastní zkušenosti s možnostmi volnočasových aktivit. V mém zájmu je, aby moje děti trávily volný čas aktivně, smysluplně a rozvíjeli své schopnosti. Sám jsem aktivně vyhledával informace na sociálních sítích, díval se po letácích a ptal se ve školce, abych se mohl rozhodnout, která nabídka bude pro mé děti nejlepší. Při rozhodování jsem musel zvážit mnoho proměnných počínaje vhodností aktivity přes časové možnosti až po finanční stránku.

5.1.1 DDM Litovel

Sebe prezentace: DDM Litovel je příspěvková organizace zřízená Olomouckým krajem. Působí v Litovli ve dvou budovách, v Komenského ulici 719/6 a na Staroměstském náměstí 182. Využíváme také dvě místnosti Městského klubu Litovel pro přestěhovaný Klub mladých, který nabízí spontánní aktivity a klubovou činnost. Další kroužky máme v Července, Senici na Hané, Těšeticích, Nasobůrkách a Haňovicích. Provozujeme stálou táborovou základnu v Cakově. Na dopravním hřišti v parku Míru v Litovli realizujeme dopravní výchovu. V době prázdnin nabízíme příměstské i pobytové tábory.

V DDM pracuje sedm pedagogů volného času a pět provozních zaměstnanců. Každoročně otevíráme asi 50 zájmových útvarů s cca 600 účastníky od 3 let až po seniory. Zájmové vzdělávání nabízíme formou pravidelné a příležitostné činnosti, spontánních aktivit a táborů pro zájemce každého věku, nejrůznějších zájmů a zaměření. (<https://www.ddmlitovel.cz/>)

5.1.1.1 Nabídka

Divadélko Rolnička - pro děti od 3 let a mladšího školního věku

- Produkt - děti budou vyrábět kulisy, maňásky a budou součástí divadelního představení

- Cena - 300,-/pololetí

Angličtina pro nejmenší - pro děti od 4 do 6 let

- Produkt - děti budou seznamovány za pomoci písniček, říkanek, her s obrázky a jednoduchými pohybovými aktivitami s cizím jazykem

- Cena - 300,-/pololetí

TK Kaster MINI I.-III. - pro děti od 4let až pro mladší školní věk

- Produkt - za pomoci hravé formy budou děti procvičovat hrubou motoriku a naučí se jednoduchou taneční sestavu na pohádkovou písničku

- Cena - 400,- až 550,-/pololetí

Cipísek, pro děti od 4 do 8 let

• Produkt - pohybové hry pro správně držení těla, cvičení na nářadí, dechová cvičení nebo cvičení s hudbou

- Cena - 300,-/pololetí

Pastelka, pro děti od 4 do 8 let

• Produkt - děti budou seznámeni s různými technikami malování (barvy temperové, vodové i prstové, kreslení tužkou, křídou, uhlem). Dále děti budou vystříhovat různé obrázky pro nalepování různých koláží

- Cena - 350,-/pololetí

Výtvarka pokaždé jinak, pro děti od 5 do 12 let

• Produkt - navazuje na kroužek Pastelka. Prohlubují se technické dovednosti získané dříve

- Cena - 350,-/pololetí

Keramika děti, pro děti od 5 do 12 let

• Produkt - tvoření z keramické hlíny

- Cena - 650,-/pololetí

Logopedické chvílky, pro děti od 4 let, 300,-/pololetí

• Produkt - nácvik správného dýchání, rozvoj motoriky, procvičování a uvolnění artikulačních orgánů, výslovnost hlásek to vše i za pomoci básniček a říkanek

- Cena - 300,-/pololetí

Raníček, pro děti od 2 let, 60,-/schůzka

• Produkt - při setkání si děti budou zpívat, tančit, rozvíjet hrubou i jemnou motoriku. Samozřejmostí je kreslení a spontánní hraní. Děti se budou učit základním sociálním návykům

- Cena - 60,-/ schůzka (3 hod)

DDM nabízí nejvíce aktivit pro děti předškolního věku v Litovli. Nabídku považují za velice pestrou a různorodou. Propagace DDM není příliš velká, ale má dobré jméno v okolí a rodiče si navzájem předávají doporučení.

5.1.2 Tatra Litovel

Sebe prezentace - Již v roce 1874 vznikla v Litovli Sokolská jednota. V roce 1924 založili fotbalisté svůj klub pod názvem SK Litovel. Postupně se přidal lední a pozemní hokej a házená. Během druhé světové války, kdy byl Sokol zakázán, všechny oddíly přešly pod SK Litovel. Po osvobození byla činnost Sokola opět obnovena. Po všesokolském sletu v červnu 1948, který vyzněl protistranicky, se schylovalo k celostátní reorganizaci tělovýchovy. Rok 1953 definitivně přinesl zánik litovelského Sokola, když byly tělovýchovné jednoty přičleněny k výrobním závodům a vznikl tak TJ Tatra Litovel.

V té době vznik v Litovli i TJ Slovan a Rudá Hvězda. Název Sokol byl vyhrazen jen pro vesnické jednoty. V roce 1956 pak reorganizace pokračovala a Slovan byl začleněn do Tatra.

Tatra Litovel je tělovýchovná jednota s formou zapsaného spolku (dříve sdružení), čítající 12 sportovních oddílů a působící ve městě Litovel. (<http://tatralitovel.cz/>)

5.1.2.1 Nabídka

Házená - od 6 do dospělosti

- Produkt - mladší miniházená je určena pro ty nejmenší
- Cena - 1 000,- / pololetí

Fotbal - od 4

• Produkt - mladší benjamínci, je určeno pro nejmenší děti, naučí se zacházet s balónem, zdokonalují si fyzickou zdatnost

- Cena - 650,- / pololetí

Florbal - od 4

• Produkt - mladší benjamínci, je určeno pro nejmenší děti, naučí se zacházet s florbalovou míčkou a míčkem, zdokonalují si fyzickou zdatnost

- Cena - 650,- / pololetí

5.1.3 Mažoretky

Sebeprezentace: Zájmový útvar "minimažoretky" začal pracovat v r.2003.

Děvčata ve věku 4-10 let se scházela poctivě každou středu a věnovala se nácviku pochodu, správného držení těla. Děvčata vedly p.uč. z MŠ Taťána Popelková a Hana Freibergová, které začaly vést mažoretky po semináři v Lomnici nad Popelkou.

Od r.2005 se mažoretky rozdělily do dvou skupin. Linetky, jakožto Litovelské Nejmenší mažoreTKY a Zvonky - děti starší. Změnilo se vedení p.uč. Freibergovou nahradila p.uč. Martina Popelková. Děti vystupovaly na plesích a akcích města a okolí. Vždy sklidily velký úspěch a počet dětí se neustále zvyšoval.

Od r. 2007 jsou mažoretky pod vedením sester Hany a Martiny Popelkových, které chtějí s dětmi vyzkoušet některé soutěže mažoretek a porovnat síly s ostatními.

V r.2008 byl sjednocen název mažoretek na Linetbells a díky velkému zájmu dětí, byly rozděleny do tří skupin Mini, Baby, Girls, podle věku dětí.

Od září 2011 přešly mažoretky Linetbells pod TJ Sokol Litovel

V září 2017 vznikly mažoretky jako samostatný zapsaný spolek "Mažoretky Linetbells z.s.", důvody odloučení od Sokola bylo snižování počtu hodin na tréninky a počty trenérek. Pod náš spolek přešly i trenérky cvičení s předškolními dětmi.

V září 2017 bylo zapsáno 71 dětí ve věku 3-20 let (<https://www.linetbells.cz/>)

5.1.3.1 Nabídka

Mažoretky - od 3 let

- Produkt - děti se budou učit správnému držení těla a nácviku pochodu na dětské písni, dále se seznámí se zacházením s hůlkou

- Cena - 500,- / pololetí

5.1.4 Plavecký bazén při ZŠ Vítězná Litovel

Sebeprezentace - Plaveckou učebnu tvoří bazén a parní lázeň, na ně navazují šatny, sprchy a toalety zvlášť pro muže i pro ženy.

V bazénu je instalována perlička, vodní dělo a chrlič, které využívá především veřejnost.

Z plaveckého bazénu lze vstoupit do parní lázně, která byla vybudována a otevřena v srpnu 2009. Parní lázeň, jak napovídá sám název, je prostor naplněný vodní párou se stoprocentní relativní vlhkostí, kde se teplota pohybuje u dětí 45°C a u dospělých 55°C.

Důležitá je i teplota vody v plaveckém bazénu. V provozním řádu je uvedena teplota vody, která musí být dodržena. Pro bazén při ZŠ Vítězná Litovel je určena maximální teplota vody 28 °C, teplota vzduchu na bazénu o 2 °C vyšší.

Ve školním roce 2003-04 byl dokončen bazén a zpřístupněn žákům i veřejnosti. (<https://www.zsvitezna-litovel.cz/>)

5.1.4.1 Nabídka

Batolata - pro děti od 1 do 2 let, vždy s rodičem

- Produkt - v dítěti budovat vztah k vodě za pomoci jednoduchých pohybových aktivit provázené říkadly

- Cena - 1 000,-/pololetí

Žabičky - pro děti od 3 do 4 let, vždy s rodičem

- Produkt - může navazovat na kurz Batolata, cíl je stejný

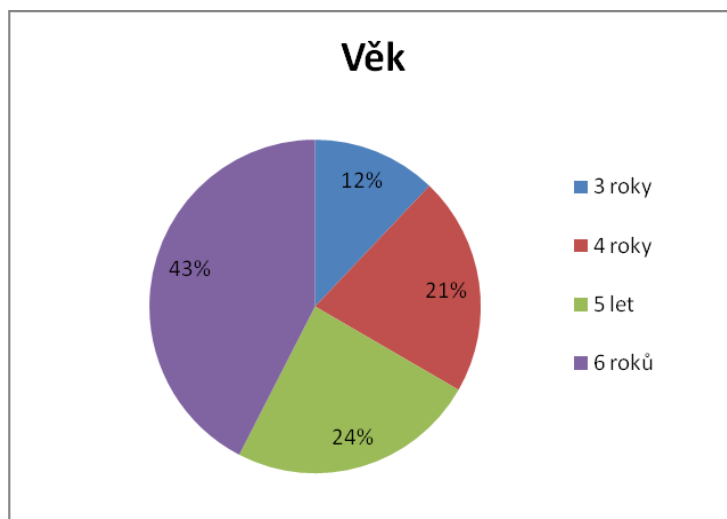
- Cena - 1 000,-/pololetí

Vodníček - pro děti od 5 do 7 roků

- Produkt - kurz je určený plavcům i neplavcům. Děti získají základní dovednosti potřebné ke zvládnutí plavání

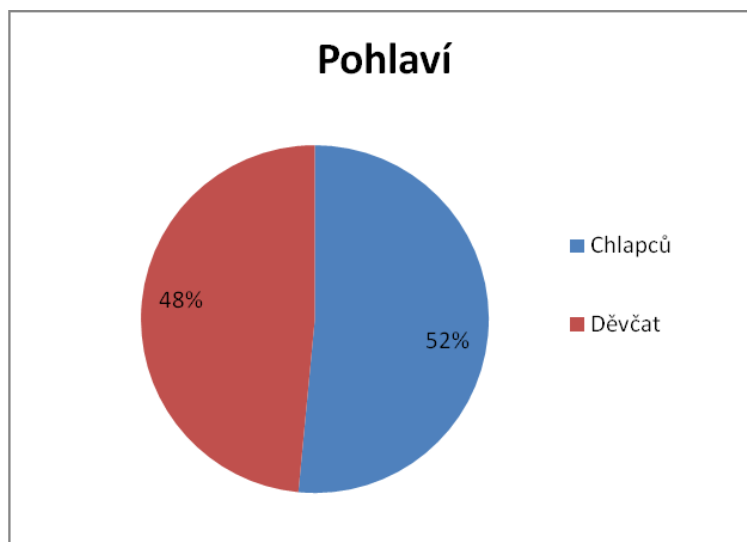
- Cena - 1 120,-/pololetí

5.2 Výsledky dotazníkového šetření



Obrázek 5. Věk dítěte

Z grafu lze vyčíst, že největší zastoupení v navštěvování volnočasích aktivit bylo u dětí ve věku 6 roků a naopak nejnižší zastoupení měli děti ve věku 3 let.



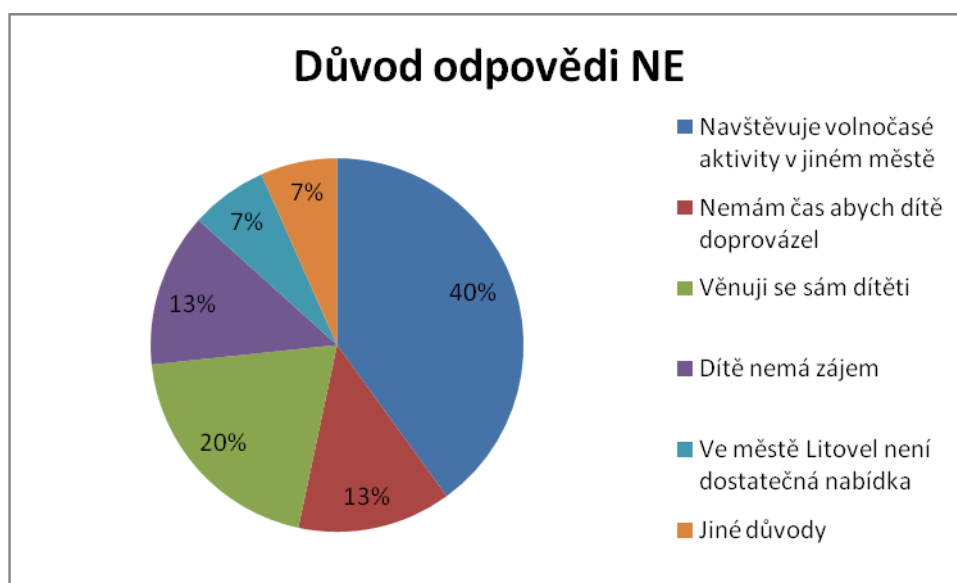
Obrázek 6. Pohlaví

Počet chlapců kteří navštěvuji volnočasé aktivity byl mírně vyšší než počet dívek.



Obrázek 7. Navštívje Vaše dítě volnočasovou aktivitu v Litovli

Z celkového počtu odpovědělo 39% rodičů, že jejich dítě nenavštívuje žádný kroužek v Litovli. Rád bych podotknul že z tohoto počtu 46% respondentů uvedlo, že jejich dítě navštívuje volnočasové aktivity v jiné obci - Náklo nebo Olomouc. To považuji za velký úspěch.



Obrázek 8. Důvod negace

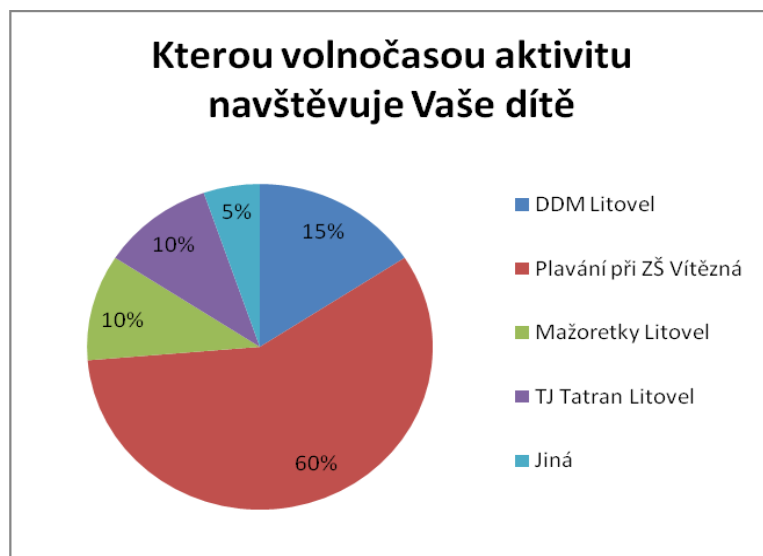
Téměř polovina rodičů odpověděla, že jejich dítě navštívuje volnočasovou aktivitu v jiném městě. U silné většiny byla uvedena obec Náklo. MŠ Náklo ve spolupráci s RC Housátko umožňuje velké množství volnočasových aktivit (florbal, Sokol - všestranný pohybový rozvoj, angličtina pro nejmenší, jóga pro děti, tanečky, tvořivé ručičky). Považuji

to za velkou výhodu této školky. Dva z rodičů uvedli, že dítě navštěvuje volnočasou aktivitu v obci Náklo a zároveň že jsou za tuto možnost rád, protože jsou pracovně vytíženi a neměli by čas vozit dítě do Litovle.

Jiné město bylo vždy Olomouc. Jeden z rodičů poznamenal, že se díky této anketě dozvěděl o možnosti plavání dětí v Litovli a že následující rok to změní z důvodu lepší spádovosti k bydlišti.

Jeden rodič odpověděl, že je nabídka pro 3 leté dítě v obci Litovel příliš malá. Jemu se zamlouvalo jen plavání které ale nebyl schopen zvládat z časového hlediska. Můj syn také navštěvoval plavání pro 3 leté děti a mohu potvrdit, že začátek od 15 hod je velice náročný skloubit s pracovní dobou.

Jsem rád, že žádný z rodičů neodpověděl jako důvod nedostatek finančních prostředků ale překvapilo mě, že dva rodiči odpověděli, že jejich dítě nemá zájem o volnočasé aktivity.



Obrázek 9. Navštěvovaná aktivita

Nejvíce zastoupené je plavání při ZŠ Vítězná. Tuto volnočasou aktivitu navštěvuje více než polovina všech respondentů a to 11 dětí tj. 60%. Druhou nejčastěji navštěvovanou organizací je DDM Litovel, kterou navštěvuje 15% dětí. Mažoretky Litovel a TJ Tatran Litovel navštěvuje stejný počet dětí. Jejich zastoupení je 10%. Jeden respondent

odpověděl, že navštěvuje jinou volnočasovou aktivitu. Navštěvuje kroužek roztleskávaček, Golden Bees.

Tabulka 1. Spokojenost s kvalitou služeb

Pořadí	Organizace	Přínos	Délka	Pedagog	Celkem
3	DDM Litovel	1,00	1,33	1,00	1,11
2	Plavání při ZŠ Vítězná	1,15	1,08	1,00	1,08
4	Mažoretky Litovel	3,00	1,00	1,00	1,67
1	TJ Tatran Litovel	1,00	1,00	1,00	1,00
1	Jiná	1,00	1,00	1,00	1,00

U jednotlivých organizací jsem sečetl známky dle kladených otázek, které ukazují na spokojenost / nespokojenost s přínosem pro dítě, vhodnost / nevhodnost délky aktivity a na kvalitu pedagoga. U jednotlivých otázek jsem vypočítal aritmetický průměr, který jsem vypočítal do celkového aritmetického průměru. Díky tomuto výsledku jsem získal pořadí jednotlivých organizací.

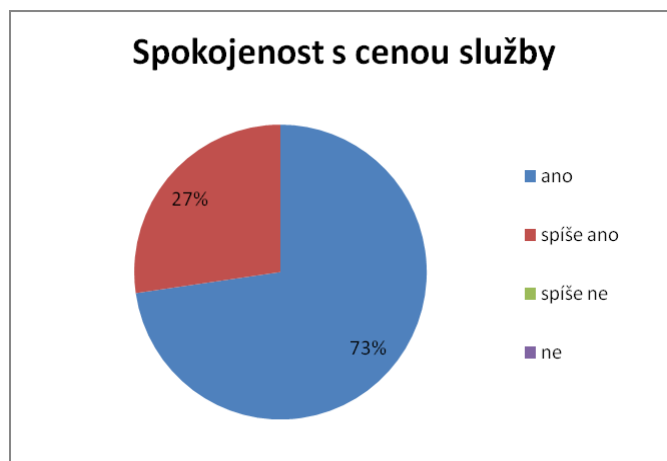
Nejlépe v hodnocení dopadl TJ Tatran Litovel a Roztleskávačky. Jejich průměr je roven 1, což znamená největší možnou spokojenost. Jako poslední se umístili Mažoretky Litovel. Jejich celkový průměr je 1,67. Rád bych k tomu uvedl následující. Mažoretky navštěvují celkem 2 respondenti. Jeden z nich oznámkoval přínos této volnočasové aktivity známkou 5 tzn. nejhorší možnou známku. Dále stejný respondent v následujících otázkách odpověděl, že dítě má nejrady plavání a cvičení a i on sám považuje plavání za nevhodnější pro dítě, které ale nenavštěvuje. Z těchto odpovědí vyplývá, že dítě nenavštěvuje pro něj ten nejlépe zvolený kroužek.

Tabulka 2. Spokojenost s prostředím a dostupností

Pořadí	Organizace	Vzdálenost	Parkování	Vybavenost	Bezpečí	Vzhled	Celkem
4,00	DDM Litovel	1,33	2,33	2,00	1,33	3,00	2,00
3,00	Plavání při ZŠ Vítězná	2,00	2,17	1,17	1,25	1,08	1,53
4,00	Mažoretky Litovel	2,50	3,50	2,00	1,00	1,00	2,00
1,00	TJ Tatran Litovel	1,33	1,67	1,00	1,33	1,33	1,33
2,00	Jiná	1,00	1,00	2,00	2,00	1,00	1,40

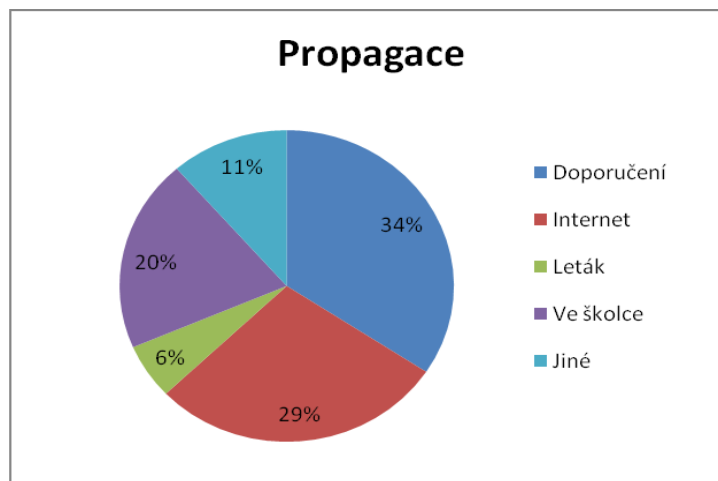
I v této otázce jsem u jednotlivých organizací sečetl známky dle kladených otázek, které jsou zaměřené na spokojenost / nespokojenost se vzdáleností od bydliště, možností parkování, vhodnost / nevhodnost vybavenosti organizace, zda je / není dítě v bezpečí během kroužku a dále jak se líbí / nelíbí vzhled budovy kde jsou uskutečňovány volnočasové aktivity. U jednotlivých otázek jsem vypočítal aritmetický průměr, který jsem vypočítal do celkového aritmetického průměru. Díky tomuto výsledku jsem získal pořadí jednotlivých organizací.

V těchto otázkách jsou respondenti viditelně méně spokojeni oproti předešlým otázkám. Nejlépe dopadl TJ Tatran Litovel, který má celkový průměr 1,33. Největší slabina této organizace je parkování. Nejméně spokojení jsou rodiče dětí, kteří navštěvují DDM Litovel a Mažoretky Litovel. Jejich celkový průměr je 2. DDM Litovel respondenti označili vzhled budovy jako nejhorší a dále jim nevyhovuje parkování. Nejhůře se parkuje rodičům, kteří doprovází děti na Mažoretky Litovel. Celkově s parkováním mají rodiče dětí největší potíže ale oproti tomu bezpečí dětí hodnotí respondenti nejlépe, což je super.



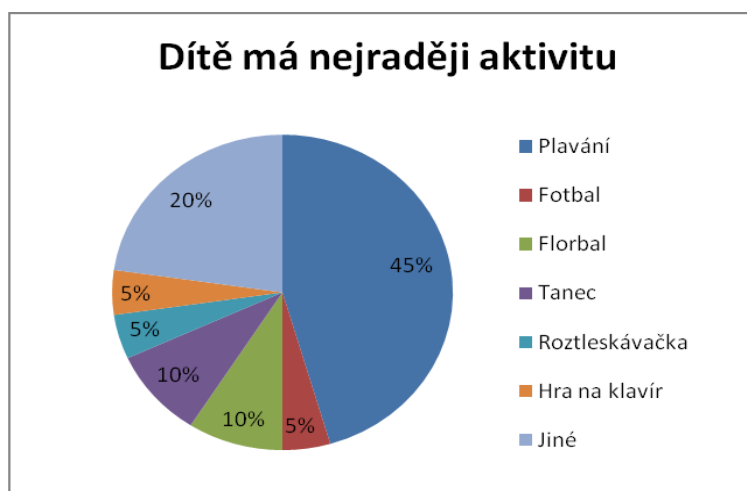
Obrázek 10. Spokojenost s cenou

U této otázky jsem byl nejvíce překvapen a to proto, že žádný z rodičů neodpověděl negativně. 73% respondentů je s cenami výše uvedených volnočasových aktivit spokojena a zbylých 27% je s cenou spíše spokojena. Dle mého názoru jsou ceny srovnatelné s cenami například v Olomouci a nebo v Nákle.



Obrázek 11. Propagace

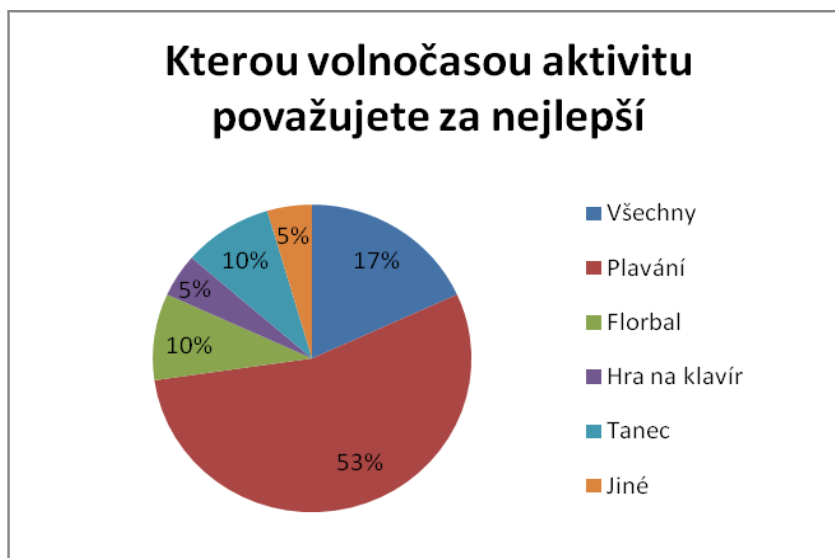
Z grafu č.11 vyplývá, že nejlepší propagace je doporučení, které pomohlo 34% rodičů se rozhodnout pro jimi zvolený kroužek pro své dítě. Jako druhá nejlepší propagace je internet, který získal 29%. Toto umístění vypovídá o tom, že rodiče jsou aktivní a vyhledávají si sami informace o možnostech pro jejich děti, které kroužky mohou navštěvovat. Pouhých 6% získala možnost propagace za pomoci letáku. Je otázkou zda výše uvedené organizace k této propagaci nepřístupují či je nevhodně umísťují a nebo rodiče si letáků nevěšují. 30% rodičů uvádí více zdrojů propagace.



Obrázek 12. Oblíbenost aktivit dle dětí

Děti mají jednoznačně nejraději plavání, které navštěvuje 45% respondentů. V kategorii jiné, která má 20% z celkového počtu jsou tyto aktivity - atletika, gymnastika, bruslení, pohybové hry a potápění. Zbylé aktivity jsou zastoupany v malém počtu.

Z celkového počtu 18 anket bylo 2x odpovězeno, že dítě má nejraději jinou aktivitu než kterou navštěvuje. U 10 odpovědí se oblíbená aktivita shodovala s navštěvovanou aktivitou a zbylých 6 dětí má rádo více aktivit a nebo jakýkoli pohyb. Tyto odpovědi vypovídají o tom, že děti prozatím nemají vyhraněnou aktivitu.



Obrázek 13. Oblíbenost aktivit dle rodičů

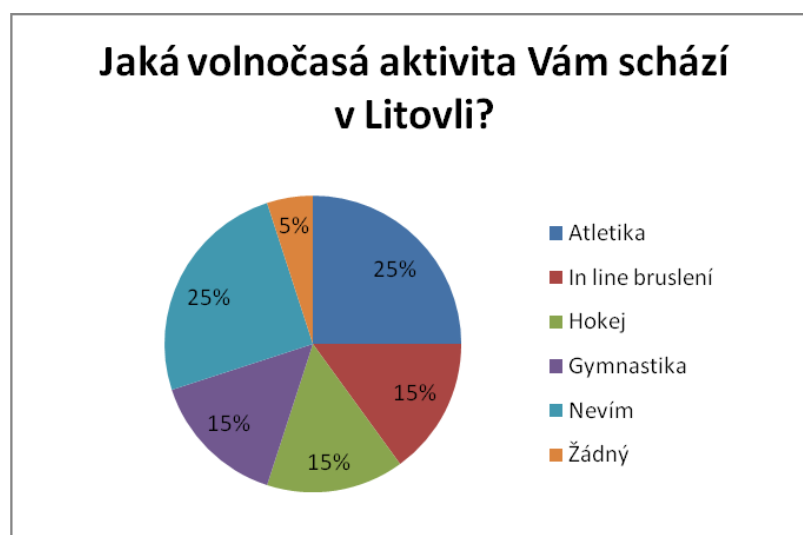
Z pohledu rodičů je nejlepší volnočasová aktivita pro jejich děti opět plavání. To si myslí 53% respondentů. 17% rodičů zastává názor, že pro dítě jsou vhodné všechny aktivity. Zbývající kroužky jsou zastoupeny v malém počtu.



Obrázek 14. Přínos pro dítě

Některé důvody, proč je zvolená aktivita pro dítě nejlepší mě překvapili. Dobrý důvod proč dát dítě plavat, uvedlo 8% respondentů, otužování. Tento důvod mě překvapil a potěšil zároveň. Moje dcera také navštěvuje plavání ale určitě není stále nemocná i když si mnoho rodičů myslí, že když dítě v zimě navštěvuje plavání tak musí být co chvíli nemocné, právě kvůli plavání. Těchto 8% rodičů má zcela opačný názor, plavání pomáhá dítěti se otužovat a díky tomu nebýt nemocné. Další důvod mě bohužel překvapil negativně, pouhých 17% rodičů uvedlo, že dítě navštěvovaný kroužek baví. To je strasně nízké číslo.

Nejvíce zastoupený důvod byl ten, že dítě má pohyb. Jeden z rodičů uvedl, že považuje za výhodu "soustředění". Jeho dítě hraje na klavír.



Obrázek 15. Požadované aktivity

Respondenti vidí určité nedostatky v nabídce volnočasových aktivit pro děti v předškolním věku. Nejvíce schází nabídka atletiky a to v celkovém počtu 25% dotázaných. Gymnastika, hokej a in line bruslení získalo po 15%. Pouhých 5% uvedlo, že jim nic neschází a 25% respondentů neví co by jim v nabídce scházelo.

Souhlasím s respondenty, že v Litovli schází nabídka atletiky a gymnastiky pro děti v předškolním věku.

Návrhy na změny a zlepšení z jakéhokoli pohledu

V této otázce jsem se toho dozvěděl nejméně, protože 62% dotázaných odpovědělo, že nemají žádné návrhy na zlepšení. Zbýlých 38% respondentů uvedlo následující návrhy

na zlepšení. Poukazují na opravu Sokolovny, její zázemí a šatny. DDM Litovel zmodernizovat. Pěkný návrh byl, aby informace o kroužkách byly na jedné internetové stránce a pak bylo možné přesměrování na domovskou stránku organizace. Rodiče poukazovali na lepší možnosti parkování. Objevila se i šalamounská odpověď, která zněla "zajistit scházející aktivity, atletika a gymnastika". Poslední připomínka je lepší časová dostupnost pro dojíždějící na kroužky. To mohu sám potvrdit, když syn chodil ve 3 letech na plavání, bylo dost náročné, aby jsme stíhali začátek hodiny, který byl od 15 hodiny.

6 DISKUZE

Moji práci podpořili litovelské organizace, které poskytují volnočasové aktivity, školka v Litovli a školka v blízkém okolí Litovle. Díky jejich pomoci jsem získal celkem 33 anket se kterými jsem mohl dále pracovat. Bohužel v období, kdy probíhal hlavní sběr informací, dotazníkové šetření, se objevil COVID-19 a s ním spojené komplikace. Byly uzavřené všechny školy, školky i organizace poskytující mimoškolní aktivity. Tato neočekávaná situace velice zkomplikovala možnost sběru informací. Byla domluvena spolupráce i s jinými organizacemi, ale bohužel nebylo možné zahájit součinnost z důvodu kompletního uzavření Litovle a blízkého okolí. Při dokončování mé bakalářské práce teprve dochází k otevírání školek a škol ale organizace poskytující volnočasové aktivity jsou stále uzavřené.

Mým hlavním cílem v dotazníkovém šetření bylo zjistit spokojenost respondentů s nabídkou volnočasových aktivit pro předškolní děti, poskytovanými službami, jejich cenou a jak se o poskytovaných službách dozvěděli.

Druhotný zjišťovaný aspekt byl, proč děti v předškolním věku nenavštěvují žádné volnočasové aktivity. Toto hledisko jsem zařadil mezi první otázky, čímž jsem roztrídil respondenty na dvě kategorie a to kteří nenavštěvují volnočasovou aktivitu v Litovli a druhou skupinu, kteří navštěvují volnočasovou aktivitu v Litovli.

První skupina uvedla jako nejčastější důvod proč dítě nenavštěvuje žádný kroužek ten, že se rodiče věnují sami dětem. Druhá nejčastější odpověď byla ta, že z časového vytížení nestíhají žádné aktivity. Na třetí pozici byla poměrně hodně zastoupená odpověď, že dítě nemá zájem o žádné volnočasové aktivity, což mě velice překvapilo. S těmito důvody se neztotožňuji. Je chvályhodné, že rodiče tráví čas s dětmi a věnují se jim, ale nikdy jim nenahradí socializaci ve skupině a tím pádem i osobní rozvoj. Nedostatku času musím také oponovat. Všechny tyto odpovědi jsou z MŠ Náklo, která má dobře zařízenou organizaci kroužků. Kroužky jsou pořádány v prostorách MŠ Náklo a rodiče si jen děti vyzvednou po aktivitách, nikam děti nemusí vozit. Tuto výhodu hodnotím dle vlastních zkušeností, mé dvě děti tuto možnost využívají. Téměř polovina respondentů se ztotožňuje s mým tvrzením, že MŠ Náklo má dobře zorganizované kroužky pro děti.

Pro první skupinu respondentů anketní šetření v této části skončilo, protože nebyly schopni na další otázky odpovídat relevantně.

Na další otázky již odpovídala jen druhá skupina respondentů.

Největší oblibě rodičů se těší plavání při ZŠ Vítězná. Tuto aktivitu navštěvuje více jak polovina respondentů. I mé děti navštěvují kurzy plavání. Jedinou zápornou věc kterou jsem při navštěvování zaznamenal, byl časový harmonogram výuky. Nejmenší děti začínají již v 15 hod. Pro pracujícího rodiče je dosti náročné aby stíhal začátek hodin. Doporučoval bych, aby aktivity začínaly později, např. od 16:30 hod. Domnívám se, že by to bylo přijatelnější pro mnoho potenciálních zájemců o kurzy plavání pro nejmenší děti.

U otázek, zda jsou respondenti spokojeni s délkou aktivity, vyučujícím a zda aktivita je přínosná pro dítě byla jen jedna odpověď vybočující od ostatních. Jeden respondent vůbec nepovažuje za přínosné, že jeho dcera navštěvuje jím zvolenou volnočasovou aktivitu a to konkrétně mažoretky. Zde vidím nedostatek anketního šetření. Měla tu být možnost odpovědi, z jakého důvodu to tak respondent vnímá. U všech ostatních odpovědí jsem nezaznamenal žádné větší negace. To mě potěšilo, protože to značí o spokojenosti respondentů se zvolenou volnočasovou aktivitou pro své děti. Délka aktivity je správně nastavená organizací a i vyučující je vhodný pro danou aktivitu.

U dalšího tématu si respondenti nejvíce stěžovali na možnost parkování, který byl nejčastější důvod nespokojeností s prostředím a dostupností. Respondenti s parkováním byly nespokojeni u více organizací. To značí o tom, že parkování v obci Litovel je poměrně rozšířený problém. Tuto záležitost organizace bohužel samy nevyřeší, ale určitě by se jím měli v budoucnosti zabývat společně s městem.

Žádný z respondentů neměl výhrady k ceně. To mě mile překvapilo. Značí to o tom, že organizace nemají své služby předražené a tím pádem si je mohou zákazníci dovolit. Rád bych podotknul, že nikdo z dotázaných neuvedl jako důvod nenavštěvování volnočasových aktivit finanční nedostatek v rodinném rozpočtu. To značí o dobrém finančním zajištění respondentů.

Co se týče propagace organizací, tak zde vidím největší rezervy a nedostatky. Pro respondenty má největší váhu doporučení od známých. Druhým největším zdrojem pro rozhodování je internet. Velice často se tyto dvě odpovědi prolínaly. Tyto výsledky svědčí

o tom, že zkušenosti druhých jsou nejlepší reklamou, ale zároveň by se tento úspěch dal podpořit např. vlastní propagací formou informací ve spádových mateřských školkách. Sám moc dobře vím, když jsem chtěl dát děti na plavání, musel jsem si vyhledávat informace a zjišťovat možnosti v mém blízkém okolí bydliště a proto se domnívám, že mnou navrhovaná možnost propagace by byla efektivní a málo nákladná. Dále by organizace měli využívat sociální sítě. V dnešní elektronické době to беру jako nevyužitou samozřejmost. Dobrou myšlenku hodnotím odpověď jednoho z respondentů, když navrhl, aby všechny organizace poskytující volnočasové aktivity v Litovli se prezentovali na společném serveru s možností případné následné detailnější sebezprezentace.

Děti mají jednoznačně nejraději plavání. Uvádí to téměř polovina respondentů. Jako pozitivní výsledek hodnotím to, že téměř všechny děti mají nejraději jimi navštěvovanou aktivitu. Bohužel je tu jedna výjimka a to již dříve zmiňovaná mažoretky. Její oblíbená aktivita je plavání, které ale nenavštěvuje. Díky této odpovědi, jsem si uvědomil, že jsem do ankety mohl zařadit otázku, zda respondentům anketa něco dala, případně co. V případě této mažoretky doufám, že ano a rodič dá své dítě na plavání a investuje svůj čas, energii a finance do aktivity, kterou on sám považuje za přínosnější pro své dítě a zároveň to tak cítí i samotné dítě.

Následující otázka byla zaměřená na rodiče, jakou volnočasovou aktivitu považují pro své dítě za nejlepší. Respondenti se shodují s dětmi a je pro jejich děti nejvhodnější aktivita plavání. I zde se kopíruje předešlý scénář, kdy jsou všichni rodiče přesvědčeni, že volnočasová aktivita kterou dítě vykonává je pro ně nejlepší vyjma nám již dobře známe mažoretky. Rodič uvádí, že pro dítě je nejlepší plavání. Zde se ukazuje smutné zjištění kdy rodič ví, že jeho dítě rádo plave i on sám vidí plavání jako přínosné pro dítě ale ve skutečnosti dítě navštěvuje jinou zájmovou činnost, konkrétně mažoretky.

Byl jsem zklamán, když jen malá hrstka, zhruba 1/5 respondentů uvedla, že děti jimi zvolenou volnočasovou aktivitu navštěvují z důvodu, že je to baví. To považuji za naprostou katastrofu. Tento důvod by měl být jeden z hlavních, protože jsem názoru, že dítě by mělo dělat to co jej baví aby si vytvářelo kladný vztah k pohybu a svému volnému času. Silná většina respondentů uvedla jako hlavní důvod "pohyb" a to je super.

V otázce, jaká volnočasová aktivita schází v obci Litovel není žádná, která by vyčnívala nad jinými. Respondenti uváděli následující - atletika, in-line brusle, hokej a gymnastika. Hokej vidím jako nereálný pro obec Litovel. Je to náročný sport na zázemí, které město nemá, ale ostatní pohybové aktivity by se mohli zrealizovat.

7 ZÁVĚR

Zkoumání a analyzování daného prostředí jsem provedl za pomoci vlastních zkušeností, dotazníkového šetření a v neposlední řadě vlastním zkoumáním.

Hlavní cíl bakalářské práce byl naplněn. Bylo zjištěno, že možnosti volnočasových aktivit pro děti v předškolním věku jsou v obci Litovel různorodě zastoupeny, což dokládají výsledky dotazníkového šetření i sekundární analýza volnočasových nabídek.

K získání potřebných informací mě podpořili litovelské organizace které poskytují volnočasové aktivity, školka v Litovli a školka v blízkém okolí Litovle. Díky jejich pomoci jsem získal celkem 33 anket se kterými jsem mohl dále pracovat. Dotazníkovou anketu jsem si vybral z důvodu, že za pomoci ní je možné v krátkém čase a na více místech současně získat více informací od respondentů. Bohužel v období, kdy probíhal hlavní sběr informací se objevil COVID-19 a s ním spojené komplikace, uzavření školek, škol a mimoškolních zařízení poskytující volnočasové aktivity.

Z celkového počtu 33 respondentů odpovědělo 21% respondentů, že jejich dítě ne navštěvuje žádnou volnočasovou aktivitu. Nejčastější důvod proč dítě ne navštěvuje žádný kroužek byla, že se rodiče věnují sami dětem. Druhá nejčastější odpověď byla uvedená, že z časového vytížení nestíhají žádné aktivity. Poměrně hodně byla zastoupena na třetí pozici odpověď, že dítě nemá zájem o žádné volnočasové aktivity

Dále se průzkum věnuje pouze anketám, kde bylo odpovězeno, že dítě navštěvuje některou volnočasovou aktivitu v Litovli.

Největší oblibě rodičů se těší plavání při ZŠ Vítězná. Tuto aktivitu navštěvuje 60% respondentů.

U otázek, zda jsou respondenti spokojeni s délkou aktivity, vyučujícím a zda aktivita je přínosná pro dítě byla jen jedna odpověď vybočující od ostatních. Jeden respondent vůbec nepovažuje za přínosné, že jeho dítě navštěvuje jím zvolenou volnočasovou aktivitu. U všech ostatních odpovědí jsem nezaznamenal žádné větší negace.

Další otázka byla zaměřená na spokojenost s prostředím a dostupností. Respondenti si nejvíce stěžovali na parkování, nespokojeni byli u více organizací.

Všichni respondenti jsou spokojeni s cenou služby a to 73% dotázaných a nebo odpovíděli, že jsou spíše spokojeni s cenou služby. Nikdo neměl žádné výhrady k ceně.

Z pohledu propagace má pro respondenty největší váhu doporučení a to 34%. Druhým největším zdrojem pro rozhodování, kterou volnočasovou aktivitu zvolit je internet v počtu 29%.

Děti mají jednoznačně nejraději plavání a to 45% dotázaných. Silná většina dětí má nejraději jimi navštěvovaný kroužek.

Respondenti se shodují s dětmi a je pro jejich děti nejvhodnější aktivita plavání. Tento názor zastává 53% dotázaných. I zde se kopíruje předešlý scénář, kdy je většina rodičů přesvědčena, že volnočasová aktivita kterou dítě vykonává je pro jejich děti nejlepší.

Byl jsem zklamán, když v anketách pouhých 17% respondentů uvedlo, že děti jimi zvolenou volnočasovou aktivitu navštěvují z důvodu, že je to baví. Silná většina respondentů uvedla jako hlavní důvod "pohyb" a to 42% což je super.

V otázce, jaká volnočasová aktivita schází v obci Litovel není žádná, která by vynívala nad jinými. Respondenti uváděli následující - atletika, in-line brusle, hokej a gymnastika.

Má anketa z pohledu marketingového mixu dopadla následovně:

- produkt - obec Litovel nabízí dostatečné množství nabídek volnočasových aktivit pro děti v předškolním věku se kterou jsou respondenti spokojeni. Respondenti uvedli jen několik málo návrhů pro rozšíření volnočasových aktivit
- price - k ceně za poskytované služby nemá žádný z respondentů výhrady
- place - respondenti jsou spokojeni s bezpečím, které je poskytováno jejich dětem při aktivitách. Již méně jsou spokojeni s vybaveností organizací a vzhledem jejich budov. Nejmenší spokojenost respondentů je s možností parkování během kroužků.
- promotion - rodiče se nejčastěji o nabídkách volnočasových aktivitách dozvídají na základě doporučení jiných rodičů a druhá nejčastější varianta je vyhledávání si informací na internetu.

8 SOUHRN

Cílem práce bylo zjistit současnou spokojenost s nabídkou volnočasových aktivit pro děti v předškolním věku v obci Litovel.

Po krátkém úvodu navazuje syntéza poznatků se základními definicemi pojmů. Základy této práce jsou zaměřeny na marketing, marketingový mix, marketingové plánování, děti předškolního věku, jejich vývoj a životní styl z pohledu rodiny i jedince.

V další části práce se věnuji charakteristice a historickému vývoji obce Litovel a makroanalýze zkoumaného prostředí.

Čtvrtá kapitola definuje cíl práce a její dílčí úkoly

V páté kapitole je popsán průběh a souhrn vybraných výzkumných metod a technik, které byly použity ke sběru a vyhodnocování dat pro účely této práce.

Šestá kapitola se zabývá zjištěnými možnostmi nabídky volnočasových aktivit a výsledky anketního šetření.

Závěr práce patří diskuzi ke zjištěným výsledkům z anketního šetření. Celkového zhodnocení a možnostem ke zlepšení nabídek volnočasových aktivit pro děti v předškolním věku v obci Litovel.

9 SUMMARY

The goal of the thesis was to define current satisfaction of citizens with options of free time activities for preschool children in the town of Litovel.

Quick introduction is followed by synthesis of knowledge and basic definitions of conceptions. Basics of the thesis deals with marketing, marketing mix, marketing planning, preschool children, their development and life style from the point of view of family and an individual.

Next part engages in characterization and historical development of the town of Litovel and macro analysis of examined environment.

Fourth chapter defines the goal of the thesis and its partial tasks.

Fifth chapter describes course and summary of chosen scientific methods and techniques that were used to collect and interpret data for objectives of the thesis.

Sixth chapter deals with located options of free time activities and outcomes of the opinion poll.

Summary of the thesis discusses discovered outcomes from the opinion poll, final evaluation and possibilities to improve options of free time activities for preschool children in the town of Litovel.

10 SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

- Bäcker - Braun K. (2014). *Rozvoj inteligence u dětí od 3 do 6 let*. Praha: Grada Publishing
- Bednářová J., Šmardová V. (2015). *Diagnostika dítěte předškolního věku (2th ed.)*. Brno: Edika.
- Bělinová L. a kolektiv. (1982). *Pedagogika předškolního věku*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- Blatný M. (2016). *Psychologie celoživotního vývoje*. Praha: Karolinum
- Bytešníková I. (2012). *Komunikace dětí předškolního věku*. Praha: Grada Publishing.
- Galloway J. (1997). *Děti v kondici...zdravé, šťastné, šikovné*. Praha: Grada Publishing.
- Goleman D. (1997, 2011). *Emoční inteligence* (M. Bílková, Trans.). Praha: Grada Publishing. (Originál vydán 1995)
- Hamplová L. (2020). *Veřejné zdravotnictví a výchova ke zdraví*. Praha: Grada Publishing.
- Hofbauer B. (2004). *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál
- Jucovičová D., Žáčková H. (2014). *Je naše dítě zralé na vstup do školy?*. Praha: Grada Publishing.
- Karlíček M. a kol. (2013). *Základy marketingu*. Praha: Grada Publishing
- Kopecká I. (2015). *Psychologie 3. díl*. Praha: Grada Publishing
- Kotler P., Keller K.L. (2013). *Marketing management*, (14th ed.), Praha: Grada Publishing
- Koňátková S. (2005). *Hry v mateřské škole v teorii a praxi*. Praha: Grada Publishing
- Koňátková S. (2014). *Dítě a mateřská škola (2th ed.)*. Praha: Grada Publishing
- Kotíková H., Zlámal J. (2006). *Základy marketingu*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci
- Kozel R., MynářováL., Svobodová H. (2011). *Moderní metody a techniky marketingového výzkumu*. Praha: Grada Publishing
- Křištofič J. (2006). *Pohybová příprava dětí*. Praha: Grada Publishing
- Kunčar S. (1995). *Marketing pro všechny*. Krnov: Slakun
- Langmeier J., Krejčířová D. (2006). *Vývojová psychologie (2th ed.)*. Praha: Grada Publishing.
- Machová J., Kubátová D. (2015). *Výchova ke zdraví (2th ed.)*. Praha: Grada Publishing.
- Maříková H., Petrušek M., Vodáková A. (1996). *Velký sociologický slovník*. Praha: Univerzita Karlova

- Máček M., Radvanský J. (2011). *Fyziologie a klinické aspekty pohybové aktivity*. Praha: Galén
- Matějček Z. (2005). *Prvních 6 let ve vývoji a výchově dítěte*. Praha: Grada Publishing
- Morinová Z., Pastucha D. (2012). *Praktická dětská obezitologie*. Praha: Grada Publishing.
- Nováková I. (2011). *Zdravotní nauka 2 díl: učebnice pro obor sociálních činností*. Praha: Grada Publishing
- Pastucha D. a kolektiv. (2011). *Pohyb v terapii a prevence dětské obezity*. Praha: Grada Publishing.
- Pávková J. (2014). *Pedagogika volného času*. Praha: Univerzita Karlova v Praze
- Pulkkinen A. (2010). *Pohybové hry a cvičení s dětmi* (J. Bílková, Trans. Praha: Grada Publishing. (Originál vydán 2009).
- Rychtecký A., Tilinger P. (2017). *Životní styl české mládeže*. Praha: Karolinum
- Slepička P., Hošek V., Hátlová B. (2006). *Psychologie sportu*. Praha: Univerzita Karlova v Praze
- Slepičková I. (2005). *Sport a volný čas*. Praha: Univerzita Karlova v Praze
- Strožický F., Sýkora F. a kolektiv (2015). *Základy dětského lékařství*. Praha: Univerzita Karlova v Praze
- Světlík J. (1994). *Marketing - Cesta k trhu*. Zlín: EKKA
- Tahal R. a kolektiv (2017). *Marketingový výzkum*. Praha: Grada Publishing
- Tomek G., Vávrová V. (2001). *Výrobek a jeho úspěch na trhu*. Praha: Grada Publishing
- <https://www.historickasidla.cz/dr-cs/212-litovel.html>
- <https://www.litovel.eu/cs/turistika/historie-mesta.html>
- <https://www.aktualne.cz/wiki/geografie/staty-a-mesta/litovel/r~0627a3ba268011e595f70025900fea04/>
- www.czso.cz
- (<https://www.litovelsko.eu/dr-cs/125-chko-litovelske-pomoravi.html>)

11 SEZNAM OBRÁZKŮ

Obrázek 1. Proces marketingového výzkumu.....	13
Obrázek 2. Vývoj počtu obyvatel v letech 1971 - 2004.....	40
Obrázek 3. Vývoj úmrtí a narozených v letech 1971 - 2004	40
Obrázek 4. Vývoj přistěhovaných a vystěhovaných obyvatel v letech 1971 - 2004	41
Obrázek 5. Věk dítěte	53
Obrázek 6. Pohlaví.....	53
Obrázek 7. Navštívuje Vaše dítě volnočasovou aktivitu v Litovli.....	54
Obrázek 8. Důvod negace	54
Obrázek 9. Navštěvovaná aktivita	55
Obrázek 10. Spokojenost s cenou	57
Obrázek 11. Propagace	58
Obrázek 12. Oblíbenost aktivit dle dětí	58
Obrázek 13. Oblíbenost aktivit dle rodičů	59
Obrázek 14. Přínos pro dítě	59
Obrázek 15. Požadované aktivity	60

12 SEZNAM TABULEK

Tabulka 1. Spokojenost s kvalitou služeb.....	56
Tabulka 2. Spokojenost s prostředím a dostupností	56

13 SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

AŽS	Aktivní životní styl
DDM	Dům dětí a mládeže
CHKO	Chráněná krajinná oblast
MŠ	Mateřská škola
P. UČ.	Paní učitelka
PA	Pohybová aktivita
RC	Rodinné centrum
S-GICKY	sociologicky
TJ	Tělovýchovná jednota
ZŠ	Základní škola
ŽS	Životní styl

14 PŘÍLOHY

Příloha 1: Anketa

Anketa

Nabídka volnočasových aktivit ve městě Litovel

Vážení rodiče,

jmenuji se Stanislav Hudeček a jsem studentem Fakulty tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci. Nyní píši bakalářskou práci na téma:

Nabídka volnočasových aktivit ve městě Litovel

Chtěl bych Vás požádat o vyplnění následující ankety která je zcela anonymní. Výsledky budou použity jako možnost zlepšení nabídky volnočasových aktivit ve městě Litovel a pro mou bakalářskou práci.

Děkuji za Vámi vyplněné dotazníky a Váš čas

Stanislav Hudeček

Tento výzkum se týká pouze dětí předškolního věku 3 - 6 roků. U otázek označené písmeny zakroužkujte Vámi zvolenou variantu. U otázek určené k doplnění číslic (známek) doplňte Vámi zvolenou variantu. Hodnotíme jako ve škole (1 - nejlepší známka, 5 - nejhorší známka)

Vyplněné ankety prosím vhodte do schránky umístěné ve školce nejpozději do.....

1. Věk dítěte

.....

2. Pohlaví dítěte

- a) chlapec
- b) děvče

3. Navštěvuje Vaše dítě volnočasovou aktivitu (kroužek) ve městě Litovel

- a) ano
- b) ne

4. Pokud jste v otázce č. 3 odpověděli NE, uveďte důvod
- a) není to pro mé dítě důležité
 - b) navštěvuje volnočasé aktivity (kroužky) v jiném městě
kde (dopíšte město):
 - c) nemám čas abych dítě doprovázel (jsem dlouho v práci)
 - d) z finančních důvodů (kroužky jsou drahé)
 - e) věnuji se sám dítěti
 - f) dítě nemá zájem (nechce navštěvovat žádný kroužek)
 - g) ve městě Litovel není dostatečná nabídka volnočasých aktivit
- který kroužek není v nabídce (dopíšte):
- g) jiný důvod
dopíšte jaký důvod:

Pokud jste v otázce č. 3 odpověděli ANO, prosím pokračujte dál.

5. Kterou volnočasou aktivitu navštěvuje Vaše dítě

Organizace	Ano	Ne	Název aktivity
DDM Litovel			
Plavání při ZŠ Vítězná			
Mažoretky Litovel			
TJ Tatran Litovel			
Jiná			

6. Jak jste spokojeni s kvalitou služby. Doplňte známky

Organizace	Přínos pro dítě	Délka aktivity	Vyučující / pedagog
DDM Litovel			
Plavání při ZŠ Vítězná			
Mažoretky Litovel			
TJ Tatran Litovel			
Jiná			

7. Jak jste spokojeni s prostředím a dostupností. Doplňte známky

Organizace	Vzdálenost od bydliště	Parkování	Vybavenost	Bezpečí	Vzhled budovy
DDM Litovel					
Plavání při ZŠ Vítězná					
Mažoretky Litovel					
TJ Tatran Litovel					
Jiná					

8. Jak jste spokojeni s cenou služby. Doplňte známky

Organizace	Ano	Spíše ano	Ne	Spíše ne

DDM Litovel				
Plavání při ZŠ Vítězná				
Mažoretky Litovel				
TJ Tatran Litovel				
Jiná				

9. Jak jste se o aktivitě dozvěděli?

Organizace	Doporučení	Internet	Leták	Ve školce	Jinak, uveďte
DDM Litovel					
Plavání při ZŠ Vítězná					
Mažoretky Litovel					
TJ Tatran Litovel					
Jiná					

10. Kterou z výše uvedených volnočasích aktivit má Vaše dítě nejraději?

Uveďte:

11. Kterou z výše uvedených volnočasích aktivit považujete pro Vaše dítě za nejlepší?
Proč?

Uvedte:

12. Jaká volnočasá aktivita (kroužek) Vám schází ve městě Litovel?

Uvedte:

13. Návrhy na změny a zlepšení z jakéhokoli pohledu.

Uvedte:

Děkuji Vám za vyplnění dotazníku.

S přáním pěkného dne Stanislav Hudeček

Pokud požadujete zaslat výsledky ankety napište email: