

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI

**FAKULTA PEDAGOGICKÁ
KATEDRA PSYCHOLOGIE**

**VOLNÝ ČAS DĚTÍ MLADŠÍHO ŠKOLNÍHO VĚKU
A ZPŮSOBY JEHO VYUŽITÍ**
DIPLOMOVÁ PRÁCE

Adéla Fleisigová

Učitelství pro 1. stupeň základní školy

Vedoucí práce: PhDr. Alena Szachtová

Plzeň, 2016

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala samostatně s použitím uvedené literatury a zdrojů informací.

V Plzni dne 15. dubna 2016

.....
vlastnoruční podpis

Poděkování

Děkuji PhDr. Aleně Szachtové za její ochotný přístup, poskytnutí cenných rad, informací a za odborné vedení diplomové práce.

OBSAH

Úvod	6
Teoretická část	8
1 Volný čas	9
1.1 Koncepce a definice volného času.....	9
1.2 Pohledy na volný čas	11
1.3 Význam volného času v životě člověka	12
1.3.1 Kultura a volný čas	13
1.4 Funkce volného času	14
1.4.1 Volný čas a odpočinek.....	15
1.4.2 Zájmová činnost.....	16
1.5 Psychohygienu volného času.....	17
1.5.1 Psychohygienická pravidla ve volném času	18
1.5.2 Patologie využívání volného času.....	18
1.6 Životní styl a volný čas.....	19
2 Specifika dítěte mladšího školního věku	21
2.1 Mladší školní věk	21
2.2 Socializace.....	22
2.2.1 Sociální reaktivita	22
2.2.2 Sebe prezentace.....	23
2.2.3 Utváření vztahů a seskupování ve třídě	23
2.3 Kognitivní vývoj.....	24
2.4 Vývoj základních schopností a dovedností	25
2.5 Emoční vývoj.....	26
2.5.1 Sebeovládání.....	27
2.5.2 Emoční porozumění a sociální kontrola	27
2.5.3 Sebehodnocení	28
2.6 Hra a volný čas	28
3 Problematika volného času dětí	31
3.1 Volný čas dětí	31
3.2 Ideální trávení volného času	32
3.3 Význam rodiny pro utváření vztahu k volnému času	32
3.4 Pedagogika volného času dětí.....	34
3.5 Funkce výchovy ve volném čase dětí	35
3.5.1 Cíle, podmínky a prostředky výchovy ve volném čase	36
3.5.2 Požadavky na výchovu ve volném čase.....	37
3.6 Výchovné a vzdělávací činnosti ve volném čase dětí.....	39
3.6.1 Odpočinkové a rekreační činnosti.....	39
3.6.2 Zařízení pro výchovné a zájmové činnosti dětí	40

3.7 Zájmová činnost dětí	41
3.7.1 Zájmová činnost podle druhů aktivity	41
3.7.2 Klasifikace forem zájmové činnosti	41
Empirická část	43
4 Výzkumné šetření	44
4.1 Výzkumný cíl, otázky a hypotézy	44
4.2 Výzkumná metodika.....	45
4.3 Výzkumný vzorek	46
4.4 Realizace a časová organizace výzkumu.....	47
5 Analýza a interpretace výsledků výzkumu.....	48
5.1 Výsledky dotazníkové šetření.....	49
5.2 Hodnocení polostrukturovaného rozhovoru	74
6 Shrnutí výzkumu a vyhodnocení hypotéz.....	77
Závěr	81
Resumé.....	83
Seznam literatury	85
Seznam tabulek a grafů.....	87
Přílohy	I

ÚVOD

Volný čas je významnou složkou v životě jedince, jejímž podstatným atributem je svoboda. Člověk má právo se svým volným časem svobodně nakládat a věnovat se v něm takovým činnostem, které uzná za vhodné. Je to doba, ve které by si měl jedinec efektivně odpočinout, celkově zregenerovat svůj organismus a odreagovat se od povinností. Je to prostor určený především pro zábavu, zájmy jedince a naplnění fyziologických a sociálních potřeb. Pro člověka je to přirozený a velmi důležitý čas, který by měl vždy vhodně využít.

Cílem této předkládané diplomové práce je hlouběji zmapovat úroveň trávení volného času dětí mladšího školního věku. Postihnout aktuální stav a zaměřit se na efektivitu volného času dětí v dnešní době. Autor práce se zaměřuje na tuto věkovou skupinu, jelikož dítě v mladším školním věku nedokáže přesně odhadnout, jaký přínos pro něj může způsob trávení volného času mít a jaké možnosti jeho využití jsou pro něj ideální. Je proto nezbytné volný čas dětí citlivým způsobem pedagogicky ovlivňovat. Vhodný rozsah pedagogického ovlivňování je velmi sporný a v dnešní společnosti je častým tématem diskuzí. Problematikou volného času dětí se zabývá mnoho odborníků, jako je např. Bedřich Hájek, Břetislav Hofbauer, Jiřina Pávková, Vladimír Spousta a další.

Cíle výchovy a vzdělávání ve volném čase reflektují hodnotové představy nejen rodičů a pedagogů, ale také společnosti, ve které jedinec žije. Záměrem vychovatele je především dohlížet nad tím, aby ve volném čase dětí nedocházelo k výskytu negativních až patologických jevů. Proto je vhodné, aby děti navštěvovaly mimo vyučování zájmové kroužky, sportovní oddíly, umělecké kluby apod. ve výchovných institucích a zařízeních. Jedinec by si měl pěstovat správný postoj k volnému času, měl by volit takové volnočasové aktivity, které mu jdou, naplňují ho a rozvíjí jeho osobnost.

V oblasti volného času o vývoji dítěte rozhodují především rodiče. Hlavně oni by měli pochopit význam volného času dětí, dohlížet na jeho kvalitu a nepodceňovat ho. Měli by pro své děti vyhledávat nejlépe vyhovující způsob trávení volného času, dávat pozor na jeho přehlcenost novými podněty a následné přetěžování dětí. Je důležité učit děti zdravému způsobu života, který je předpokladem pro předcházení toho nesprávného.

V první kapitole teoretické části autor práce na základě odborné literatury vymezí pojem volný čas, hlavní znaky jeho využívání a rozvede specifické pohledy na volný čas.

Charakterizuje funkce a význam volného času v životě jedince a zaměří se na jeho souvislost s životním stylem. Dále se zabývá psychohygienou volného času, jejími pravidly a patologickým využíváním volného času. V druhé kapitole specifikuje mladší školní věk a popíše ontogenetický vývoj jedince v tomto období. Ve třetí kapitole autor pojednává o problematice volného času dětí v souvislosti s jeho výchovou. Řeší základní otázky zhodnocování a pedagogického ovlivňování volného času dětí. Uvádí a popisuje výchovně-vzdělávací činnosti a zájmy v době mimo vyučování a podává přehled o institucích nabízející volnočasové aktivity dětem.

Praktická, tedy stěžejní část práce se opírá o výzkumné šetření, které se kvantitativním zhodnocením dotazníkového šetření a kvalitativním zhodnocením rozhovorů uskutečnilo mezi současnými žáky 4. a 5. ročníků základních škol v Klatovech. Cílem výzkumu je na základě stanovených hypotéz zmapovat úroveň trávení volného času zmíněné věkové skupiny zaměřit se zejména na vliv využití volného času na dosažený prospěch a kázeň žáka ve škole. Po vyhodnocení výzkumných metod autor zjištěné skutečnosti blíže analyzuje a obohatí je o jeho pohled. Zásadní informace, které z výzkumu vyplynuly, jsou společně s výzkumnými hypotézami vyhodnoceny a v závěru práce shrnuty.

TEORETICKÁ ČÁST

1 VOLNÝ ČAS

1.1 KONCEPCE A DEFINICE VOLNÉHO ČASU

Problematika volného času je vlivným mezioborovým tématem. Zabývá se jím psychologie, pedagogika, sociologie, ekonomika a v neposledním pořadí také hygiena. Pojetí a terminologie volného času prošly od minulosti do současnosti značným vývojem. Různé pohledy, názory a přístupy přinášejí mnoho definic pojmu volný čas, který je v literatuře objasňován velkým množstvím odborníků. Pod tímto pojmem si může každý jedinec představit něco jiného. Termín volný čas je mezi veřejností tak známý a běžný, že občas dochází ke společenskému podcenění a zjednodušení této oblasti problémů i přes její velmi důležitý význam, obzvláště u dětí a mládeže.

Pojem volný čas je spojen nejen s časovou (pracovní doba – volný čas), ale také s obsahovou stránkou (volný čas – svobodné jednání, odpočinek). V literatuře se uvádějí dva zásadní směry, které je možné v termínu volný čas chápat:

- 1) **pozitivní pojem** - v tomto případě je volný čas charakterizován jako časová volnost, kterou jedinec využije pro realizaci dobrovolně zvolených činností, které provádí nezávisle na povinnostech a není k nim ani podvědomě nucen,
- 2) **negativní pojem** – v tomto smyslu znamená volný čas dobu, která z celého průběhu dne po pracovní nebo studijně využitém čase, všech ostatních povinnostech a uspokojení základních fyziologických potřeb zbyla. (Vážanský, Smékal, 1995, s. 23-24)

První nejvýznamnější osobnost, která se začala zabývat problematikou volného času, byl Joffre Dumazedier. Tento francouzský sociolog sepsal v roce 1962 knihu s názvem *Vers une civilisation du loisir?* (Vstříc společnosti volného času?), ve které zastával názor, že prospěchem moderní společnosti není hmotné zajištění, nýbrž existence takového volného času, který má vliv na ostatní sféry lidského života. (Janiš, 2009, s. 4-5)

Jednu z mnoha definic přináší Filipcová (1966, s. 29), která volný čas vysvětluje takto: „*Volný čas, to je čas, který může člověk využít bezprostředně pro sebe, čas, ve kterém patří maximálně sobě, v němž může dělat – více než kdykoliv jindy – to, co jej baví a co mu přináší potěšení, zábavu a odpočinek.*“ (Janiš, 2009, s. 4)

Další z definic se nachází v publikaci Hofbauera (2004, s. 13): „*Volný čas (angl. leisure time, franc. le loisir) 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. Někdy se vymezuje jako čas, který zbývá po splnění pracovních i nepracovních povinností.*“

Volný čas je součástí lidského života, který se nachází mezi časem pracovním (pobyt ve škole, v práci) a mezi tzv. časem vázaným. Čas vázaný zahrnuje biofyziologické potřeby (jídlo, spánek, hygiena), chod domácnosti, rodiny, dojíždění za prací či do školy a další nezbytné mimopracovní úkoly. (Hájek, Hofbauer, Pávková, 2008, s. 10-11)

Volný čas je doba, ve které je jedinec sám sebou a svobodně si volí a provádí takové činnosti, které mu nesou zábavu, odpočinek, radostnou náladu a potěšení. Rozvíjejí a regenerují jeho duševní, fyzické, popř. i tvořivé schopnosti. (Němec, 2002, s. 17)

Pojem volný čas lze charakterizovat těmito hlavními aspekty:

- je to čas, kdy si jedinec svobodně vybírá aktivity, které chce dělat,
- prováděné aktivity slouží k odpočinku a k rozvoji osobnosti,
- vybrané aktivity ve volném čase jsou pro jedince potěšením a zábavou.

Pod pojmem volný čas si lze vybavit čas na obnovení sil, rozptýlení a rekreaci jedince. Jeho hlavní náplní jsou zájmové aktivity. Součástí volného času je tzv. čas ztrátový, kam se zařazuje např. doba strávená na cestách za zábavou nebo stáním ve frontách před kulturním zařízením.

Opačným pojmem volného času je tzv. sféra povinností. Do této doby patří činnosti, které člověk provést musí bez zřetele na to, jestli se mu chce nebo ne. U dospělých patří mezi tyto povinnosti například pobyt v zaměstnání, péče o děti a domácí práce. U dětí jsou to povinnosti ve škole a ve spojitosti s ní. Do této oblasti povinností se opět zařazuje doba ztrátová, která s ní souvisí.

Oblast povinností a oblast volného času není možno od sebe zcela přesně odlišit. Existují činnosti, které jsou povinnostmi a pro člověka zároveň i zábavou. Nebo jedinec ve svém volném čase plní aktivity, které má nejen rád, ale současně mu přinášejí i hmotný výsledek. Těmito aktivitami rozumíme např. chovatelství, pěstitelství, kutilství atd. Tato oblast se označuje jako čas polovolný. (Pávková, 2014, s. 11-12)

1.2 POHLEDY NA VOLNÝ ČAS

Existují různé pohledy, kterými se lze dívat na problematiku volného času. Jednotlivá hlediska se vzájemně prolínají a ovlivňují a nelze je proto od sebe přesně oddělit.

Pávková a kol. (2002, s. 15-17) rozlišují 5 těchto hledisek:

- ekonomické,
- sociologické a sociálněpsychologické,
- politické,
- zdravotně-hygienické,
- pedagogické a psychologické.

V ekonomickém hledisku se monitoruje, kolik financí společnost investuje do zařízení a vybavení pro volný čas občanů, zdali a jakým způsobem jsou tyto finanční prostředky rekurentní. (Janiš, 2009, s. 12)

Volný čas se stal velmi prosperujícím odvětvím, které je využíváno nejen pro vzdělávací a výchovnou činnost, ale také komerčním způsobem. Průmysl volného času v častých případech rezignuje na kultivaci a vzdělávací cíle osobnosti a je příliš zaměřen na zisk. (Pávková et al., 2002, s. 15)

V sociologickém a sociálně-psychologickém aspektu se sleduje, jakým způsobem volný čas vytváří a ovlivňuje mezilidské vztahy. Je vhodné, aby výběr zájmových činností jedince byl co nejvíce svobodný. Pokud je člověk do aktivit ve volném čase nucen, narušuje to jeho sociální pohodu.

Politickým hlediskem se rozumí, do jaké míry a jakým způsobem stát svými orgány zasahuje do volného času obyvatelstva. Tyto zásahy státu mohou být přímé i nepřímé. Mezi přímé zásahy patří např. výstavba nové cyklostezky nebo finanční zajištění organizací, které se věnují volnému času. Nepřímým zákrokem je především sociální a daňová politika státu, která reflektuje finanční situaci obyvatel. (Janiš, 2009, s. 12)

Tato oblast se zaměřuje také na školní politiku. Sleduje se, jestli školské soustavy dostatečně pedagogicky působí na volný čas dětí. Vliv státu na volný čas by neměl oslabovat jeho primární specifika.

Státní zájem by měl ovlivňovat především:

- financování, zakládání a ovlivňování zařízení, organizací, spolků či sdružení pracující s volným časem dětí
- vytváření předpokladů pro uspokojování samovolných činností dětí v neorganizovaném volném čase
- budování pozitivních postojů dospělých jedinců k aktivitám dětí ve volném čase
- stanovení výchovy ve volném čase a příprav pedagogů na tuto činnost
- komerční tendence volného času

Ve městech a obcích by měla nabídka volnočasových aktivit vytvářet fungující soustavu bez upřednostňování jistých zařízení či majetkoprávních vztahů. Na této nabídce činností by se měli na základě dohod participovat všichni společníci a využívat sponzorské dary, placení a obecní i státní zdroje. (Pávková et al., 2002, s. 16-17)

Zdravotně-hygienický zřetel poukazuje na podporu zdravého fyzického a psychického vývoje člověka při využívání volného času. Zdravotníci sledují způsob uspořádání dne, ohledy na křivku výkonnosti člověka, hygienu psychiky, mezilidských vztahů a prostředí. Nejvyšší výkon člověk podává mezi 9. a 11. hodinou dopoledne. Především po obědě a odpoledne se začne výkonnost snižovat a kolem 15. až 16. hodiny opět stoupá. Vhodné využívání volného času se kladně odráží na zdravotním stavu jedince.

Pedagogický a psychologický úhel pohledu sleduje respektování individuálních zvláštností jedince ve volném čase. Zároveň se bere v úvahu, jakým způsobem a do jaké míry aktivity ve volném čase uspokojují psychologické a biologické požadavky člověka. Výchova ve volném čase by měla podporovat především aktivitu, seberealizaci, sociální vztahy, motivaci a bezprostřednost jedince. (Pávková et al., 2002, s. 17-18)

1.3 VÝZNAM VOLNÉHO ČASU V ŽIVOTĚ ČLOVĚKA

Za hodnotu je považováno to, co odpovídá jedincovo zájmům, zálibám, potřebám, náklonnostem a to, po čem jedinec touží a o co usiluje. Jedinec je k těmto hodnotám vázán vůlí a citem, obětuje se pro ně a váží si jich. Někdy se také stane, že si jich začne cenit až v případě, kdy jsou ohroženy, popřípadě ztraceny.

Již v dávných dobách bylo v živočišné říši běžné střídat činnosti s odpočinkem. Jde o přirozený biologický rytmus, který u člověka přechází ve střídání volného času a práce. Volný čas jedince je odměnou po vykonané práci, je žádoucí ho vhodně využít a považovat za životní hodnotu. (Spousta et al., 1994, s. 10,19)

Volný čas je chápán jako veličina, pro kterou je charakteristickým atributem - svoboda individua. Svůj význam má však ve vztahu k pracovním a mimopracovním činnostem, které jsou jedincem vykonávány v rodině nebo v rozsáhlejších sociálních prostředích. „*Volný čas je hodnotou tedy tehdy, může-li být využit ku prospěchu člověka, jeho osobních kvalit.*“ (Spousta, 1996, s. 12)

Volný čas je oblastí, kdy si jedinec svobodně vybírá činnosti, a proto je subjektivně považován za čas nejcennější. Významnou možností ve volném čase je seberealizace člověka. Pro spokojený život je důležité, aby jedinec pociťoval, že využívá svůj čas smysluplně. Dlouhodobý deficit toho pocitu vyvolává rozladěnost, nespokojenost a nevhodné chování jedince. Člověk si proto samovolně a záměrně volí aktivity, které mu tento pocit vyvolávají. Jsou to aktivity, díky nimž si člověk uvědomuje své přednosti a které ho naplňují. Většinou se jedná o dlouhodobé zájmy a záliby jedince, které odpovídají jeho životní koncepci a jejichž relativní hodnota vyplývá z individuálních předpokladů jedince. Diferenciace v rozmanitosti prožívání volného času a intenzita prožitku činností závisí na pohlaví, věku, vzdělání, zaměstnání, fyzické a psychické kondici, rodinném stavu jedince a zvyklostech daného prostředí. (Faltýsková in Spousta et al., 1996, s. 16)

1.3.1 KULTURA A VOLNÝ ČAS

Na světě existuje mnoho kultur a každá z nich přináší vlastní speciální hodnoty, vzorce chování, ale také rozdílné názory na volný čas a způsoby jeho trávení. V jednotlivých vědních oborech nese pojem kultura odlišné významy. Jednotlivé kultury se promítají také do životního stylu jedinců dané společnosti. (Janiš, 2009, s. 15)

Pojem kultura se rozvinul až v 18. st. v Evropě, avšak myšlenky o kultuře se objevovaly už dříve. Původní význam kultury byl považován za záměrné působení jedince na přírodu. Kultura je v širokém pojetí chápána jako soubor všech výtvorů činnosti člověka, tím pádem jako protiklad přírody. Všude, kde žije člověk, se nachází kultura.

Jedinci se od dávných dob vyvíjeli na různých místech Země a v různých přírodních podmínkách. Tyto specifické podmínky se zrcadlily v činnostech lidí a tím také v jejich způsobu života. Takto vznikaly jednotlivé kultury, které se už dříve mohly navzájem propojovat, doplňovat, ale také vytěšňovat a ničit. Každé společenství má jiný kulturní vývoj. (Řehořková in Spousta et al., 1996, s. 9)

Osobní kultura člověka je souhrnem jeho individuálních vzorců chování, jeho postupů při práci, jeho myšlenek, názorů, hodnot a postojů. Každý jedinec má specifickou kulturu stolování, bydlení, oblékání, práce a také např. odpočinku. Tímto osobitým chováním se člověk prezentuje ve společnosti. Významným projevem kultury je výchova. Kulturní úroveň společnosti se promítá do jejího výchovného systému.

Trávení volného času je výsledkem takových priorit hodnot a vzorců chování, které si člověk postupně utvářel během života. Pokud nebyl jedinec veden např. k malování již od dětství a nezabýval se jím, jen těžko se mu bude věnovat v dospělosti, jelikož mu chybí zkušenosti, dovednosti a prožitky, spojené s touto činností. Je proto důležité, aby se jedinec ve svém volném čase začal věnovat hodnotným kulturním aktivitám již v brzkém věku. Neexistují samozřejmě jen činnosti umělecké, ale také např. vědecké, pracovní, sportovní, náboženské atd. Všechny činí život člověka hodnotnějším, zábavnějším, zajímavějším a spokojenějším (Řehořková in Spousta et al., 1996, s. 9-13).

1.4 FUNKCE VOLNÉHO ČASU

Při interpretaci volného času je důležité zabývat se jeho funkcemi. R. J. Havighurst tvrdil, že využití volného času se musí podílet na sociálním životě, zajímavých zážitcích a tvořivém vyjádření člověka. Musí dbát na pravidelnost činností jedince a zdokonalování se v nich, podpořit respekt k sobě samému a zároveň úctu k ostatním. M. Kaplan se domníval, že volný čas má vést k pocitu „k někomu nebo něčemu nějak patřit“, k pocitu „být prospěšný společnosti“, k uvědomění a rozvoji vlastní osobitosti, k podpoře tvůrčí síly a k zabraňování negativním zážitkům. (Vážanský, Smékal, 1995, s. 26)

Současný francouzský sociolog Roger Sue vymezil čtyři funkce volného času:

1. sociální (socializace v sociálních prostředích, společenské uznání, příslušnost ke skupině),
2. psychosociologická (zábava, uvolnění, rozvoj individuality),

3. ekonomická (hospodářský smysl volného času pro člověka i společnost),
4. terapeutická (zdravý životní styl, prevence onemocnění).

Německý pedagog Horst W. Opaschowski (1987) uvádí souhrn osmi hlavních potřeb, které analyzoval v moderním výzkumu, kterým vystihuje současné požadavky společnosti na volný čas:

- rekreace (odreagování, zotavení),
- komunikace (sociální styk a vztah),
- participace (podílení se na rozvoji společnosti),
- výchova a vzdělávání (sociální učení, učení o volnosti),
- kompenzace (zabránění zklamání a pocitů neuspokojených potřeb),
- integrace (vrůstání do sociálních organismů, ustálení života rodiny),
- kontemplace (nacházení smyslu života, duchovní skladba života),
- enkulturace (kulturní rozvoj jedince v dané společnosti). (Vážanský, Smékal, 1995, s. 30-31)

V české odborné literatuře se uvádějí tři hlavní funkce volného času, jejichž vzájemný poměr může být u každého jedince rozdílný.

- odpočinek (regenerace fyzické síly),
- zábava (regenerace psychické síly),
- rozvoj osobnosti (kulturace). (Hofbauer, 2004, s. 13)

1.4.1 VOLNÝ ČAS A ODPOČINEK

Únava

Pokud se člověk věnuje některé činnosti příliš dlouho a intenzivně, ať už se jedná o učení, práci, hru či zábavu, tak ho dříve či později začne unavovat. Čím více je jedinec unaven, tím více prováděná činnost umdlévá a ztrácí svěžest. Únava je přirozený záměrný biologický signál, který upozorňuje organismus, že je nutné si odpočinout. Jestliže si člověk neodpočine, únava může vést k chronickému stavu. Vyčerpání je reakce organismu, která nastává při jeho nadměrném zatěžování bez regenerace. Pokud člověk tyto

fyziologické hranice dlouhodobě přesahuje, vznikne chronická únava, kdy už jedinci nepomůže normální odpočinek, ale je zapotřebí speciální léčba. Únavu lze předcházet přiměřenou délkou a náplní činnosti a brzkou změnou jejího druhu.

„Únavu lze charakterizovat jako stav dočasně snížené či zhoršené fyziologické a psychické aktivity organismu nebo jednotlivých částí.“ (Faltýsková in Spousta et al., 1996, s. 17-18)

Odpočinek

Únavu je přirozený a zákonitý jev, který nelze překonat volní snahou, ale odpočinkem. Odpočinek jedince nese značný význam pro jeho zdravotní stav, fyzický a psychický vývoj a zanechání svěžesti a práce schopnosti. Duševní a tělesná odolnost člověka je u každého individuální, má své hranice a není tím pádem nevyčerpatelná. Je třeba naučit se a trénovat jednotlivé zásady odpočinku. Jedinci, kteří mají nesprávnou životosprávu, zhoršený zdravotní stav, psychickou zátěž či časovou nouzi, jsou snadněji unavitelní. (Faltýsková, 1996, s. 18)

1.4.2 ZÁJMOVÁ ČINNOST

Zájmové činnosti jsou aktivity, které se orientují na uspokojení a rozvoj individuálních potřeb, schopností a zájmů a formují názory a postoje jedince. Zájmová činnost obsahuje volní prvky, výrazně ovlivňuje osobnost jedince a na rozdíl od odpočinku a zábavy má vždy výkonný charakter.

Zájem lze považovat za osobnostní vlastnost, která vyjadřuje vztah k objektům či jevům, kterým jedinec přisuzuje zvláštní význam. Zájem člověka vyvolává touhu s předmětem nějakým způsobem nakládat, předmět poznávat, ovládat, popř. zvládat. Tato skutečnost ovlivňuje činnosti jedince, jejichž vykonávání mu navozují emoční prožitky. (Němec a kol., 2002, s. 23-24)

Zájmy ve volném čase závisí na kognitivní a emocionální oblasti osobnosti a ovlivňují je podobné faktory jako volnočasovou činnost. Ve spojitosti se zájmy se často mluví o volnočasových potřebách, které se z velké části odkrývají porovnáním množství, kvality a intenzity aktivit ve volném čase.

Významnou podmínkou pro interpretaci volnočasových zájmů je zřejmé rozdělení volnočasových aktivit. Zájmy, jako nasměrované úmysly, jako soustředění myšlenek

jedince na určitý objekt nebo věc, se rovněž liší od zaměření přání, ve kterých se potřeby prvotně projevují. (Vážanský, Smékal, 1995, s. 29-30)

Při střetnutí člověka s problémy profesní orientace jsou zájmy velmi důležité. Zájmy jsou zvláštním druhem motivačních sil. Jde o upřednostnění nějaké činnosti – tedy zájmy charakteristické. (Gorej et al., 1982, s. 26)

Členění zájmové činnosti:

- 1) **Vědecko-technické a vědecké** – např. biologické, mineralogické, modeláři
- 2) **Technicko praktické** – např. vaření, kroužky na zručnost, ikebany, chataření
- 3) **Přírodovědné (chovatelské a pěstitelské)** – např. zahrádkáři, včelaři, rybáři, chovatelé zvířat
- 4) **Společenskovední** – např. historické, vlastivědné, sebevzdělávací jazykové, sběratelství
- 5) **Estetickovýchovné** – např. hudební, taneční, výtvarné, literárně-dramatické
- 6) **Sportovní, tělovýchovné a turisticky zaměřené** – např. sportovní hry, gymnastika, atletika, plavání, bruslení (Němec a kol., 2002, s. 23-24)

1.5 PSYCHOHYGIENA VOLNÉHO ČASU

L. Míček (1984) vysvětluje psychohygienu jako soustavu pravidel a rad, které slouží k udržování, prohlubování či znovunabytí duševního zdraví – duševní rovnováhy. Právě ve volném čase je mnoho příležitostí, jak těchto cílů dosáhnout. Hlavním záměrem psychohygienického úsilí je, aby všechno, čím se jedinec zabývá ve volném čase, vedlo k jeho rozvoji zdravé osobnosti.

Ve volném čase se někdy v tzv. denním snění vytvářejí představy (představy něčeho dokonalého – tzv. ideály) o budoucnosti jedince, které jsou vyvolávány jeho hodnotami, potřebami a zájmy při částečném ohledu na vnímání vlastní současné životní situace. To je v určité míře velmi důležité pro udržení si duševní vyrovnanosti a zvládnání některých duševních úrazů. (Spousta et. al., 1994, s. 36-37)

1.5.1 PSYCHOHYGIENICKÁ PRAVIDLA VE VOLNÉM ČASU

Psychohygiena směřuje k vymezení určitých zásad a pravidel, které je třeba si uvědomovat a dodržovat z důvodu efektivního využívání volného času.

- 1) Volný čas je smysluplně stráveným časem.
- 2) Je vhodné a výhodné volný čas organizovat individuálně.
- 3) Snažit se o rozsáhlé záliby a zájmy a rozumně je skloubit s povinnostmi.
- 4) Je důležité odpovídat nejen za pracovní výsledky, ale také za vhodné využívání volného času.
- 5) Naplň činností ve volném čase hledat do jisté míry ve fantazii.
- 6) Věnovat se aktivitám, pro které člověk předpokládá své schopnosti.
- 7) Je nutné z volného času odstranit nesmyslné úsilí.
- 8) Volit ve volném čase činnosti, které člověka pozitivně emočně naladí a jejich vykonání vede k pocitu úspěchu. (Řehulka in Spousta et al., 1996, s. 14)

1.5.2 PATOLOGIE VYUŽÍVÁNÍ VOLNÉHO ČASU

Volný čas představuje pozitivní hodnotu pro člověka jen tehdy, když je správně a efektivně využíván. V opačném případě se volný čas stává přítěží, která u jedince vyvolává sociálně nežádoucí chování. Někdy je problémem nejen vhodně využít volný čas, ale přímo ho získat. Stávají se situace, že se jedinec dostane do takového časového presu, kdy mu nezůstane žádná doba na odpočinek a zábavu a někdy ani nezvládne splnit všechny své pracovní povinnosti. V tomto případě je volný čas významným faktorem, který ovlivňuje jeho tělesné i duševní zdraví. (Spousta et. al., 1994, s. 36)

Nedostatek volného času je fenomén, který jedincovi redukuje hodnotu pro rozvoj osobnosti. Jeho příčinou často nebývá velký počet povinností, ale spíše nezvládnutí správné organizace práce a nevhodné rozvržení denního režimu.

Do patologie volného času je nutné zařadit také neschopnost jedince odpočívat. To může být zapříčiněno tzv. workoholismem, kdy je jedinec až nezdravě závislý na práci a brání tak psychohygienickému využívání volného času.

Naopak dalším extrémním stavem je tzv. nuda. To je případ, kdy jedinec pocítuje volný čas jako „prázdný“ a nedokáže ho účelně využít. Jde o krátkodobé porušení duševní rovnováhy, kdy má člověk zkreslený dojem o čase (jako by stál) a pocit napětí a prázdna. K tomuto stavu nevede to, že by člověk neměl co dělat, ale to, že se jemu samotnému nechce. (Řehulka in Spousta et al., 1996, s. 14)

1.6 ŽIVOTNÍ STYL A VOLNÝ ČAS

To, jak jedinec tráví svůj volný čas, odkazuje na jeho životní styl. Životní styl lze označit za soubor životních forem, které člověk aktivně prosazuje. Projevuje se ve způsobu využívání a působení hmotných a sociálních životních podmínek jedince, v jeho chování a zahrnuje jeho hodnotovou orientaci. Všechna tato fakta se dají posoudit z pohledu volného času a zacházení s ním. Každý jedinec přisuzuje volnému času jinou hodnotu. Někteří lidé se realizují převážně jen v zaměstnání, jiní zase za hlavní životní náplň považují aktivity a zájmy, kterým se věnují ve svém volném čase. Mezi těmito případy je nutné nalézt rovnováhu. Pracovní povinnosti a volný čas se nesmí přeceňovat, ale ani podceňovat. V životě jsou obě tyto oblasti stejně důležité.

Životní styl volného času je ovlivněn jednáním člověka a to tím, jaké úsilí a jakou míru aktivity je schopen vynaložit pro uskutečnění svých plánů a přání. Záleží také na sociální interakci a mezilidských vztazích. Pro jedince je zásadní, v jaké společnosti a s kým svůj volný čas převážně tráví. Pro někoho je prioritou rušný a živější společenský život, někdo se raději pohybuje v menší přátelské skupině a někdo upřednostňuje samotu. Výrazným faktorem životního stylu ve volném čase je rodina. Prvními vzory jsou rodiče, u kterých potomek pozoruje, jak využívají volný čas a tento způsob životního stylu se učí a napodobuje ho. (Pávková et al., 2002, s. 28-30)

Při rozhodování v životě je pro člověka důležité, jaké hodnoty uznává, které preferuje, jaký má smysl života, ideály a jak si představuje svoji budoucnost. C. Matuszewicz rozlišil podle hodnotové orientace jedince například tyto styly:

- styl komfortu a pohodlí,
- styl konzumní,
- styl společenské aktivity,

- orientace na morální život a autoritu,
- tvořivý styl života,
- bohémský styl,
- styl pro lásku,
- opatrovnický styl,
- náboženský styl,
- cynicko-skeptický styl,

V životě je důležité, aby si člověk uvědomil svou aktivitu nebo pasivitu v hledání, vytváření a formování své budoucnosti. (Gorej et al., 1982, s. 26-27)

F. Romeiss-Stracke rozlišil tři životní styly, které spekulují nad měnícím se poměrem volného času a světa práce. Jednotlivé proudy se liší podle stanovených specifických hodnotami jedince.

- 1) „Pracovně zaměřený životní styl“ – pod tuto kategorii spadají jedinci, jejichž hlavním smyslem života je profesionální činnost a volný čas považují za dobu zbytkovou, která slouží především jen pro fyzický odpočinek a zotavení.
- 2) „Prožitkový (hedonistický) životní styl“ – v této skupině se životní zájmy přesouvají do sféry volného času, soukromí a rodiny. Práce je v životě důležitá a nutná k užívání volného času. Volný čas se proto vědomě prožívá jako protiklad k pracovnímu jednotvárnému všednímu dni.
- 3) „Celiství životní styl“ – tento styl se snaží redukovat rozdělení životních sfér volného času a práce. Vzniká tak krajní meze profesionální práce (naplňující všední den - propojení smysluplné aktivity ve volném čase a výdělečné činnosti), ale také extrém, který poukazuje na zmírnění vlastní výdělečné práce při časovém minimu a na vykonávání dodatečné činnosti ve zbývající době, osvobozené od práce. (Vážanský, Smékal, 1995, s. 42)

H. W. Opaschowski na základě rozdělení hodnotových změn tvrdí, že se vytvoří vlastní „volnočasově kulturní životní styl“, který bude působit nejen na chování jedinců ve volném čase, ale také na celkové životní zvyky a pravidla, což bude mít regresivní účinky na oblast práce. (Vážanský, Smékal, 1995, s. 43)

2 SPECIFIKA DÍTĚTE MLADŠÍHO ŠKOLNÍHO VĚKU

2.1 MLADŠÍ ŠKOLNÍ VĚK

Za mladší (raný) školní věk je považováno období od šesti let života. Název je odvozen od sociálního začlenění, kdy se dítě stane školákem. To, jestli je dítě dostatečně připravené na školu, zjišťují prováděné diagnostické metody. Nezralému nebo hendikepovanému dítěti je doporučen odklad školní docházky nebo je dítě zařazeno do speciální třídy, kde mu je nabídnuta individuální péče odborníků. Nástup do školy má značné důsledky následující vývoj dítěte. (Helus, 2004, s. 205-206)

Langmeier a Krejčíková (2006, s. 117-118) uvádí, že toto období trvá do 11-12 let, kdy se objevují první fyzické a psychické příznaky pohlavního života. Toto období je označováno většinou za bezproblémové a klidné. Průkopník psychoanalýzy S. Freud ho nazývá obdobím latence. Změny se v tomto období nezdají tak převratné jako ve věku předškolním nebo nadcházejícím bouřlivém období pubescence. Studie vývojové psychologie však vytýkají/zdůrazňují, že vývoj stále pokračuje a dítě nadále dělá pokroky ve všech klíčových směrech.

Matějček (1986) považuje mladší školní věk za přechodné období mezi předškolním hravým věkem a dobou, kdy je chování školáka vyspělejší a rozlišuje:

- Mladší školní věk (přibližně 6 – 8 let)
- Střední školní věk (asi mezi 9 – 12 rokem)
- Starší školní věk (období, které se překrývá s dospíváním)

Děti v období mladšího školního věku jsou sugestibilní, hravé a snadno zranitelné. Na jednotlivé činnosti se vydrží soustředit přibližně jen deset minut a při svých hrách se dívky a chlapci bez překážek míchají. Ve středním školním věku jsou děti o něco stabilnější, těžiště pozornosti se přesouvá do životní reality a skupiny dívek a chlapců se začínají vzdalovat. (Langmeier a Krejčíková, 2006, s. 119)

Mozek se společně s nervovými vlákny vyvíjí až do 10. roku dítěte, teprve pak se zpomaluje růst CNS. V tomto věku se zlepšuje senzomotorická koordinace a výkonnost motoriky (pohyblivost, vytrvalost a obratnost). Do této doby se rozvíjela hlavně hrubá motorika a nyní se zdokonaluje také výkon v jemné motorice (kreslení, psaní, modelování

apod.). Silnou potřebou dítěte v tomto věku je pohybová aktivita, kterou je nutné dostatečně podporovat.

U dětí v tomto období se mohou vyskytovat neurotické návyky, fobie ze školy, poruchy životosprávy a také enuréza. Některé neurotické projevy se upevní, některé mají vzestupné sklony (nervová slabost, bolesti hlavy apod.), ale např. koktavost, ranní nevolnost a pomočování mají sestupnou tendenci. (Hříchová, Miňhová, Novotná, 2000, s. 51)

2.2 SOCIALIZACE

Toto období začíná vstupem dítěte do školy, což je pro něj zásadní změnou v životě. Jedinec stává sociální a kulturní osobou, přizpůsobuje se novému prostředí a osvojuje si nové specifické prostředky komunikace s osobami ve školním prostředí. Školák si zvyká na mnoho povinností, které jsou kontrolovány a hodnoceny. (Hříchová, Miňhová, Novotná, 2000, s. 50)

V procesu seberealizace je důraz kladen na to, jak si dítě vysvětluje a přijímá informace, které získává z prostředí. V tomto období již dítě hledá odpověď na otázky „čím jednou budu“, „kdo jsem“, „jaký jsem“ a později i „jaký má život smysl“. Tyto názory jsou základem pro vytváření jeho identity. (Langmeier a Krejčíková, 2006, s. 140)

2.2.1 SOCIÁLNÍ REAKTIVITA

Díky tomu, že je jedinec ve škole i mimo ni stále obklopen skupinou dětí, má často příležitost na každého z nich nějakým způsobem reagovat. Jeho reakce na děti se odlišují od reakcí na dospělého a to proto, že si je dětem blíží svými zájmy, vlastnostmi a také postavením ve společnosti. Ve skupině dětí má jedinec šanci naučit se spolupracovat s ostatními, pomáhat slabším, ale také soutěživosti, což patří mezi důležité sociální reaktivity.

V mladším školním věku se zvyrazňuje rozdíl v dominanci chování. Schopnost prosazovat vlastní vůli může vést až extrémům. Některé děti ostatní děti vedou, jsou dominantní až panovačné a některé se naopak nechávají druhými vést a podřizují se. Toto chování může vést v případě dominance až k agresivitě, nebo v opačném případě

k trpnému podvolení se. Pozorný učitel by se měl snažit takové sociální interakce korigovat. (Langmeier a Krejčíková, 2006, s. 130)

2.2.2 SEBEPREZENTACE

Je přirozené, že děti v tomto věku touží po tom být středem pozornosti, a proto je nutné navozovat situace, kdy je dítě aktérem a vystupuje před ostatními. Dítě má potřebu vynikat, předvést se v tom nejlepším, sklidit pochvalu a obstát. Touží po tom prosadit se a mít úspěch. Dítě má potřebu sdělovat své myšlenky a názory a je spokojené, když se mu něco povede a ostatní to ocení. Sebe prezentace je podnětem zesíleného zájmu a je důležité, aby se děti naučily odbourat stud a strach z vlastního výstupu a nebály se reakcí okolí. Je nutné podporovat aktivizaci značných vlastností osobnosti, jako jsou např. zdravá ctižádost, snaživost a soustředěnost a naopak zabraňovat riziku vzniku pocitů méněcennosti. Vystupování před ostatními je velmi zásadní pro vývoj řádného projevození a utváření kultivovanosti mezi lidmi. (Helus, 2004, s. 206-208)

2.2.3 UTVÁŘENÍ VZTAHŮ A SESKUPOVÁNÍ VE TŘÍDĚ

U dětí v prvním období na prvním stupni je běžné, že střídají velmi rychle své kamarády. K pojmu přátelství mají tyto utvářené vztahy ještě daleko a výraz kamarádění je pro ně celkem všeobecný. Chlapci nejčastěji považují za svého kamaráda toho, s kým sedí v lavici, anebo kdo má stejné zájmy a hraje stejné hry. Často mají tendenci se mezi sebou provokovat. Dívky se zase seskupují do dvojic nebo trojic bez ohledu na zasedací pořádek a mezi nimi má toto spojování často soupeřivé a konkurenční rysy a trvá poměrně krátce. Mezi předměty konkurence patří např. oblečení, obrázky, hračky atd. Až po delší době si dívky vytvářejí větší a různorodé skupiny, které si fixují. (Doubek, 2005, s. 506-515)

Teprve okolo deseti let si děti tvoří dlouhodobější vztahy přátelství, které děti zakládají na osobních vlastnostech a celá třída nebo skupina se začne vnitřně odlišovat. Postupně si děti budují určité postavení mezi ostatními, které je založeno např. na tělesné síle, obratnosti nebo na inteligenci a chování jedince. (Langmeier a Krejčíková, 2006, s. 140)

Sdružování a kontakt mezi dívkami a chlapci je možno dělit dvěma zásadními způsoby. Prvním způsobem je otevřený vyzývavý kontakt tzv. „sex“, kdy na sebe

jednotlivé dvojice „útočí“, provokují se, škádlí se, schovávají si věci atd. Aktéři toho modu se téměř nedostávají do stabilního kontaktu. Druhý způsob kontaktu mezi dívkou a chlapcem se nazývá „azyt“ a je to kontakt mezi pohlavími, kde je sexuální podnět odřeknut. Účastníci tohoto modu nejsou motivováni vzájemným kontaktem jako chlapec s dívkou, ale nějakou mimetickou hrou či nějakým fantastickým obsahem. (Doubek, 2005, s. 506-515)

2.3 KOGNITIVNÍ VÝVOJ

Na rozdíl od předškolního dítěte, jehož myšlení se opírá především o sebestřednost, tajuplnost a zdánlivý pojmový základ, je už školákovo myšlení daleko vyspělejší. Škola vede dítě k zapamatování si spousty informací a k systematickému myšlení. Lze specifikovat tyto schopnosti dítěte:

- Operace diferenciací a klasifikací osob, jevů, předmětů. Dítě dokáže rozdělit předměty podle barvy nebo velikosti do určitých skupin, ví, že např. jeho otec je nejen jeho otcem, ale také strýcem jiného dítěte a synem babičky.
- Operace inkluze. Dítě např. chápe, že se kočky a psi řadí do určité třídy savců, zvířat, šelem atd. a mají tím pádem něco společného. Dítě v mladším školním věku dokáže zařadit zvířata do určitých kategorií a skupin.
- Reverzibilní myšlení. Dítě např. rozumí tomu, že když se přelije voda z úzké a vysoké sklenice do širší, kde sahá níž, je vody stále stejné množství. Školák si uvědomí, že může uskutečnit opačnou operaci - přelít vodu zpět do užší nádoby a zkontrolovat si tak, že vody neubýlo.
- Decentrace. Dítě nahlíží na určité jevy různými pohledy. Např. si řekne, že kočka je zákeřná, jelikož loví myši. Následně si ale uvědomí, že tak zákeřná není, jelikož jsou myši pro ni převládající potravou a pro nás, je to navíc užitečné. (Helus, 2004, s. 208-209)

P. Říčan (1989) a Z. Matějček (1991) tvrdí, že mladší školní věk se nazývá obdobím realistickým. Do 8. roku se tomu říká naivní realismus a od 9. roku se období nazývá kritický realismus, jelikož se začíná rozvíjet kritické myšlení. V tomto věku je hlavní činností dítěte učení, které ovlivňuje a zdokonaluje všechny psychické funkce. Probíhá intelektualizace kognitivních procesů a výrazným aspektem je uvědomělost a

záměrnost psychické činnosti – dítě uvědoměle prožívá city a formuje si záměrnou paměť a pozornost. Školák již ustupuje od snění a fantazie a více se soustředí na realitu. (Hříchová, Miňhová, Novotná, 2000, s. 50-51)

Toto období je označováno za tzv. „střízlivý realismus“. Dítě v tomto věku chce pochopit věci a okolní svět „skutečně“ a to se promítá do jeho mluvy, psaní, čtení, kresby a také hry. Německý psycholog O. Kroh (1920) rozlišil, že se nejdříve jedná o realismus „naivní“, protože školák je závislý na tom, co mu sdělí autorita, kterou jsou např. rodiče nebo učitelé a později je to realismus „kritický“, kdy se dítě více samostatně rozhoduje a přibližuje se k období pubescence. Kritičnost školáka by měla být do jisté míry tolerována a podporována a někdy také potlačována. Dítě má potřebu prozkoumávat věci skutečnou činností a později v období dospívání je zkoumá i v mysli. Nestačí mu pouze slovní výklad, ale rád experimentuje, zkouší různé pokusy a všelijaké možnosti řešení a tím se nejlépe a nejrychleji učí. (Langmeier a Krejčíková, 2006, s. 118)

2.4 VÝVOJ ZÁKLADNÍCH SCHOPNOSTÍ A DOVEDNOSTÍ

Při vstupu do školy má dítě značnou touhu učit se a získávat nové poznatky. Aniž by bylo někým povzbuzované, sám se zajímá o vše nové a zkoumá detaily svého okolí. Učit se novým dovednostem je pro něj velkou výzvou.

Vývoj schopností závisí ve velké míře na tělesném růstu, který je většinou v mladším školním věku na rozdíl od předchozího a následujícího období rovnoměrně plynulý. Během období se podstatně zdokonaluje hrubá a jemná motorika. Svalová hmota nabývá velikostí a pohyby jsou rychlejší a koordinovanější. Školáci si při sportovních výkonech a pohybových hrách, o které jeví velký zájem, zlepšují celkem pohotově svou vytrvalost, obratnost a sílu. Pohybové výkony jsou závislé na vnitřní i vnější motivaci žáka. Mezi pohybovými dovednostmi dětí jsou značné rozdíly, které ovlivňují rodiče a vychovatelé tím, že tyto dovednosti podporují nebo je naopak potlačují.

Při učení si děti prohlubují psaní a kreslení. K těmto činnostem nejdříve využívají především ramenní a loketní kloub, teprve po nějaké době cvičení dojde k jemné koordinaci pohybů, kdy dítě dokáže správně použít zápěstí a prsty. Soustavně se v tomto věku vyvíjí i smyslové vnímání, což je velmi spletitý psychický akt, na němž se podílí všechny prvky osobnosti člověka (soustředěnost, postoje, zkušenosti, zájem atd.). Velmi

výrazně se prohlubuje oblast zrakového a sluchového vnímání. V tomto období se stává dítě pozornějším, pečlivějším, vytrvalejším a spoustu věcí důkladně zkoumá a není tak závislé na svých momentálních touhách a potřebách jako ve věku předškolním. (Langmeier a Krejčíková, 2006, s. 118-120)

V tomto věku dítěte dochází také k zlepšování řečových schopností a dovedností. Během vyučování se děti seznamují s mnoha novými slovy a pojmy a velmi rychle si rozšiřují slovní zásobu. Společně s řečí se rozvíjí i myšlení, které se podle psychologa J. Piageta nachází na stupni konkrétních logických operací (dítě chápe základní příčinné vztahy a dodržuje zákony logiky). (Hříchová, Miňhová, Novotná, 2000, s. 51)

Rychlý vývoj řeči zlepšuje také rozvoj paměti. Ve školním věku je krátkodobá i dlouhodobá paměť stabilnější. Verbální vyjadřování dítěte závisí na velikosti slovní zásoby, která je u každého výrazně rozdílná. Příhoda (1963) odkazuje na studii spolupracovníka Divokého, který dospěl na základě zkoušky k tomuto počtu zvládnutých slov:

- průměrně 18 633 slov (v sedmi letech),
- průměrně 26 468 slov (v jedenácti letech).

Další rozvíjení ve slovní zásobě je zdlouhavý a závisí na zevních okolnostech. Společně s nabýváním počtu osvojených slov se zlepšuje i artikulace. Při vstupu do školy přetrvává u mnohých dětí patlavost, která již během prvního školního roku mizí, aniž by byla zapotřebí logopedické péče. (Langmeier a Krejčíková, 2006, s. 123)

Pokrok lze pozorovat také ve výtvarném vyjadřování. Od 7. roku dítě začíná ve svých kresbách zachycovat co nejvíce detailů, a proto se kresby stávají zřetelně realistické. V tomto období je velmi živá a silná představivost. (Hříchová, Miňhová, Novotná, 2000, s. 50)

2.5 EMOČNÍ VÝVOJ

Emoce a city v raném školním věku prožívá dítě častěji a trvaleji. Objevují se vyšší city, jako jsou např. morální a estetické, které jsou ale spíše povrchnějšího rázu. Dítě více reguluje sebeovládání a převládá u něj optimismus a radost. Je to období celkem klidné,

bez prudkých poruch duševní rovnováhy a bez projevů pohlavních pudů. (Hříchová, Miňhová, Novotná, 2000, s. 51)

2.5.1 SEBEOVLÁDÁNÍ

„Termínem autoregulace (sebeřízení, sebeovládání) poukazujeme na skutečnost, jež úzce souvisí s identitou. Hledání a vyjadřování identity předpokládá, že jedinec se vymaňuje z diktátu vlivů, které jej řídí (regulují) z vnějšku a činí objektem působení druhých lidí. Namísto této objektové podrobenosti se sám nad sebou zamýšlí a rozhoduje; ujímá se role subjektu vnášejícího do dění své vlastní přínosy, na nichž mu záleží a jimiž vyjadřuje svébytnost původce vlastních činů.“ (Helus, 2004, s. 151)

Ve vrstevnické skupině se dítě učí stále lepšímu sociálnímu porozumění a s tím paralelně narůstá i schopnost sebeřízení. Při zkoumání školní zralosti je důležité, aby dítě bylo schopné odložit na určitou dobu uspokojení svých potřeb a věnovalo se pro něj někdy nudné činnosti - školní práci. Zvyšující sebereregulaci dítěte ovlivňují dva faktory, které na sebe navzájem působí:

- Emoční reaktivita – složka, která je biologicky založena na temperamentu a ovlivňuje ji celkové dozrávání organismu. Jde např. o míru impulzivity, dráždivosti, o sklon ke zpomalování reakcí vlivem úzkosti atd.
- Volní ovládnutí emočních reakcí – dítě ve školním věku dokáže své emoční bezprostřední reakce či impulzy k akci snadněji korigovat a jednat tak plánovitě a záměrně. Ovlivňuje tím sílu vnitřního prožitku a lépe se soustředí na zvolenou činnost.

Vývoj v obou těchto oblastech podporuje schopnost dítěte přizpůsobit se vnějším podmínkám a zvyšuje jeho odolnost vůči zatížení. Emočního ovládnutí jedince má vliv na jeho přijetí do skupiny. (Langmeier a Krejčíková, 2006, s. 131)

2.5.2 EMOČNÍ POROZUMĚNÍ A SOCIÁLNÍ KONTROLA

Dítě si uvědomuje, že některé pocity a přání může před ostatními skrývat. Zároveň ví, že před sebou samým je zahalit nelze. Již na konci mladšího školního věku dítě začne poznávat, že na některé situace lze hledět více pohledy, a že v sobě může mít i více pocitů

najednou. Emoce mohou být i protikladné a pocity smíšené. (Langmeier a Krejčíková, 2006, s. 131-132)

2.5.3 SEBEHODNOCENÍ

Vývoj sebehodnocení ovlivňuje nejen rodiče, dětská skupina, ale také učitel. Ten by měl žákově sebevědomí dostatečně a vhodně podporovat. Také musí dávat pozor na to, aby žák nebyl před třídou zesměšňován a ponižován. Např. jedinci ze sociálně slabších rodin jsou ostatními dětmi hodnoceni nízko, a to se promítá i do jejich sebehodnocení, které je taky nízké. Učitel by se měl snažit, aby se takoví žáci necítili méněcenně a vyzdvihoval jejich kladné stránky. (Langmeier a Krejčíková, 2006, s. 140)

2.6 HRA A VOLNÝ ČAS

Volný čas dítěte v mladším školním věku bývá celkem rozsáhlý, ale jeho náplň a organizaci zajišťují ještě především dospělí. Přesto má jedinec jisté tendence a možnosti zacházet si se svým volným časem podle svého uvážení. V tomto věkovém období je organizace vlastního volného času velmi náročnou činností. Pokud je dítě v této oblasti ponecháno samo sobě, většinou nastane situace, kdy tento čas začne trávit neproduktivně a někdy až škodlivě. Proto je velmi důležité, aby na náplň volného času dětí toho věku dohlíželi dospělí jedinci. Je velmi nutné dávat pozor, aby se tento dohled nedostal do opačné krajnosti, která by vedla k omezování volného času dítěte. Jedinec by například neměl být přehlčován zájmovými kroužky a v jisté míře by se měl sám rozhodovat, čemu se chce ve svém volném čase věnovat. Čas odpočinku, zábavy a relaxace se může změnit v čas náročných povinností, které mohou vést nejen k fyzickému, ale i psychickému zatížení. (Spousta et al., 94, s 31)

Každé dítě přichází do školy ze sadou osvojených a oblíbených her a jejich praktik a je s nimi stále v kontaktu. Setkává se s nimi v době před vyučováním, při vyučování (didaktické hry), o přestávkách, po vyučování a také ve svém volném čase. Hra je kulturním fenoménem, který naplňuje sociální interakci dětí. (Bittnerová, 2005, s. 494-495)

Doubek (2005, s. 522) u dětí v tomto věku rozlišuje tři typy her, které se vyvíjí v popkulturních zálibách:

- hry „na něco“, kdy hráči (spíše herci) v představovaném ději někoho nebo něco napodobují, hrají si např. na rodinu, na doktory, učitele, autobus atd.,
- soutěživé hry s cílem a pravidly – např. házená, fotbal, vybíjená, skoky do dálky, hod míčkem atd.,
- hry založené „na závratí“, což jsou hry riskantního a provokativního rázu, např. hra na honěnou, souboj, skákání z výšky, přeskokování např. kaluže atd.

Pro zdravý rozvoj osobnosti je hra v mladším školním věku nepostradatelná a je nutné pro ni vytvořit správné podmínky. Formy her jsou podobné hrám v předškolním věku, ale jejich projevy jsou hojnější a složitější. Děti se snaží hrou přiblížit více skutečnosti a výrazněji se snaží dosáhnout úspěchu. Velmi často střídají oblibu her a upřednostňují náročnější např. společenské hry (šachy, dáma), které nejsou založeny na náhodě (hod kostkou). (Langmeier a Krejčíková, 2006, s. 141)

Hra je ve školním období význačnou aktivitou. Děti jsou soutěživé a mají rády pohybové, tvořivé nebo skupinové hry. V dnešní době tráví velkou část volného času na počítači, sledováním televizních pořadů nebo jiným způsobem pasivní zábavy. (Hříchová, Miňhová, Novotná, 2000, s. 51)

Volný čas dítěte v mladším školním věku bývá celkem rozsáhlý, ale jeho náplň a organizaci zajišťují ještě především dospělí. Přesto má jedinec jisté tendence a možnosti zacházet si se svým volným časem podle svého uvážení. V tomto věkovém období je organizace vlastního volného času velmi náročnou činností. Pokud je dítě v této oblasti ponecháno samo sobě, většinou nastane situace, kdy tento čas začne trávit neproduktivně a někdy až škodlivě. Proto je velmi důležité, aby na náplň volného času dětí toho věku dohlíželi dospělí jedinci. Je velmi nutné dávat pozor, aby se tento dohled nedostal do opačné krajnosti, která by vedla k omezování volného času dítěte. Jedinec by například neměl být přehlčován zájmovými kroužky a v jisté míře by se měl sám rozhodovat, čemu se chce ve svém volném čase věnovat. Čas odpočinku, zábavy a relaxace se může změnit v čas náročných povinností, které mohou vést nejen k fyzickému, ale i psychickému zatížení. (Spousta et al., 94, s 31)

Především od první třídy navštěvují děti základní umělecké školy a různorodé zájmové kroužky a začínají obdivovat např. známé umělce a sportovce. Mezi zvláštní zájem chlapců patří bojové sporty, počítačové hry a u dívek je to hlavně zájem o zvířata a módu. Děti si rády čtou komiksy, některé dětské či naučné časopisy nebo knihy se svými oblíbenými hrdiny. Často poslouchají moderní hitparádovou hudbu, sledují filmy nebo televizní pořady a seriály. Významným prvkem ve volném čase u dětí obou pohlaví jsou sběratelsko-soutěživé hry. Děti v tomto věku velmi rády sbírají a shromažďují různé předměty, které jsou právě mimořádnou úspěšnou novinkou (např. karty, samolepky, pogy atd.) Tyto předměty si navzájem vyměňují a předhání se, kdo jich nasbíral více. (Doubek, 2005, s. 523-526)

3 PROBLEMATIKA VOLNÉHO ČASU DĚTÍ

3.1 VOLNÝ ČAS DĚTÍ

Oblast volného času dětí je v dnešní době živě rozvíjející a zároveň velmi zajímavá a členitá, podnětná a přínosná, ale také nedoceňovaná a někdy nesnadná. Společnost by měla jevit zájem o to, jakým způsobem děti volný čas mohou využít. Každý jedinec tráví život v různém prostředí. Ve svém volném čase se zúčastňuje aktivit, kde získává teoretické informace a praktické zkušenosti. Volnočasové aktivity jsou důležitým celoživotním faktorem. Uspokojují mnohé potřeby jedince, vychovávají ho, rozvíjí jeho osobnost a zájmy, sociálně ho začleňují, utváří jeho postoje a hodnoty, a proto velmi oprávněně přitahují výjimečnou pozornost. (Hájek, Hofbauer, Pávková, 2008, s. 7)

Jedinec nesmí být přetěžován povinnostmi a přípravami do školy a měl by mít poměrně dostatek svého volného času. Je důležité, aby si uvědomoval jeho životní hodnotu a naučil se k němu smysluplně přistupovat. Zároveň by neměl využívat volný čas pasivní a receptivní formou a oslabovat tím tak svou aktivitu osobnosti. (Rotterová a Čáp, 1976, s. 44-45)

Příslušníci mladé generace v dnešní době mají na volnočasové aktivity různé názory a zauímají k nim tyto postoje:

- *„na zhodnocování svého volného času jsou plně zainteresováni, uspokojují své zájmy a využívají podněty, které přicházejí od nich samých nebo z různých prostředí;*
- *s volnočasovými aktivitami a institucemi vstupují do příležitostných podnětných vztahů, ale také do menších či zásadnějších konfliktů, jež žádoucí vyznění těchto aktivit oslabují nebo přímo vylučují;*
- *pozitivní volnočasové aktivity je vůbec neoslovují a nemotivují, takže k nim zůstávají hluchí a ke své škodě se s nimi mýjejí.“* (Hájek, Hofbauer, Pávková, 2008, s. 7-8)

Vývoj volného času není přímočarý. Neustále se naskytují nové možnosti a pokusy, jak řešit obvyklé i nově vynořující se otázky. Tato snaha omezuje negativní působení pronikající ze společnosti nebo vytvářející se ve volném času samém. Úspěch volnočasové aktivity není nikdy jistý. Případný pozitivní dopad může vést k občanské odpovědnosti a

k zájmu prosadit se ve společnosti. Je důležité, aby děti prožívaly volný čas plnohodnotně, trávily ho aktivním způsobem a aby ho považovaly za nedílnou součást celého života. (Hofbauer, 2004, s. 12-13)

Trávení volného času dětí je ovlivněno sociálním prostředím. Nejdůležitějším faktorem, který ovlivňuje volný čas dítěte, je rodina. Rodiče by měli být pro dítě pozitivním vzorem, ke kterým by mělo vzhlížet. Pokud se nezajímají o to, jak jejich děti tráví svůj volný čas, neplní řádně výchovnou funkci. Tento nedostatek následně do jisté míry kompenzují školy a další výchovná zařízení. Děti jsou tudíž vychovávány nejen svými rodiči, ale i kvalifikovanými pedagogy. Pokud se i přesto výchova nedaří, zvyšuje se riziko, že bude jedinec ovlivňován nežádoucí vrstevnickou skupinou, která může narušit jeho správný vývoj. (Pávková et al., 2002, s. 15)

3.2 IDEÁLNÍ TRÁVENÍ VOLNÉHO ČASU

Způsob trávení volného času dětí by měl v ideálním případě vést k formování následujících znaků osobnosti:

- vědomí identity, jistoty, sebedůvěry a vzájemnosti s okolním světem
- prožívání úcty a lásky k životu ve všech jeho vyjádření
- snížení mylných dojmů, chtivosti a nenávisti
- schopnost kritického myšlení bez sentimentality
- omezení vlastní existence a zdůrazňování sebe sama
- vědomí důležité ukázněnosti, respektování pravidel a skutečností pro dosažení cíle
- poznávání sebe sama
- pochopení svobody jako možnosti rozvoje vlastní osobnosti
- schopnost harmonického života (Vážanský, Smékal, 1995, s. 46)

3.3 VÝZNAM RODINY PRO UTVÁŘENÍ VZTAHU K VOLNÉMU ČASU

S procesem výchovy dítěte k vyhovujícímu trávení volného času je třeba začít již v raném dětství. Rodina je primární skupinou, kde se dítě socializuje. B. Berelson a G. A. Steiner považují za zřejmé, že pokud dítě dostává během útlého dětství málo lásky a tepla, negativně to ovlivňuje jeho vývoj a pomaleji se stává osobností. Zároveň má tento jedinec

sklony k pasivnímu a apatickému chování a předpokládá se jeho nepevný a nestabilní charakter. Pokud v dětství hlavní socializační faktor selhává, dítě si utváří nízké sebevědomí a může se stát slabým a labilním jedincem. (Brindza, 1984, s. 26)

Rodiče děti podporují v prospěšných, individuálních, jednorázových i dlouhodobých činnostech. Dlouhodobě se podílejí na organizování, vytváření a motivování volného času dítěte. Ve velké míře ovlivňují výběr zájmových aktivit a pomáhají je dítěti realizovat a udržovat. Učí dítě, jak má tento čas zhodnocovat a vhodně využít. (Kraus, 2015, s. 152)

Způsob trávení volného času společně s rodinou je možné rozlišit:

- **aktivní trávení** = volnočasové činnosti, kterých se členové rodiny přímo účastní a působí tak na jejich průběh a výsledek (např. zpívání, turistická činnost, stolní hry, cyklistika);
- **pasivní trávení** = činnosti, které jsou spojeny s tělesnou pasivitou (např. návštěva divadla, sledování televize, poslech hudby). (Kraus, 2015, s. 156)

Volný čas je u každé rodiny velmi specifický a má rozdílné způsoby realizace, které se většinou odlišují v závislosti na jejím životním stylu. Životní styl rodiny je ovlivněn jejím sociálním postavením. Rodiče by měli přistupovat k volnému času zodpovědně a tvůrčím způsobem. Je důležité, aby u dětí vytvářeli správné postoje, které v budoucnosti uplatní ve své založené rodině. Cílem společného trávení volného času by mělo být to, že děti budou využívat svůj volný čas ve prospěch svého osobnostního rozvoje, ale také ve prospěch druhých. (Hofbauer, 2004, s. 61-62)

Z rodinné výchovy, která působí na volný čas dítěte, plynou obecné závěry:

- *„rodiče jsou nejdůležitějšími vychovateli, všichni ostatní vychovatelé mohou doplňovat pouze to, čeho ve výchově dosáhli rodiče;*
- *rodiče nejsou odpovědni jen za výchovu svých dětí v rodinném prostředí, ale za jejich výchovu vůbec;*
- *nejdůležitějším předpokladem úspěšné rodinné výchovy je dobrý společný životní způsob rodičů a dětí.“* (Spousta, 1994, s. 107)

3.4 PEDAGOGIKA VOLNÉHO ČASU DĚTÍ

Pedagogika volného času je disciplínou pedagogiky, která se zaměřuje na výchovné a vzdělávací způsoby, které vedou k individuálnímu a smysluplnému využívání volného času dětí. Zaobírá se koncepcí, obsahem, cíli a způsoby výchovy ve volném čase, institucemi a organizacemi, které vytvářejí podmínky, či uskutečňují volnočasové aktivity pro děti a pojetím dalšího vývoje volného času, který vychází z vývoje společnosti. (Hájek, Hofbauer, Pávková, 2008, s. 12-13)

U pedagogiky volného času je podstatné, že zaujímá dvě postavení: „*je určena jako pedagogika ve volném čase a pro volný čas. To však neznamená, že vnější vztahy nehrají žádnou výraznou roli, ale že život ve volném čase se svými požadavky, potřebami a možnostmi bude pro ni východiskem.*“ (Váženský, Smékal, 2005, s. 74)

Specifičností volného času u dětí (dle Úmluvy o právech je dítě každý jedinec mladší 18 let) je, že musí být z výchovných důvodů pedagogicky ovlivňován. Děti ještě nemají mnoho zkušeností a dovedností, aby ho zvládly efektivně využít. Nedokážou se vyznat ve všech zájmových aktivitách různých oblastí a potřebují citlivé a nenásilné vedení. Podmínkou je, aby nabízené činnosti byly přitažlivé a pestré a děti se jich zúčastňovaly dobrovolně. To, do jaké míry je volný čas ovlivňován, záleží na věku dětí, na jejich sociální a psychické vyspělosti a také na charakteru výchovy v rodině. (Pávková et al., 2002, s. 13-14)

Úkolem pedagogiky volného času je zaměřit se na vývoj výchovného zhodnocování volného času dětí, přinášet mu nové podněty a vést mladé jedince k tomu, aby ve prospěch svého rozvoje a sociálního okolí, za pomoci dospělých a později i samostatně, vyplňovali volný čas vhodnými aktivitami. (Houfbauer, 2004, s. 18)

K termínu pedagogika volného času má velmi blízký vztah pojem výchova mimo vyučování a výchova ve volném čase, což jsou specifické oblasti výchovy. Výchova ve volném čase se stará o to, aby výchovné působení účinně jedince motivovalo a bylo citlivé a nenásilné. Zároveň zachovává všechny základní znaky výchovného procesu a vztahuje se k jedincům různého věku. Mimoškolní výchova se zabývá jednotlivci, kteří navštěvují školu, ve které jsou vyučováni. Nezahrnuje jen volnočasové aktivity, ale také jisté povinnosti, jako jsou např. příprava do školy, zachovávání hygieny a upevňování kulturních návyků. Mimoškolní a mimotřídní výchova patří mezi pojmy zastaralé. (Pávková, 2014, s. 12-13)

3.5 FUNKCE VÝCHOVY VE VOLNÉM ČASE DĚTÍ

Výchova ve volném čase je speciální sférou výchovy a je možné vymezit její jednotlivé funkce, které se ve výchovné praxi navzájem prolínají. V jednotlivých zařízeních, ve kterých výchovný proces probíhá, jsou tyto funkce plněny v odlišném rozsahu.

Výchovně-vzdělávací funkce

Výchovně-vzdělávací funkce se zaměřuje se na cílevědomé a záměrné vychovávání jedinců. Volný čas ovlivňuje osobnost z hlediska tělesné, duševní a sociální stránky, rozvoje volných vlastností, rozumu a emocí. Úspěšné plnění této funkce se odráží ve výběru prostředků, které se ohlížejí na specifčnost výchovy volného času. Výchova ve volném čase uspokojuje a kultivuje potřeby, jako je například seberealizace či potřeba mezilidských vztahů, objevuje a rozvíjí jednotlivé schopnosti jedince a prohlubuje a rozšiřuje jeho zájmy. Při zájmových aktivitách dochází ve skupinách k sociálnímu učení, kdy si jedinci osvojují dovednosti a vědomosti pro mezilidské vztahy v životě a zvykají si na celoživotní vzdělávání, které je přirozenou součástí života. (Pávková, 2014, s. 14-15)

Zdravotní funkce

Tato funkce zahrnuje všechnu výchovu a aktivity ve volném čase, které podporují zdravý duševní, tělesný a sociální vývoj jedinců.

Zdravý vývoj vychovávaných jedinců je ovlivňovaný těmito způsoby:

- Režimem dne, který by měl být vhodně uspořádán tak, aby odpovídal základním biorytmům a individuálním zvláštnostem jedince. Je důležité střídat např. práci s odpočinkem, tělesné aktivity s duševními, činnosti organizované se spontánními a všechny ostatní činnosti odlišného charakteru.
- Zařazováním činností, které podporují pohyb jedince, nejlépe na zdravém vzduchu – venku. Pohybové aktivity by se měly být pravidelnou součástí režimu dne.
- Zavedením zdravého stravování, upevňováním zdravých stravovacích návyků, dodržováním pitného režimu a odstraňováním zlovyků při stolování a stravování.

- Upevněním správných hygienických návyků. Jedinec by měl umět pravidelně pečovat o své tělo, oděv apod. Zde se poohlíží také na hygienu prostředí, ve kterém se výchova uskutečňuje.
- Dodržováním zásad a pravidel pro bezpečnost práce, které stanovují příslušné právní předpisy. Dodržování těchto norem je povinností každého pedagoga, který má za úkol obeznámit s nimi vychovávané jedince.
- Respektováním nároků psychohygieny. Ve výchovném procesu je nutné vytvářet příjemnou atmosféru a dobré vztahy mezi vychovávanými jedinci, popřípadě včas a vhodně řešit způsobené konflikty. (Hájek, Hofbauer, Pávková, 2008, s. 71)

Sociální funkce

Sociální funkce se ve volném čase vyznačuje více způsoby. Nejvýznamnějším způsobem je zajišťování dohledu nad dětmi a jejich bezpečnosti při volnočasových aktivitách. Dále do této funkce patří navazování různorodých sociálních vztahů. Jedinci se společně kamarádí např. na základě společných zájmů, setkávají se s autoritami, ve skupinách získávají rozličné sociální role a postavení. Vychovávaní jedinci zlepšují dovednosti ve svém sociálním vnímání a komunikaci. Zařízení, které je využíváno pro trávení volného času dětí, vyrovnává do jisté míry rozdíly v podmínkách jejich rodinného prostředí.

Preventivní funkce

Tato funkce předchází nežádoucím skutečnostem, jakými může být např. lhaní, neukázněnost, záškoláctví, bezdůvodné ničení, krádeže, útěky z domova a další. Je důležité volit vhodné volnočasové činnosti, které poslouží k základní prevenci před zmíněnými patologickými jevy a které je výhodnější a snazší předcházet než napravovat. (Pávková, 2014, s. 15)

3.5.1 CÍLE, PODMÍNKY A PROSTŘEDKY VÝCHOVY VE VOLNÉM ČASE

Pro výchovu ve volném čase je velmi důležitým znakem cílevědomost. Každý pedagog by si měl v jednotlivých fázích pedagogického ovlivňování stanovit odpovídající cíle, kterých chce ve výchově dosáhnout. Na konci těchto úseků vždy rozebírá zvolené metody a formy, hodnotí své snažení a zkoumá dosažené výsledky. Adekvátní cíle volí

podle různých stanovisek, např. podle věku vychovávaného jedince, složek osobnosti, druhu vykonávané činnosti nebo typu instituce. Cíle ve výchově mohou být buď obecné (např. naučit jedince nakládat s volným časem a využívat ho racionálně) nebo dílčí, které se z obecných cílů vyplývají (učit jedince odpočívat, rozvíjet jeho zájmy, podporovat ideu celoživotního vzdělávání apod.) Své specifické cíle mají také jednotlivé zájmové aktivity.

Výchovné procesy se uskutečňují v podmínkách, které bývají různě složité a rozlišují se na vnitřní a vnější. Vnitřními podmínkami se myslí především individuální a věkové zvláštnosti vychovávaných jedinců. A naopak prostředí, ve kterém výchovný proces probíhá, materiální vybavení těchto prostorů, sociální vztahy ve vychovávaných skupinách apod. patří do podmínek vnějších. (Hájek, Houfbauer, Pávková, 2008, s. 72-73)

Za výchovné prostředky výchovy, které pedagog využívá k dosažení výchovných cílů, se považují: činitele, obsah, formy, metody výchovy a materiální prostředky. Mezi činitele výchovy patří rodina, škola a ostatní výchovné instituce. Obsah výchovy se vymezuje různými způsoby, např. za pomoci jednotlivých prvků výchovy, podle věku jedinců, podílu výchovných aktivit, znaků osobnosti apod. Metody a formy jsou tzv. způsoby a cesty, jimiž se dosahuje výchovných cílů a které by se měly s důvodem motivace prostrídávat a obměňovat. Jednotlivé metody můžeme rozlišit např. na názorné, slovní, upevňovací, aktivizující či metody praktických činností. Výchovné formy by měly podporovat a rozvíjet aktivitu účastníků. Jsou to nejčastěji hry, vycházky, výlety, exkurze, soutěže atd. Jednotlivé formy práce lze rozlišovat podle počtu jedinců na hromadné, skupinové a individuální. U materiálních prostředků je nutné, aby splňovaly veškeré pedagogicko-psychologické, hygienické a estetické požadavky. (Pávková, 2014, s. 19-22)

3.5.2 POŽADAVKY NA VÝCHOVU VE VOLNÉM ČASE

Pokud pedagog usiluje o dosažení správných výchovných cílů, je nutné, aby respektoval obecné i specifické požadavky na výchovu.

Obecné požadavky jsou známé jako pedagogické zásady a platí nejen pro výchovu ve volném čase, ale také pro oblast rodinné a školní výchovy:

- **Zásada soustavnosti a cílevědomosti** – je důležité, aby jednotlivé kroky ve výchově na sebe smysluplně navazovaly a směřovaly ke dlouhodobým cílům.

- **Zásada aktivity** – pedagog by měl vychovávané jedince dostatečně motivovat a vybírat takové aktivity, aby se jich mohli všichni nějakým způsobem zúčastnit.
- **Zásada posloupnosti** – tato zásada vyplývá z toho, že pedagog by měl při výchovném procesu postupovat od jednoduchého ke složitějšímu, od blízkého ke vzdálenému a od neznámého ke známému.
- **Zásada přiměřenosti** – při výběru výchovných aktivit, je důležité zohledňovat věk jedince, jeho momentální stav a jeho mentální a tělesnou vyspělost.
- **Zásada zdůrazňování pozitivních rysů osobnosti** – je potřeba chválit, uznávat a oceňovat jedince a zvyšovat mu tak sebevědomí. (Pávková et al., 2002, s. 46-47)

Výchova ve volném čase má také své specifické požadavky:

- **Požadavek pedagogického ovlivňování volného času** – cílevědomě, šetrně a ohleduplně vést děti ke smysluplnému využívání volného času. „*Právo dětí na volný čas a jeho účelné využívání je dáno Úmluvou o právech dítěte.*“ (Pávková, 2014, s. 24)
- **Požadavek jednoty a specifičnosti vyučování a výchovy mimo vyučování** – obě tyto oblasti spolupracují a každá z nich určitým způsobem rozvíjí osobnost dětí.
- **Požadavek dobrovolnosti** – pedagog by měl znát a respektovat přání a potřeby dětí a vytvářet pro ně takové podmínky, aby svůj organizovaný volný čas trávily dobrovolně.
- **Požadavek aktivity** – je důležité vést děti k tomu, aby se aktivně podílely na přípravách, plánování, uskutečňování a hodnocení volnočasových aktivit. Při tomto vedení by měl pedagog podporovat samostatnost a nápaditost dětí. „*Spíše než děti bavit je správné naučit je se bavit.*“ (Pávková, 2014 str. 24).
- **Požadavek seberealizace** – každý účastník volného času by měl mít možnost využít své specifické schopnosti a rozvíjet své nadání. Pro duševní pohodu je důležité, aby jedinec prožíval úspěchy a byl schopný v něčem vynikat.
- **Požadavek přitažlivosti a pestrosti** – znamená citlivě volit a střídat obsah, formy a metody práce tak, aby jednotlivé činnosti děti bavily a neunavovaly je. Volnočasové aktivity by měly být vhodně motivované a zaměřené na odpočinek a rekreaci. Činnosti by měly vést k pozitivním emocionálním zážitkům.

- **Požadavek sociálního kontaktu** – společné činnosti jsou důležité pro vytváření osobních vztahů. Děti poznávají nové lidi, vzájemně spolu komunikují, pracují a stávají se přáteli či nepřáteli. Jedinec si osvojuje individuální životní role a učí se být tolerantní a naslouchat ostatním. (Pávková, 2014, s. 24-26)

3.6 VÝCHOVNÉ A VZDĚLÁVACÍ ČINNOSTI VE VOLNÉM ČASE DĚTÍ

Činnosti dětí ve volném čase lze rozlišit na organizované a spontánní. Každý den by mělo být dítě ve volném čase vedeno vychovatelem, ale zároveň mít příležitost volit si činnosti podle svého přání a bezprostředně se odreagovat. Spontánní činnosti vedou ke spokojenosti a radosti a k uspokojování vlastních potřeb jedince. Zachování vhodného poměru mezi organizovanou a spontánní činností ve volném čase je důležité z hlediska výchovného, zdravotního a duševně-hygienického. (Pávková et al., 2002, s. 87)

3.6.1 ODPOČINKOVÉ A REKREAČNÍ ČINNOSTI

Odpočinkové činnosti jsou poklidné a psychicky a pohybově nenáročné. Rekreační činnosti se naopak vyznačují vydatnou pohybovou aktivitou, prováděnou nejlépe na čerstvém vzduchu. Tyto dva typy činností spolu souvisí a navzájem se prolínají. Pokud jsou děti přetěžovány a mají nedostatek příležitostí k odpočinku a rekreaci, stávají se neposlušnými, nepozornými a vzdorují. Rekreačními činnostmi jsou především pohybové hry (doma, na zahradě, na hřišti, v parku, ve volné přírodě apod.), sezonní hry a zábavy (hry ve vodě, se sněhem, koupání), výlety, turistika, cvičení při hudbě, tanec, sport, činnosti související s ochranou životního prostředí apod.

K odpočinku může sloužit:

- spánek, klid na posteli, lehátku, v křesle či venku na dece, relaxační cvičení
- klidné a jednoduché hry (např. námětové, tvořivé, společenské, stolní)
- práce s elektronikou (počítač, mobilní telefon, tablet apod.)
- poslech hudby (rádio, CD), sledování televize, videa atd.
- povídání si o přečteném či shlédnutém (divadelní představení, film, utkání atd.)

- vyprávění či poslouchání zážitků, příběhů
- pohybově nenáročné, příjemné vycházky ven, pobyt na čerstvém vzduchu (Pávková et al., 2002, s. 84-87)

3.6.2 ZAŘÍZENÍ PRO VÝCHOVNÉ A ZÁJMOVÉ ČINNOSTI DĚTÍ

Podmínky pro uskutečňování cílů výchovy ve volném čase vytvářejí různá společenská zařízení a instituce:

- **Školní družiny** existují při základních školách a pracují s dětmi mladšího školního věku. Zastávají funkci zdravotní, výchovnou a sociální. Tato zařízení se snaží zaměřit na co nejpestřejší skladbu zájmových aktivit, uspokojovat značnou potřebu pohybu dětí, ale také dětem poskytovat prostor přípravy na vyučování.
- **Střediska pro volný čas dětí a mládeže**, kam patří **stanice zájmových činností** a domy dětí a mládeže. Tato zařízení se odděleně orientují na jednotlivé druhy zájmových činností, které vedou kvalifikovaní pedagogové. Jedinec si zde volí, které zájmové aktivity bude navštěvovat. Tyto aktivity jsou vedeny pravidelně v kroužcích nebo příležitostně (soutěže, tábory, soustředění atd.).
- **Dětské domovy** - do těchto zařízení jsou podle zákona umístěny děti (3-18 let), o které se rodina nedokáže nebo nechce postarat. Jejich hlavním úkolem je vést děti k hodnotnému využívání volného času a k rozvoji a kultivaci jejich zájmů. Pedagogové pracující v těchto zařízeních se snaží, aby jedinci trávili volný čas stejně, jako jedinci, kteří žijí v rodinách.
- **Základní umělecké školy** jsou instituce, které poskytují jedincům možnost seberealizovat se skrze estetickou funkci v hudebních, tanečních, výtvarných a literárně-dramatických oborech. Vedení těchto umělecky zaměřených činností zajišťují aprobovaní pedagogové.
- **Jazykové školy** – v těchto speciálních školách se mohou děti zájmově vzdělávat v oblasti vyučování cizích jazyků.

Kromě těchto zařízení, které jsme vymezili, volný čas dětí ovlivňuje ještě několik dalších subjektů. Jde např. o obecně prospěšné společnosti, sportovní a tělovýchovné

organizace, kulturní zařízení, občanská sdružení, ale svou výchovnou činnost zajišťují také náboženská společenství a církve. (Pávková et al., 2002, str. 43-45)

3.7 ZÁJMOVÁ ČINNOST DĚTÍ

Zájmy děti motivují k činnostem, které jsou zaměřené na jejich uspokojení předmětu zájmu. Souvisí schopnostmi a vlohami dětí, které ovlivňují vykonávání určitých činností. Pro jedince je důležité, aby rozvíjel zájmy, ve kterých může být úspěšný a které ho naplňují. Zájmové činnosti děti pozitivně ovlivňují efektivitu vzdělávání a výchovy, jsou prostředkem socializace a výraznými činiteli jedincovo rozvoje. Vedou k prožitku kladných emocí, odreagování negativních citů, rozvíjí tvořivost a podporují samostatnost a zdravou společenskou aktivitu. (Hájek, Hofbauer, Pávková, 2008, s. 164)

3.7.1 ZÁJMOVÁ ČINNOST PODLE DRUHŮ AKTIVITY

Zájmy lze rozdělit podle obsahu, úrovně činnosti, koncentrace, časového trvání a společenské hodnoty. Podle úrovně činnosti se zájmy rozlišují na produktivní a receptivní.

- **Aktivně tvořivé (produktivní)** – jedinec při těchto aktivitách vyvíjí sám nějakou činnost, produkuje určité hodnoty a aktivně se zabývá objektem zájmu. Např. zpívá, tancuje, vytváří ruční práci, závodí na soutěži, hraje fotbal). Na volnočasové činnosti se podílí sám individuálně nebo v zájmovém útvaru.
- **Pasivně tvořivé (receptivní)** – účastníci se podílí na jednotlivých činnostech jako diváci či posluchači, aktivita se snižuje na vnímání předmětu zájmu. Např. návštěva výstav, divadla, koncertu nebo kina, sledování televize, poslech rádia. (Hájek, Hofbauer, Pávková, 2008, s. 166-167)

3.7.2 KLASIFIKACE FOREM ZÁJMOVÉ ČINNOSTI

- 1) Pravidelné činnosti organizované v určitých skupinách (zájmových útvarech), které mají zvláštní označení: kroužek (např. čtenářský, rybářský), třída ZUŠ, klub (např. klub mladého diváka, filmový), soubor (např. taneční, divadelní), oddíl, kurz (např. kurz práce s PC, vaření, šití). (Hájek, 2008, s. 169)

- 2) Pravidelná činnost individuálního charakteru – např. aktivity vykonávané s rodiči, výuka cizího jazyku či hra na hudební nástroj.
- 3) Nesouvislá činnost organizovaná jako jednorázová nebo opakující se kolektivní akce – např. tábory či taneční, plavecké, lyžařské kurzy.
- 4) Nesouvislá činnost, která má individuální charakter – návštěva sportovních či kulturních akcí, četba knih, poslech hudby, sledování televize. (Němec et al., 2002, s. 24)

EMPIRICKÁ ČÁST

4 VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

P. D. Leedy (1985) tvrdí, že: „*Výzkum je systematický způsob řešení problémů, kterým se rozšiřují hranice vědomostí lidstva. Výzkumem se potvrzují či vyvracejí dosavadní poznatky, anebo se získávají nové poznatky.*“ (Gavora, 2010, s. 13)

Výzkum je způsob myšlení, kterým jsou řešeny hluboké, obecně vážné a rozsáhlé problémy. Redukuje nesprávné a nedokonalé poznání jevů a má korekční schopnost. Systematičnost výzkumu spočívá v soustředěné a opakované činnosti řešení problému. Potvrzení nebo vyvrácení už známých poznatků je důležité, jelikož skutečnost se mění, a proto i naše poznání je nutné obměňovat. Naše vědomost o zkoumaných jevech se postupem času zdokonaluje a prohlubuje, ovšem nikdy není definitivní. V tom spočívá optimismus výzkumu. (Gavora, 2010, s. 13).

Kerlinger (1972) uvádí, že empirický pedagogický výzkum probíhá ve čtyřech etapách:

- 1) stanovení problému,
- 2) vymezení hypotéz
- 3) ověřování platnosti formulovaných hypotéz
- 4) zpracování zjištěných jevů a vyvození závěrů (Horák, Chráska, 1989, s. 59)

Tato část diplomové práce se zabývá jednotlivými kroky výzkumného šetření. Autor práce nejprve vymezí cíle výzkumu a představí stanovené výzkumné otázky společně s hypotézami. Následně popíše použité výzkumné metody, výzkumný vzorek, časovou organizaci a realizaci výzkumu. Interpretuje, analyzuje zjištěné jevy a na závěr je vyhodnotí a shrne.

4.1 VÝZKUMNÝ CÍL, OTÁZKY A HYPOTÉZY

Hlavním cílem výzkumu této diplomové práce je zmapovat a analyzovat úroveň trávení volného času současných žáků 4. a 5. tříd základních škol, tedy zaměřit se na způsob trávení volného času žáků 4. a 5. ročníků základních škol jak po stránce kvalitativní, tak kvantitativní.

Na základě prostudované odborné literatury, jsme stanovili výzkumné otázky a následně i hypotézy.

Výzkumné otázky:

- Souvisí organizovaný volný čas dětí s jejich dosaženou úrovní prospěchu a dodržováním kázně ve škole?
- Mají žáci, kteří tráví svůj neorganizovaný volný čas efektivně, lepší prospěch ve škole?
- Tráví děti, jejichž rodiče se častěji zajímají o jejich způsob využití volného času, neorganizovaný volný čas efektivně?
- Navštěvují děti své zájmové kroužky častěji z vlastní vůle nebo z vůle rodičů?

Hypotézy:

H1: Pravidelné navštěvování zájmových kroužků má souvislost s dosaženou úrovní prospěchu a dodržováním kázně ve škole.

H2: Žáci s lepším školním prospěchem tráví svůj neorganizovaný volný čas efektivněji než žáci s horším školním prospěchem.

H3: Děti, jejichž rodiče se zajímají o jejich způsob využití volného času, tráví svůj neorganizovaný volný čas efektivněji, než děti, jejichž rodiče se o jejich způsob využití volného času nezajímají.

H4: Děti navštěvují své zájmové kroužky častěji z vůle vlastní než z vůle rodičů.

4.2 VÝZKUMNÁ METODIKA

Ke kvantitativnímu výzkumnému šetření byla použita metoda dotazníkové šetření. *„Dotazník je způsob písemného kladení otázek a získávání písemných odpovědí.“* Je to nejčastější výzkumná metoda hromadného získávání dat. Jelikož lze touto metodou získat velké množství údajů za krátkou dobu, považuje se dotazník za ekonomický výzkumný nástroj. (Gavora, 2010, s. 121). *„A. Ničkovič charakterizuje dotazník jako měrný prostředek, jehož pomocí se zkoumá mínění lidí o jednotlivých jevech.“* (Skalová, 1985, s. 86). Jde o předem navrhnutou soustavu promyšlených a řádně formulovaných otázek, na které respondent písemně odpovídá. Kvalita dotazníku se odráží na jeho praktičnosti, validitě a reliabilitě. (Chráška, 2007, s. 163).

Pro žáky základní školy je tato metoda vhodná. Dotazník se skládá ze vstupní části a 21 otázek. Obsahuje 18 uzavřených otázek, 2 otevřené otázky a 1 škálovanou. V dotazníku byla použita Likertova škála, která využila typ třístupňové škály. U této otázky respondent označoval míru souhlasu či nesouhlasu celkem s osmi výroky. Takto zvolené škálování bylo přiměřené pro vybraný subjekt výzkumu. Dotazník je přiložen v příloze A.

Jako přídatná kvalitativní metoda výzkumu byl použit polostrukturovaný rozhovor, kde jsme se zaměřili na subjektivní postoje respondentů ke zkoumanému problému. „*Velkou výhodou interview oproti jiným výzkumným metodám je navázání osobního kontaktu, který umožňuje hlubší proniknutí do motivů a postojů respondentů.*“ (Chráska, 2007, s. 182). „*V interview se výzkumník musí pokusit porozumět různým skrytým a přitom naznačovaným významům a adekvátně na ně reagovat, někdy stejnou řečí.*“ (Gavora, 2010, s. 201). Otázky byly předem z části připravené, ale v průběhu se přizpůsobovaly vyvíjecímu obsahu interview. Úplné znění rozhovorů je sepsáno v příloze B.

4.3 VÝZKUMNÝ VZOREK

Pro zodpovězení výzkumných otázek bylo nutné zvolit si adekvátní subjekt výzkumu. Základním souborem výzkumu jsou žáci současných 4. a 5. ročníků základních škol v Klatovech.

Náhodným výběrovým souborem v dotazníkovém šetření se stali žáci 4. a 5. ročníků třech základních škol v Klatovech. Celkem se jednalo o 6 tříd (3 třídy 4. a 3 třídy 5. ročníku). Tito žáci byli vybráni záměrně, jelikož jsou schopni zvládnout stanovené postupy výzkumu. Jednalo se o děti ve věku 9-11 let, tedy o děti v mladším školním věku.

Dotazníkového šetření se zúčastnilo celkem 124 respondentů. Návratnost dotazníků byla 100%. Z důvodu nesprávného vyplnění některých otázek bylo 8 dotazníků vyřazeno. Vyhodnoceno bylo tedy celkem 116 dotazníků, které vyplnilo 62 chlapců a 54 dívek.

K rozhovoru byli vybráni celkem 4 respondenti, 2 žáci ze 4. ročníku a 2 žáci z 5. ročníku z jedné základní školy v Klatovech. Jednalo se o tři dívky a jednoho chlapce.

4.4 REALIZACE A ČASOVÁ ORGANIZACE VÝZKUMU

Nejprve jsme kontaktovali vedení základních škol v Klatovech. Výzkum přišel většinou zástupců těchto škol zajímavý, pro žáky vhodný a na základě toho byl schválen. Po dohodě s vyučujícími a rodiči respondentů byl tento výzkum v únoru 2016 uskutečněn.

Dotazníkové šetření probíhalo ve dvou dnech. Dotazník jsme v době vyučování předložili osobně. Žáci byli seznámeni s jeho smyslem, cílem a anonymitou. Žádali jsme je, aby na otázky odpovídali pokud možno pravdivě a připomněli jsme, že se mohou ohledně dotazníku na cokoli zeptat. Vyučující byli vždy v době šetření přítomni a společně s námi a se žáky spolupracovali. Podle jejich informací nebyli v žádné třídě výrazně problémoví, ani výjimeční žáci. Vyplnění dotazníků trvalo v každé třídě přibližně 20 minut.

Rozhovory se čtyřmi žáky jsme uskutečňovali ve dvou dnech vždy o přestávkách a vždy na klidném místě v budově školy (volná učebna nebo respirium). Nejdříve jsme poprosili vyučující ve dvou třídách, kde bylo uskutečněno dotazníkové šetření, aby náhodně vybrali 2 vhodné respondenty. O poskytnutí rozhovoru těchto žáků a zároveň jeho nahrávky jsme žádali jejich rodiče, kteří podepsali souhlas. Před samotným rozhovorem se žákem jsme se vždy snažili navodit klidnou a přátelskou atmosféru. V úvodní fázi jsme se vždy s respondentem bavili o všeobecných věcech, teprve až poté jsme začali samotný rozhovor. Ze všech zrealizovaných rozhovorů byl pořízen zvukový záznam, který jsme použili při interpretaci výsledků výzkumu. Doba každého rozhovoru trvala přibližně 5 minut.

5 ANALÝZA A INTERPRETACE VÝSLEDKŮ VÝZKUMU

Cílem této kapitoly je rozbor a objasnění získaných dat prostřednictvím přehledných tabulek a grafů. Získaná data z dotazníkového šetření byla zpracována pomocí tzv. „čárkovací metody“. Při zjišťování souvislostech mezi dvěma proměnnými byl zvolen test nezávislosti shody chí-kvadrát pro kontingenční tabulku. „*Pomocí tohoto testu můžeme např. rozhodnout, zda mezi dvěma pedagogickými jevy (proměnnými), zaměřenými na nominální úrovni existuje významný vztah.*“ (Horák, Chráska, 1989, s. 87). Test chí-kvadrát je nutné zahájit definováním nulové a následně alternativní hypotézy:

H_0 : není závislost mezi četnostmi odpovědí

H_A : na uvedené otázky je závislost mezi odpověďmi respondentů

V každém poli kontingenční tabulky se dále vypočítává hodnota:

$$x^2 = \frac{(P - O)^2}{O}$$

P = pozorovaná četnost

O = očekávaná četnost

Pro posouzení vypočítané hodnoty x^2 , je nutné určit počet stupňů volnosti v kontingenční tabulce podle vzorce:

$$f = (r - 1) \cdot (s - 1)$$

f = počet řádků v tabulce

s = počet sloupců v tabulce

Podle vypočítaného stupně volnosti nalezneme ve statistických tabulkách kritickou hodnotu testovacího kritéria, určíme hladinu významnosti a následně konstatujeme souvislost mezi stanovenými dvěma jevy. (Chráska, 2007, s. 76)

5.1 VÝSLEDKY DOTAZNÍKOVÉ ŠETŘENÍ

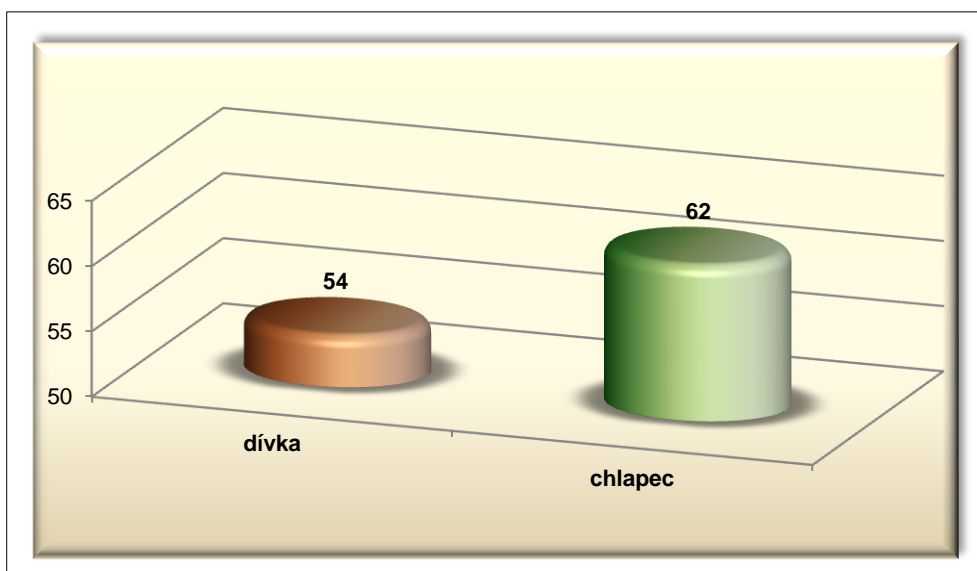
Základní informace o respondentech:

Otázka č. 1 - Pohlaví

Tabulka 1: Pohlaví respondentů

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
dívka	54	47
chlapec	62	53
celkem	116	100

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)



Graf 1 - Pohlaví respondentů

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)

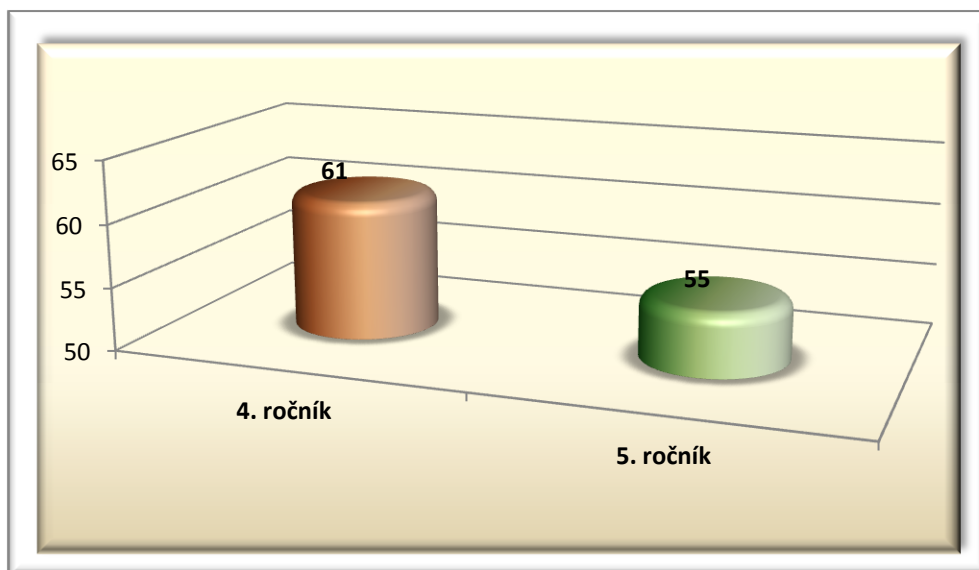
Dotazník vyplnilo 116 respondentů. Z čehož 47 % činí dívky a 53 % chlapci. Zastoupení obou pohlaví je celkem vyrovnané.

Otázka č. 2: Navštěvuji

Tabulka 2 - Ročník respondentů

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
4. ročník	61	53
5. ročník	55	47
celkem	116	100

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)



Graf 2 - Ročník respondentů

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)

Dotazníkového šetření se zúčastnilo 53 % respondentů ze 4. ročníku a 47 % z 5. ročníku. Celkem 61 žáků zastupovalo 4. ročník a 55 žáků 5. ročník.

Tabulka 3 - Dívky

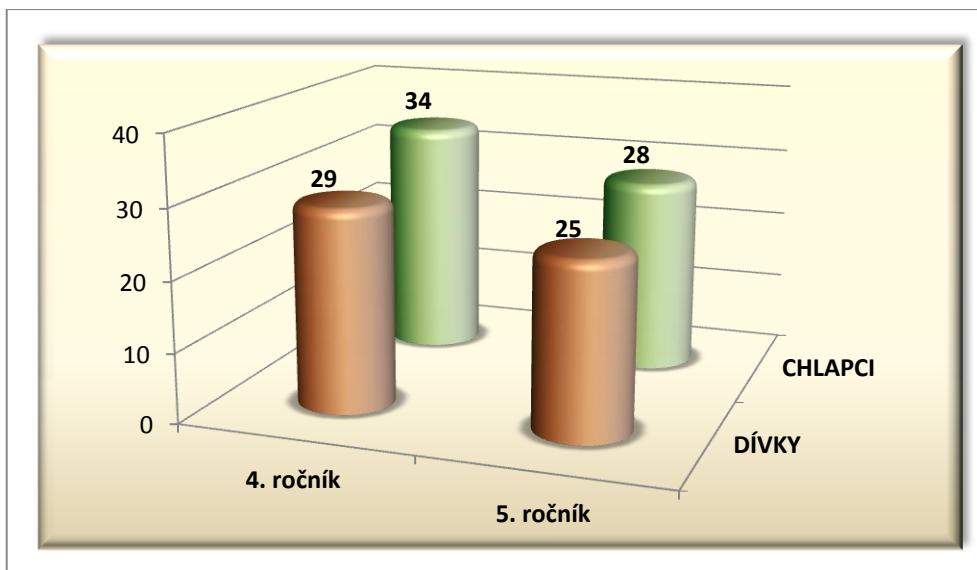
odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
4. ročník	29	54
5. ročník	25	46
celkem	54	100

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)

Tabulka 4 - Chlapci

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
4. ročník	34	55
5. ročník	28	45
celkem	62	100

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)



Graf 3 - Ročník a pohlaví respondentů

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)

Největším zastoupením respondentů v šetření byli chlapci ve 4. ročníku a nejmenším dívky v 5. ročníku.

Výzkumná otázka č. 1:

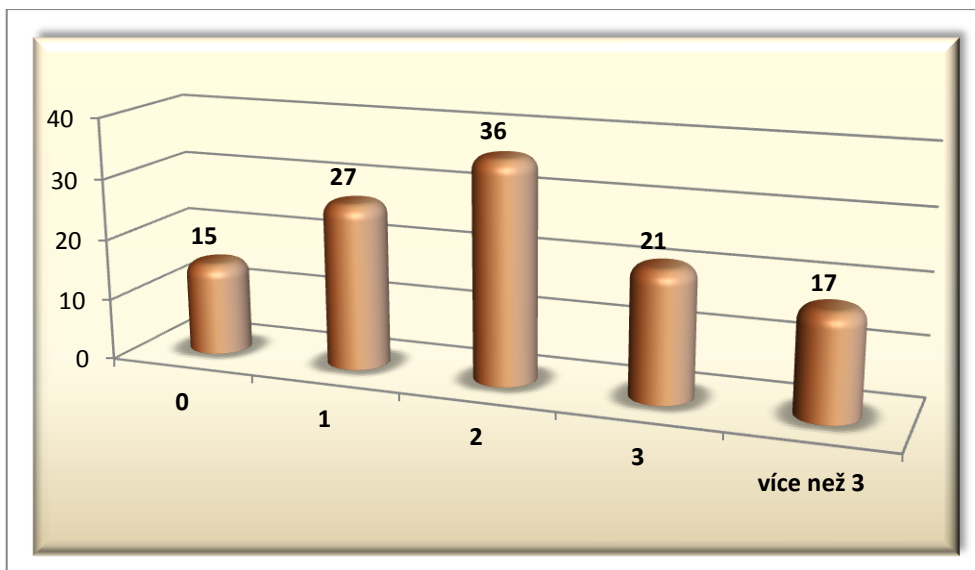
Souvisí organizovaný volný čas dětí s jejich dosaženou úrovní prospěchu a dodržováním kázně ve škole?

Otázka č. 3: Počet mých zájmových kroužků je

Tabulka 5 - Počet zájmových kroužků

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
0	15	13
1	27	23
2	36	31
3	21	18
více než 3	17	15
celkem	116	100

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)



Graf 4 - Počet zájmových kroužků

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)

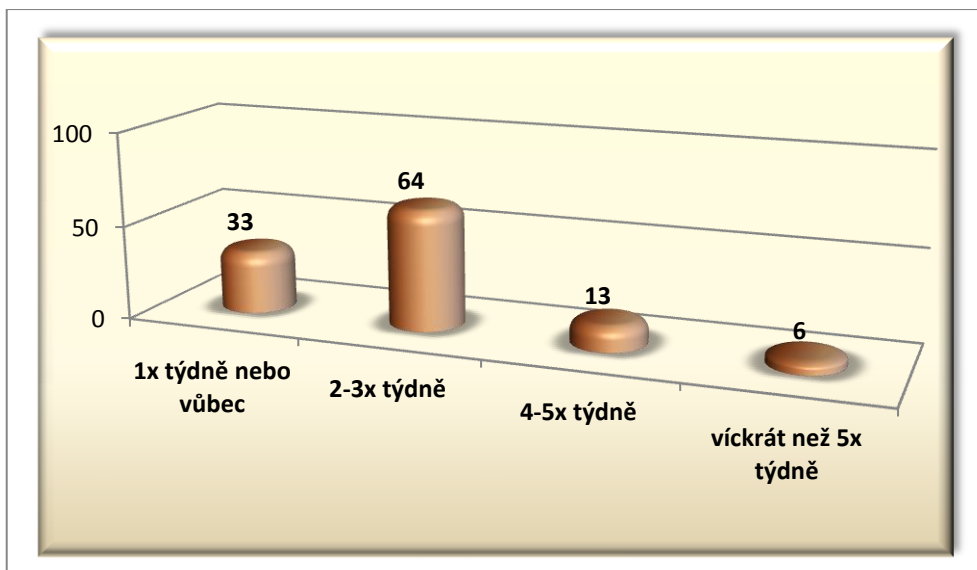
Touto otázkou jsme zjišťovali, kolik zájmových kroužků žáci navštěvují. Nejvíce žáků (36 %) navštěvuje 2 zájmové kroužky. Více než 3 kroužky má 17 % žáků a 15 % žáků nenavštěvuje žádný kroužek.

Otázka č. 4: Své zájmové kroužky navštěvuji

Tabulka 6 - Návštěvnost kroužků

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
1x týdně nebo vůbec	33	28
2-3x týdně	64	55
4-5x týdně	13	11
víckrát než 5x týdně	6	5
celkem	116	100

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)



Graf 5 - Návštěvnost kroužků

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)

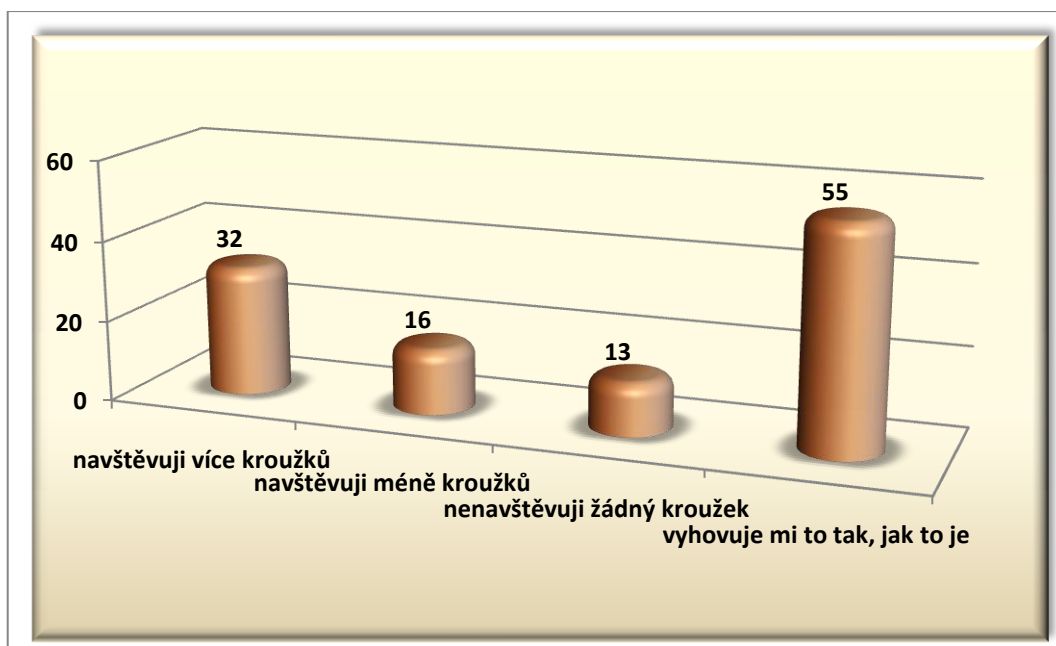
Touto otázkou nám respondenti zodpověděli, kolikrát týdně své zájmové kroužky navštěvují. Celkem 55 % žáků navštěvuje kroužky 2-3x týdně, 28 % žáků navštěvuje 1x týdně nebo vůbec, 11 % 4-5x týdně a 5% žáků navštěvuje kroužky dokonce častěji než 5x týdně.

Otázka č. 5: Kdybych si mohl vybrat

Tabulka 7 - Spokojenost žáků s návštěvností kroužků

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
navštěvují více kroužků	32	28
navštěvují méně kroužků	16	14
nenavštěvují žádný kroužek	13	11
vyhovuje mi to tak, jak to je	55	47
celkem	116	100

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)



Graf 6 - Spokojenost žáků s návštěvností kroužků

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)

Cílem této doplňující otázky bylo zjistit, zdali jsou žáci spokojeni se svým počtem zájmových kroužků, jestli jim jejich návštěvnost vyhovuje, nebo by ji chtěli nějak změnit. Více kroužků by rádo navštěvovalo 28 % žáků a méně kroužků 14 %. Nejraději by nenavštěvovalo žádný kroužek 11 % žáků a největší podíl – 47 % žáků je s návštěvností svých kroužků spokojeno a vyhovuje jim to tak, jak to je.

Otázka č. 19: Které zájmové kroužky navštěvuješ?

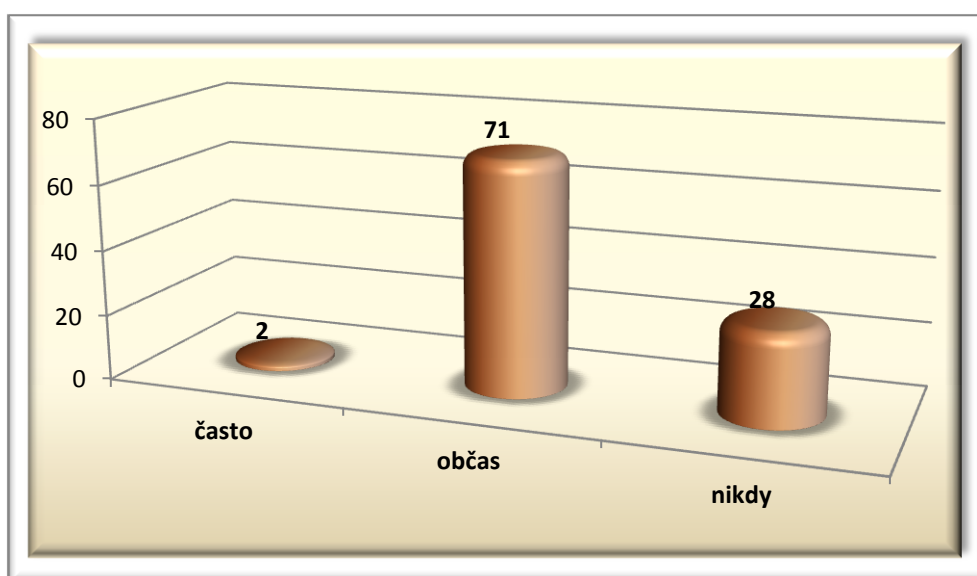
Tato otevřená otázka v dotazníku pouze doplňovala výzkumné šetření. Na jejím základě jsme zjišťovali, jaké kroužky žáci v Klatovech navštěvují a jaké jsou v tomto městě možnosti. Z odpovědí vyplynulo, že nejvíce žáků – 38 % se věnuje hudebnímu oboru, 28 % navštěvuje kroužek - pohybové hry a plavání navštěvuje 12 % žáků. Nejvíce dívek (26 %) navštěvuje taneční kroužek a nejvíce chlapců (21 %) dochází na kroužky bojových sportů. Fotbal navštěvuje 10 % chlapců a hokej 8 % chlapců.

Otázka č. 6: Stane se, že se kvůli kroužku nestihnu připravit do školy

Tabulka 8 - Příprava do školy a kroužky

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
často	2	2
občas	71	70
nikdy	28	28
celkem	101	100

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)



Graf 7 - Příprava do školy a kroužky

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)

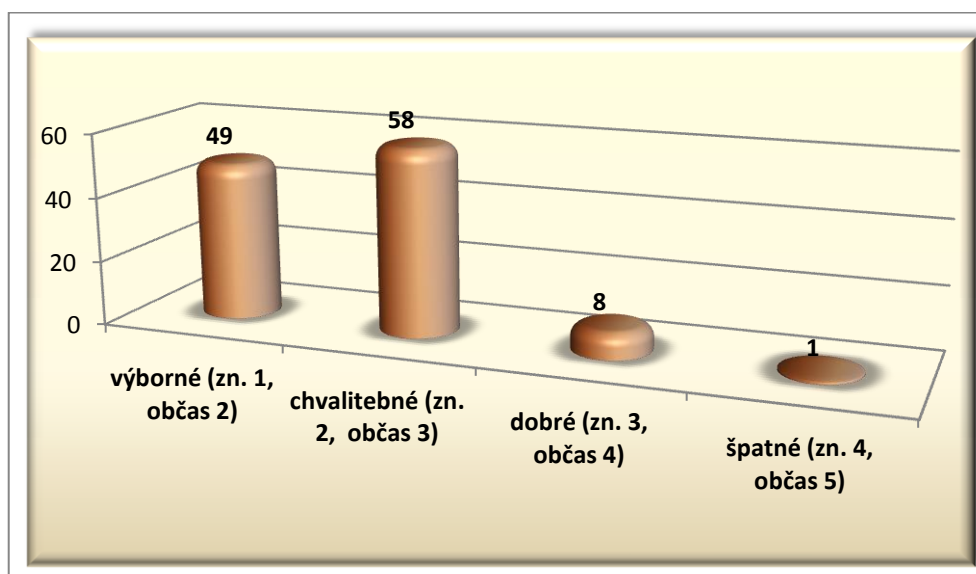
Cílem této otázky bylo zjistit, jestli nejsou žáci svými zájmovými kroužky přetěžováni a jestli společně s nimi zvládnou plnit všechny povinnosti spojené s přípravou do školy. Zde jsme posuzovali pouze žáky, kteří navštěvují alespoň jeden zájmový kroužek. Pouze 2 % respondentů uvedlo, že se kvůli kroužkům často nestihne do školy připravit, 70 % respondentů má občas potíže stihnout kroužky a přípravy do školy a 28 % žáků s tímto problémem nemá nikdy.

Otázka č. 7: Mé výsledky ve škole jsou

Tabulka 9 – Prospěch žáků ve škole

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
výborné (zn. 1, občas 2)	49	42
chvalitebné (zn. 2, občas 3)	58	50
dobré (zn. 3, občas 4)	8	7
špatné (zn. 4, občas 5)	1	1
celkem	116	100

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)



Graf 8 - Prospěch žáků ve škole

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)

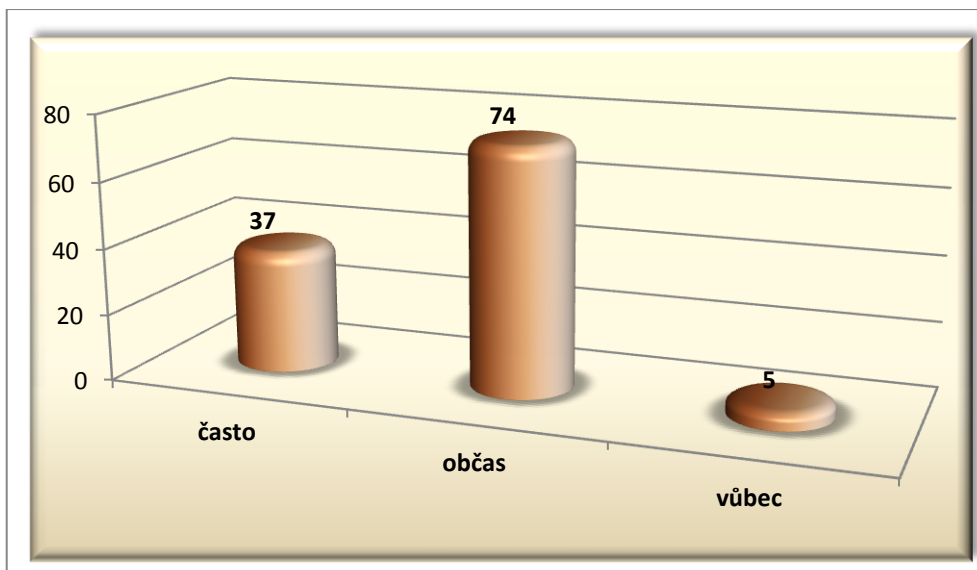
Touto otázkou jsme zjistili, jaký mají žáci ve škole prospěch. Největší počet žáků má známky 1, 2, občas 3. Výborné studijní výsledky má 42 % žáků a 50 % dosahuje výsledků chvalitebných. Pouze 1 % žáků má ve škole špatné výsledky.

Otázka č. 8: Při hodinách se hlásím

Tabulka 10 - Aktivita v hodinách

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
často	37	32
občas	74	64
vůbec	5	4
celkem	116	100

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)



Graf 9 - Aktivita v hodinách

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)

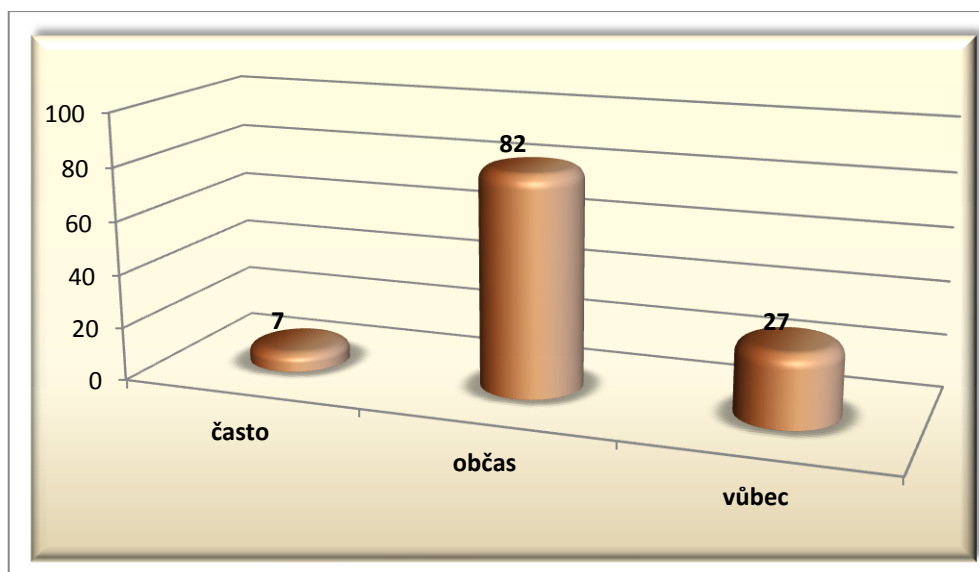
Touto otázkou jsme zjistili, jak jsou žáci při hodinách aktivní a zapojují se do výuky. Otázka se vztahuje ke kázni žáka ve škole. Nejvíce respondentů, celkem 64 % se při hodinách hlásí občas, 32 % se hlásí často a pouze 4 % se nehlásí vůbec.

Otázka č. 9: Při hodinách mě paní učitelka napomíná, protože vyrušuji a nedávám pozor

Tabulka 11 - Vyrušování a nepozornost v hodinách

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
často	7	6
občas	82	71
vůbec	27	23
celkem	116	100

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)



Graf 10 - Vyrušování a nepozornost v hodinách

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)

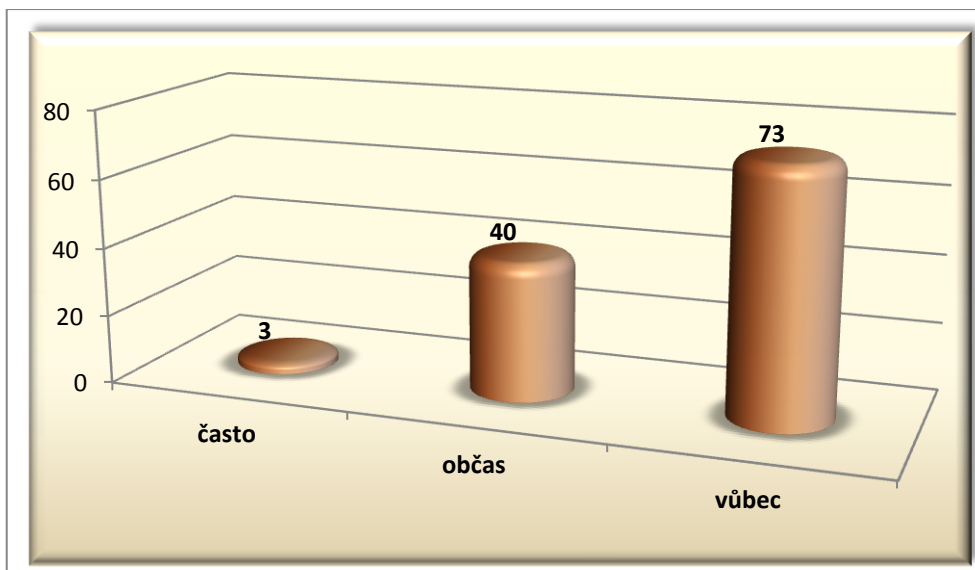
Cílem této otázky bylo opět se zaměřit na úroveň kázeň žáka ve škole. Většina žáků – 82 % v dotazníku uvedla, že je za vyrušování a nepozornost při hodinách paní učitelka napomíná občas, 27 % žáků vůbec a 7 % napomíná naopak často.

Otázka č. 10: Nosím domů poznámky za porušování kázně ve škole

Tabulka 12 - Poznámky za nekázeň ve škole

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
často	3	3
občas	40	34
vůbec	73	63
celkem	116	100

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)



Graf 11 - Poznámky za nekázeň ve škole

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)

Touto otázkou jsme zjišťovali, zdali žák porušuje kázeň ve škole natolik, že si domů odnáší od pedagogů poznámky. Občas je postihnuto poznámkou za nekázeň 34 % žáků, často 3 % a poznámky vůbec nedostává 63 % žáků.

Výpočet souvislosti mezi dvěma jevy

1) Počet zájmových kroužků x prospěch žáka

H_0 - Počet zájmových kroužků není závislý na dosažené úrovni prospěchu žáka.

H_A - Počet zájmových kroužků souvisí s dosaženou úrovní prospěchu žáka.

Tabulka 13 - Souvislost mezi počtem zájmových kroužků a prospěchem žáka

		prospěch žáka			Σ
		výborný	chvalitebný	horší	
počet zájmových kroužků	méně	6 (17,74)	32 (21)	7 (3,26)	42
	více	43 (31,26)	26 (37)	2 (5,74)	74
	Σ	49	58	9	116

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)

$$\chi^2 = \frac{(P - O)^2}{O} = 7,77 + 4,41 + 5,76 + 3,27 + 4,29 + 2,44 = \underline{\underline{27,94}}$$

Hodnoty budeme posuzovat na 5 % hladině významnosti, kritická hodnota testového kritéria $\chi^2_{0,05}(2) = 5,991$ (Horák, Chráska, 1989, s. 89, s. 156).

27,94 > 5,991

Je možné konstatovat, že mezi těmito dvěma jevy je značná souvislost.
Přijímáme H_A – Počet zájmových kroužků souvisí s dosaženou úrovní žáka.

2) Pravidelná návštěvnost zájmových kroužků x kázeň žáka

H_0 – Pravidelné navštěvování zájmových kroužků není závislé na dodržování kázně žáka.

H_A - Pravidelné navštěvování zájmových kroužků souvisí s dodržováním kázně žáka.

Tabulka 14 - Souvislost mezi pravidelném navštěvování kroužků a kázní žáka

		porušování kázně žáka			
		vůbec	občas	často	Σ
návštěvnost kroužků	méně často	10 (23,33)	19 (7,68)	5 (1,99)	33
	často	72 (58,67)	8 (19,32)	2 (5,01)	83
Σ		82	27	7	116

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)

$$\chi^2 = \frac{(P - O)^2}{O} = 7,62 + 3,03 + 16,69 + 6,63 + 4,55 + 1,81 = \underline{\underline{40,33}}$$

Hodnoty budeme posuzovat na 5 % hladině významnosti, kritická hodnota testového kritéria $\chi^2_{0,05}(2) = 5,991$ (Horák, Chráska, 1989, s. 89, s. 156).

40,33 > 5,991

Je možné konstatovat, že mezi těmito dvěma jevy je značná souvislost.
Přijímáme H_A – Pravidelné navštěvování zájmových kroužků souvisí s dodržováním kázně žáka.

Výzkumná otázka č. 2:

Mají žáci, kteří tráví svůj neorganizovaný volný čas efektivně, lepší prospěch ve škole?

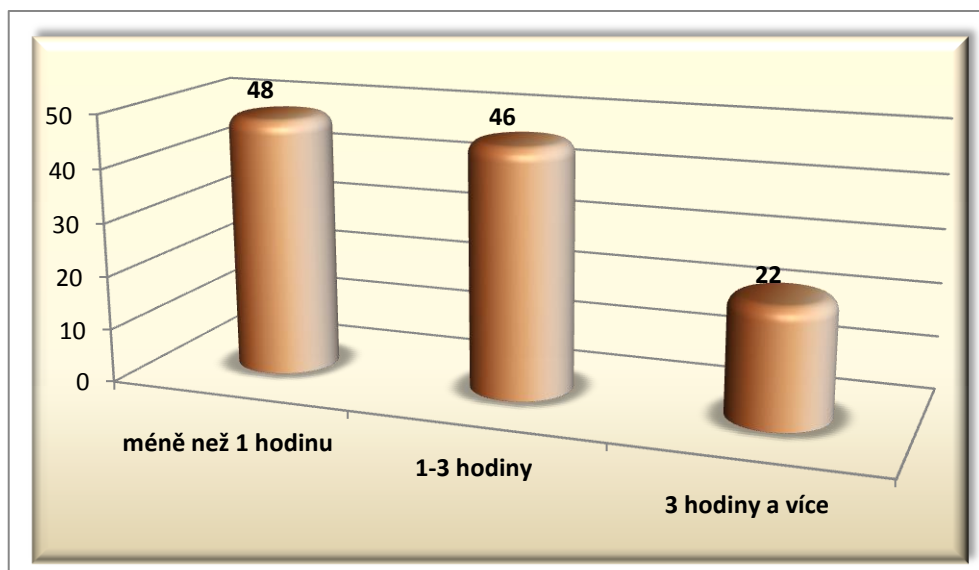
Otázka č. 7: Mé výsledky ve škole jsou (tuto otázku jsme vyhodnotili ve výzkumné otázce č. 1, viz str. 54)

Otázka č. 15: Kolik času trávíš denně na PC (mobilu, tabletu)?

Tabulka 15 - Volný čas a počítač, mobil či tablet

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
méně než 1 hodinu	48	41
1-3 hodiny	46	40
3 hodiny a více	22	19
celkem	116	100

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)



Graf 12 - Volný čas a počítač, mobil či tablet

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)

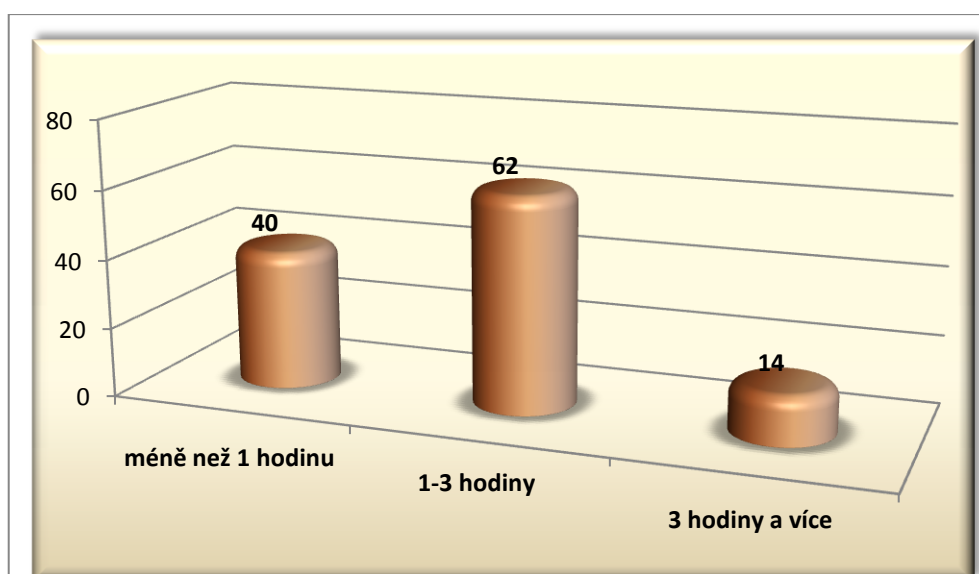
Cílem této otázky bylo zjistit, kolik času tráví denně respondenti na počítači, mobilním telefonu či tabletu, tedy jak dlouho vydrží ve svém volném čase u této pasivní činnosti. Méně než 1 hodinu denně tráví u této elektroniky 41 %, téměř stejný počet respondentů - 40 % u ní tráví 1-3 hodiny denně a 19 % dokonce 3 hodiny i více.

Otázka č. 16: Kolik času trávíš denně sledováním televize?

Tabulka 16 - Sledování televize

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
méně než 1 hodinu	40	34
1-3 hodiny	62	53
3 hodiny a více	14	12
celkem	116	100

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)



Graf 13 - Sledování televize

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)

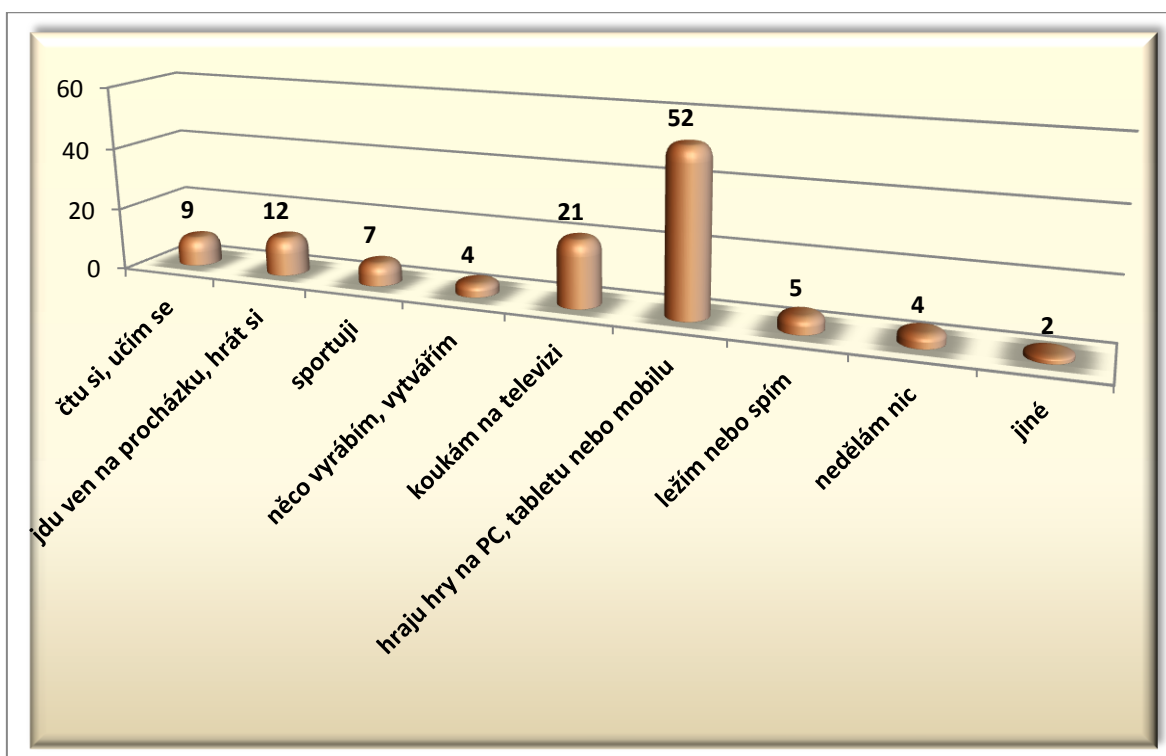
U této otázky nás zajímalo, kolik času denně tráví volný čas respondenti sledováním televize. Televizi sleduje 58 % respondentů 1-3 hodiny denně, 34 % méně než 1 hodinu a pouze 8 % 3 hodiny a více.

Otázka č. 17: Když nemám žádné povinnosti a nejsem na kroužku, tak nejčastěji

Tabulka 17 – Činnosti ve volném čase

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
čtu si, učím se	9	8
jdu ven na procházku, hrát si	12	10
sportuji	7	6
něco vyrábím, vytvářím	4	3
koukám na televizi	21	18
hraju hry na PC, tabletu nebo mobilu	52	45
ležím nebo spím	5	4
nedělám nic	4	3
jiné	2	2
celkem	116	100

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)



Graf 14 - Činnosti ve volném čase

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)

Cílem této otázky bylo zjistit, jakým činnostem se děti nejčastěji věnují v době, kdy nemají žádné povinnosti a nejsou na žádném kroužku. Nejvíce dětí – 45 % hraje nejčastěji ve svém volném čase hry na počítači, tabletu nebo mobilu, 18 % se kouká na televizi, 10 %

jde ven na procházku nebo si hrát a 8 % si čte nebo se učí. Zbytek zmíněných činností mělo nízké procentuální zastoupení.

Podle toho, jaké nejčastější volnočasové činnosti se žáci věnují, jsme posoudili způsob jejich trávení volného času.

Odpovědi pro **efektivní trávení**: čtu si, učím se; jdu ven na procházku; sportuji; něco vyrábím, vytvářím

Odpovědi pro **neefektivní trávení**: koukám na televizi; hraju hry na PC, tabletu nebo mobilu; ležím nebo spím; nedělám nic

Otázka č. 12: Napiš jednu činnost, která tě napadne, když se řekne volný čas

Tato otevřená doplňující otázka v dotazníku zjišťovala, jaká činnost se žákům vybaví, když se řekne volný čas. Odpověď nastiňovala to, co pro ně volný čas znamená a jakou hodnotu mu přiřkládají. Z odpovědi šlo také usoudit, jaký způsob trávení (efektivní či neefektivní) volného času preferují. Nejvíce žáků - 32 % odpovědělo, že je napadne sport, 24 % žáků napsalo hraní na PC nebo tabletu a 14 % si vybaví vycházku nebo výlet.

Výpočet souvislosti mezi dvěma jevy

1) Prospěch žáka x efektivita trávení neorganizovaného volného času

H_0 – Prospěch žáků není závislý na způsobu trávení neorganizovaného volného času.

H_A – Žáci s lepším prospěchem tráví svůj neorganizovaný volný čas efektivněji, než žáci s horším prospěchem.

Tabulka 18 - Souvislost mezi prospěchem a efektivním trávením volného času

		prospěch			Σ
		výborný	chvalitebný	horší	
neorganizovaný volný čas	efektivní	30 (14,36)	5 (17)	2 (2,64)	34
	neefektivní	19 (34,64)	53 (41)	7 (6,36)	82
Σ		49	58	9	116

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)

$$x^2 = \frac{(P - O)^2}{O} = 17,03 + 7,06 + 8,47 + 3,51 + 0,16 + 0,06 = \underline{\underline{36,29}}$$

Hodnoty budeme posuzovat na 5 % hladině významnosti, kritická hodnota testového kritéria $x^2_{0,05}(2) = 5,991$ (Horák, Chráska, 1989, s. 89, s. 156).

36,29 > 5,991

Je možné konstatovat, že mezi těmito dvěma jevy je značná souvislost. **Přijímáme H_A – Žáci s lepším prospěchem tráví svůj neorganizovaný volný čas efektivněji, než žáci s horším prospěchem.**

2) Prospěch žáka x trávení volného času na PC/mobilním telefonu/tabletu

H_0 – Prospěch žáků není závislý na trávení volného času na počítači/mobilním telefonu, tabletu.

H_A – Žáci, kteří často tráví svůj volný čas na počítači/mobilním telefonu/tabletu, mají horší prospěch než žáci, kteří tráví na počítači/mobilním telefonu/tabletu volný čas méně.

Tabulka 19 - Souvislost mezi prospěchem žáka a trávením času na PC/mobilu/tabletu

		prospěch			Σ
		výborný	chvalitebný	horší	
počítač, mobilní telefon, tablet	0 – 1 hod	38 (20,28)	8 (24)	2 (3,72)	48
	1 – 3 hod	6 (19,43)	38 (23)	2 (3,57)	46
	3 a více hod	5 (9,29)	12 (11)	5 (1,71)	22
Σ		49	58	9	116

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)

$$x^2 = \frac{(P - O)^2}{O} = 15,48 + 9,28 + 1,98 + 10,67 + 9,78 + 0,09 + 0,8 + 0,69 + 6,33 = \underline{\underline{55,1}}$$

Hodnoty budeme posuzovat na 5 % hladině významnosti, kritická hodnota testového kritéria $x^2_{0,05}(4) = 9,483$ (Horák, Chráska, 1989, s. 89, s. 156).

55,1 > 5,991

Je možné konstatovat, že mezi těmito dvěma jevy je prokázaná značná souvislost. **Přijímáme H_A – Žáci, kteří často tráví svůj volný čas na počítači/mobilním telefonu/tabletu, mají horší prospěch než žáci, kteří tráví na počítači/mobilním telefonu/tabletu volný čas méně.**

3) Prospěch žáka x trávení volného času sledováním televize

H_0 – Prospěch žáka není závislý na trávení volného času sledováním televize.

H_A – Žáci, kteří často tráví svůj volný čas sledováním televize, mají horší prospěch než žáci, kteří tráví volný čas sledováním televize méně.

Tabulka 20 - Souvislost mezi prospěchem žáka a trávením volného času sledováním televize

		prospěch			Σ
		výborný	chvalitebný	horší	
sledování televize	0 – 1hod	27 (16,89)	11 (20)	2 (3,1)	40
	1 – 3 hod	13 (26,19)	41 (31)	5 (4,81)	62
	3 a více hod	6 (5,91)	6 (7)	2 (1,09)	14
	Σ	49	58	9	116

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)

$$x^2 = \frac{(P - O)^2}{O} = 6,05 + 6,64 + 0 + 4,05 + 3,23 + 0,14 + 0,39 + 0,01 + 0,76 = \underline{\underline{21,27}}$$

Hodnoty budeme posuzovat na 5 % hladině významnosti, kritická hodnota testového kritéria $x^2_{0,05}(4) = 9,483$ (Horák, Chráska, 1989, s. 89, s. 156).

21,27 > 5,991

Je možné konstatovat, že mezi těmito dvěma jevy je značná souvislost. **Přijímáme H_A – Žáci, kteří často tráví svůj volný čas sledováním televize, mají horší prospěch než žáci, kteří tráví volný čas sledováním televize méně.**

Výzkumná otázka č. 3

Tráví děti, jejich rodiče se častěji zajímají o jejich způsob využití volného času, neorganizovaný volný čas efektivně?

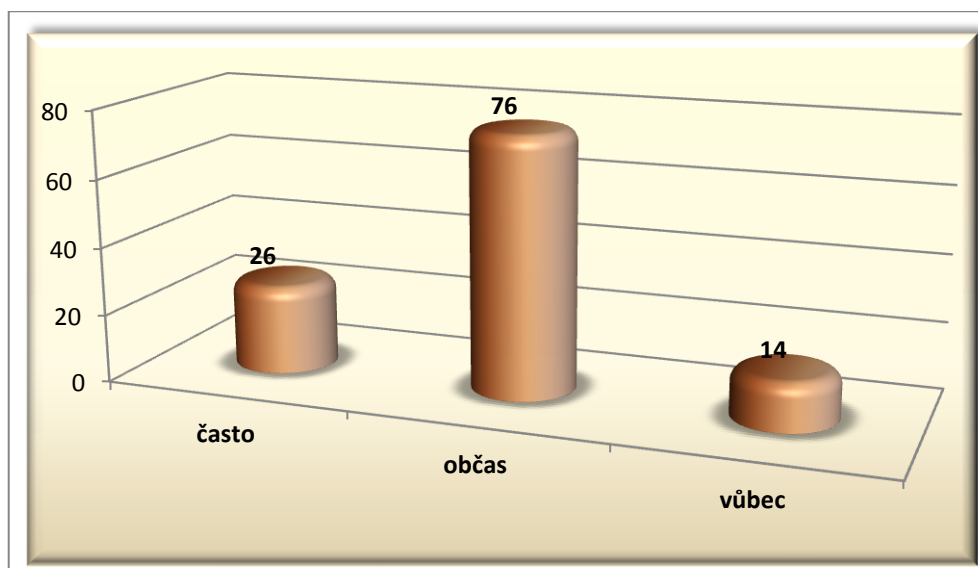
Otázka č. 17: Když nemám žádné povinnosti a nejsem na kroužku, tak (tuto otázku jsme vyhodnotili ve výzkumné otázce č. 2, viz str. 61)

Otázka č. 11: Rodiče se o mě zajímají, co dělám ve svém volném čase

Tabulka 21 - Zájem rodičů o volný čas dětí

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
často	26	22
občas	76	66
vůbec	14	12
celkem	116	100

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)



Graf 15 - Zájem rodičů o volný čas dětí

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)

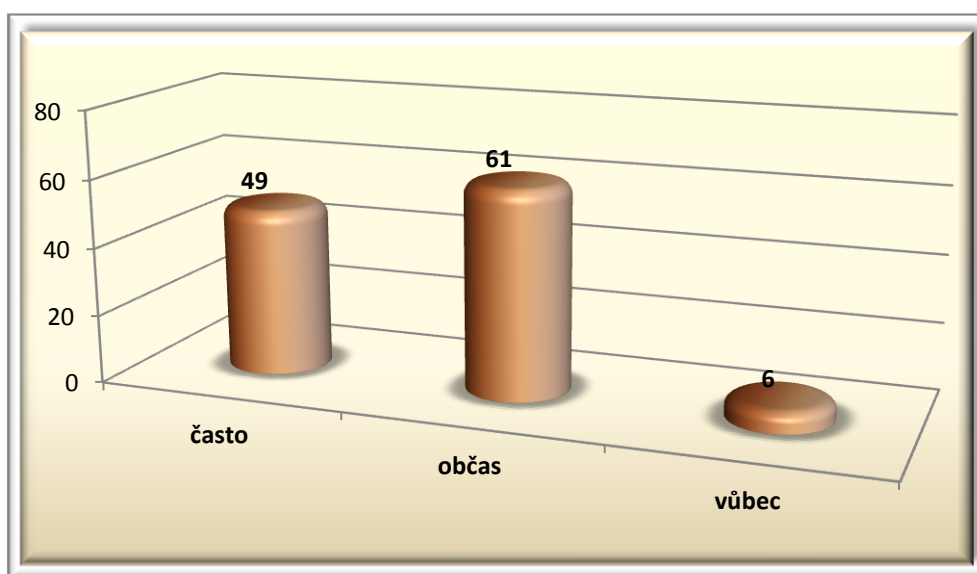
Na základě této otázky děti zhodnotily, v jaké míře se jejich rodiče zajímají o to, co dělají ve svém volném čase. Většina respondentů – 22 % uvedla, že se o jejich volný čas zajímají často, 66 % respondentů tvrdí, že jen občas a 12 % označilo odpověď, že se rodiče nezajímají vůbec.

Otázka č. 12: Volný čas trávím s rodiči

Tabulka 22 - Volný čas s rodiči

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
často	49	42
občas	61	53
vůbec	6	5
celkem	116	100

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)



Graf 16 - Volný čas s rodiči

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)

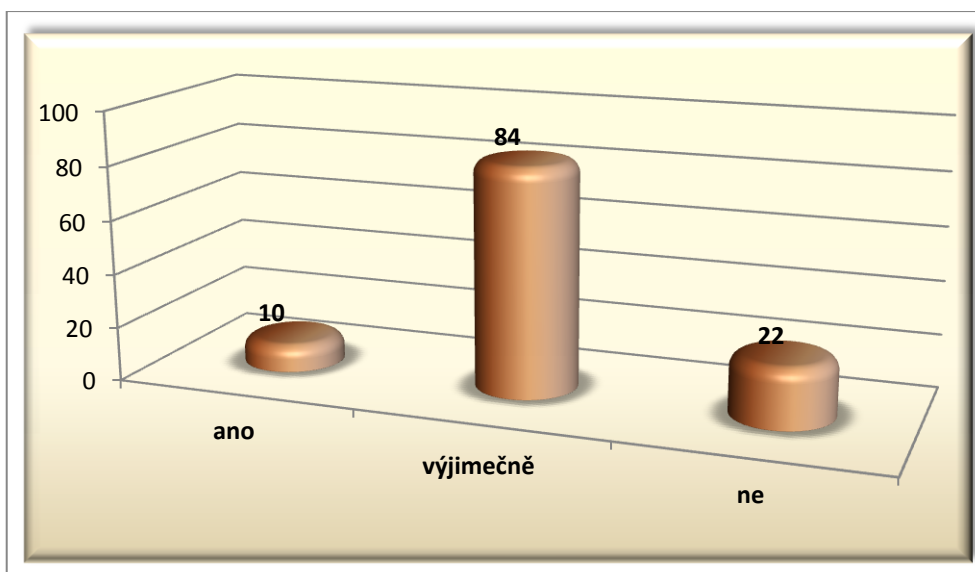
Tato otázka se opět týkala zájmu rodičů o volný čas dětí. Jejím cílem bylo zjistit, jak často s dětmi volný čas tráví. Občas tráví volný čas s rodiči 53 % dětí, často 42 % a 5 % dětí netráví volný čas s rodiči vůbec.

Otázka č. 13: Můj volný čas mi plánují rodiče

Tabulka 23 - Plánování volného času rodiči

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
ano	10	9
výjimečně	84	72
ne	22	19
celkem	116	100

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)



Graf 17 - Plánování volného času rodiči

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)

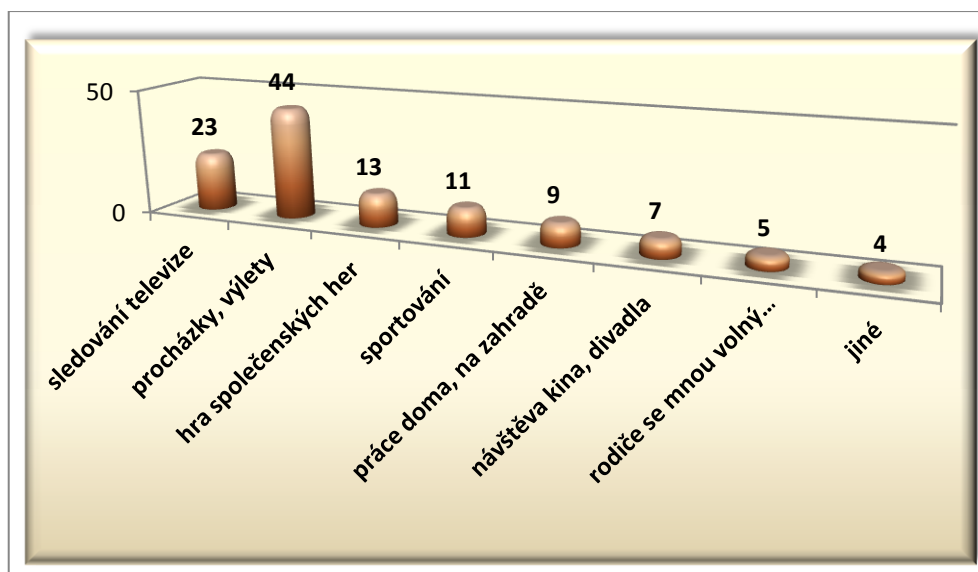
Cílem této otázky bylo dozvědět se o zájmu rodičů o volný čas dětí prostřednictvím toho, že respondenti zhodnotili, zdali jim rodiče volný čas plánují. 9 % respondentů uvedlo, že jim volný čas rodiče plánují, 19 % tvrdí, že ne a největší podíl – 72 % respondentů zhodnotilo, že jen výjimečně.

Otázka č. 18: Činnost, které se nejčastěji věnuji ve volném čase společně s rodiči

Tabulka 24 - Volnočasové činnosti s rodiči

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
sledování televize	23	20
procházky, výlety	44	38
hra společenských her	13	11
sportování	11	9
práce doma, na zahradě	9	8
návštěva kina, divadla	7	6
rodiče se mnou volný čas netráví	5	4
jiné	4	3
celkem	116	100

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)



Graf 18 - Volnočasové činnosti s rodiči

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)

Z této otázky jsme se dozvěděli, jakým činností se děti nejčastěji věnují ve volném čase s rodiči a zároveň nám ukázala, k jakému způsobu využívání volného času je rodiče vedou. Z grafu lze vyčíst, že největší podíl – 38 % respondentů uvedlo, že ve volném čase s rodiči nejčastěji chodí na procházky nebo výlety, druhý největší podíl – 20 % sleduje nejčastěji televizi, 11 % s rodiči hraje společenské hry a 9 % sportuje. Ostatní činnosti měly nižší procentuální zastoupení.

1) Zájem rodičů o volný čas x efektivita trávení volného času

H_0 – Trávení neorganizovaného volného času dětí není závislé na zájmu jejich rodičů.

H_A – Děti, jejichž rodiče se zajímají o jejich způsob využití volného času, tráví svůj neorganizovaný volný čas efektivněji, než děti, jejichž rodiče se o jejich způsob využití volného času nezajímají.

Tabulka 25 - Souvislost mezi zájmem rodičů a trávením volného času

		zájem rodičů			Σ
		Často	občas	vůbec	
neorganizovaný volný čas	efektivní	19 (7,62)	13 (22,3)	2 (4,1)	34
	neefektivní	7 (18,37)	63 (53,72)	12 (9,9)	82
Σ		26	76	14	116

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)

$$x^2 = \frac{(P - O)^2}{O} = 17+7,04+3,88+1,6+1,08+0,45 = \underline{\underline{31,05}}$$

Hodnoty budeme posuzovat na 5 % hladině významnosti, kritická hodnota testového kritéria $x^2_{0,05}(2) = 5,991$ (Horák, Chráska, 1989, s. 89, s. 156).

31,05 > 5,991

Je možné konstatovat, že mezi těmito dvěma jevy je značná souvislost. **Přijímáme H_A – Děti, jejichž rodiče se zajímají o jejich způsob využití volného času, tráví svůj neorganizovaný volný čas efektivněji, než děti, jejichž rodiče se o jejich způsob využití volného času nezajímají.**

2) Plánování volného času dětí rodiči x efektivita trávení volného času

H_0 – Trávení neorganizovaného volného času dětí není závislé na jeho plánování rodiči.

H_A – Děti, jejichž rodiče častěji plánují jejich volný čas, tráví svůj neorganizovaný volný čas efektivněji, než děti, jejich rodiče jejich volný čas plánují méně.

Tabulka 26 - Souvislost mezi plánováním volného času rodiči a jeho způsobem trávení

		plánování rodičů			Σ
		Ano	výjimečně	ne	
neorganizovaný volný čas	efektivní	8 (2,93)	14 (24,62)	12 (6,45)	34
	neefektivní	2 (7,07)	70 (59,38)	10 (15,55)	82
Σ		10	84	22	116

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)

$$x^2 = \frac{(P - O)^2}{O} = 8,77+3,64+4,58+1,9+4,78+1,98 = \underline{\underline{25,65}}$$

Hodnoty budeme posuzovat na 5% hladině významnosti, kritická hodnota testového kritéria $x^2_{0,05}(2) = 5,991$ (Horák, Chráska, 1989, s. 89, s. 156).

25,65 > 5, 991

Je možné konstatovat, že mezi těmito dvěma jevy je prokázána značná souvislost. **Přijímáme H_A – Děti, jejichž rodiče častěji plánují jejich volný čas, tráví svůj neorganizovaný volný čas efektivněji, než děti, jejichž rodiče jejich volný čas plánují méně.**

Výzkumná otázka č. 4

Navštěvují děti zájmové kroužky častěji z vlastní vůle nebo z vůle rodičů?

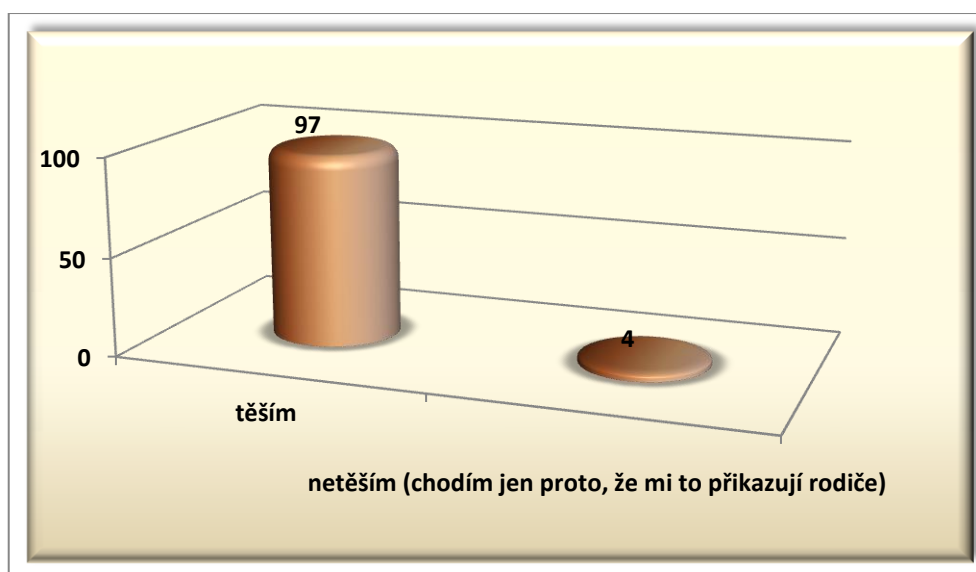
Tuto výzkumnou otázku mohli zodpovědět pouze děti, kteří navštěvují alespoň jeden zájmový kroužek. Takových respondentů, kteří se zúčastnili dotazníkového šetření, bylo celkem 101.

Otázka č. 14: Na kroužek, který navštěvují, se vždy

Tabulka 27 - Potěšení z kroužku

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
těším	97	96
netěším (chodím jen proto, že mi to přikazují rodiče)	4	4
celkem	101	100

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)



Graf 19 - Potěšení z kroužku

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)

Cílem této otázky bylo zjistit, zda žáci dochází na kroužky z vůle vlastní nebo jen z vůle rodičů. Na kroužek se vždy těší 96 % žáků a zbylá 4 % žáků se netěší a dochází na kroužky jen proto, že jim to přikazují rodiče

Otázka č. 21: Navštěvuji kroužky, protože

Cílem této otázky bylo opět zjistit, zdali žáci chodí na své kroužky z větší vůle vlastní nebo rodičů. Použili jsme zde třístupňovou Likertovu škálu s celkem osmi výroky, u kterých respondent hodnotil míru souhlasu či nesouhlasu:

Tabulka 28 - Vůle vlastní/rodičů - výroky

Navštěvuji kroužky protože - výroky	
Vůle vlastní	Vůle rodičů
1) baví mě to	2) chci udělat rodičům radost
3) chci se dozvědět nové informace	4) rodiče mě do toho nutí
5) chci se stále zlepšovat ve svých zájmech	6) kdybych nešel, rodiče by mě potrestali
7) protože se setkám s kamarády	8) měl bych od rodičů zákaz (PC, TV, tablet...)

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)

Tabulka 29 - Vůle vlastní (výroky 1,3,5,7)

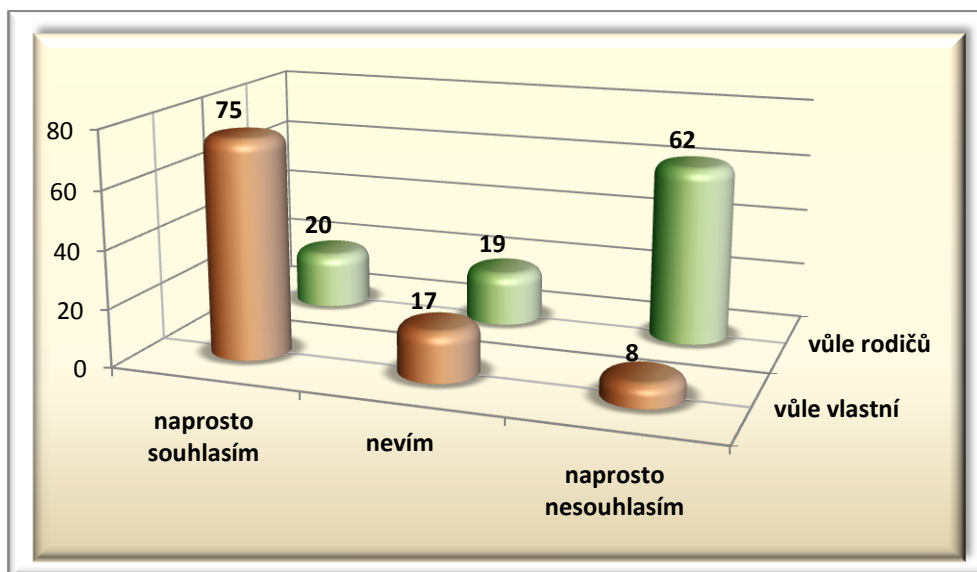
odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
naprosto souhlasím	304	75
nevím	69	17
naprosto nesouhlasím	31	8
celkem	404	100

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)

Tabulka 30 - Vůle rodičů (výroky 2,4,6,8)

odpověď	absolutní četnost	relativní četnost (%)
naprosto souhlasím	79	20
nevím	75	19
naprosto nesouhlasím	250	62
celkem	404	100

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)



Graf 20 - Vůle vlastní/vůle rodičů v %

Zdroj: autor práce, 2016 (vlastní šetření)

Z grafu je patrné, že se respondenti nejvíce ztotožnili s odpověďmi, ze kterých vyplývá, že navštěvují své kroužky z vůle vlastní a s výroky vůle rodičů naopak nesouhlasí. S výroky vlastní vůle celkově naprosto souhlasilo 75 % respondentů, nebylo si jisto 17 % a pouze 8 % s těmito výroky naprosto nesouhlasilo. Z vůlí rodičů naprosto nesouhlasilo 62 %, nebylo si jisto 19 % a souhlasilo 20 %.

5.2 HODNOCENÍ POLOSTRUKTUROVANÉHO ROZHOVORU

Jako přídatná metoda výzkumu byla použita metoda polostrukturovaného rozhovoru se čtyřmi žáky. Při osobním kontaktu s respondentem jsme měli možnost hlouběji proniknout do jeho postojů a motivů a sledovat reakce na kladené otázky. Jednalo se o rozšířené otázky z dotazníku. Cílem rozhovoru bylo dozvědět se základní informace o žákovi, zmapovat prostředí, ve kterém žije a jak se mu daří ve škole. Dále jsme zjišťovali, jakým způsobem využívá volný čas, jaké navštěvuje zájmové kroužky, zda se o jeho volný čas zajímají rodiče a jak často ho s nimi tráví. Doplňující otázkou bylo, co si respondent představí, když se řekne volný čas. Tato odpověď nastiňovala to, co pro něj volný čas znamená a jakou hodnotu volnému času přikládá.

Respondent 1

Chlapec, 9 let, navštěvuje 4. ročník základní školy. Bydlí v bytě s oběma rodiči v Klatovech a je jedináčkem. Jednou by chtěl být hercem. Má celkem 5 kroužků (dramatický kroužek, skauty, plavání, judo, keramiku), které navštěvuje celkem 5x týdně. Tyto kroužky ho baví, vyhovují mu, navštěvuje je rád a rodiče ho do nich nenutí. Společně s návštěvou kroužků se vždy stihne připravit do školy. Jeho školní výsledky jsou výborné, při hodinách dává pozor a hlásí se. Neporušuje ve škole kázeň a nenosí domů poznámky. Když nemá žádné povinnosti ani kroužky, hraje si venku s kamarády nebo jde například do bazénu. Ve svém volném čase se nenudí, vždy má co na práci. Maximálně hodinu denně hraje hry na svém mobilním telefonu. Na televizi nekouká téměř vůbec. Rodiče se často zajímají o to, co dělá ve svém volném čase. Společně s nimi se pravidelně věnuje geokeišngu (hledání předmětů v přírodě), jezdí na poznávací výlety (prohlídka hradů), navštěvuje muzea nebo kino. Když se řekne volný čas, napadne ho geokešing.

Z rozhovoru je patrné, že tento chlapec smysluplně a efektivně tráví svůj volný čas. Jeho rodiče zajímá, jakým způsobem volný čas využívá a společně s nimi ho tráví velmi aktivně. Má spoustu koníčků a zájmů, které ho v životě naplňují. I přesto, že 5x týdně navštěvuje zájmové kroužky, stíhá všechny své povinnosti ohledně školy, ve které dosahuje výborných výsledků. Tento případ je naprosto ideální.

Respondent 2

Dívka, 10 let, navštěvuje 4. ročník základní školy. Bydlí v Klatovech, v domě se svými rodiči, sourozenci a prarodiči. Má velmi zaneprázdněné rodiče, kteří jsou často v práci. Celkem se nezajímají o to, co dívka dělá ve volném a společně ho téměř vůbec netráví. Respondentka vyplňuje svůj volný čas četbou nebo psaním pohádek. Na počítači je maximálně hodinu denně a na televizi skoro vůbec nekouká. Jednou týdně navštěvuje pěvecký kroužek, který ji baví. Chtěla by chodit ještě na plavání a i jiné kroužky. Jednou by se chtěla stát doktorkou. Ve škole má výborné výsledky, hlásí se a neporušuje kázeň. Když se řekne volný čas, dívku napadne relaxace.

I přesto, že tato dívka nenavštěvuje moc kroužků a rodiče se o její volný čas příliš nezajímají, dokáže ho trávit celkem produktivně. Rodiče by na její volný čas měli klást větší důraz, trávit ho společně a aktivním způsobem. Její volný čas by měl být víc organizovaný, dívce nevyhovuje její počet zájmových kroužků, přála by si jich navštěvovat více než doposud.

Respondent 3

Dívka, 11 let, 5. ročník základní školy. Bydlí v domě na vesnici se svými rodiči a sourozenci. Jednou by chtěla být kadeřnicí. Oba dva pracující rodiče nemají na dívku moc času, nezajímají se o to, co dělá ve svém volném čase a společně ho téměř vůbec netráví. Respondentka si ani nevzpomněla na nějakou pravidelnou činnost, kterou s nimi společně tráví, většinou si dělá, co chce. Ve škole příliš nevykuká, její prospěch je horší a občas má problémy s kázní. Nenechává si žádný zájmový kroužek, ale chtěla by to změnit a přihlásit se nejméně na dva. Ve svém volném čase se stará o svou sestru nebo používá přibližně dvě hodiny denně mobilní telefon, na kterém hraje hry nebo si chatuje s kamarády. Na televizi příliš nekouká. Když se řekne volný čas, představí si kamarády.

Volný čas této dívky není většinou nikým organizovaný. Její rodiče by se o ni měli více zajímat a měli by s ní trávit více volného času. Dívku zajímají aktivity, kterým se chtěla věnovat. Bylo by vhodné ji přihlásit na zájmové kroužky, které by jí naplňovali.

Respondent 4

Dívka, 11 let, 5. ročník ZŠ. Žije v domě se svými rodiči a sestrou. Jednou chce být učitelkou nebo doktorkou. Navštěvuje základní uměleckou školu, kde se věnuje hudební oboru (hra na nástroj, nauka, sólový zpěv, sbor) a pohybových kroužky (tanec, bojové umění). Všem těmto zájmům se věnuje z vlastní vůle. I přes takto nabitý volnočasový program dívka zvládá plnit povinnosti v souvislosti s přípravou do školy. Ve škole dosahuje velmi dobrých výsledků, nemá problémy s kázní a při hodinách je aktivní. Ve svém volném čase občas relaxuje sledováním televize nebo je na počítači. Její rodiče se o to, co dělá ve volném čase, velmi zajímají a tráví ho často společně. Například se věnují cyklistice a v zimě jezdí lyžovat. Pokud se řekne volný čas, dívka se vybaví kroužky.

Dívka využívá svůj volný čas dostatečně efektivním způsobem. Její zájmy jsou všestranné a rodiče ji vedou k hodnotnému využívání volného času. Toto je příklad ideální výchovy jedince ve volném čase.

6 SHRnutí VÝzkUMU A VYHODNOCENÍ HYPOTÉZ

Tato část diplomové práce se zabývá rozborem předem stanovených hypotéz, které byly pro práci zformulované celkem čtyři. Výzkum diplomové práce byl rozdělen do dvou částí. V první části byl proveden kvantitativní výzkum ve formě dotazníku, který byl rozdán na třech základních školách v Klatovech. A v druhé části byl proveden kvalitativní výzkum formou rozhovoru se čtyřmi žáky. Výzkumným vzorkem byli žáci 4. a 5. ročníků. Všechny hypotézy jsme se snažili potvrdit nebo vyvrátit oběma metodami. Pro první tři hypotézy jsme na základě zodpovězených otázek v dotazníkovém šetření zpracovali výpočet existence souvislosti mezi dvěma pedagogickými jevy pomocí testu nezávislosti chí-kvadrát.

Cílem výzkumu bylo zjistit, jakým způsobem současní žáci 4. a 5. tříd na třech základních školách v Klatovech využívají svůj neorganizovaný volný čas, kolik mají zájmových kroužků, kolikrát týdně je navštěvují a zdali tyto kroužky souvisí s jejich dosaženým prospěchem a kázní ve škole. Naše pozornost směřovala k zájmu rodičů žáků o jejich volný čas a způsobu jeho společného trávení. Dále jsme se zajímali o to, jestli žáky jejich náplň volného času vyhovuje a jestli své zájmové kroužky navštěvují z vlastní vůle nebo z vůle rodičů.

Dotazníkového šetření se zúčastnilo 62 chlapců a 54 dívek, celkem tedy 116 respondentů. Z výzkumu vyplynulo, že nejvíce žáků - 31 % dochází na dva zájmové kroužky, 55 % je navštěvuje 2-3x týdně, 47 % je se svými kroužky spokojeno, 96 % se na své zájmové kroužky vždy těší, 38 % navštěvuje kroužek s hudebním zaměřením, 28 % dívek navštěvuje taneční kroužek a 21% chlapců dochází na kroužek bojových sportů. Největší počet žáků - 70 % se občas kvůli kroužkům nestačí připravit do školy, 50 % dosahuje ve škole chvalitebných výsledků, 64 % se při výuce hlásí občas, 82 % občas napomíná paní učitelka, protože vyrušují a nedávají pozor, 63 % nedostává ve škole žádné poznámky. Neorganizovaný volný čas tráví nejvíce žáků - 41 % na počítači, mobilu nebo tabletu méně než 1 hodinu denně, 40 % tráví denně na počítači, mobilu nebo tabletu 1-3 hodiny, 53 % sleduje denně televizi 1-3 hodiny, 32 % si vybaví, když se řekne volný čas sport, 76 % označilo, že se rodiče o jejich volný čas zajímají občas, 53 % tráví občas volný čas s rodiči, 72 % respondentům plánují volný čas rodiče a 38 % společně s rodiči chodí ve volném čase na procházky nebo jezdí na výlety.

H1: Pravidelné navštěvování zájmových kroužků má souvislost s dosaženou úrovní prospěchu a dodržováním kázně ve škole.

Ve výzkumném šetření nás u této hypotézy zajímalo, kolik mají žáci zájmových kroužků a kolikrát týdně je navštěvují. Dále jsme zaměřili na dosažené výsledky žáků a jejich dodržování kázně ve škole. Na základě odpovědí respondentů na tyto otázky v dotazníku jsme zjišťovali souvislost mezi počtem kroužků žáka a jeho prospěchem. Vyšel nám zde pozitivní výsledek, souvislost mezi těmito jevy byla patrná. Následně jsme počítali souvislost mezi tím, kolikrát týdně žák zájmové kroužky navštěvuje a mezi tím, jestli žák při vyučování vyrušuje a nedává pozor. Zde jsme se také setkali s úspěchem a souvislost mezi těmito jevy jsme potvrdili. Rozhovory jsme si potvrdili, že tři žáci, kteří navštěvují zájmové kroužky, dosahují ve škole velmi dobrých výsledků a nemají problémy s kázní a jeden žák, který nenavštěvuje žádný zájmový kroužek, má horší prospěch a občas porušuje kázeň ve škole. Došli jsme k závěru, že pokud žák ve svém volném čase pravidelně navštěvuje zájmové kroužky, má to pozitivní vliv na jeho prospěch a kázeň ve škole. Na základě výzkumného šetření potvrzujeme stanovenou první hypotézu.

H2: Žáci s lepším školním prospěchem tráví svůj neorganizovaný volný čas efektivněji než žáci s horším školním prospěchem.

Pro vyhodnocení této hypotézy nás zajímaly dosažené výsledky žáka ve škole a jeho způsob trávení neorganizovaného volného času. Řešili jsme zde existenci celkem třech souvislostí. První byla souvislost mezi prospěchem žáka a způsobem trávení neorganizovaného volného času. Souvislost mezi těmito jevy byla značná. Dále jsme se zaměřili na souvislost mezi prospěchem a trávením volného času žáka na počítači, mobilním telefonu nebo tabletu a souvislost mezi prospěchem a sledováním televize. Oběma výpočty jsme dospěli k pozitivnímu výsledku. Souvislosti i mezi těmito jevy byly patrné. Z hodnocení rozhovoru jsme usoudili, že tři žáci, kteří mají ve škole lepší prospěch, tráví svůj neorganizovaný volný čas efektivněji než čtvrtý žák, jehož výsledky ve škole jsou horší. Tímto šetřením jsme došli k závěru, že žáci, kteří mají ve škole lepší prospěch, dokážou svůj neorganizovaný volný čas využít efektivnějším způsobem než žáci, kteří mají prospěch horší. Druhou hypotézu můžeme také potvrdit.

H3: Děti, jejichž rodiče se zajímají o jejich způsob využití volného času, tráví svůj neorganizovaný volný čas efektivněji, než děti, jejichž rodiče se o jejich způsob využití volného času nezajímají.

Při hodnocení této hypotézy jsme se zaměřili na zájem rodičů o volný čas dětí, plánování volného času dětí rodiči a způsob trávení neorganizovaného volného času dětí. Na základě zodpovězení otázek v dotazníku jsme zjišťovali souvislost mezi zájmem rodičů o volný čas dětí a způsobem trávení neorganizovaného volného času dětí. Zde se prokázalo, že souvislost mezi těmito jevy je patrná. Následovně jsme propočítávali souvislost mezi plánováním volného času dětí rodiči a způsobem trávení volného času dětí. Souvislost mezi těmito jevy byla opět značná. Z rozhovorů jsme zjistili, že dva žáci, jejichž rodiče se často zajímají o jejich volný čas, plánují ho a tráví ho často společně, využívají svůj volný čas efektivně. Naopak jeden žák, o jehož volný čas se rodiče nezajímají, neplánují ho a ani ho společně příliš netráví, ho využívá často neefektivně. Z tohoto šetření vyplynulo, že děti, jejichž rodiče se zajímají o jejich volný čas a pravidelně ho plánují, dokážou vyplnit svůj volný čas efektivnějším způsobem než děti, jejichž rodiče se o jejich volný čas nezajímají a téměř vůbec ho neplánují. Tímto potvrzujeme i třetí hypotézu.

H4: Děti navštěvují své zájmové kroužky častěji z vůle vlastní než z vůle rodičů.

Při ověřování této hypotézy jsme hodnotili pouze respondenty, kteří navštěvují alespoň jeden kroužek. Cílem tohoto šetření bylo zjistit, zda žáci navštěvují zájmové kroužky častěji z vůle vlastní nebo z vůle rodičů. Odpovědi respondentů jsme zjišťovali v dotazníku pomocí třístupňové Likertovy škály, ve které se nacházelo celkem 8 výroků, z nichž 4 výroky byly zvoleny pro vlastní vůli a 4 výroky pro vůli rodičů. Respondenti udávali, zda s výrokem naprosto souhlasí, nejsou si jisti anebo naprosto nesouhlasí. Z výzkumu je patrné, že žáci se ztotožnili s odpověďmi, z kterých vyplývalo, že navštěvují své kroužky z vůle vlastní. S výroky vlastní vůle naprosto souhlasilo 75% respondentů, nebylo si jisto 17% a pouze 8% s těmito výroky naprosto nesouhlasilo. Z vůli rodičů naprosto nesouhlasilo 62%, nebylo si jisto 19% a souhlasilo 20%. Doplnkem pro zjištění této hypotézy byla otázka v dotazníku, kdy jsme se ptali, jestli se žáci na kroužek, který navštěvují, vždy těší anebo netěší a chodí tam jen proto, že mu to přikazují rodiče. Celkem

96% respondentů odpovědělo, že se těší a pouze 4% označili opačnou odpověď. Rozhovory jsme si také potvrdili, že všichni tři žáci, kteří navštěvují zájmové kroužky, je navštěvují z vlastní vůle. Z tohoto šetření vyplývá, že většina žáků, kteří se zúčastnili výzkumného šetření, se na své zájmové kroužky těší a navštěvují je tedy z vůle vlastní. Čtvrtou hypotézu tímto také potvrzujeme.

ZÁVĚR

Cílem této diplomové práce bylo hlubší zmapování volného času dětí mladšího školního věku z hlediska teoretického i praktického.

V teoretické části byla vymezena a definována základní spekulativní východiska. Byla vyložena problematika volného času dětí s důrazem na hlubší pochopení významu pedagogických a psychologických zákonitostí. Praktická část obsahuje stěžejní výzkumné šetření, které proběhlo mezi žáky a žákyněmi 4. a 5. ročníků na třech základních školách v Klatovech. Vyhodnotilo se celkem 116 dotazníků a 4 polostrukturované rozhovory. Empirickou část doplňuje stanovení výzkumných otázek a hypotéz, které byly po závěrečném vyhodnocení shrnuty na základě zjištěných skutečností z kvalitativního i kvantitativního šetření.

Z výsledků výzkumu vyplynulo, že pravidelné navštěvování zájmových kroužků souvisí s dosaženou úrovní prospěchu a dodržováním kázně ve škole. Žáci, kteří dosahují ve škole lepších výsledků, dokážou svůj neorganizovaný volný čas trávit efektivněji, než žáci s horšími výsledky. Dále jsme dospěli k závěru, že děti, jejichž rodiče se zajímají o jejich volný čas a často ho plánují, dokážou sami svůj neorganizovaný volný čas vyplnit efektivnějším způsobem než děti, jejichž rodiče se o jejich volný čas nezajímají. Také jsme na základě výzkumu mohli potvrdit, že žáci navštěvují své zájmové kroužky častěji z vůle vlastní než z vůle rodičů.

Volný čas dětí je významným životním činitelem a způsoby jeho využití hrají důležitou roli ve výchovně-vzdělávacím procesu. Trávení volného času ovlivňuje sociální a osobnostní rozvoj dětí a nese s sebou jistá rizika. V současné době mnoho dětí neví, jak smysluplně volný čas využít. Některé děti podléhají nudě nebo svou vlastní aktivitu nahrazují receptivními činnostmi, jako jsou např. sledování televize, hraní na počítači, mobilním telefonu či tabletech, nicnedělání apod. Pokud mají děti volný čas nadměrně naplánovaný a jsou naopak přetěžováni, může to vyvolat stres a nepokoje, který ovlivňuje jejich dobu pracovní. Je nutné směřovat děti k plnohodnotnému využívání volného času. Jedinice by měly uspokojovat, naplňovat a rozvíjet nejen organizované činnosti, ale také činnosti spontánní, které si ve volném čase určuje podle vlastního uvážení.

Především rodina učí žít jedince trávit volný čas určitým způsobem. Je to otázka životního stylu, který si jedinec osvojuje a napodobuje ho. Na děti při trávení volného času působí sociální vztahy, žebříček hodnot a postoje, které jim rodiče předávají. Rodiče jsou

za trávení volného času svých dětí odpovědny a je nutné, aby se o něj dostatečně zajímali, volili jeho efektivní způsob využití a také ho trávili co nejčastěji společně. Příčinou nevhodného trávení volného času bývá i v tom, že se děti neumějí v jeho možnostech trávení orientovat. Rodiče by jim s hledáním nejvhodnějšího způsobu trávení volného času měli pomoci. Většinu volného času tráví děti se svými vrstevníky. Rodiče by měli mít povědomí o tom s kým, kde a jak tráví jejich dítě volný čas. Členství ve skupině velmi ovlivňuje využití volného času a je zásadní pro tvorbu jedincovy identity. Také společnost by měla dostatečně dbát na rozvoj a naplnění volnočasových aktivit dětí. Stát by měl zakládat dostatečné množství výchovných institucí, které uskutečňují volnočasové aktivity pro děti a podporovat je.

Děti je nutné naučit, že smysluplné využití volného času vede ke zdravému způsobu života, který je předpokladem pro prevenci toho nesprávného. To vše je nesporně věc dlouhodobého jednání, zejména na prevenci, rodiny, školy a pro všechny, kdo jsou v oblasti volnočasových aktivit dětí zapojeni. Děti v mladším školním věku si utváří o volném čase představy, na nichž staví vlastní autonomní rozhodování. V tomto věku poznávají to, co je baví, naplňuje je, čemu se chtějí a nechtějí ve svém volném čase věnovat. To vše je třeba u dětí respektovat a správným způsobem podporovat.

Snahou této diplomové práce je přinést odborné i laické veřejnosti obohacující informace a poznatky, týkající se volného času dětí. Do budoucna by mohly usnadnit činnosti zaměřené na spolupráci s jednotlivci či skupinami dětí. Údaje shromážděné v této práci umožňují lepší náhled do nastíněné problematiky a slouží také jako inspirace pro další rozvíjení a vzdělávání se v oblasti pedagogické psychologie. Z předložených zjištění mohou čerpat nejen rodiče, pedagogové a další pracovníci z oblasti volného času.

Hlavním doporučením je mít stále na paměti, že naučit se nakládat s volným časem hraje v našich životech významnou roli. Vzhledem k vývoji společnosti je nutné zachytit, jakým směrem se ubírají nové trendy a pozorovat změny v trávení volného času, abychom na ně mohli včas a adekvátně reagovat.

RESUMÉ

Diplomová práce je zaměřena na volný čas dětí a způsoby jeho využití. Je konkrétně cílena na žáky mladšího školního věku. Teoretická část se skládá ze třech hlavních kapitol. První kapitola vymezuje pojem volný čas a hlavní znaky jeho využívání. Charakterizuje funkce a význam volného času v životě jedince a zaměřuje se na jeho psychohygienu a patologické využívání. Druhá kapitola specifikuje mladší školní věk dětí a zabývá se ontogenetickým vývojem jedince v tomto období. Třetí kapitola pojednává o problematice volného času dětí v souvislosti s jeho výchovou. Řeší základní otázky zhodnocování a pedagogického ovlivňování volného času dětí. Uvádí a popisuje jejich výchovně-vzdělávací činnosti a zájmy v době mimo vyučování. Podává přehled o institucích nabízející volnočasové aktivity dětem. Praktická část na základě dotazníkového šetření a rozhovorů zjišťuje a analyzuje úroveň trávení volného času současných žáků 4. a 5. tříd základních škol v Klatovech a zkoumá vliv využití volného času na jejich dosažený prospěch a kázeň ve škole.

RESUME

The thesis is focused on the leisure time of children and methods for its use. It is targeted specifically on pupils of primary school age. The theoretical part consists of three main chapters. The first chapter defines the concept of leisure time and main characteristics of its use. Characterizes the function and importance of leisure time in an individual's life and concentrates on his mental hygiene and pathological using. The second chapter specifies younger school children age and occupies the ontogenetic development of individual in this period. The third chapter discusses the basic issues of children's leisure time in connection with their education. Resolves the fundamental questions evaluate and educational influencing of children's leisure time. Lists and describes their educational activities and interests outside of the classroom. Gives an general knowledge about institutions offering leisure time activities for children. The practical part based on questionnaires and interviews investigates and analyzes the level of spending leisure time of current pupils 4th and 5th grade of primary school in Klatovy and explores the influence of leisure time on their attained school results and discipline in the school.

SEZNAM LITERATURY

BRINDZA, Ján. *Deti a ich voľný čas*. Bratislava: Smena, 1984. Pionierska knižnica.

GAVORA, Peter. *Úvod do pedagogického výzkumu*. 2., rozš. české vyd. Překlad Vladimír Jůva, Vendula Hlavatá. Brno: Paido, 2010. ISBN 978-80-7315-185-0.

GOREJ, Ladislav, Miron ZELINA a Imrich ILENIN. *Motivácia a záujmy: (od voľby povolania k práci)*. Bratislava: Smena, 1982. Zväzacka knižnica.

HÁJEK, Bedřich, Břetislav HOFBAUER a Jiřina PÁVKOVÁ. *Pedagogické ovlivňování volného času: současné trendy*. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-473-1.

HELUS, Zdeněk. *Dítě v osobnostním pojetí: obrat k dítěti jako výzva a úkol pro učitele i rodiče*. Praha: Portál, 2004. Pedagogická praxe. ISBN 80-7178-888-0.

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

HORÁK, František, CHRÁSKA, Miroslav. *Úvod do metodologie pedagogického výzkumu*. Praha 1989: SPN. Učební texty vysokých škol.

HŘÍCHOVÁ, Miloslava, Jana MIŇHOVÁ a Lenka NOVOTNÁ. *Vývojová psychologie pro učitele*. 2. vyd. Plzeň: Západočeská univerzita, 2000. ISBN 80-7082-626-6.

CHRÁSKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. Praha: Grada, 2007. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-1369-4.

JANIŠ, Kamil. *Úvod do problematiky volného času*. Opava: Slezská univerzita v Opavě, Fakulta veřejných politik, Ústav pedagogických a psychologických věd, 2009. ISBN 978-80-7248-530-7.

KRAUS, Blahoslav. *Životní styl současné české rodiny*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2015. ISBN 978-80-7435-544-8.

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

NĚMEC, Jiří. *Kapitoly ze sociální pedagogiky a pedagogiky volného času pro doplňující pedagogické studium*. Brno: Paido, 2002. ISBN 80-7315-012-3.

PÁVKOVÁ, Jiřina et al. *Pedagogika volného času*. Vyd. 3., aktualiz. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-711-6.

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

Pražská skupina školní etnografie. *Psychický vývoj dítěte: od 1. do 5. třídy*. Praha: Karolinum, 2005. ISBN 80-246-0924-X.

ROTTEROVÁ, Božena a Jan ČÁP. *Výchova aktivity mládeže ve volném čase: pedagogické a psychologické otázky volného času žáků základních devítiletých škol, výběrových škol a učňů*. Praha: Univerzita Karlova, 1976. Acta Universitatis Carolinae, 68 (1976).

SKALKOVÁ, Jarmila. *Úvod do metodologie a metod pedagogického výzkumu: vysokoškolská učebnice pro studenty filozofických a pedagogických fakult*. 2., dopl. vyd. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1985. Učebnice pro vysoké školy (Státní pedagogické nakladatelství).

SPOUSTA, Vladimír et al. *Metody a formy výchovy ve volném čase: kultura a umění ve výchově*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 1996. ISBN 80-210-1275-7.

SPOUSTA, Vladimír, Jarmila FALTÝSKOVÁ, Martina HŘEBÍČKOVÁ, Dana KNOTOVÁ a Evžen ŘEHULKA. *Kapitoly z pedagogiky volného času*. Brno: Masarykova univerzita v Brně, c1996. ISBN 80-210-1274-9.

SPOUSTA, Vladimír et al. *Teoretické základy výchovy ve volném čase: Úvod do studia pedagogiky volného času*. 1. vyd. Brno: Vydavatelství Masarykovy univerzity, 1994.

VÁŽANSKÝ, Mojmir a Vladimír SMÉKAL. *Základy pedagogiky volného času*. Brno: Paido, 1995. Edice pedagogické literatury. ISBN 80-901737-9-9.

SEZNAM TABULEK A GRAFŮ

Seznam tabulek

Tabulka 1: Pohlaví respondentů	49
Tabulka 2 - Ročník respondentů.....	49
Tabulka 3 - Dívky.....	50
Tabulka 4 - Chlapci	50
Tabulka 5 - Počet zájmových kroužků	51
Tabulka 6 - Návštěvnost kroužků.....	52
Tabulka 7 - Spokojenost žáků s návštěvností kroužků.....	53
Tabulka 8 - Příprava do školy a kroužky.....	55
Tabulka 9 – Prospěch žáků ve škole.....	56
Tabulka 10 - Aktivita v hodinách.....	56
Tabulka 11 - Vyrušování a nepozornost v hodinách	57
Tabulka 12 - Poznámky za nekázeň ve škole	58
Tabulka 13 - Souvislost mezi počtem zájmových kroužků a prospěchem žáka	59
Tabulka 14 - Souvislost mezi pravidelném navštěvování kroužků a kázní žáka	60
Tabulka 15 - Volný čas a počítač, mobil či tablet	61
Tabulka 16 - Sledování televize	62
Tabulka 17 – Činnosti ve volném čase.....	63
Tabulka 18 - Souvislost mezi prospěchem a efektivním trávením volného času.....	64
Tabulka 19 - Souvislost mezi prospěchem žáka a trávením času na PC/mobilu/tabletu	65
Tabulka 20 - Souvislost mezi prospěchem žáka a sledováním televize	66
Tabulka 21 - Zájem rodičů o volný čas dětí	67
Tabulka 22 - Volný čas s rodiči.....	68
Tabulka 23 - Plánování volného času rodiči	68
Tabulka 24 - Volnočasové činnosti s rodiči	69
Tabulka 25 - Souvislost mezi zájmem rodičů a trávením volného času	70
Tabulka 26 - Souvislost mezi plánováním volného času rodiči a jeho způsobem trávení ..	71
Tabulka 27 - Potěšení z kroužku	72

Tabulka 28 - Vůle vlastní/rodičů - výroky	73
Tabulka 29 - Vůle vlastní (výroky 1,3,5,7)	73
Tabulka 30 - Vůle rodičů (výroky 2,4,6,8).....	73

Seznam grafů

Graf 1 - Pohlaví respondentů.....	49
Graf 2 - Ročník respondentů	50
Graf 3 - Ročník a pohlaví respondentů.....	51
Graf 4 - Počet zájmových kroužků	52
Graf 5 - Návštěvnost kroužků.....	53
Graf 6 - Spokojenost žáků s návštěvností kroužků	54
Graf 7 - Příprava do školy a kroužky	55
Graf 8 - Prospěch žáků ve škole	56
Graf 9 - Aktivita v hodinách.....	57
Graf 10 - Vyrušování a nepozornost v hodinách.....	58
Graf 11 - Poznámky za nekázeň ve škole.....	59
Graf 12 - Volný čas a počítač, mobil či tablet.....	61
Graf 13 - Sledování televize	62
Graf 14 - Činnosti ve volném čase	63
Graf 15 - Zájem rodičů o volný čas dětí.....	67
Graf 16 - Volný čas s rodiči.....	68
Graf 17 - Plánování volného času rodiči	69
Graf 18 - Volnočasové činnosti s rodiči	70
Graf 19 - Potěšení z kroužku	72
Graf 20 - Vůle vlastní/vůle rodičů v %.....	74

PŘÍLOHY

Příloha A – dotazník:

Milí žáci, milé zákyně,

jmenuji se Adéla Fleisigová a studuji na Pedagogické fakultě Západočeské univerzity v Plzni obor Učitelství pro 1. stupeň. Chtěla bych Vás poprosit o vyplnění tohoto dotazníku, který je součástí výzkumu mé diplomové práce. Cílem tohoto dotazníku je posoudit to, jak trávíte svůj volný čas.

Dotazník je anonymní, proto Vás prosím, abyste odpovídali pravdivě. Vaše odpovědi budou použity pouze pro účely výzkumu diplomové práce. Vhodnou odpověď označte křížkem.

V případě jakýchkoliv nejasností se mě nebojte zeptat.

Za vyplnění dotazníku velmi děkuji.

ZAŠKRTNĚTE POUZE JEDNU Z MOŽNOSTÍ

1) POHLAVÍ

- dívka
- chlapec

2) NAVŠTĚVUJI

- 4. ročník
- 5. ročník

3) POČET MÝCH ZÁJMOVÝCH KROUŽKŮ JE

- 0
- 1
- 2
- 3
- více než 3

4) SVÉ ZÁJMOVÉ KROUŽKY NAVŠTĚVUJI

- 1x týdně nebo vůbec
- 2-3x týdně
- 4-5x týdně
- více než 5x týdně

5) KDYBYCH SI MOHL VYBRAT

- navštěvuji více kroužků
- navštěvuji méně kroužků
- nenavštěvuji žádný kroužek
- vyhovuje mi to tak, jak to je

6) STANE SE, ŽE SE KVŮLI KROUŽKŮM NESTIHNU PŘIPRAVIT DO ŠKOLY

- často
- občas
- nikdy

7) MÉ VÝSLEDKY VE ŠKOLE JSOU

- výborné (dostávám často známky 1, občas 2)
- chvalitebné (dostávám spíše známky 2, občas 3)
- dobré (dostávám často známky 3, občas i 4)
- špatné (dostávám často známky 4 a 5)

8) PŘI HODINÁCH SE HLÁSÍM

- často
- občas
- vůbec

9) PŘI HODINÁCH MĚ PANÍ UČITELKA NAPOMÍNÁ, PROTOŽE VYRUŠUJI A NEDÁVÁM POZOR

- často
- občas
- vůbec

10) NOSÍM DOMŮ POZNÁMKY ZA PORUŠOVÁNÍ KÁZNĚ VE ŠKOLE

- často
- občas
- vůbec

11) RODIČE SE ZAJÍMAJÍ O TO, CO DĚLÁM VE SVÉM VOLNÉM ČASE

- často
- občas
- vůbec

12) VOLNÝ ČAS TRÁVÍM S RODIČI

- často
- občas
- vůbec

13) MŮJ VOLNÝ ČAS MI PLÁNUJÍ RODIČE

- ano
- výjimečně
- ne

14) NA KROUŽEK, KTERÝ NAVŠTĚVUJI SE VŽDY

- těším
- netěším
- chodím jen proto, že mi to přikazují rodiče

15) KOLIK ČASU TRÁVÍŠ DENNĚ NA PC (MOBILU, TABLETU)?

- méně než 1 hodinu
- 1 – 3 hodiny
- 3 hodiny a více

16) KOLIK ČASU TRÁVÍŠ DENNĚ SLEDOVÁNÍM TELEVIZE

- méně než 1 hodinu
- 1 – 3 hodiny
- 3 hodiny a více

17) KDYŽ NEMÁM ŽÁDNÉ POVINNOSTI A NEJSEM NA KROUŽKU, TAK NEJČASTĚJI

- čtu si, učím se
- koukám na televizi
- jdu si ven hrát nebo na procházku
- hraju hry na PC, tabletu nebo mobilu
- sportuji
- ležím nebo spím
- něco vyrábím nebo vytvářím
- nedělám nic

jiné: _____

18) ČINNOSTI, KTERÝM SE PRAVIDELNĚ VĚNUJEME VE VOLNÉM ČASE SPOLEČNĚ S RODIČI, JSOU

- sledování televize
- procházky, výlety
- hra společenských her
- sportování
- práce doma, na zahradě
- návštěva kina, divadla
- rodiče se mnou volný čas netráví

jiné: _____

19) KTERÉ ZÁJMOVÉ KROUŽKY NAVŠTĚVUJEŠ?

20) NAPIŠ JEDNO SLOVO, KTERÉ TĚ NAPADNE, KDYŽ SE ŘEKNE VOLNÝ ČAS

U následujících vět zaškrtněte číslo od 1 do 3 dle míry Vašeho souhlasu/nesouhlasu s daným výrokiem dle tabulky:

1 = Naprosto souhlasím

2 = Nevím

3 = Naprosto nesouhlasím

21) NAVŠTĚVUJI KROUŽKY, PROTOŽE

- | | | | |
|--|----------------------------|----------------------------|----------------------------|
| 1) baví mě to | <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 |
| 2) chci udělat rodičům radost | <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 |
| 3) chci se dozvědět nové informace | <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 |
| 4) rodiče mě do toho nutí | <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 |
| 5) chci se stále zlepšovat ve svých zájmech | <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 |
| 6) kdybych nešel, rodiče by mě potrestali | <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 |
| 7) protože se setkám s kamarády | <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 |
| 8) měl bych od rodičů zákaz (PC,TV,tablet,...) | <input type="checkbox"/> 1 | <input type="checkbox"/> 2 | <input type="checkbox"/> 3 |

Příloha B – rozhovory s žáky

R = respondent

V = výzkumník

Respondent 1

Chlapec, 9 let, 4. ročník ZŠ

V: Bydlíš tady v Klatovech nebo v okolí?

R: Tady v Klatovech

V: V domě nebo v bytě? A s kým?

R: V bytě, s maminkou, tátou a se zvířátkama

V: Žádného sourozence nemáš? Jsi jedináček?

R: Nemam.

V: Jaké máš doma zvíře?

R: Máme dvě holý morčata a jednoho psa

V: Co dělají tvoji rodiče?

R: Můj táta pracuje v *** u Kauflandu, je to tam trošku dál a opravuje auta a moje mamina pracuje v Tesco.

V: Čím by ses chtěl ty jednou stát? Co bys chtěl dělat?

R: Já bych chtěl bejt herec.

V: Hm, proto také chodíš na ten dramatický kroužek, že?

R: Ano

V: Jaké máš ve škole známky?

R: Spíš mam jedničky, někdy nějaké dvojky

V: Dáváš pozor při hodinách?

R: Ano

V: Jak často se hlásíš? Často, občas nebo vůbec?

R: Občas

V: Nosíš domů poznámky za nekázeň od paní učitelky?

R: Nenosím

V: Víím, že chodíš na dramatický kroužek do základní umělecké školy, máš ještě nějaké kroužky?

R: Dramaťák, skauty, plavání a pak mam ještě judo a keramiku

V: Kolikrát týdně navštěvuješ tyto kroužky?

R: Na všechny jednou týdně
V: Vyhovuje ti to takto nebo bys chtěl něco na kroužkách změnit?
R: hm, vyhovuje mi to tak
V: Máš celkem dost zájmů, stíháš se společně s nimi vždy připravit do školy?
R: Stihnu to vždycky všechno
V: Těšíš se vždycky na kroužky? Chodíš tam rád nebo tě na nějaký nutí rodiče?
R: Těším, chodím tam rád, rodiče mě nenutí...oni chtěli, abych chodil na plavání, tak tam chodím, ale baví mě to
V: Co děláš, když nemáš žádné povinnosti ani kroužek?
R: Někdy si hrajeme venku s kamarádama, někdy jedeme třeba do bazenu a tak
V: Nudíš se někdy nebo máš vždycky co na práci?
R: Vždycky něco dělám, moc se nenudím
V: Máš počítač, mobil nebo tablet? Kolik času na něm denně trávíš? A co na něm děláš?
R: No, tak něco kolem hodiny, mam mobil a hraju na něm hry
V: Jak dlouho sleduješ denně televizi?
R: Já se na ní moc nekoukam, spíš jsem na tom mobilu, ale tak..někdy přijdu za maminkou a tátou do obýváku, tam se s nima dívám tak 5 minut a potom zase odejdu
V: Zajímají se rodiče často, co děláš ve svém volném čase?
R: Docela často se zajímají
V: Kdy a jak trávíš volný čas společně s rodiči?
R: Někdy o víkendu jedeme hledat kešky, to je takovej poklad, kterej schovávají lidi a ten se hledá, na to jezdíme dost často, nebo jezdíme na hrady, do různých muzeí nebo do kina
V: Na závěr mi pověz, co tě napadne, když se řekne volný čas?
R: Tak asi ten geokešing

Respondent 2

Dívka, 10 let, 4. ročník ZŠ

V: Bydlíš ve městě nebo na vesnici?

R: Ve městě, v Klatovech, tady kousek

V: V domě nebo v bytě?

R: Máme dům, ale nahoře bydlíme my a dole babička

V: Máš sourozence?

R: Dva, sestru, tý bude 23 a bráchu, ten je stejně starý jako já, akorát o minutu mladší

V: Teda, takže máš dvojče, to je hezké. Co dělají tví rodiče? Víš, kde pracují?

R: Mamina je plavčík a taťka kontroluje zbraně, takže je policajt

V: Čím by ses chtěla stát jednou ty?

R: Já bych chtěla být doktorkou.

V: Jaké máš ve škole známky?

R: Jedničky, z matiky mam trošku dvojku

V: Dáváš pozor při hodinách? Hlásíš se?

R: Hlásím se, ale někdy mi to při hodinách moc nebaví

V: Napomíná tě někdy paní učitelka za to, že vyrušuješ?

R: Ne, to vůbec

V: Takže ani nenosíš domů ze školy poznámky?

R: Ne

V: Kolik máš kroužků?

R: Mam jeden a budu mít asi ještě jeden – plavání

V: A který teda teď navštěvuješ? A jak často?

R: Teď chodím na sbor, jednou za týden

V: Vyhovuje ti to takhle nebo bys chtěla více kroužků?

R: Chtěla bych chodit na to plavání a pak ještě možná na něco

V: Těšíš se vždycky na ten sbor nebo tě tam nutí chodit rodiče?

R: Jo, těším se, rodiče mě nenutí

V: Co děláš ve svém volném čase, když nemáš sbor?

R: Buď si čtu a nebo...já třeba píšu pohádky sama pro sebe

V: To je hezké, o čem jsou?

R: To je různý, třeba o zvířátkách

V: Máš počítač, mobil nebo tablet? Kolik času na něm denně trávíš?

R: Jo počítač, denně jsem na něm maximálně hodinu

V: Co na něm děláš?

R: Hraju farmářský hry

V: Kolik času trávíš sledováním televize?

R: Moc ne, skoro vůbec

V: Zajímají se rodiče často o to, co děláš ve svém volném čase?

R: Občas jo

V: Trávíš ho často společně s nimi?

R: Moc ne, mamina je hodně v práci a taťka když přijde, tak si lehne a spí
V: Hm, v pracovních dnech nemají moc čas. A co o víkendech?
R: To taťka taky většinou spí a mamina má tak blbou práci, že je doma o víkendu jenom jednou za měsíc, jinak je v práci pořád
V: A jsou teda nějaké pravidelné činnosti, které společně trávíte?
R: No většinou se spolu díváme na televizi nebo se učíme
V: A jezdíte třeba někam na výlety?
R: Málo, protože taťka nerad jezdí třeba na výlety nebo na návštěvy
V: Plánují ti rodiče tvůj volný čas nebo to nechávají na tobě?
R: Ne
V: Můžeš si dělat co chceš?
R: Jo
V: Které slovo tě napadne, když se řekne volný čas?
R: Relaxace

Respondent 3

Dívka, 11 let, 5. ročník ZŠ

V: Bydlíš tady v Klatovech nebo na vesnici?
R: Na vesnici
V: V domě nebo v bytovce? A s kým?
R: V baráku s rodičema, pak mam ještě bráchu a sestru
V: Co dělají tví rodiče?
R: Mamina uklízí v nemocnici a táta brousí dílky do letadla
V: Čím by ses chtěla být jednou ty až budeš velká?
R: Asi kadeřnici
V: Jaké máš ve škole známky?
R: Hrozný, dvojky, trojky i někdy horší
V: Dáváš pozor při hodinách? Jsi aktivní? Hlásíš se?
R: Moc ne
V: Napomíná tě někdy paní učitelka za to, že vyrušuješ?
R: No, někdy
V: Nosíš někdy domů ze školy poznámky?
R: To ne

V: Navštěvuješ nějaké zájmové kroužky?

R: Žádný

V: A vyhovuje tě to tak nebo bys chtěla nějaký navštěvovat?

R: Chtěla

V: Co bys ráda navštěvovala?

R: Taneční kroužek a jezdeckej na koni

V: Co děláš ve svém volném čase?

R: No buď se staram o sestru nebo občas jsem na telefonou

V: Jak dlouho jsi denně na tom telefonu?

R: Tak dvě hodiny

V: A na počítači taky?

R: Někdy

V: Co děláš na tom mobilu nebo počítači?

R: Hraju hry nebo chatuju

V: Kolik času denně trávíš sledováním televize?

R: Moc ne, na tu moc nekoukam

V: Zajímají se rodiče o to, co děláš ve svém volném čase?

R: Někdy, moc ne

V: Trávíš ten volný čas taky někdy s nimi?

R: Jo, někdy

V: Je nějaká činnost, kterou spolu ve volném čase děláte pravidelně? Třeba si spolu čtete, koukáte na televizi nebo jezdíte na výlet?

R: Hmm, ne

V: Plánují ti rodiče tvůj volný čas?

R: Ne, dělám si doma co chci

V: Řekni mi jedno slovo, které tě napadne, když se řekne volný čas?

R: Kamarádi

Respondent 4

Dívka, 11 let, 5. ročník ZŠ

V: Kde bydlíš a s kým?

R: Tady v Klatovech s rodiči a ségrou

V: V paneláku někde v bytě nebo máte dům?

R: Máme dům
V: Co dělají tví rodiče?
R: Taťka je doktor, je to gynekolog a mamina je zdravotní sestra
V: Čím se chceš stát jednou ty?
R: Já buď učitelkou nebo taky doktorkou
V: Jaké máš ve škole známky?
R: Jednotky až dvojky
V: Dáváš pozor při hodinách? Hlásíš se? Jsi dostatečně aktivní?
R: No, docela hodně
V: Napomíná tě někdy paní učitelka za to, že vyrušuješ?
R: To jo, ale spíš s tím, že pomáhám kamarádovi, který sedí vedle mě
V: Nosíš někdy domů ze školy poznámky nebo to se nestává?
R: To se nestává
V: Kolik máš kroužků?
R: No plno jich mam, ale nemam je spočtený, mam třeba spíš ohledně hudby jakoby a pak i nějaký ty pohybový jsou to
V: Zkusila bys je vyjmenovat?
R: No tak mam sbor, sólový zpěv, nauku, hraju na saxofon, pak dělám bojové umění, pak ještě tancuju
V: Takže je toho dost. Máš tedy každý den nějaký kroužek?
R: Jojo, někdy mam třeba dva za jeden den
V: Když máš tolik kroužků, stíháš se vždycky připravit do školy?
R: Jojo, to jo
V: A vyhovuje tě to tak nebo bys chtěla něco změnit? Třeba nějaký kroužek ubrat?
R: Ne to ne zase, chodím na všechno ráda
V: Kolik času denně trávíš na mobilu nebo počítači?
R: Tak dohromady hodinu až dvě, maximálně
V: Kolik času denně trávíš sledováním televize?
R: No, to je taky tak nějak hodina
V: Zajímají se rodiče o to, co děláš ve svém volném čase?
R: Jo
V: Trávíte ho taky společně?
R: Jojo, hodně

V: Přes týden nebo jen o víkendu?

R: Přes týden i o víkendu

V: Jaká je činnost, kterou spolu ve volném čase pravidelně děláte? T

R: Když je zima, tak lyžujeme, když teplo, tak jezdíme na kola

V: Řekni mi jedno slovo, které tě napadne, když se řekne volný čas?

R: Kroužky