

JIHOČESKÁ UNIVERZITA V ČESKÝCH BUDĚJOVICÍCH

PEDAGOGICKÁ FAKULTA

KATEDRA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU

DIPLOMOVÁ PRÁCE

**Preference pohybových aktivit studentů učitelství 1. stupně základní
školy
na Pedagogické fakultě JU v Českých Budějovicích**

Autor: Martina Vlášková
Vedoucí práce: doc. PaedDr. Zdeněk Šebrle, CSc.
Oponent práce: doc. PaedDr. Emil Řepka
Obor: Učitelství pro 1. stupeň základní školy

České Budějovice, duben 2007

MERIDIONAL UNIVERSITY
ČESKÉ BUDĚJOVICE

PEDAGOGICAL FAKULTY
CHAIR PHYSICAL CULTURE

GRADUATION THESES

**Movement activities preferences of pedagogical faculty students on
South Bohemia University in České Budějovice, field of study teaching
profession for elementary schools**

Author: Martina Vlášková
Supervisor: doc. PaedDr. Zdeněk Šebrle, CSc.
Opponent: doc. PaedDr. Emil Řepka
Field of study: First grade teaching on primary schools

České Budějovice, April 2006

Bibliografická identifikace

Název diplomové práce: Preference pohybových aktivit studentů učitelství 1. stupně základní školy na Pedagogické fakultě JU v Českých Budějovicích

Pracoviště: KTVS PF JU

Autor: Martina Vlášková

Studijní obor: Učitelství pro 1. stupeň ZŠ

Vedoucí práce: doc. PaedDr. Zdeněk Šebrle, CSc.

Rok obhajoby: 2007

Anotace: Diplomová práce je zaměřena na analýzu preferencí pohybových aktivit studentů učitelství 1. stupně základní školy na Pedagogické fakultě JU v Českých Budějovicích. Výzkum byl prováděn na souboru vybraných studentů z 1. – 5. ročníku ve věku 19 – 25 let v období říjen – listopad 2006. V teoretické části se pojednává o pohybové aktivitě, jejím vlivu na organismus a jejím místě v každodenním životě dnešního člověka. Ve výzkumné části jsou zaznamenány výsledky výzkumu formou tabulek a grafů. Studenti byli rozděleni do různých kategorií (např. muži, ženy), abychom mohli zjištěné výsledky mezi sebou porovnávat. Shrnutí výsledků a jejich porovnání je uvedeno v diskusní a závěrečné části.

Klíčová slova: dotazník, preference pohybových aktivit, pohybová aktivita, zdraví

Cizojazyčné resumé: Diploma assignment is focused on movement activities preferences

of pedagogical faculty students on South Bohemia University in České Budějovice, subject first grade teaching on primary schools. Research was carried out on a group of chosen university students from the 1st. – 5th. year, aged 19 – 25, in period October – November 2006. PA questionnaires were used for answers. In theoretical part of assignment is worked with movement activities, its influence on health and place in everyday life of contemporary humans. Research part shows records of the study by tables and charts. Students are divided into several groups (eg. men, women) for comparing. Result summary and comparison are mentioned in discussion and conclusion part.

Key words: PA questionnaire, movement activities preferences, movement activities, health

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci na téma „Preference pohybových aktivit studentů učitelství 1. stupně základní školy na Pedagogické fakultě JU v Českých Budějovicích“ vypracovala samostatně a použila jsem pramenů, které cituji a uvádím v bibliografii.

V Českých Budějovicích dne 26.4. 2007

.....

podpis

Poděkování

Děkuji vedoucímu diplomové práce doc. PaedDr. Zdeňkovi Šebrlemu, CSc.
za odborné vedení a pomoc při vypracování diplomové práce.

Obsah

1.		
Úvod.....		7
2. Teoreticko – metodologická část.....		9
2.1 Cíl a úkoly práce.....		9
2.2 Pohybová aktivita v životě současného člověka.....		9
2.2.1 Teorie a praxe pohybové aktivity – základní pojmy.....		10
2.2.2 Pohybová aktivity a volný čas.....		12
2.3 Metody práce.....		14
2.3.1 Metoda dotazníková.....		14
2.3.2 Metoda zpracování dat.....		15
2.3.3 Metoda rozhovoru.....		15
2.4 Rozbor literatury a pramenů.....		16
3. Výzkumná část.....		18
3.1 Charakteristika souboru.....		18
3.2 Použitý dotazník a jeho struktura.....		18
4. Výsledková část.....		20
4.1 Preference pohybových aktivit u studentek (žen) 1. a 2. ročníku a 3. – 5. ročníku.....		20
4.1.1 Individuální pohybové aktivity.....		20
4.1.2 Týmové pohybové aktivity.....		21
4.1.3 Kondiční pohybové aktivity.....		22
4.1.4 Pohybové aktivity ve vodě.....		23
4.1.5 Pohybové aktivity v přírodě.....		24
4.1.6 Bojová umění.....		25
4.1.7 Rytmické a taneční.....		26
4.1.8 Pohybové aktivity celkově.....		27
4.2 Preference pohybových aktivit u studentů (mužů) 3. – 5. ročníku.....		28
4.2.1 Individuální pohybové aktivity.....		28
4.2.2 Týmové pohybové aktivity.....		29
4.2.3 Kondiční pohybové aktivity.....		30
4.2.4 Pohybové aktivity ve vodě.....		31
4.2.5 Pohybové aktivity v přírodě.....		32
4.2.6 Bojová umění.....		33

4.2.7	Rytmické a taneční.....	34
4.2.8	Pohybové aktivity celkově.....	35
4.3	Preference pohybových aktivit u studentů (mužů) a studentek (žen) 1. –5. Ročníku.....	36
4.3.1	Individuální pohybové aktivity.....	36
4.3.2	Týmové pohybové aktivity.....	37
4.3.3	Kondiční pohybové aktivity.....	38
4.3.4	Pohybové aktivity ve vodě.....	39
4.3.5	Pohybové aktivity v přírodě.....	40
4.3.6	Bojová umění.....	41
4.3.7	Rytmické a taneční.....	42
4.3.8	Pohybové aktivity celkově.....	43
5.	Diskuse.....	44
5.1	Diskuse k pohybovým aktivitám	44
5.1.1	Individuální pohybové aktivity.....	44
5.1.2	Týmové pohybové aktivity.....	45
5.1.3	Kondiční pohybové aktivity.....	46
5.1.4	Pohybové aktivity ve vodě.....	47
5.1.5	Pohybové aktivity v přírodě.....	48
5.1.6	Bojová umění.....	49
5.1.7	Rytmické a taneční....	49
5.1.8	Pohybové aktivity celkově.....	50
6.	Závěr.....	51
7.	Bibliografická citace.....	55
8.	Příloha.....	57

1. ÚVOD

Pohybová aktivita je nedílnou součástí našeho života, našeho bytí. Je stará jako lidstvo samo, a také její vývoj prošel mnoha stádii, kdy se pohybová aktivita, ať už fyzická či duševní, stávala denním rituálem, z historického hlediska svobodného občana, v současnosti každého člověka. Každodenně se, ať už si to uvědomujeme nebo ne, podílí na naší fyzické, duševní a psychické harmonii či disharmonii

Již po několik desetiletí setrvává sport v popředí intenzivního zájmu společnosti i jednotlivců. Stal se běžnou součástí života a společenského dění. Je prezentován sdělovacími prostředky, které předávají informace a zábavu v podobě sportovní podívané obrovskému množství lidí, je významným a výhodným obchodním artiklem, na němž mnohé firmy postavily svou finanční prosperitu a světovou proslulost. V politické oblasti napomáhá dosahování řady cílů např. posilování prestiže státu na mezinárodní úrovni nebo naplňování zdravotně preventivní úlohy sportu. Sport se dotýká života téměř každého jedince a to nejen toho, který se ho aktivně účastní nebo se o něj zajímá jako divák, ale týká se i toho, který se o sport nijak výrazně nezajímá, ale běžně nosí obuv a oblečení firem vyrábějících značkové sportovní zboží.

Sport je výrazným fenoménem současné doby. Nelze jej pojmout jako jev pro jednu daný, neměnný. Je to jev složitý a rozmanitý, protože je úzce vázán na společenský vývoj. Reaguje na potřeby společnosti stejně tak jako společnost ze sportu mnohé přejímá a modifikuje v nejrůznějších sférách své existence. Sport je velmi úzce propojen s volným časem. Je to evidentní, neboť sportovní aktivity se pro velkou část svých aktérů odehrávají v jejich volném čase. Sport však představuje i jednu z oblastí, kde se lze uplatnit i profesně, ať již jako profesionální sportovec nebo v povoláních, která trávení volného času prostřednictvím sportu umožňují široké mase lidí.

Politicko ekonomické změny v našem státě nastartované v roce 1989 velmi citelně proměnily prostředí sportu a promítly se zcela samozřejmě i do vztahů, které přesahují jeho hranice. Téma sport a volný čas získalo na aktuálnosti právě v souvislosti s překročením hranice tradičně chápaného sportu. Ten byl za minulého režimu u nás vázán v první řadě na dobrovolná tělovýchovná sdružení a zajišťování především soutěžního sportu. Dnes se velice intenzivně rozvíjí sféra tzv. placených služeb doplňující a rozšiřující nabídku dobrovolných tělovýchovných sdružení. Sport se postupně stává i součástí činnosti obcí a měst, které jej začínají stále více chápat jako službu pro veřejnost podle vzoru občanské společnosti vyspělých zemí Evropy.

Na důležitosti začaly nabývat i další hodnoty sportu jako jsou např. seberealizace, rozvoj sociálních vztahů či prevence negativních sociálních jevů.

Univerzitní tělovýchovné vzdělávání pochopitelně na novou situaci také reagovalo. Vedle předchozí dlouholeté orientace na vrcholový a výkonnostní sport se významně posílilo i zaměření na sport široké veřejnosti a na vytváření ekonomických a organizačních podmínek pro sport. Vedle tradičních studijních předmětů vznikaly a vznikají nejen nové předměty, ale i nové studijní směry reagující na nové potřeby a na nové společensko ekonomické podmínky, v nichž sport existuje.

2. TEORETICKO-METODOLOGICKÁ ČÁST

2.1 Cíl a úkoly práce

Cílem této diplomové práce je analyzovat strukturu sportovních zájmů z hlediska sportovních odvětví u studentů Pedagogické fakulty JU v Českých Budějovicích. Z výše uvedeného cíle vyplývají následující úkoly:

- 1) Realizovat výzkum sportovních zájmů u studentů oboru Učitelství pro 1. stupeň (1. – 5. ročník).
- 2) Analyzovat výsledky sportovních zájmů a porovnat je z hlediska pohlaví.
- 3) Analyzovat výsledky sportovních zájmů a porovnat je z hlediska kategorizace 1. a 2. ročník a 3. – 5. ročník.
- 4) Ze zjištěných výsledků vyvodit závěry.

Výzkumná otázka (VO) :

VO : Předpokládám, že struktura preferencí pohybových aktivit studentů a studentek 1. a 2. ročníku by se mohla odlišovat od preferencí studentů a studentek 3. – 5. ročníku vzhledem k rozložení předmětů tělesné výchovy během studia.

2.2 Pohybová aktivita v životě současného člověka

V současné době došlo k postupnému zlepšení pracovních, životních a sociálních podmínek, také i zdravotní péče. Očekávalo se, že to automaticky povede ke zlepšení zdraví a prodloužení aktivního věku člověka. Uvedené kvality však podmiňuje velké množství faktorů, a proto zdraví není možné zlepšit bez systematického úsilí člověka samotného. Postarat se o svoje zdraví je prvořadá povinnost každého.

Za posledních deset let se podstatně změnil způsob života, omezila se pohybová aktivita a vzrostla psychická zátěž. Zatímco před sto lety převážná většina energie pocházela ze svalové práce, dnes jsou to sotva dvě procenta (Šimonek 2005).

2.2.1 Teorie a praxe pohybové aktivity – základní pojmy

Pohybová aktivita

Každá pohybová činnost, která v dostatečné míře zvyšuje požadavky na funkci organismu, vyžadující energetický výdej nad úroveň výdeje v klidu. Zařazujeme sem pohybovou aktivitu:

- neorganizovanou - to jsou takové aktivity, které vykonáváme spontánně, bez vedení trenéra či instituce, všechny pracovní činnosti, včetně domácích prací, zájmové činnosti apod.
- organizovanou - vykonávanou individuálně nebo kolektivně pod vedením pedagoga či trenéra v tělovýchovných organizacích, klubech a školách.

Pohybovou aktivitu by měla doplňovat racionální výchova, otužování a zachovávání vhodného denního režimu (Šimonek, 2005).

Komplex lidského chování, které zahrnuje všechny pohybové činnosti člověka. Je uskutečňována zapojením kosterního svalstva při současné spotřebě energie (Frömel, 1999).

Články přibližující lidem výsledky současné vědecké činnosti mnoha vědců různých oborů často začínají slovy: již staří Řekové... My se také dovoláváme staré řecké kultury, abychom připomněli, že Řekové dali základ Olympijským hrám již před více než dvěma tisíci lety. Razili heslo, že sport a pohybová aktivita povznáší tělo i ducha. Hippokrates v této době vyslovil poučku, která v plném znění platí dodnes – „Funkce dělá orgán“ – tzn. pohyb vytváří a utužuje svaly, srdce, cévy, vazy, kosti, a tak bychom mohli jmenovat všechny součásti lidského těla, kterým pohybová činnost přináší ve svém konečném důsledku výhody. Od dob Řeků to poznalo a potvrdilo mnoho generací, kterým fyzická aktivita přinášela uspokojení pro ducha a pro tělesnou schránku mnohé výhody.

Ale až posledních letech našeho století začali vědci nacházet vysvětlení jak a proč sportovní a fyzická aktivita ovlivňuje činnost jednotlivých orgánů (Vondruška, Barták, 1999).

Centrální nervový systém

Větší přívod kyslíku a živin do mozku vede ke změně mikroskopické struktury mozkové buňky, ke zmnožení nervových spojů a krevních vlásečnic, lepšímu využívání zdrojů energie a to se dále projeví zlepšením paměti a získáním odolnosti vůči všem typům stresu. Po poněkud intenzivnější zátěži produkují mozkové buňky jakýsi „lidský opíát“, který navozuje příjemný stav psychiky, vyrovnanosti až blaženosti. Nazývá se

endorfin a působí tak, že na obličeji naprosto vyčerpaného sportovce „vykouzlí“ zcela uvolněný, šťastný a spokojený úsměv. Zátěž vysoké intenzity musí však trvat 30 – 60 minut. Člověk, který má dostatek přiměřené pohybové aktivity se cítí zdrav, lépe spí, má větší zájem o sex, lépe zvládá stres.

Metabolizmus

Pravidelné cvičení zvyšuje hladinu HDL cholesterolu, který chrání před vznikem aterosklerózy (kornatění cév). Pravidelný pohyb také snižuje hladinu tuků v krvi, které jsou používány jako bohatý zdroj energie a jsou ve větší míře uvolňovány z tukových zásob a dále „spalovány“. Zvyšuje také citlivost inzulिनových receptorů, což vede ke snížení hladiny krevního cukru u diabetiků s následným možným snížením dávek inzulínu.

Srdce

Srdce jako nejnamáhanější orgán a zároveň nejsilnější sval v těle zásobuje kyslíkem a živinami všechny orgány. Vyčerpá za den asi 9000 litrů krve. Při mírné námaze potřebují svaly čtyřikrát více krve a při maximální zátěži může představovat dodávka svalům až dvacetinásobek klidového stavu. Při cvičení dochází vlivem svalových stahů k lepšímu návratu krve k srdci a sval zde působí jako pomocná pumpa. Dobré svalstvo napomáhá dobrému oběhu, slabé a ochablé svaly brání dobré cirkulaci a nutí srdce pracovat více, bohužel však s menší efektivitou. Zatěžované srdce sílí, zvyšuje se jeho výkonnost. Také tepny zásobující srdce krví zvětšují svůj průsvit, neboť trénované srdce potřebuje více kyslíku a energie a tím se snižuje riziko srdečního infarktu.

Cévy a svaly

Pravidelný tělesný pohyb rozšiřuje cévy v pracujících svalech, to znamená, že se do horních a dolních končetin přivádí více krve, nohy a ruce se více prokrví a krev přináší do těchto periferních míst více tepla. Během každodenní činnosti je v „provozu“ vždy jen část svalů, ostatní „odpočívají“. Zdravé svaly jsou ve stavu tzv. „tonické relaxace“. To znamená, že i když jsou v klidu, jsou částečně kontrahovány a zásobeny krví, kyslíkem, živinami a jsou připraveny okamžitě reagovat na signál z mozku k aktivitě. Svaly přivyklé na pravidelnou zátěž jsou lépe připraveny snášet častější stresy a zátěže, dříve a lépe regenerují. (Vondruška, Barták, 1999)

Celoživotní pohybová aktivita

Pohybová aktivita, která doprovází člověka od jeho narození až do ukončení života. Její úlohy, cíle, zaměření, obsah a velikost zatížení se v jednotlivých vývojových etapách mění, přizpůsobuje se věkovým možnostem, stavu zdraví, zájmu, materiálním podmínkám. (Šimonek 2005)

Aktivní věk

Věk, kdy se člověk dokáže postarat sám o sebe, cítí radost ze života, chápe smysl života, účastní se společenského dění a uskutečňuje vlastní vytyčené cíle.

Stárnutí organismu

Stárnutí organismu se projevuje v oblasti fyzické, mentální a emocionální. Je to zákonitý, nezvratný, biologicky determinovaný proces postupného snižování funkcí organismu, snížení jeho přizpůsobení a odolnosti vůči chorobám, který má daný individuální průběh. Proto nepostihuje současně a stejnou intenzitou všechny orgány a systémy organismu. Stárnutí je výsledkem vzájemného působení genetických faktorů, životního prostředí a způsobu života – životního stylu (Hayflick, 1997).

2.2.2 Pohybová aktivita a volný čas

Volný čas v moderní společnosti

Lidé jsou zvyklí vnímat a hodnotit události ve společenském dění, ale i své vlastní aktivity, své zážitky a svůj život téměř vždy ve spojitosti s časem, v určitém časovém horizontu. Čas je tak pojmem prostupujícím naším životem. Jsou k němu vztahovány osobní, pracovní, společenské události. Času lidé podřizují své konání, dokonce mnozí žijí pod neustálým časovým tlakem, mají pocit časového stresu. Mnohdy namísto, aby ovládali svůj čas, čas ovládá je.

Část doby, kterou má jedinec pro sebe a s níž může disponovat podle svého uvážení je volným časem. Pojem volného času je spojen hlavně se „západní“ kulturou, reprezentovanou evropským a severoamerickým způsobem života, a je možné jej dnes považovat za významnou charakteristiku moderní industriální společnosti. Vývoj usnadnil lidem práci a vytvořil časový prostor chápáný jako volný čas. Avšak na druhé straně zrychlování tempa vývoje sebou přináší často i pocit chronického nedostatku času. A nemusí se jednat pouze o subjektivní hledisko. Je zde tedy otázka, zda člověk

má opravdu dostatek času a zda volný čas je vždy kladnou charakteristikou soudobé společnosti?

Místo sportu ve volném čase

Výčet možné náplně nevolného času, jak ji dokumentuje nominální struktura času ukazuje, že spektrum možných aktivit je velmi široké. Přitom časový prostor, který je k dispozici, není velký. Sportu tak konkuruje celá řada možností, aktivit, jimiž lze volný čas naplnit.

Které činnosti jsou vybrány je podmíněno řadou subjektivních a objektivních faktorů. Do nich se promítají hodnoty uznávané a prosazované ve společnosti. V současné době se industriální společnost nachází v určité krizi hodnot. Na jedné straně stojí ryze materiální orientace kladoucí důraz na výkon, úspěch. Na druhé straně se objevují postmaterialistické hodnoty směřující ke spoluúčasti na konání ostatních, na svobodě a rovnosti, seberealizaci. Stále více lidí má potíže nalézt správnou rovnováhu mezi hodnotami a jejich osobní model hodnot tak může obsahovat dokonce nepřekonatelný rozpor.

Kultura se stala masovou díky možnostem sdělovacích prostředků, hlavně televize, a podporuje trend k požitkářství. Požitkářství a změna se tak staly integrálními součástmi volného času. Jeho původní a základní funkce – regenerativní – je zastíněna stále více jinými funkcemi. (Slepičková 2005)

2.3 METODY PRÁCE

2.3.1 Metoda dotazníková

Dotazník se řadí ke specifickým metodám, které se používají ve společenských vědách, tedy i v pedagogice. Shromažďování dat zakládá na dotazování osob a je určena pro hromadné získávání údajů. Jedná se většinou o listinu s předem připravenými a formulovanými otázkami k danému problému, na které odpovídá dotazovaný.

Správné použití metody dotazníku vyžaduje náležitou teoretickou přípravu. Zvládnutí dosavadního stavu zkoumané problematiky nám umožní vymezit oblast zkoumání, formulovat problém a jednotlivé aspekty tohoto problému, k jejichž řešení budeme shromažďovat údaje prostřednictvím dotazníku.

Přesná formulace konkrétního cíle a úkolů dotazníku ve vztahu ke zvolenému problému jsou základní podmínkou účelného koncipování dotazníku. Přispívá k cílevědomému obsahovému změření dotazníku i k jasnému zaměření jednotlivých položek na uzlové momenty.

Proto je zvláště důležité si uvědomit, že objektivní výsledek dotazníkové metody závisí v první řadě na teorii, z níž vědecký pracovník vychází, na promyšlené vědecké hypotéze. Z hlediska dané hypotézy stylizuje jednotlivé otázky a zaměřuje se na podstatné stránky zkoumaných jevů a procesů.

Požadavky na volbu a formulaci otázek:

- otázky musí být jasně a konkrétně formulovány, tím navozují jasné a konkrétní odpovědi
- otázky je třeba formulovat tak, aby respondent otázku skutečně chápal a aby ji všichni respondenti chápali ve stejném významu (přiměřené věku a vzdělání)
- každá otázka musí být jednoznačná, jednoznačná formulace otázky umožňuje jednoznačnou odpověď
- otázku je nutno formulovat tak, aby vyžadovala pouze jednu informaci
- otázky nesmí vyžadovat dlouhého přemýšlení
- otázky je nutno klást v neutrální formulaci, aby nepůsobily sugestivně (Skalková, 1983).

Požadavky na dotazník:

- měl by obsahovat pouze problémy, na něž nelze získat odpovědi jinak
- dotazník musí být stručný, maximálně 30 otázek
- ke každému problému se kladou 2 – 3 otázky

- pokud by dotazník zasahoval do intimního života dotazovaných osob, měl by být anonymní (Štumbauer, 1990, s. 44 – 45).

Rozlišujeme dva základní typy položek v dotazníku:

1. Položky otevřené (nestrukturované) – dávají respondentům vztahový rámec, ale neurčují podrobněji ani obsah, ani formu jeho odpovědi, respondent sám volí délku odpovědi i konkrétní informace, sám rozhoduje o tom, co říci a co neříci.
2. Položky uzavřené (strukturované) – jsou takové, jež nabízejí respondentovi volbu mezi dvěma či více alternativami.

V dotazníku můžeme užít také škálových položek. Ty mají pevně stanovené alternativy, umisťují respondenta na některý bod na škále. Respondent zde ale neovlivňuje ani obsah, ani formu odpovědi, protože vybírá z nabízených a přesně formulovaných dotazů. Tento typ dotazníku je velmi náročný na autora. Je nutné, aby vystihl všechny důležité aspekty problému.

Používání dotazníku jako vědecké metody klade značné nároky na výzkumného pracovníka. Dotazník tedy nemůžeme považovat za snadnou a nenáročnou metodu získávání pedagogických faktů. Používání dotazníků ve vědecko pedagogickém výzkumu bude účinné pouze tehdy, budou-li dodržovány výše uvedené základní požadavky.

2.3.2 Metoda zpracování dat

Byla použita matematická metoda procentuální. Zjištěné hodnoty byly převedeny na procenta.

2.3.3 Metoda rozhovoru

Jako doplňková metoda byla použita metoda rozhovoru, která byla použita při poučování respondentů jak správně vyplnit dotazník a dále v případě, že dotazovaní neznali některý ze sportů uvedených na dotazníku.

2.4 Rozbor literatury a pramenů

Tématikou pohybové aktivity a provozováním sportu se zabývá celá řada autorů. Většina z nich se však bohužel shoduje na tom, že pohybová aktivita dospělých, ať už organizovaná, či neorganizovaná, ve volném čase, je nedostatečná. Díky této situaci byly vytvořeny týmy odborníků v oboru pedagogiky, psychologie, fyziologie a biologie, které se zabývají výzkumem pohybové aktivity obyvatel po celém světě.

V České republice se touto problematikou zabývá především tým z Univerzity Palackého v Olomouci, (UP) Fakulta tělesné kultury, vedená hlavním řešitelem Karlem Frömelem. Členové týmu jsou např. Hana Válková, Pavel Stejskal, Bohuslav Hodaň, Karel Měkota, Jarmila Riegerová, Jiří Novosad, Tomáš Dohnal, Aleš Jakubec, Michal Lehnert, Milan Petr, Iva Dostálová a další. Z jiných fakult to jsou: Jaroslav Bouček, psychiatrická klinika FN Olomouc, lékařská fakulta (LF) UP, Jan Galuska, I. interní klinika FN Olomouc, LF UP.

Do projektu jsou v ČR zapojeny i další vysoké školy, zastoupené těmito řešiteli: Ladislav Bláha, Ludmila Fialová, Jeroným Hájek, Pavel Ludva, Jiří Nykodým. Z Jihočeské univerzity to jsou: Emil Řepka a Zdeněk Šebrle.

Ze zahraničních spolupracovníků a vysokých škol jsou to tyto osobnosti: Ryszard Bartoszewicz, AWF, Wroclaw, Polsko, Viera Bebčáková Fakulta humanitních a přírodních věd PU, Prešov, Slovensko, Josef Hrčka PdF Univerzity Matěje Bela, Banská Bystrica, Slovensko, Tadeusz Koszyc, AWF, Katowice, Polsko, Robert P. Pangrazi, Arizona State Univerzity, USA, Peter Rehor, Univerzity of Tasmania, Austrálie, James F. Sallis, San Diego State Univerzity, USA, HANS-Jürgen Schiller, Universität Bonn, Německo, Eva Wirdheim, University Halmstad, Švédsko (Schlauch 2006).

Daněk (1982) – práce směřující k pohybové aktivitě z medicínského hlediska.

Skalková a kol. (1983) – učebnice představuje úvod do problematiky metodologie a metod pedagogických výzkumů. Podává studujícím základní poznatky o teoretických a metodologických východiscích pedagogických výzkumů, o procesech vědeckého poznávání v pedagogice i specifických zvláštlostech, jeho konkrétních etap, o výzkumných metodách, o některých technikách výzkumů.

Frömel, Novosad, Svozil (1999) – v této publikaci se zaměřili na dlouholetý komplexní výzkum problematiky pohybové aktivity mládeže. Zdůrazňují, že zapojení mládeže do organizovaných forem pohybové aktivity je z hlediska denního a týdenního

režimu nedostačující. S věkem pohybová aktivita u chlapců a dívek v neorganizované formě bohužel klesá.

Vondruška, Barták (1999) – návod k praktickému využití současných vědeckých závěrů a praktických zdravotních pravidel z oblasti fyziologie tělesných cvičení. Snaží se převést tyto poznatky do praxe pro širší sportující, ale také nesportující populaci.

Novotný, Hrušková (2002) – tato učebnice pojednává o anatomii a fyziologii člověka a o praktických zásadách zdravého způsobu života. Zdůrazňuje dynamické chápání činností lidského těla a vychází při tom z obecně platných fyzikálních a chemických principů i z principů specificky biologických.

Slepičková (2005) – jedná se o studijní materiál Uiverzity Karlovy v Praze, zabývající se problematikou sportu a volného času. Soustřeďuje se převážně na oblast sportu prováděného aktivně, tj. na sport jako činnost spočívající na intenzivnějším pohybu. Poukazuje na význam provádění sportu ve volném čase vzhledem k současnému způsobu života jednotlivců i celé společnosti.

Z posledních článků týkajících se problematiky pohybové aktivity se jedná například o:

Frömel a kol. (2004) – pohybová aktivita a kouření obyvatel České republiky

Řepka, Frömel, Šebrle (2005) v článku „Pohybová aktivita a inaktivita jihočeské mládeže“ se zabývají mládeží ve věku 15 – 24 let.

Šebrle, Řepka (2007) – preference pohybových aktivit vysokoškolských studentů JU PF (příspěvek na mezinárodním semináři pedagogické kinantropologie Frýdlant nad Ostravicí)

Dále jsem se s touto tématikou setkala v několika diplomových pracích např.

Kudláčková, Romana (1986) Rekreační pohybové aktivity posluchačů 2. ročníku pedagogické fakulty v Českých Budějovicích, školní rok 1985/86

Ničová, Romana (2006) Analýza pohybové aktivity a inaktivity mládeže v budějovickém regionu

Schlauch, Marek (2006) Analýza pohybové aktivity v životě obyvatel jihočeského regionu

3. VÝZKUMNÁ ČÁST

3.1. Charakteristika souboru

Výzkumný soubor pro výzkum preferencí pohybových aktivit tvořil náhodný výběr studentů oboru Učitelství pro 1. stupeň ZŠ na Pedagogické fakultě Jihočeské Univerzity v Českých Budějovicích, ve věku od 19 do 25 let, 1. – 5. ročník. Výzkum proběhl v období říjen - listopad 2006. Celkem se výzkumu účastnilo 140 respondentů (z toho 18 mužů a 122 žen). Nízký počet dotazovaných mužů je způsoben nízkým počtem mužů studujících tento obor vůbec. Respondenti byli vybíráni náhodně jako jednotlivci, nikoliv kompletně jako studijní skupiny.

3.2 Použitý dotazník a jeho struktura

Studentům byl rozdán standardizovaný dotazník preferencí pohybových aktivit (viz příloha) vytvořený Centrem kinantropologického výzkumu na FTK v Olomouci. Dotazník je rozdělen na několik částí.

V úvodu se věnuje získání informací o studentech a zjišťuje, zda studenti provádějí pravidelnou pohybovou aktivitu a jaký druh. A dále v jakém časovém rozmezí během dne by nejraději provozovali oblíbenou pohybovou aktivitu. V další části dotazníku se zjišťují preference u konkrétních pohybových aktivit, které jsou rozděleny do těchto skupin:

- I. Individuální sporty.
- II. Týmové sporty.
- III. Kondiční aktivity.
- IV. Pohybové aktivity ve vodě.
- V. Pohybové aktivity v přírodě.
- VI. Bojová umění.
- VII. Rytmická cvičení.
- VIII. Pohybové aktivity obecně.

V každé z těchto výše uvedených skupin určovali studenti pořadí prvních pěti sportů. Sportovní aktivity řadili do pořadí podle oblíbenosti. Doba vyplňování dotazníku je přibližně 10-15 minut. Dotazovaní vyplňují dotazník samostatně, ale mají

možnost zeptat se na jim neznámé pojmy, které se v dotazníku objevují. Mají také možnost doplnit ty aktivity, které jsou v popředí jejich zájmu a nejsou obsaženy v dotazníku v kolonce „jiné“. Na závěr dotazování zakroužkují tu aktivitu, která je pro ně nejvíce přitažlivá, je nutné upozornit dotazované na to, že se musí jednat o aktivitu, které předtím přiřadili pořadí 1 (viz příloha 1).

4. VÝSLEDKOVÁ ČÁST

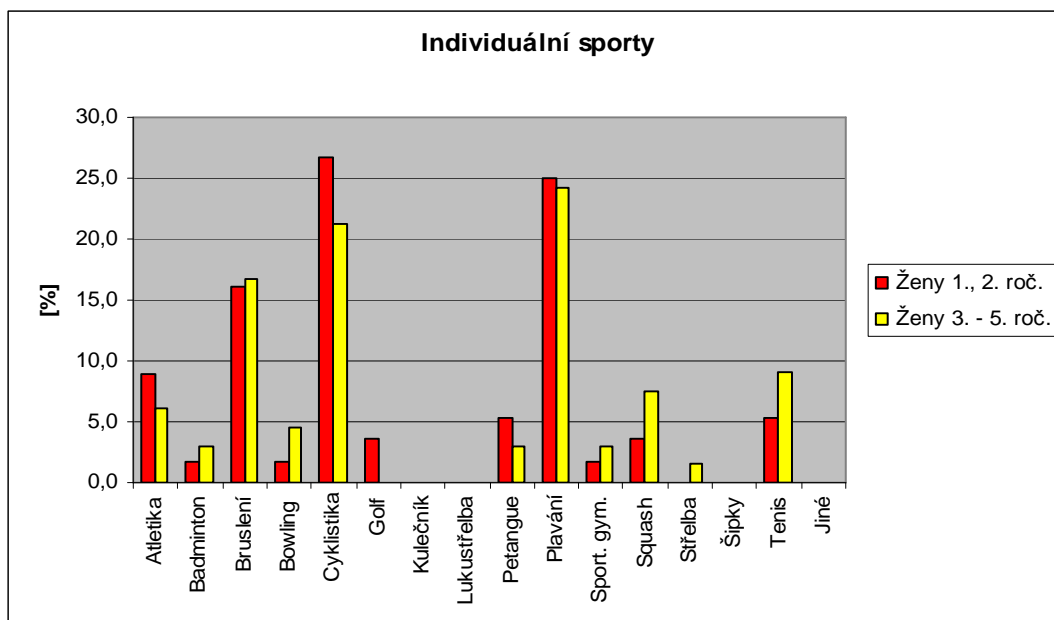
4.1 Preference pohybových aktivit u studentek (žen) 1. a 2. ročníku a 3. – 5. ročníku

4.1.1 Individuální sporty

Tabulka č. 1

Individuální sporty	Ženy 1. a 2. ročník		Ženy 3. - 5. ročník	
		[%]		[%]
Atletika	5	8,9	4	6,1
Badminton	1	1,8	2	3,0
Bruslení (i kolečkové, skateboard)	9	16,1	11	16,7
Bowling (i kuželky)	1	1,8	3	4,5
Cyklistika (silniční i horská)	15	26,8	14	21,2
Golf (i minigolf)	2	3,6	0	0,0
Kulečnick (i biliár)	0	0,0	0	0,0
Lukostřelba	0	0,0	0	0,0
Petangue	3	5,4	2	3,0
Plavání	14	25,0	16	24,2
Sportovní gymnastika	1	1,8	2	3,0
Squash (i ricochet, racquet ball)	2	3,6	5	7,6
Střelba	0	0,0	1	1,5
Šípky (i další terčové aktivity)	0	0,0	0	0,0
Tenis (i stolní, soft tenis)	3	5,4	6	9,1
Jiné	0	0,0	0	0,0
Celkem	56	100,0	66	100,0

Graf č. 1



Z individuálních sportů preferují studentky 1. a 2. ročníku cyklistiku (26,8%), na druhé místo staví plavání (25%) a na místo třetí staví bruslení (16,1%).

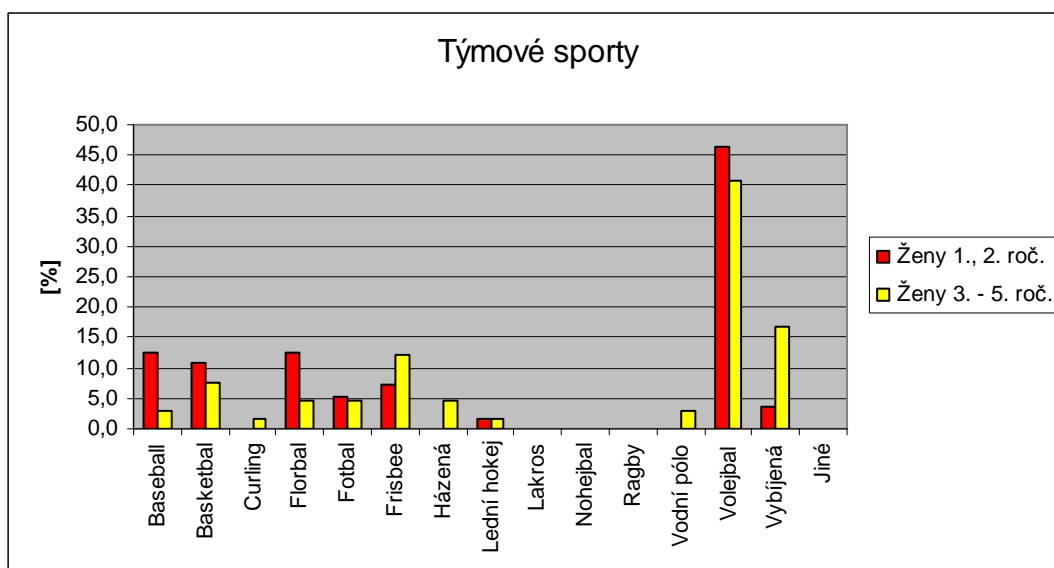
Studentky 3. – 5. ročníku staví na první místo plavání (24,2%), na druhé místo staví cyklistiku (21,2%) a na místo třetí staví taktéž bruslení (16,7%).

4.1.2 Týmové sporty

Tabulka č. 2

Týmové sporty	Ženy		Ženy	
	1. a 2. ročník	[%]	3. - 5. ročník	[%]
Baseball (a další páčkové hry)	7	12,5	2	3,0
Basketbal	6	10,7	5	7,6
Curling	0	0,0	1	1,5
Florbal (i hokejbal)	7	12,5	3	4,5
Fotbal (i futsal)	3	5,4	3	4,5
Frisbee	4	7,1	8	12,1
Házená	0	0,0	3	4,5
Lední hokej (i in-line)	1	1,8	1	1,5
Lakros	0	0,0	0	0,0
Nohejbal	0	0,0	0	0,0
Ragby (i americký fotbal)	0	0,0	0	0,0
Vodní pólo (volejbal, basketbal)	0	0,0	2	3,0
Volejbal (i beach, přehazovaná)	26	46,4	27	40,9
Vybíjená	2	3,6	11	16,7
Jiné	0	0,0	0	0,0
Celkem	56	100,0	66	100,0

Graf č. 2



Z týmových sportů staví studentky 1. a 2. ročníku na první místo jednoznačně volejbal (46,4%), na druhé místo florbal a baseball (oboje 12,5%) a na místo třetí staví basketbal (10,7%).

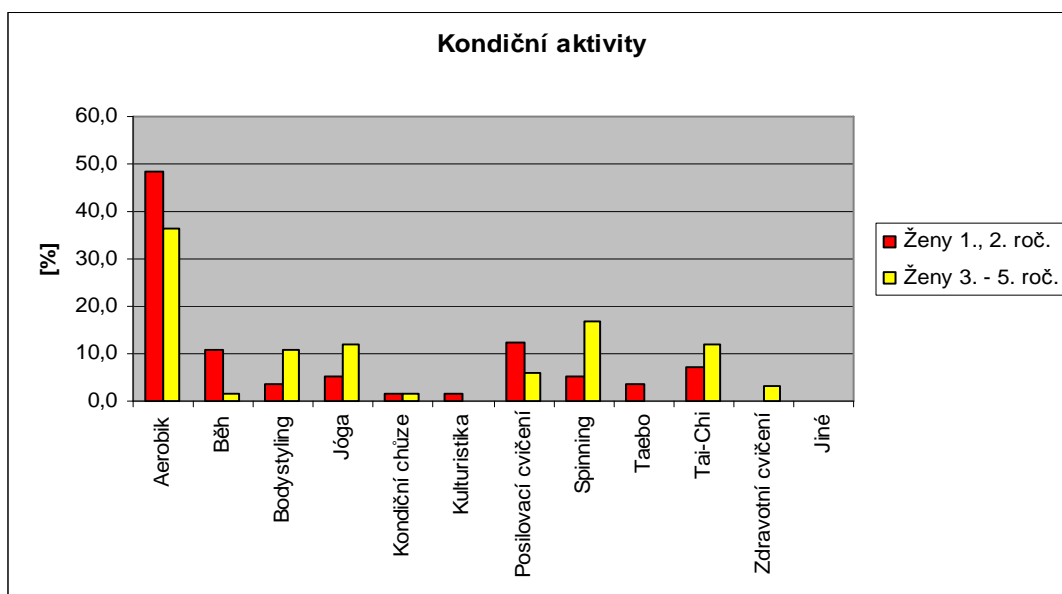
Ženy z 3. – 5. ročníku volí na první místo taktéž volejbal (40,9%), na místo druhé vybíjenou (16,7%) a na třetí místo frisbee (12,1%).

4.1.3 Kondiční aktivity

Tabulka č. 3

Kondiční aktivity	Ženy		Ženy	
	1. a 2. ročník	[%]	3. - 5. ročník	[%]
Aerobik	27	48,2	24	36,4
Běh (i jogging)	6	10,7	1	1,5
Bodystyling	2	3,6	7	10,6
Jóga	3	5,4	8	12,1
Kondiční chůze (i severská)	1	1,8	1	1,5
Kulturistika	1	1,8	0	0,0
Posilovací cvičení	7	12,5	4	6,1
Spinning	3	5,4	11	16,7
Taebo (i box aerobik)	2	3,6	0	0,0
Tai-Chi	4	7,1	8	12,1
Zdravotní cvičení	0	0,0	2	3,0
Jiné	0	0,0	0	0,0
Celkem	56	100,0	66	100,0

Graf č. 3



Z kondičních aktivit volí na první místo ženy z 1. a 2. ročníku jednoznačně aerobik (48,2%), na druhé místo staví posilovací cvičení (12,5%) a na místo třetí běh (10,7%).

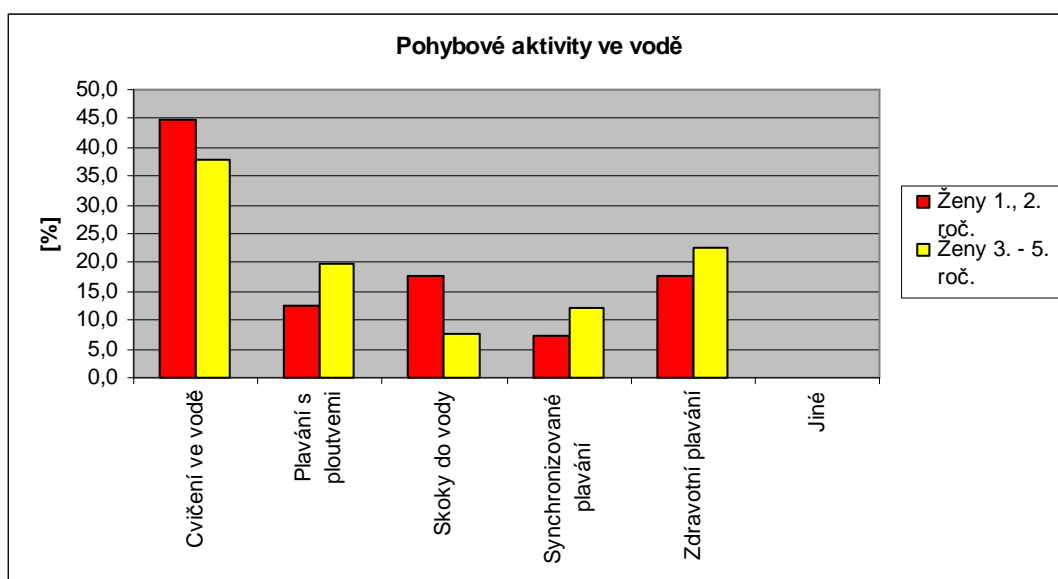
Ženy z 3. – 5. ročníku staví na první místo taktéž aerobik (36,4%), na druhé místo spinning (16,7%) a na místo třetí tai-chi a jógu (oboje 12,1%).

4.1.4 Pohybové aktivity ve vodě

Tabulka č. 4

Pohybové aktivity ve vodě	Ženy		Ženy	
	1. a 2. ročník	[%]	3. - 5. ročník	[%]
Cvičení ve vodě	25	44,6	25	37,9
Plavání s ploutvemi	7	12,5	13	19,7
Skoky do vody	10	17,9	5	7,6
Synchronizované plavání	4	7,1	8	12,1
Zdravotní plavání	10	17,9	15	22,7
Jiné	0	0,0	0	0,0
Celkem	56	100,0	66	100,0

Graf č. 4



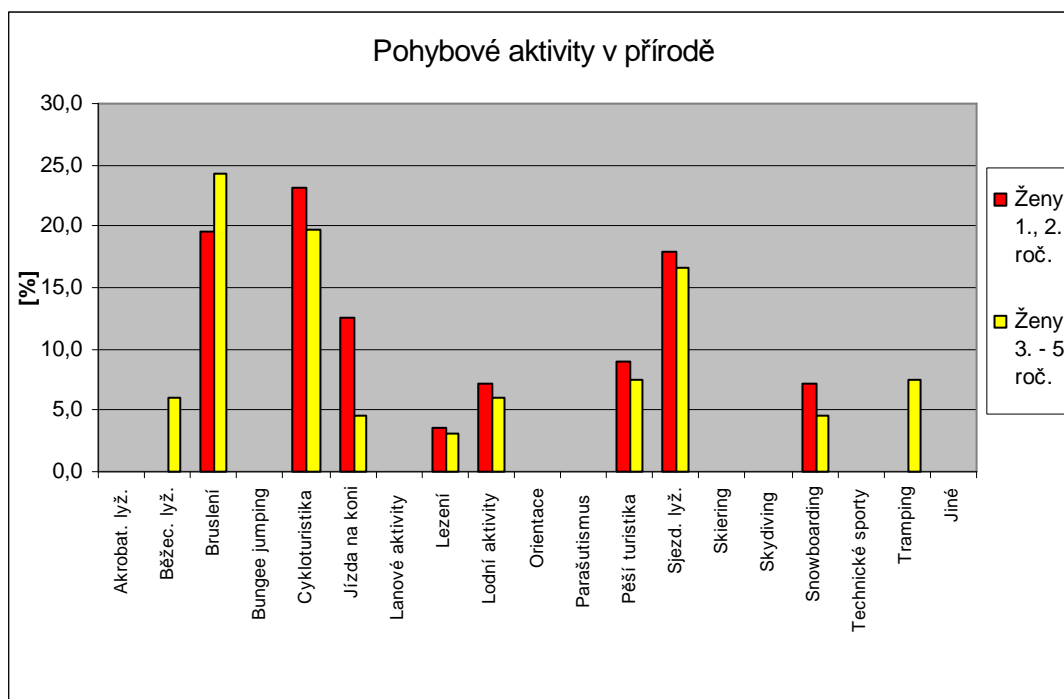
Z pohybových aktivit ve vodě staví ženy z 1. a 2. ročníku na první místo cvičení ve vodě (44,6%), na druhé místo skoky do vody a zdravotní plavání (oboje 17,7%) a na třetí místo plavání s ploutvemi (12,5%).

Ženy z 3. – 5. ročníku staví na první místo taktéž cvičení ve vodě (37,9%), na druhé místo shodně zdravotní plavání (22,7%) a na místo třetí taktéž plavání s ploutvemi.

4.1.5 Pohybové aktivity v přírodě Tabulka č. 5

Pohybové aktivity v přírodě	Ženy 1. a 2. ročník		Ženy 3. - 5. ročník	
		[%]		[%]
Akrobatické lyžování (i skoky)	0	0,0	0	0,0
Běžecské lyžování (i biatlon)	0	0,0	4	6,1
Bruslení (i kolečkové brusle, skateboard)	11	19,6	16	24,2
Bungee jumping	0	0,0	0	0,0
Cykloturistika	13	23,2	13	19,7
Jízda na koni	7	12,5	3	4,5
Lanové aktivity	0	0,0	0	0,0
Lezení (i horolezectví, speleologie)	2	3,6	2	3,0
Lodní aktivity (i rafting, kajak, kanoe, ...)	4	7,1	4	6,1
Orientace	0	0,0	0	0,0
Parašutismus (i paragliding)	0	0,0	0	0,0
Pěší turistika (i snow-shoeing)	5	8,9	5	7,6
Sjezdové lyžování (i cross, skialpinismus)	10	17,9	11	16,7
Skiering (i motoskiing, vodní lyžování)	0	0,0	0	0,0
Skydiving (i airboarding)	0	0,0	0	0,0
Snowboarding	4	7,1	3	4,5
Technické sporty (létání, rogalo, motorismus)	0	0,0	0	0,0
Tramping (táboření, skauting)	0	0,0	5	7,6
Jiné	0	0,0	0	0,0
Celkem	56	100,0	66	100,0

Graf č. 5



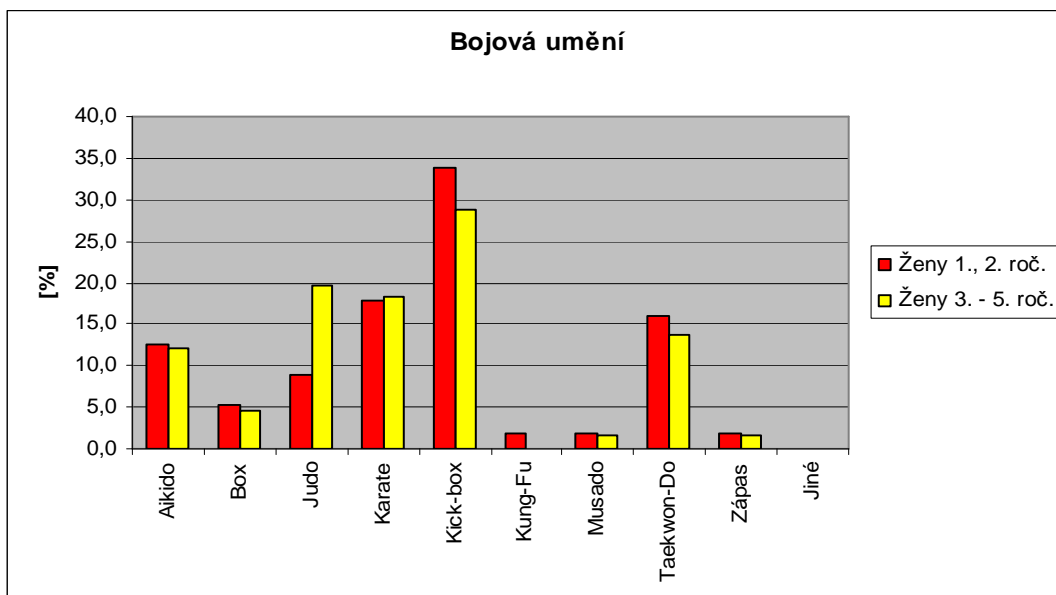
Z pohybových aktivit v přírodě staví ženy z 1. a 2. ročníku na první místo cykloturistiku (23, 2%), na druhé místo bruslení (19,6%) a na třetí místo sjezdové lyžování (17,9%). Ženy z 3. – 5. ročníku preferují na prvním místě bruslení (24,2%), na druhém místě cykloturistiku (19, 7%) a na třetím místě taktéž sjezdové lyžování (16,7%).

4.1.6 Bojová umění

Tabulka č. 6

Bojová umění	Ženy		Ženy	
	1. a 2. ročník	[%]	3. - 5. ročník	[%]
Aikido	7	12,5	8	12,1
Box	3	5,4	3	4,5
Judo	5	8,9	13	19,7
Karate	10	17,9	12	18,2
Kick-box (i thai-box)	19	33,9	19	28,8
Kung-Fu	1	1,8	0	0,0
Musado	1	1,8	1	1,5
Taekwon-Do	9	16,1	9	13,6
Zápas (i wrestling)	1	1,8	1	1,5
Jiné	0	0,0	0	0,0
Celkem	56	100,0	66	100,0

Graf č. 6



Z bojových umění preferují ženy z 1. a 2. ročníku na prvním místě kick-box (33,9%), na druhém místě karate (17,9%) a na třetím místě taekwon-do (16,1%).

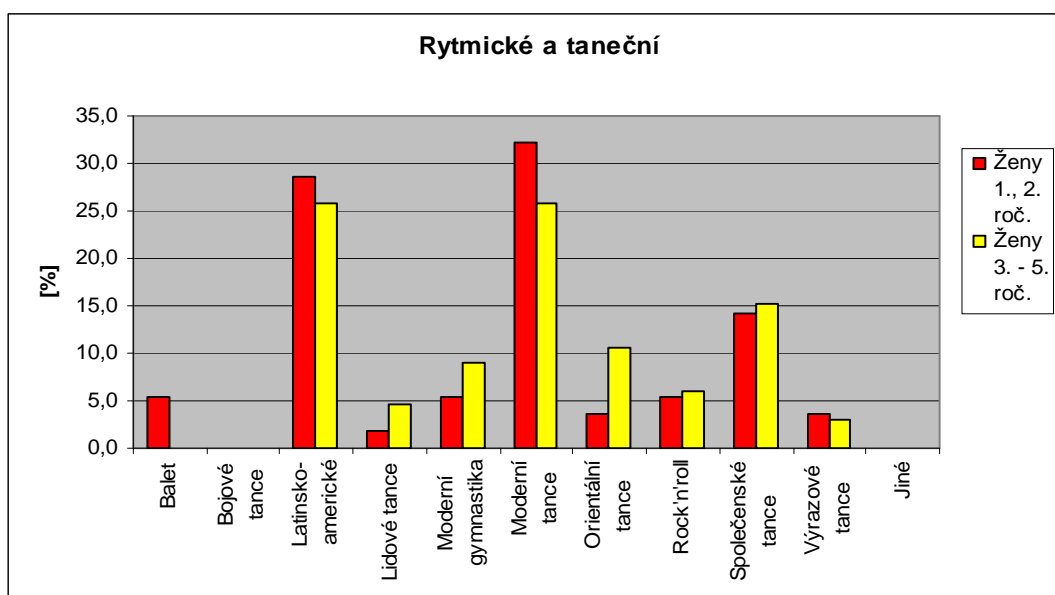
Ženy z 3. – 5. ročníku staví na první místo též kick-box (28,8%), na druhé místo judo (19,7%) a na třetí místo karate (18,2%).

4.1.7 Rytmické a taneční

Tabulka č. 7

Rytmické a taneční	Ženy 1. a 2. ročník		Ženy 3. - 5. ročník	
		[%]		[%]
Balet	3	5,4	0	0,0
Bojové tance (capueira, ...)	0	0,0	0	0,0
Latinsko-americké tance	16	28,6	17	25,8
Lidové tance (i country)	1	1,8	3	4,5
Moderní gymnastika	3	5,4	6	9,1
Moderní tance (break dance, disko, hip-hop, ...)	18	32,1	17	25,8
Orientální tance (břišní tanec, ...)	2	3,6	7	10,6
Rock'n'roll	3	5,4	4	6,1
Společenské tance	8	14,3	10	15,2
Výrazové tance (i scénický, jazzový, ...)	2	3,6	2	3,0
Jiné	0	0,0	0	0,0
Celkem	56	100,0	66	100,0

Graf č. 7



Z rytmičkových a tanečních pohybových aktivit staví ženy z 1. a 2. ročníku na první místo moderní tance (32,1%), na druhé místo latinsko-americké tance (28,6%) a na místo třetí společenské tance (14,3%).

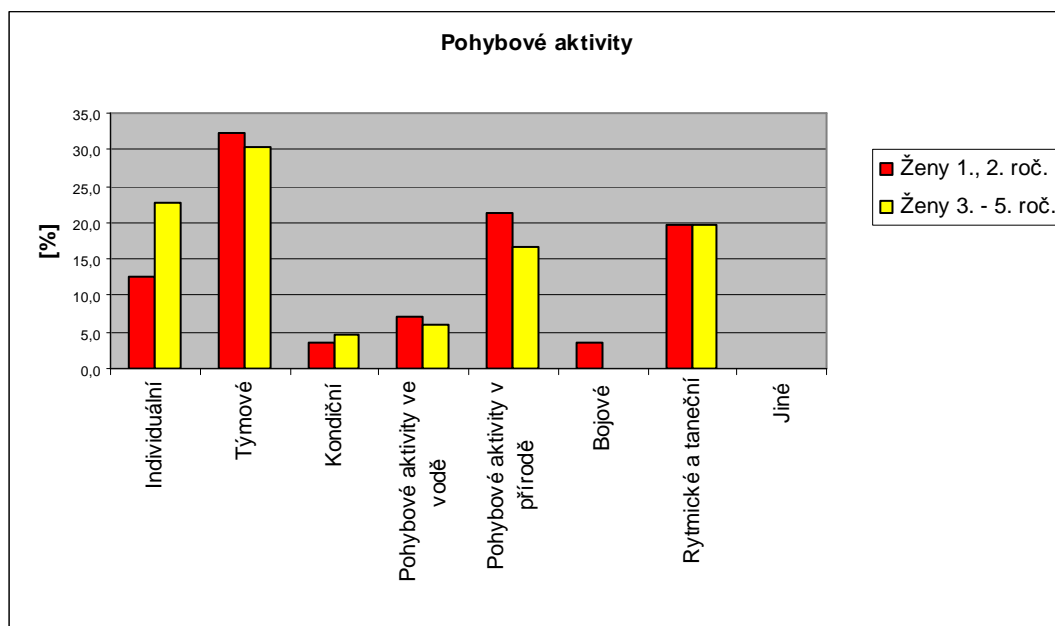
Ženy z 3. – 5. ročníku staví na první místo tance latinsko-americké a tance moderní (oboje 25,8%), na druhé místo tance společenské (15,2%) a na třetí místo tance orientální (10,6%).

4.1.8 Pohybové aktivity celkově

Tabulka č. 8

Pohybové aktivity	Ženy		Ženy	
	1. a 2. ročník	[%]	3. - 5. ročník	[%]
Individuální	7	12,5	15	22,7
Týmové	18	32,1	20	30,3
Kondiční	2	3,6	3	4,5
Pohybové aktivity ve vodě	4	7,1	4	6,1
Pohybové aktivity v přírodě	12	21,4	11	16,7
Bojové	2	3,6	0	0,0
Rytmické a taneční	11	19,6	13	19,7
Jiné	0	0,0	0	0,0
Celkem	56	100,0	66	100,0

Graf č. 8



Z pohybových aktivit celkově staví ženy z 1. a 2. ročníku na první místo pohybové aktivity týmové (32,1%), na druhé místo pohybové aktivity v přírodě (21,4%) a na třetí místo pohybové aktivity rytmičké a taneční (19,6%).

Ženy z 3. – 5. ročníku preferují na prvním místě taktéž týmové pohybové aktivity (30,3%), na druhém místě pohybové aktivity individuální (22,7%), na třetím místě shodně s ženami z 1. a 2. ročníku pohybové aktivity rytmičké a taneční (19,7%).

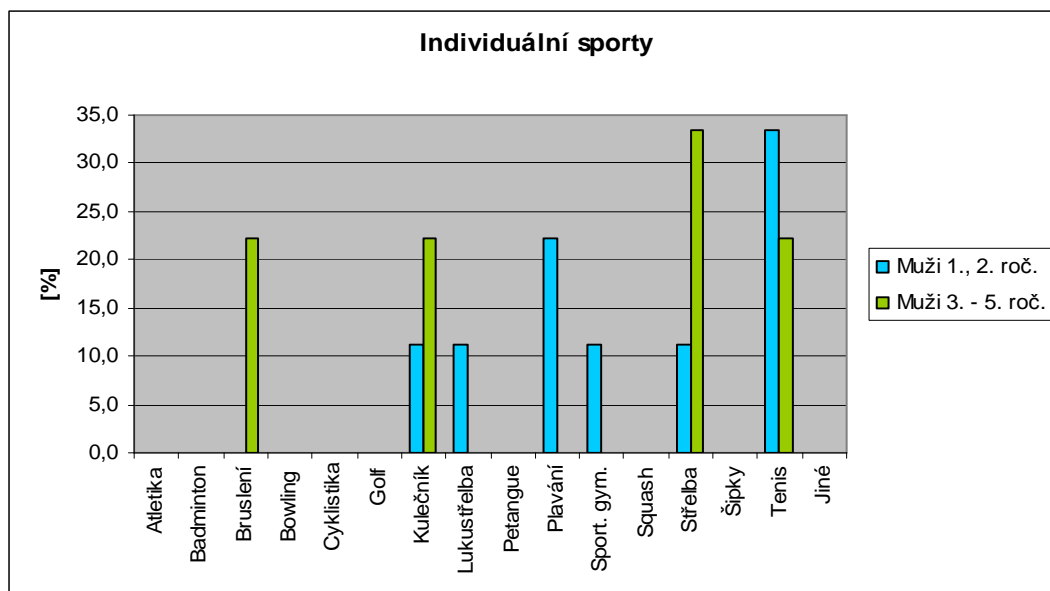
4.2 Preference pohybových aktivit u studentů (mužů) 1. a 2. ročníku a 3. – 5. ročníku

4.2.1 Individuální sporty

Tabulka č. 1

Individuální sporty	Muži 1. a 2. ročník		Muži 3. - 5. ročník	
		[%]		[%]
Atletika	0	0,0	0	0,0
Badminton	0	0,0	0	0,0
Bruslení (i kolečkové, skateboard)	0	0,0	2	22,2
Bowling (i kuželky)	0	0,0	0	0,0
Cyklistika (silniční i horská)	0	0,0	0	0,0
Golf (i minigolf)	0	0,0	0	0,0
Kulečnick (i biliár)	1	11,1	2	22,2
Lukostřelba	1	11,1	0	0,0
Petangue	0	0,0	0	0,0
Plavání	2	22,2	0	0,0
Sportovní gymnastika	1	11,1	0	0,0
Squash (i ricochet, racquet ball)	0	0,0	0	0,0
Střelba	1	11,1	3	33,3
Šipky (i další terčové aktivity)	0	0,0	0	0,0
Tenis (i stolní, soft tenis)	3	33,3	2	22,2
Jiné	0	0,0	0	0,0
Celkem	9	100,0	9	100,0

Graf č. 1



Z individuálních pohybových aktivit preferují muži z 1. a 2. ročníku na prvním místě tenis (33,3%), na druhém místě plavání (22,2%) a na třetím místě stojí shodně kulečnick, lukostřelba, sportovní gymnastika a střelba (všechny 11,1%).

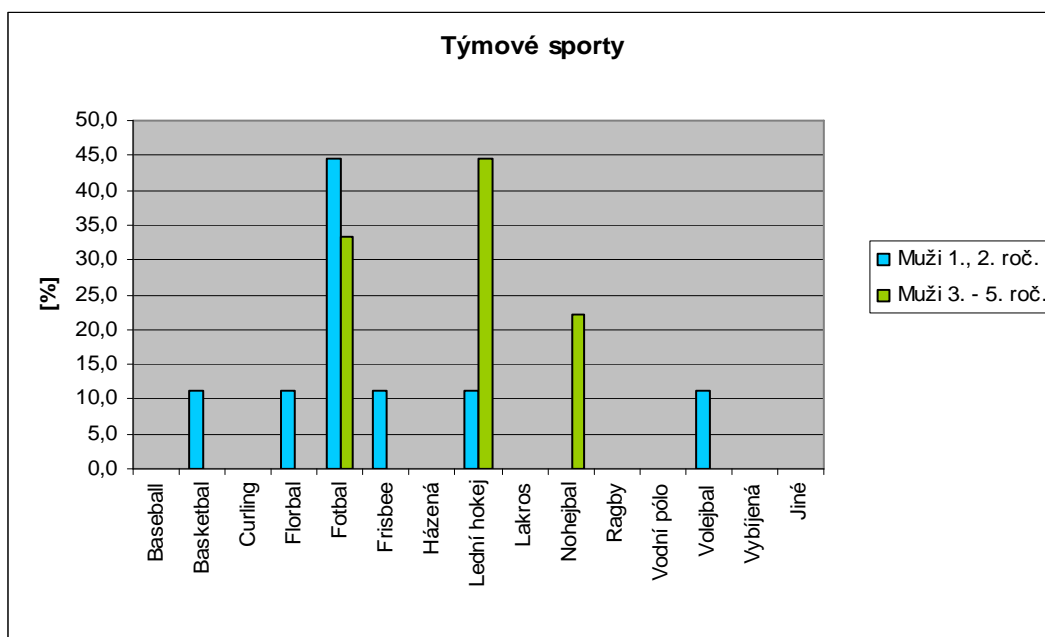
U mužů z 3. – 5. ročníku stojí na prvním místě střelba (33,3%), na druhém místě jsou shodně bruslení, kulečnick a tenis (všechny 22,2%).

4.2.2 Týmové sporty

Tabulka č. 2

Týmové sporty	Muži 1. a 2. ročník		Muži 3. - 5. ročník	
		[%]		[%]
Baseball (a další páčkové hry)	0	0,0	0	0,0
Basketbal	1	11,1	0	0,0
Curling	0	0,0	0	0,0
Florbal (i hokejbal)	1	11,1	0	0,0
Fotbal (i futsal)	4	44,4	3	33,3
Frisbee	1	11,1	0	0,0
Házená	0	0,0	0	0,0
Lední hokej (i in-line)	1	11,1	4	44,4
Lakros	0	0,0	0	0,0
Nohejbal	0	0,0	2	22,2
Ragby (i americký fotbal)	0	0,0	0	0,0
Vodní pólo (volejbal, basketbal)	0	0,0	0	0,0
Volejbal (i beach, přehazovaná)	1	11,1	0	0,0
Vybíjená	0	0,0	0	0,0
Jiné	0	0,0	0	0,0
Celkem	9	100,0	9	100,0

Graf č. 2



Z týmových sportů preferují muži z 1. a 2. ročníku na prvním místě fotbal (44,4%), na druhém místě stojí shodně basketbal, florbal, frisbee, lední hokej a volejbal (všechny 11,1%).

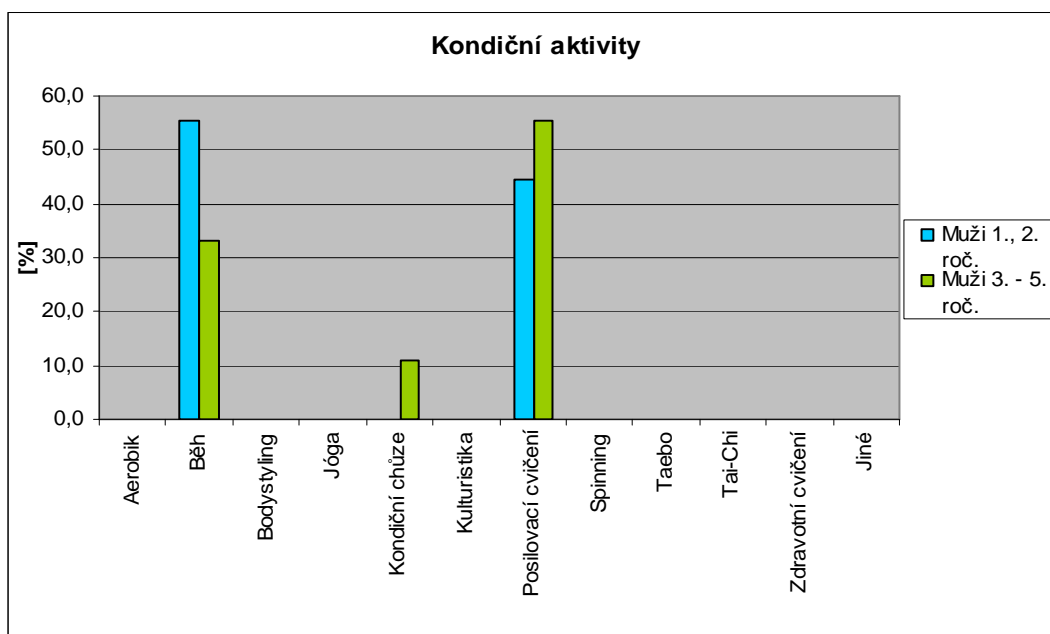
U mužů z 3. – 5. ročníku je na prvním místě lední hokej (44,4%), na druhém místě fotbal (33,3%) a na třetím místě je nohejbal (22,2%).

4.2.3 Kondiční aktivity

Tabulka č. 3

Kondiční aktivity	Muži 1. a 2. ročník		Muži 3. - 5. ročník	
		[%]		[%]
Aerobik	0	0,0	0	0,0
Běh (i jogging)	5	55,6	3	33,3
Bodystyling	0	0,0	0	0,0
Jóga	0	0,0	0	0,0
Kondiční chůze (i severská)	0	0,0	1	11,1
Kulturistika	0	0,0	0	0,0
Posilovací cvičení	4	44,4	5	55,6
Spinning	0	0,0	0	0,0
Taebo (i box aerobik)	0	0,0	0	0,0
Tai-Chi	0	0,0	0	0,0
Zdravotní cvičení	0	0,0	0	0,0
Jiné	0	0,0	0	0,0
Celkem	9	100,0	9	100,0

Graf č. 3



Z kondičních aktivit muži z 1. a 2. ročníku staví na první místo běh (55,6%) a na druhé místo posilovací cvičení (44,4%).

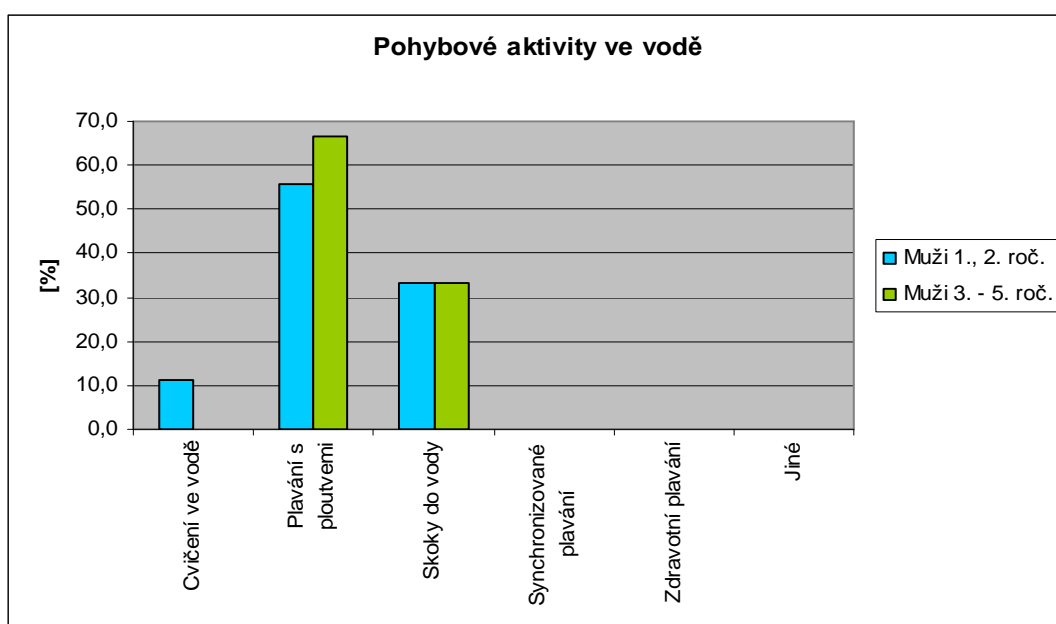
Muži z 3. – 5. ročníku preferují na prvním místě posilovací cvičení (55,6%), na druhém místě běh (33,3%) a na třetím místě kondiční chůzi (11,1%).

4.2.4 Pohybové aktivity ve vodě

Tabulka č. 4

Pohybové aktivity ve vodě	Muži 1. a 2. ročník		Muži 3. - 5. ročník	
		[%]		[%]
Cvičení ve vodě	1	11,1	0	0,0
Plavání s ploutvemi	5	55,6	6	66,7
Skoky do vody	3	33,3	3	33,3
Synchronizované plavání	0	0,0	0	0,0
Zdravotní plavání	0	0,0	0	0,0
Jiné	0	0,0	0	0,0
Celkem	9	100,0	9	100,0

Graf č. 4



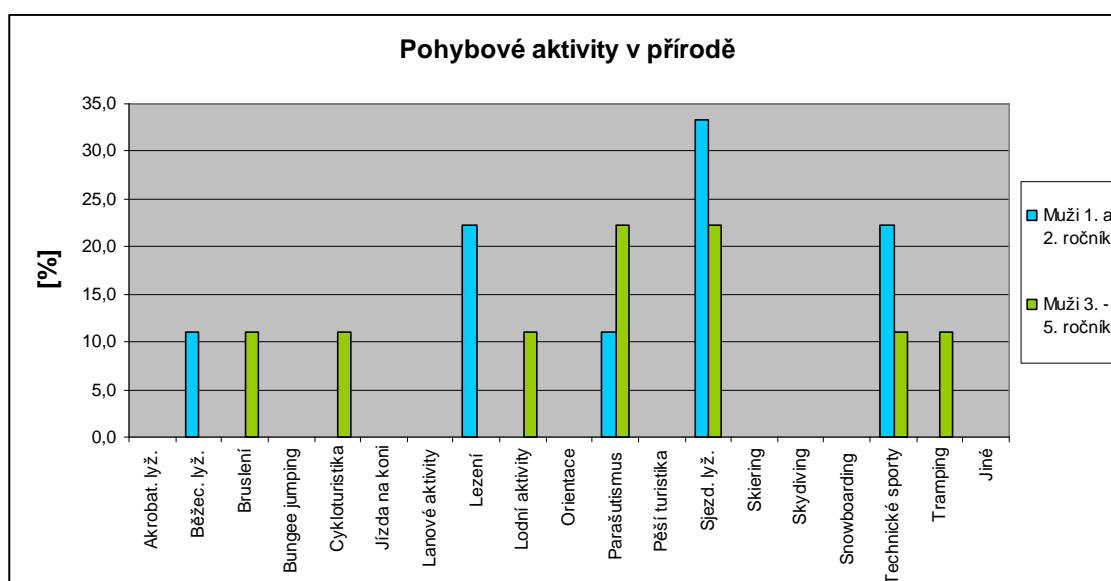
Z pohybových aktivit ve vodě preferují muži z 1. a 2. ročníku na prvním místě plavání s ploutvemi (55,6%), na druhém místě skoky do vody (33,3%) a na třetím místě cvičení ve vodě (11,1%).

Muži z 3. – 5. ročníku preferují na prvním místě taktéž plavání s ploutvemi (66,7%) a na druhém místě taktéž skoky do vody (33,3%).

4.2.5 Pohybové aktivity v přírodě Tabulka č. 5

Pohybové aktivity v přírodě	Muži 1. a 2. ročník		Muži 3. - 5. ročník	
		[%]		[%]
Akrobatické lyžování (i skoky)	0	0,0	0	0,0
Běžecské lyžování (i biatlon)	1	11,1	0	0,0
Bruslení (i kolečkové brusle, skateboard)	0	0,0	1	11,1
Bungee jumping	0	0,0	0	0,0
Cykloturistika	0	0,0	1	11,1
Jízda na koni	0	0,0	0	0,0
Lanové aktivity	0	0,0	0	0,0
Lezení (i horolezectví, speleologie)	2	22,2	0	0,0
Lodní aktivity (i rafting, kajak, kanoe, ...)	0	0,0	1	11,1
Orientace	0	0,0	0	0,0
Parašutismus (i paragliding)	1	11,1	2	22,2
Pěší turistika (i snow-shoeing)	0	0,0	0	0,0
Sjezdové lyžování (i cross, skialpinismus)	3	33,3	2	22,2
Skiering (i motoskiing, vodní lyžování)	0	0,0	0	0,0
Skydiving (i airboarding)	0	0,0	0	0,0
Snowboarding	0	0,0	0	0,0
Technické sporty (létání, rogalo, motorismus)	2	22,2	1	11,1
Tramping (táboření, skauting)	0	0,0	1	11,1
Jiné	0	0,0	0	0,0
Celkem	9	100,0	9	100,0

Graf č. 5



Z pohybových aktivit v přírodě preferují muži z 1. a 2. ročníku na prvním místě sjezdové lyžování (33,3%), na druhém místě lezení a technické sporty (oboje 22,2%) a na místě třetím shodně běžecské lyžování a parašutismus (11,1%).

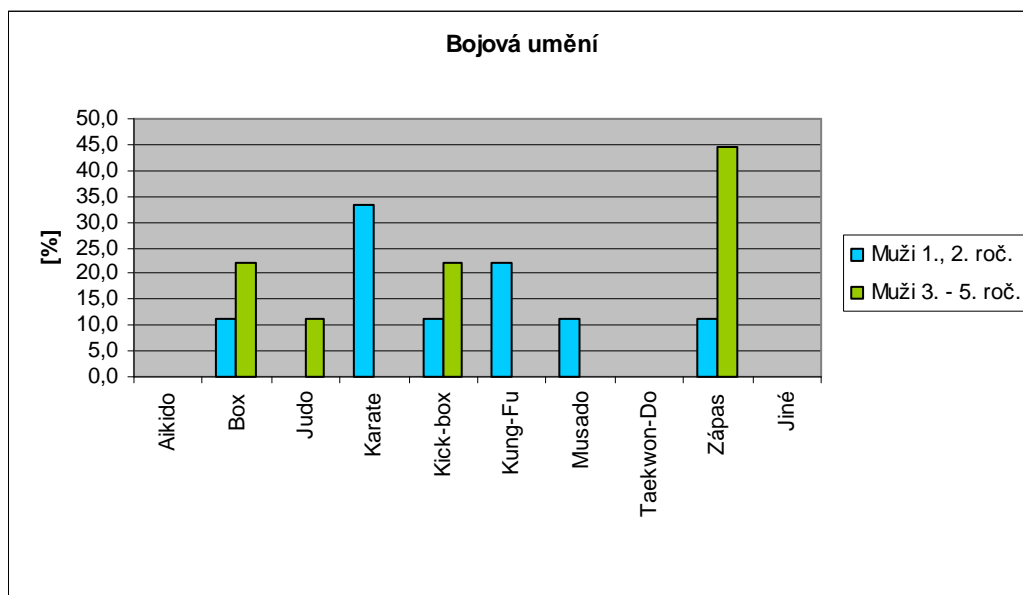
Muži z 3. – 5. ročníku preferují na prvním místě parašutismus a sjezdové lyžování (oboje 22,2%) a na místě druhém bruslení, cykloturistiku, lodní aktivity, technické sporty a tramping (všechny 11,1%).

4.2.6 Bojová umění

Tabulka č. 6

Bojová umění	Muži 1. a 2. ročník		Muži 3. - 5. ročník	
		[%]		[%]
Aikido	0	0,0	0	0,0
Box	1	11,1	2	22,2
Judo	0	0,0	1	11,1
Karate	3	33,3	0	0,0
Kick-box (i thai-box)	1	11,1	2	22,2
Kung-Fu	2	22,2	0	0,0
Musado	1	11,1	0	0,0
Taekwon-Do	0	0,0	0	0,0
Zápas (i wrestling)	1	11,1	4	44,4
Jiné	0	0,0	0	0,0
Celkem	9	100,0	9	100,0

Graf č. 6



Z bojových umění staví muži z 1. a 2. ročníku na první místo karate (33,3%), na druhé místo Kung-Fu (22,2%) a na třetí místo shodně box, Kick-box, Musado a zápas (všechny 11,1%).

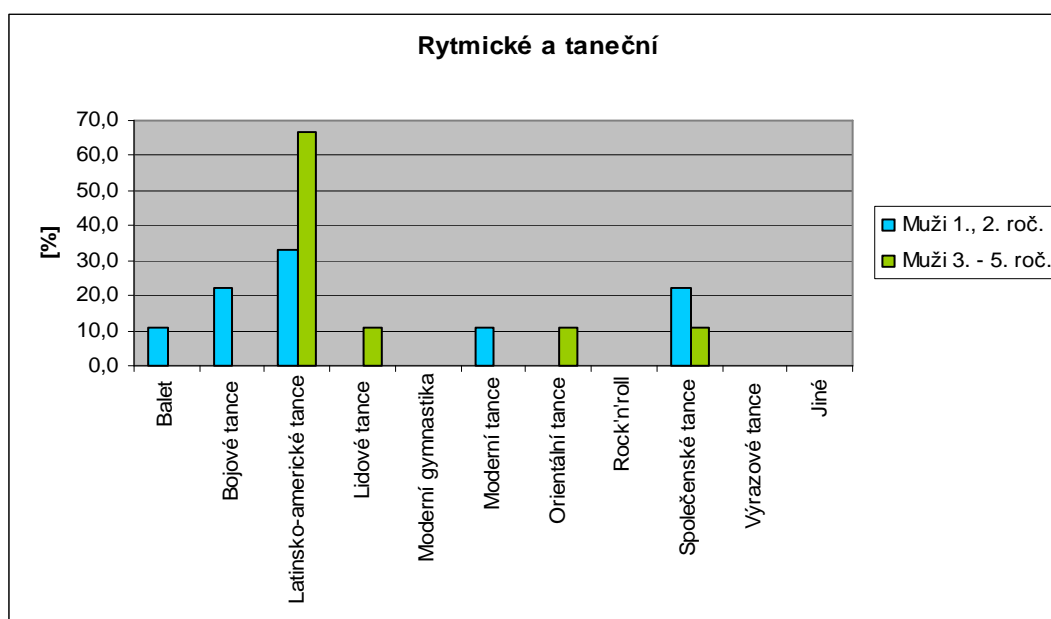
Muži z 3. – 5. ročníku staví na první místo zápas (44,4%), na druhé místo shodně box a Kick-box (oboje 22,2%) a na třetí místo judo (11,1%).

4.2.7 Rytmické a taneční

Tabulka č. 7

Rytmické a taneční	Muži 1. a 2. ročník		Muži 3. - 5. ročník	
		[%]		[%]
Balet	1	11,1	0	0,0
Bojové tance (capueira, ...)	2	22,2	0	0,0
Latinsko-americké tance	3	33,3	6	66,7
Lidové tance (i country)	0	0,0	1	11,1
Moderní gymnastika	0	0,0	0	0,0
Moderní tance (break dance, disko, hip-hop)	1	11,1	0	0,0
Orientální tance (břišní tanec, ...)	0	0,0	1	11,1
Rock'n'roll	0	0,0	0	0,0
Společenské tance	2	22,2	1	11,1
Výrazové tance (i scénický, jazzový, ...)	0	0,0	0	0,0
Jiné	0	0,0	0	0,0
Celkem	9	100,0	9	100,0

Graf č. 7



Z rytmičkových a tanečních pohybových aktivit staví muži z 1. a 2. ročníku na první místo latinsko-americké tance (33,3%), na druhé místo bojové a společenské tance (22,2%) a na třetí místo balet a moderní tance (11,1%).

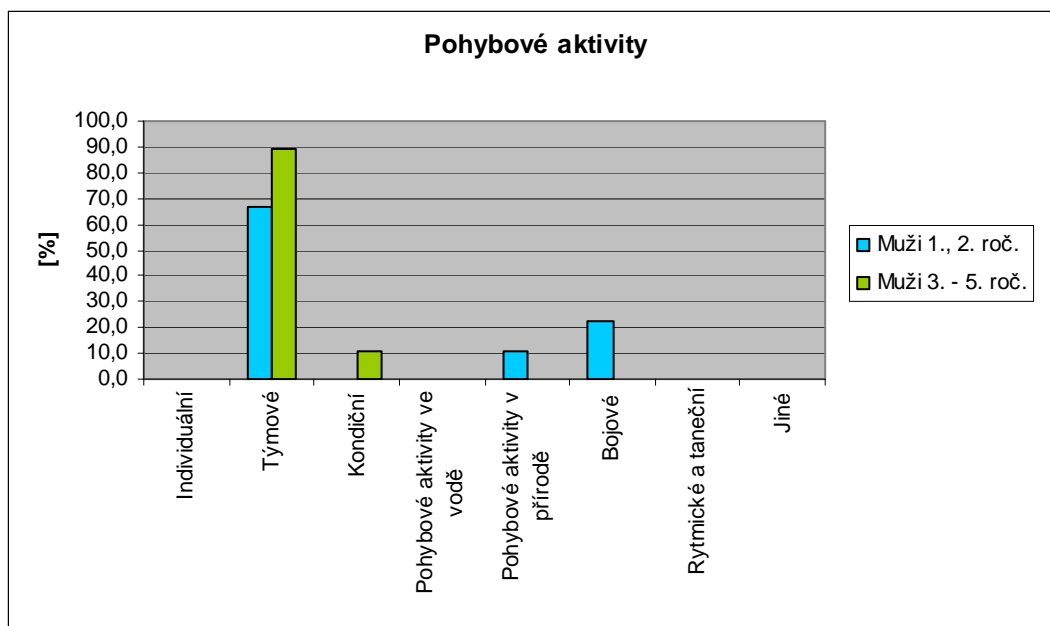
Muži z 3. – 5. ročníku staví na první místo jednoznačně latinsko-americké tance (66,7%), na druhé místo tance lidové, společenské a orientální (všechny 11,1%).

4.2.8 Pohybové aktivity obecně

Tabulka č. 8

Pohybové aktivity	Muži 1. a 2. ročník		Muži 3. - 5. ročník	
		[%]		[%]
Individuální	0	0,0	0	0,0
Týmové	6	66,7	8	88,9
Kondiční	0	0,0	1	11,1
Pohybové aktivity ve vodě	0	0,0	0	0,0
Pohybové aktivity v přírodě	1	11,1	0	0,0
Bojové	2	22,2	0	0,0
Rytmické a taneční	0	0,0	0	0,0
Jiné	0	0,0	0	0,0
Celkem	9	100,0	9	100,0

Graf č. 8



Z pohybových aktivit celkově preferují muži z 1. a 2. ročníku pohybové aktivity týmové (66,6%), na druhém místě pohybové aktivity bojové (22,2%) a na třetím místě pohybové aktivity v přírodě (11,1%).

Muži z 3. – 5. ročníku preferují na prvním místě jednoznačně pohybové aktivity týmové (88,9%) a na druhém místě pohybové aktivity kondiční (11,1%).

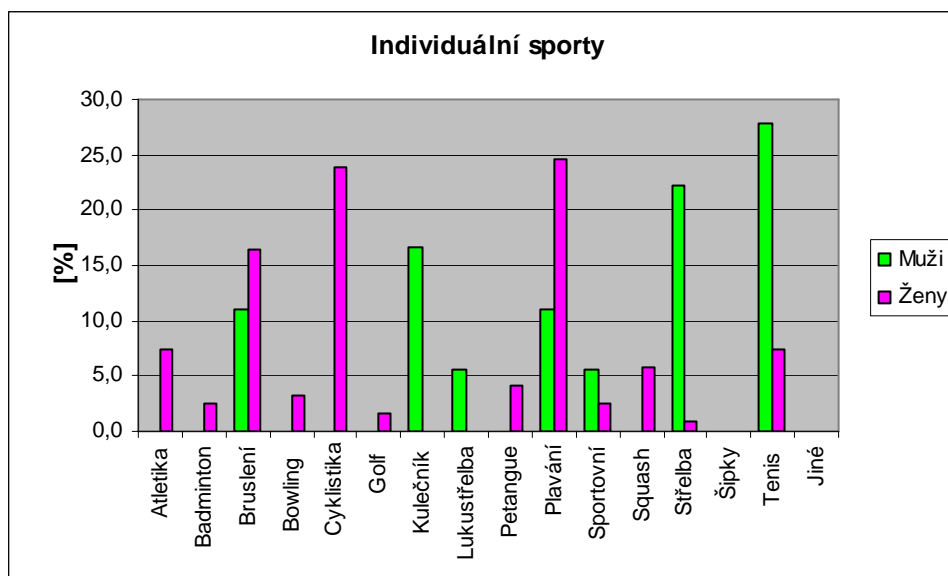
4.3 Preference pohybových aktivit u studentů (mužů) a studentek (žen) 1.–5. ročníku

4.3.1 Individuální sporty

Tabulka č. 1

Individuální sporty	Počet mužů	[%]	Počet žen	[%]
Atletika	0	0,0	9	7,4
Badminton	0	0,0	3	2,5
Bruslení (i kolečkové, skateboard)	2	11,1	20	16,4
Bowling (i kuželky)	0	0,0	4	3,3
Cyklistika (silniční i horská)	0	0,0	29	23,8
Golf (i minigolf)	0	0,0	2	1,6
Kulečnick (i biliár)	3	16,7	0	0,0
Lukostřelba	1	5,6	0	0,0
Petangue	0	0,0	5	4,1
Plavání	2	11,1	30	24,6
Sportovní gymnastika	1	5,6	3	2,5
Squash (i ricochet, racquet ball)	0	0,0	7	5,7
Střelba	4	22,2	1	0,8
Šipky (i další terčové aktivity)	0	0,0	0	0,0
Tenis (i stolní, soft tenis)	5	27,8	9	7,4
Jiné	0	0,0	0	0,0
Celkem	18	100,0	122	100,0

Graf č. 1



Z individuálních PA muži upřednostňují tenis (27,8%), na druhé místo muži staví střelbu (22,2%) a na třetí místo kulečnick (16,7%).

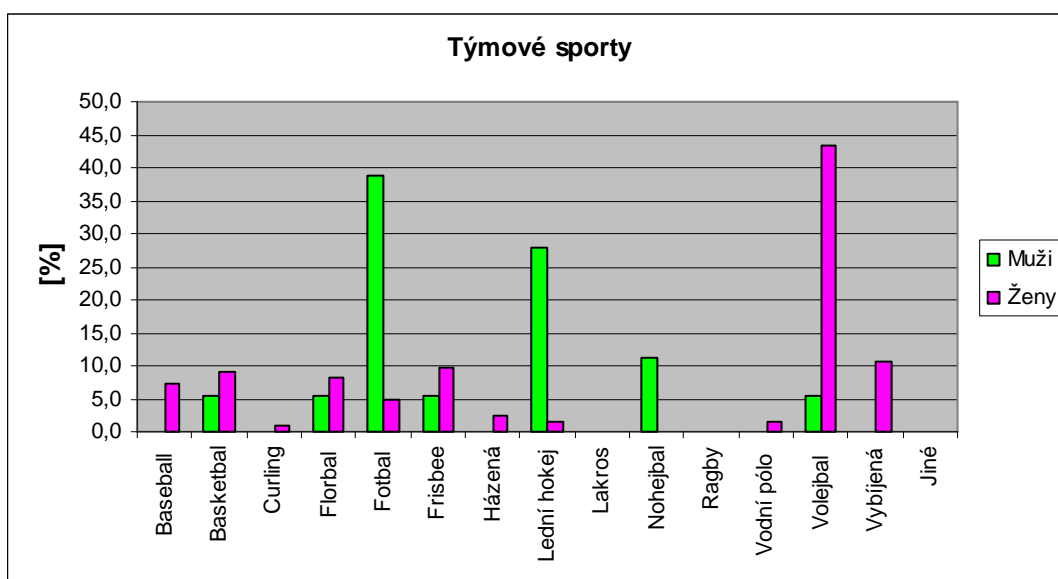
Zatímco ženy upřednostňují plavání (24,6%), v těsné blízkosti za ním cyklistiku (23,8%) a jako další oblíbený individuální sport volí bruslení (16,4%).

4.3.2 Týmové sporty

Tabulka č. 2

Týmové sporty	Počet mužů	[%]	Počet žen	[%]
Baseball (a další páčkové hry)	0	0,0	9	7,4
Basketbal	1	5,6	11	9,0
Curling	0	0,0	1	0,8
Florbal (i hokejbal)	1	5,6	10	8,2
Fotbal (i futsal)	7	38,9	6	4,9
Frisbee	1	5,6	12	9,8
Házená	0	0,0	3	2,5
Lední hokej (i in-line)	5	27,8	2	1,6
Lakros	0	0,0	0	0,0
Nohejbal	2	11,1	0	0,0
Ragby (i americký fotbal)	0	0,0	0	0,0
Vodní pólo (volejbal, basketbal)	0	0,0	2	1,6
Volejbal (i beach, přehazovaná)	1	5,6	53	43,4
Vybíjená	0	0,0	13	10,7
Jiné	0	0,0	0	0,0
Celkem	18	100,0	122	100,0

Graf č. 2



V oblasti týmových sportů staví muži na první místo fotbal (38,9%), na druhé místo lední hokej (27,8%) a na třetí místo nohejbal (11,1%).

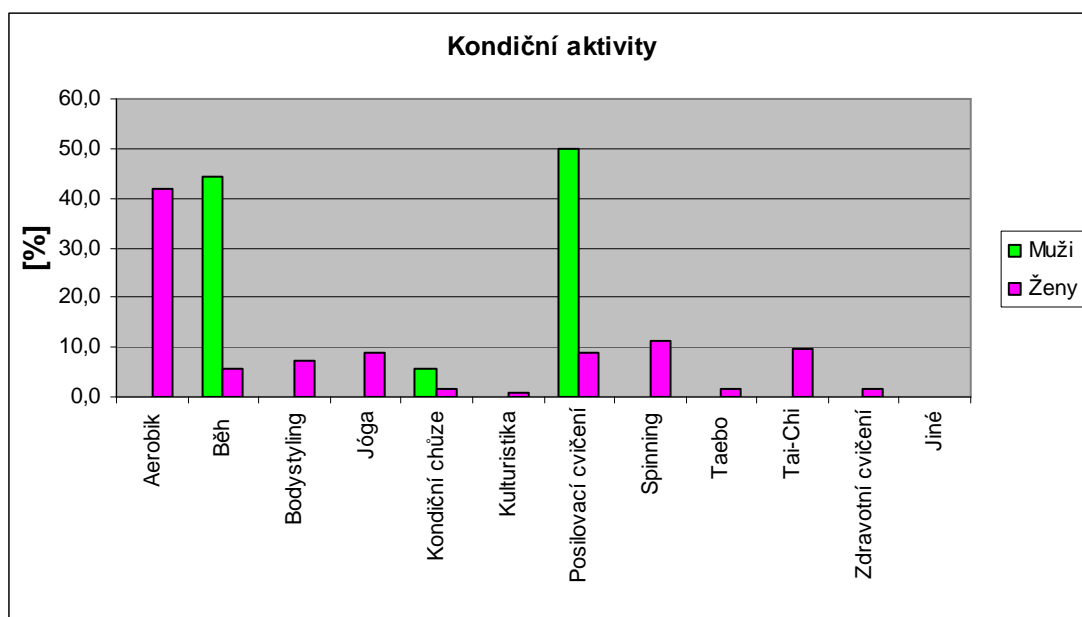
Ženy staví na první místo jednoznačně volejbal (43,4%), na druhé místo pak vybíjenou (10,7%) a na třetí místo frisbee (9,8%).

4.3.3 Kondiční aktivity

Tabulka č. 3

Kondiční aktivity	Počet mužů	[%]	Počet žen	[%]
Aerobik	0	0,0	51	41,8
Běh (i jogging)	8	44,4	7	5,7
Bodystyling	0	0,0	9	7,4
Jóga	0	0,0	11	9,0
Kondiční chůze (i severská)	1	5,6	2	1,6
Kulturistika	0	0,0	1	0,8
Posilovací cvičení	9	50,0	11	9,0
Spinning	0	0,0	14	11,5
Taebo (i box aerobik)	0	0,0	2	1,6
Tai-Chi	0	0,0	12	9,8
Zdravotní cvičení	0	0,0	2	1,6
Jiné	0	0,0	0	0,0
Celkem	18	100,0	122	100,0

Graf č. 3



V oblasti kondičních aktivit muži preferují na prvním místě posilovací cvičení (50%), na druhém místě běh (44,4%) a na třetím místě kondiční chůzi (5,6%).

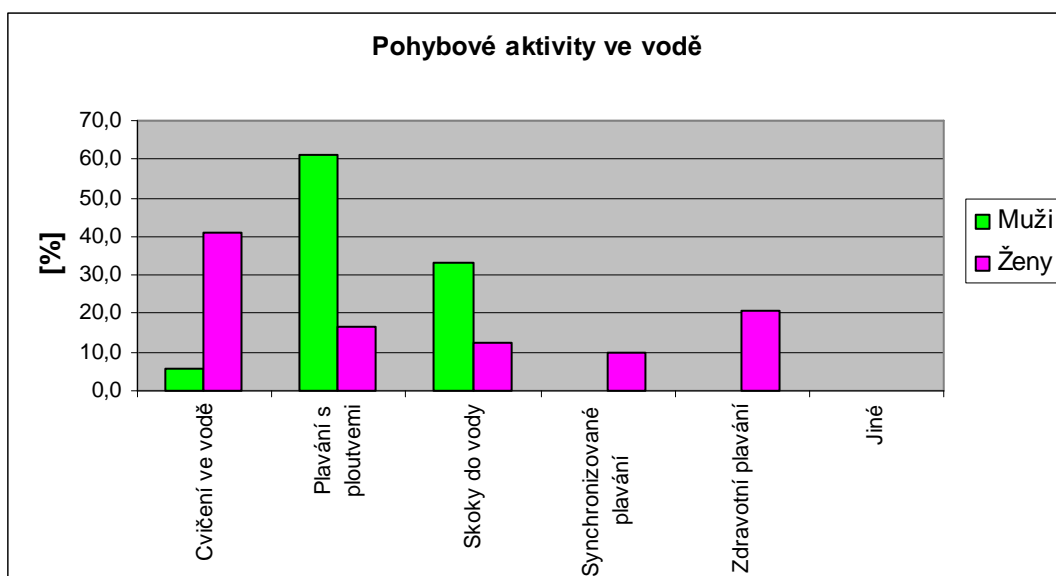
Ženy staví na první místo jednoznačně aerobik (41,8%), na druhé místo spinning (11,5%) a na třetí místo Tai-Chi (9,8%).

4.3.4 Pohybové aktivity ve vodě

Tabulka č. 4

Pohybové aktivity ve vodě	Počet mužů	[%]	Počet žen	[%]
Cvičení ve vodě	1	5,6	50	41,0
Plavání s ploutvemi	11	61,1	20	16,4
Skoky do vody	6	33,3	15	12,3
Synchronizované plavání	0	0,0	12	9,8
Zdravotní plavání	0	0,0	25	20,5
Jiné	0	0,0	0	0,0
Celkem	18	100,0	122	100,0

Graf č. 4



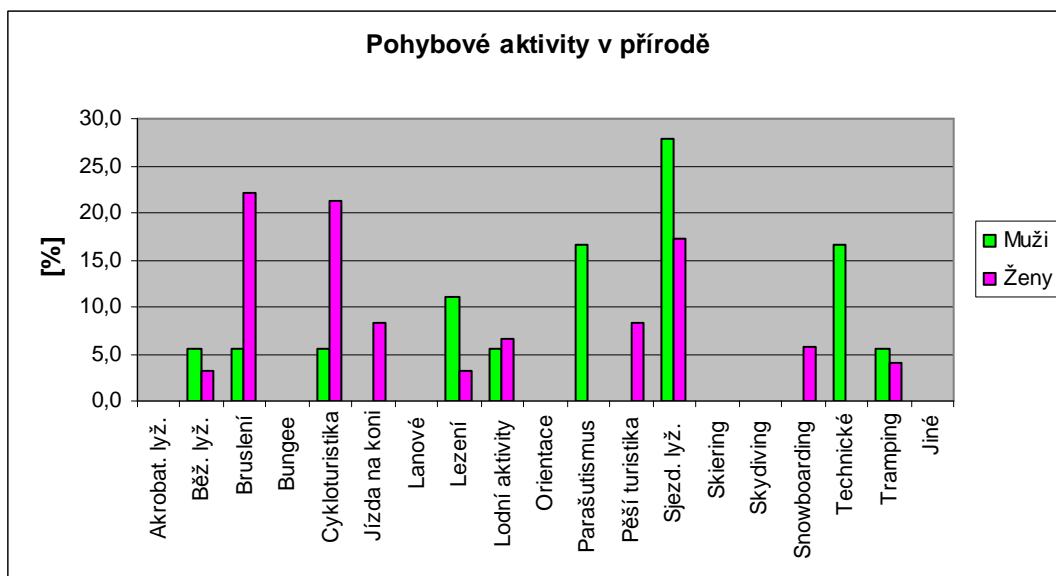
V oblasti pohybových aktivit ve vodě muži staví na první místo plavání s ploutvemi (61,1%), na druhé místo skoky do vody (33,3%) a na třetí místo cvičení ve vodě (5,6%).

Ženy naproti tomu staví cvičení ve vodě na první místo (41%), na druhé místo staví zdravotní plavání (20,5%), které muži ani v jednom případě neuvádějí. A na třetí místo plavání s ploutvemi (16,4%).

4.3.5 Pohybové aktivity v přírodě Tabulka č. 5

Pohybové aktivity v přírodě	Počet mužů	[%]	Počet žen	[%]
Akrobatické lyžování (i skoky)	0	0,0	0	0,0
Běžecské lyžování (i biatlon)	1	5,6	4	3,3
Bruslení (i kolečkové brusle, skateboard)	1	5,6	27	22,1
Bungee jumping	0	0,0	0	0,0
Cykloturistika	1	5,6	26	21,3
Jízda na koni	0	0,0	10	8,2
Lanové aktivity	0	0,0	0	0,0
Lezení (i horolezectví, speleologie)	2	11,1	4	3,3
Lodní aktivity (i rafting, kajak, kanoe, ...)	1	5,6	8	6,6
Orientace	0	0,0	0	0,0
Parašutismus (i paragliding)	3	16,7	0	0,0
Pěší turistika (i snow-shoeing)	0	0,0	10	8,2
Sjezdové lyžování (i cross, skialpinismus)	5	27,8	21	17,2
Skiering (i motoskiing, vodní lyžování)	0	0,0	0	0,0
Skydiving (i airboarding)	0	0,0	0	0,0
Snowboarding	0	0,0	7	5,7
Technické sporty (létání, rogalo, motorismus)	3	16,7	0	0,0
Tramping (táboření, skauting)	1	5,6	5	4,1
Jiné	0	0,0	0	0,0
Celkem	18	100,0	122	100,0

Graf č. 5



V oblasti pohybových aktivit v přírodě muži staví na první místo sjezdové lyžování (27,8%), na druhé místo parašutismus a technické sporty (16,7%) a na třetí místo lezení (11,1%).

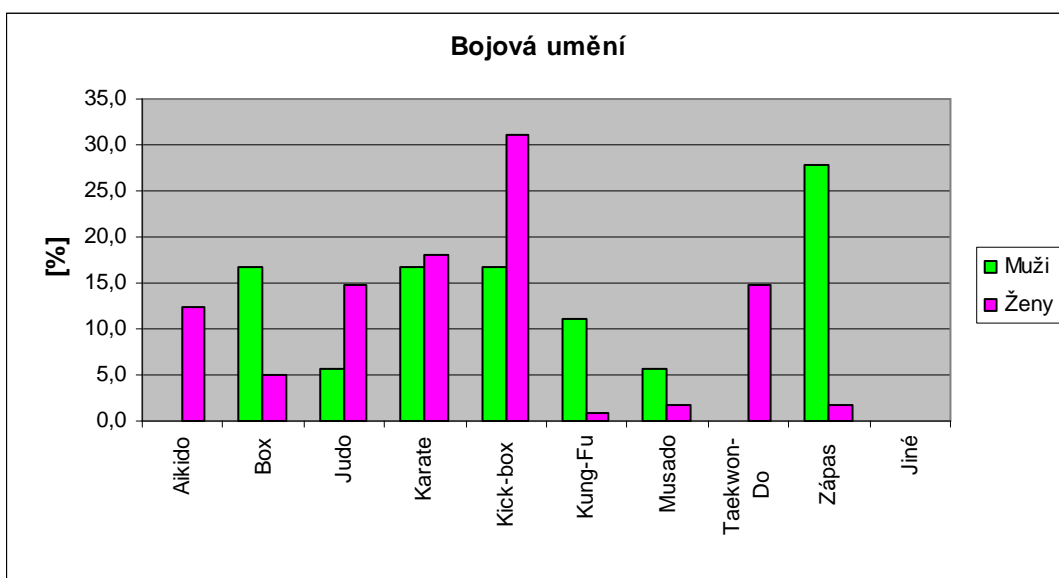
Ženy upřednostňují bruslení (22,1%), na druhé místo staví cykloturistiku (21,3%) a na třetí místo sjezdové lyžování (17,2%), které je u mužů na prvním místě.

4.3.6 Bojová umění

Tabulka č. 6

Bojová umění	Počet mužů	[%]	Počet žen	[%]
Aikido	0	0,0	15	12,3
Box	3	16,7	6	4,9
Judo	1	5,6	18	14,8
Karate	3	16,7	22	18,0
Kick-box (i thai-box)	3	16,7	38	31,1
Kung-Fu	2	11,1	1	0,8
Musado	1	5,6	2	1,6
Taekwon-Do	0	0,0	18	14,8
Zápas (i wrestling)	5	27,8	2	1,6
Jiné	0	0,0	0	0,0
Celkem	18	100,0	122	100,0

Graf č. 6



V oblasti bojových umění staví muži na první místo zápas (27,8%), na druhé místo karate, kick-box a box (všechny 16,7%), a na třetí místo judo a musado (oba 5,6%).

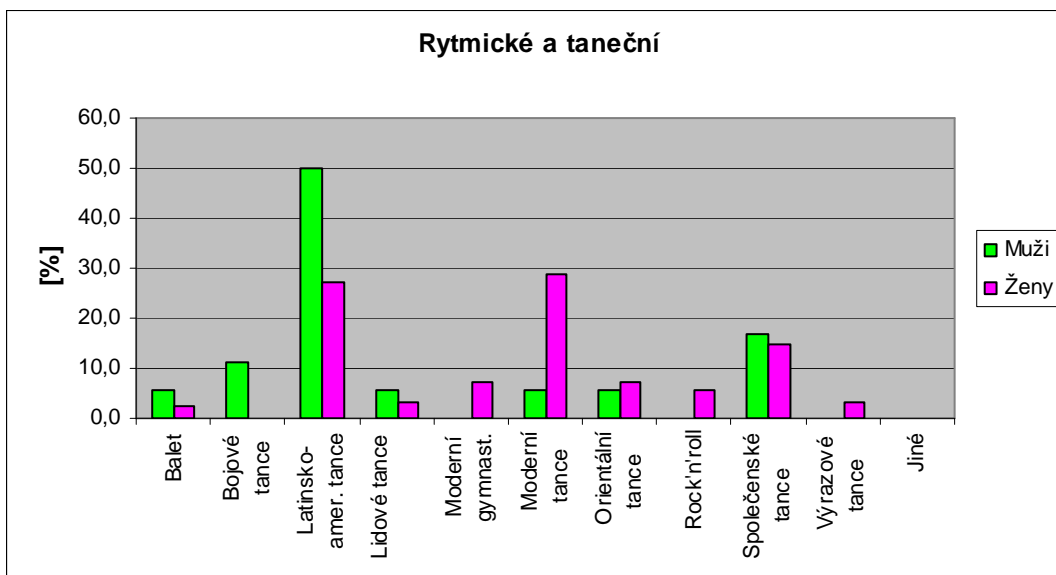
Ženy v této oblasti upřednostňují Kick-box (31,1%), na druhém místě karate (18%) a na třetím místě uvádějí judo a Taekwon-Do (oba 14,8%).

4.3.7 Rytmické a taneční

Tabulka č. 7

Rytmické a taneční	Počet chlapců	[%]	Počet děvčat	[%]
Balet	1	5,6	3	2,5
Bojové tance (capueira, ...)	2	11,1	0	0,0
Latinsko-americké tance	9	50,0	33	27,0
Lidové tance (i country)	1	5,6	4	3,3
Moderní gymnastika	0	0,0	9	7,4
Moderní tance (break dance, disko, hip-hop)	1	5,6	35	28,7
Orientální tance (břišní tanec, ...)	1	5,6	9	7,4
Rock'n'roll	0	0,0	7	5,7
Společenské tance	3	16,7	18	14,8
Výrazové tance (i scénický, jazzový, ...)	0	0,0	4	3,3
Jiné	0	0,0	0	0,0
Celkem	18	100,0	122	100,0

Graf č. 7



V oblasti rytmičých a tanečních pohybových aktivit muži jednoznačně upřednostňují latinsko-americké tance (50%), na druhém místě společenské tance (16,7%) a na třetím místě bojové tance (11,1%).

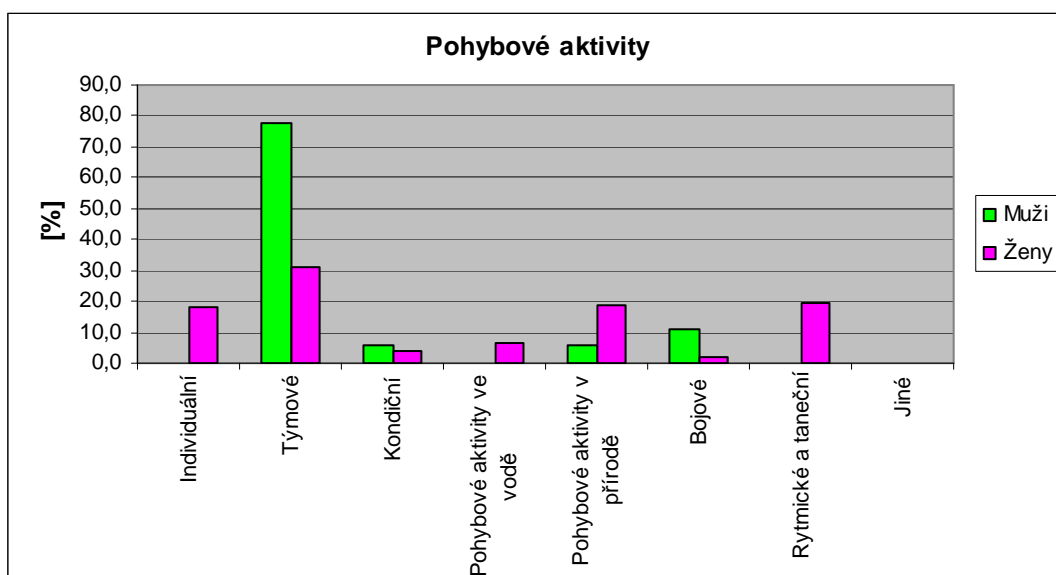
Ženy kladou na první místo moderní tance (28,7%), na druhé místo latinsko-americké tance (27%), na třetí místo společenské tance (14,8%).

4.3.8 Pohybové aktivity celkově

Tabulka č. 8

Pohybové aktivity	Počet chlapců	[%]	Počet děvčat	[%]
Individuální	0	0,0	22	18,0
Týmové	14	77,8	38	31,1
Kondiční	1	5,6	5	4,1
Pohybové aktivity ve vodě	0	0,0	8	6,6
Pohybové aktivity v přírodě	1	5,6	23	18,9
Bojové	2	11,1	2	1,6
Rytmické a taneční	0	0,0	24	19,7
Jiné	0	0,0	0	0,0
Celkem	18	100,0	122	100,0

Graf č. 8



V oblasti pohybových aktivit celkově muži jednoznačně preferují PA týmové (77,8%), dále PA bojové (11,1%) a PA kondiční a v přírodě (5,6%)

Ženy preferují také PA týmové (31,1%), na druhé místo kladou PA rytmické a taneční (19,7%) a na třetí místo PA v přírodě (18,9%).

5. DISKUSE

5.1 Diskuse k pohybovým aktivitám

V diskusi se jedná o porovnání jednotlivých výsledků výzkumu ve všech odvětvích pohybových aktivit v těchto kategoriích:

1. ženy 1. a 2. ročník X ženy 3. – 5. ročník
2. muži 1. a 2. ročník X muži 3. – 5. ročník
3. muži celkově X ženy celkově

5.1.1 Individuální pohybové aktivity

Ženy z 3. – 5. ročníku se shodují s ženami z 1. a 2. ročníku v oblíbenosti plavání (24,2%), které však staví na první místo (ženy z 1. a 2. ročníku na druhé místo 25%). Na druhém místě preferují cyklistiku (21,2%), kterou staví ženy z 1. a 2. ročníku na první místo (26,8%) a na třetím místě ženy z obou kategorií shodně uvádějí bruslení (3. – 5. ročník – 16,7%, 1. a 2. ročník 16,1%).

Muži z 1. a 2. ročníku ve srovnání s muži z 3. – 5. ročníku uvádějí na prvním místě tenis (33,3%), muži z 3. – 5. ročníku střelbu (33,3%). Dále muži z 1. – 2. ročníku preferují plavání (22,2%), zatímco muži z 3. – 5. ročníku uvádějí shodně bruslení, kulečnick a tenis (22,2%). Jako třetí nejoblíbenější pohybovou aktivitu uvádějí ještě muži z 1. a 2. ročníku shodně kulečnick, střelbu a lukostřelbu (11,1%). Z individuálních PA muži z obou kategorií obdobně preferují tenis, střelbu a kulečnick.

Muži celkově v oblasti individuálních PA staví na první místo tenis (27,8%), ženy preferují plavání (24,6%), na druhé místo staví muži střelbu (22,2%), ženy střelbu vůbec neuvádějí, na druhé místo staví cyklistiku (23,8%) a na třetím místě je u mužů kulečnick (16,7%), u žen je to bruslení (16,4%).

Zjištěné výsledky preferencí individuálních PA týkajících se plavání u žen v podstatě korespondují s výzkumy Frömela (1999). Tenis, který upřednostňují muži byl u mužů také považován za velmi oblíbený, muži ho stavěli na druhé místo. Dále se v našem výzkumu potvrzuje zvyšující se zájem o cyklistiku a bruslení včetně kolečkových bruslí. Celkově převažuje zájem o aktivity, které lze provádět ve volném čase.

Nabídka individuálních PA pro studenty studující obor učitelství pro 1. stupeň ZŠ je následující.

1. a 2. ročník:

- povinné – Teorie a didaktika atletiky I., Teorie a didaktika gymnastiky I.
Teorie a didaktika plavání I., Teorie a didaktika bruslení,
Didaktika atletiky ml. šk. věku I., Didaktika plavání ml. šk. věku

3. – 5. ročník:

- povinné - Zdravotní Tv I.

1. – 5. ročník:

- výběrové – Zdravotní Tv II., Aerobic, Jóga II., Kurs pohybových aktivit

5.1.2 Týmové pohybové aktivity

Ženy z 3. – 5. ročníku se shodují s ženami z 1. – 2. ročníku v jednoznačném preferování volejbalu (1. a 2. ročník 46,4%, 3. – 5. ročník 40,9%), z dalších aktivit uvádějí ženy z 3. – 5. ročníku vybíjenou (16,7%), která se u žen z 1. a 2. ročníku těší jen malé oblibě (3,6%), ty na druhé místo kladou florbal a baseball (oboje 12,5%). A jako další aktivitu volí ženy z 3. – 5. ročníku frisbee (12,1%), to je oblíbené i u druhé kategorie žen (7,1%), před něj však ještě staví basketbal (10,7%). Dále se u žen z obou kategorií objevují obdobné preference týkající se fotbalu a ledního hokeje.

Muži z 1. a 2. ročníku preferují na prvním místě fotbal (44,4%), zatímco muži z 3. – 5. ročníku lední hokej (44,4%). Fotbal je mužů z 3. - 5. ročníku hned na druhém místě (33,3%). Jako další týmové PA uvádějí muži z 1. a 2. ročníku basketbal, florbal, frisbee, lední hokej a volejbal (všechny 11,1%), muži z 3. – 5. ročníku uvádějí nohejbal (22,2%).

Muži celkově staví na první místo fotbal (38,9%), ženy jednoznačně volejbal (43,4%). Na druhém místě je u mužů lední hokej (27,8%), u žen je to vybíjená (10,7%) a na třetí místo staví muži nohejbal (11,1%), ženy frisbee (9,8%). Jako další PA uvádějí ženy basketbal (9%).

Ve sportovních hrách kladou dívky na přední místo v zájmu i v pohybové aktivitě ve volném čase volejbal (Frömel 1999), což se potvrzuje i v našem výzkumu. Oblíbenost fotbalu u mužů je ve Frömelových výzkumech také výrazná. Frömel zde dále vyslovuje obavu o nohejbal, který jako národní hra, může být nápomocen v udržování národních tradic ve školní tělesné výchově. Nohejbal se však v našem

výzkumu jeví jako poměrně oblíbený sport. Dále se v našem výzkumu nepotvrzuje, že s věkem roste u chlapců zájem o volejbal.

Nabídka týmových PA pro studenty studující obor Učitelství pro 1. stupeň ZŠ je následující.

1. a 2. ročník:

- povinné – Teorie a didaktika sportovních her I

1. – 5. ročník

- výběrové – Didaktika pohybových her

Certifikátový program:

- povinné – Teorie a didaktika míčových her, Nové hry v tělesné výchově a sportu

5.1.3 Kondiční aktivity

Ženy z 3. – 5. ročníku uvádějí srovnatelně s ženami z 1. a 2. ročníku jako nejoblíbenější kondiční aktivitu aerobik (3. – 5. ročník 36,4%, 1. a 2. ročník 48,2%). Další oblíbenou aktivitou je u žen z 3. – 5. ročníku spinning (16,7%), u žen z 1. a 2. ročníku jsou to posilovací cvičení (12,5%). Na třetí místo kladou ženy z 3. – 5. ročníku jógu a Tai-chi (oboje 12,1%), ženy z 1. a 2. ročníku běh (10,7%). Jóga a Tai-chi jsou u žen z 1. a 2. ročníku také oblíbené (jóga 5,4%, Tai-chi 7,1%).

Preference kondičních PA u mužů z 1. a 2. ročníku a 3. – 5. ročníku jsou srovnatelné, obě dvě kategorie mužů preferují běh a posilovací cvičení (1. a 2. roč. běh 55,6%, posil. cv. 44,4%, 3. – 5. roč. běh 33,3%, posil. cv. 55,6%). Muži z 3. – 5. ročníku navíc uvádějí kondiční chůzi (11,1%).

Muži celkově staví na první místo posilovací cvičení (50%), ženy aerobik (41,8%). Na druhé místo staví muži běh (44,4%), ženy spinning (11,5%) muži dále uvedli kondiční chůzi (5,6%), ženy uvádějí Tai-chi (9,8%), dále posilovací cvičení a jógu (oba 9%).

Spinning a Tai-chi jsou kondiční aktivity, které se v České republice začínají pomalu rozšiřovat, dalo by se říci, že se jedná o „módní trend“. Jsou to organizované pohybové aktivity, které je možné navštěvovat pouze ve větších městech, ve fitcentrech, školách Tai-chi, sportcentrech. Zdá se, že jsou u žen poměrně oblíbené a dá se předpokládat, že v budoucnu se začnou rozšiřovat i do menších měst.

Nabídka kondičních PA pro studenty studující obor učitelství pro 1. stupeň ZŠ je následující:

1. a 2. ročník:

- povinné – Teorie a didaktika atletiky I., Jóga I.

3. – 5. ročník:

- povinné - Zdravotní Tv I.

1. – 5. ročník

- výběrové – Zdravotní Tv II., Jóga I. Jóga II., Aerobic, Kurs pohybových aktivit, Tai-chi

Certifikátový program:

- povinné – Jógová cvičení pro děti

5.1.4 Pohybové aktivity ve vodě

V oblasti PA ve vodě preferují ženy z 1. a 2. ročníku srovnatelně s ženami z 3. – 5. ročníku na prvním místě cvičení ve vodě (1. a 2. ročník 44,6%, 3. – 5. ročník 37,9%). Na druhé místo kladou opět shodně zdravotní plavání (1. a 2. ročník 17,9%, 3. – 5. ročník 22,7%) a ženy z 1. a 2. ročníku navíc uvádějí skoky do vody (17,9%). Na třetí místo staví obě kategorie žen opět shodně plavání s ploutvemi (1. a 2. ročník 12,5%, 3. – 5. ročník 19,7%). Také synchronizované plavání je u žen obou kategorií poměrně oblíbené (1. a 2. ročník 7,1%, 3. – 5. ročník (12,1%).

Muži z 1. a 2. ročníku se také v preferencích PA ve vodě shodují s muži z 3. – 5. ročníku. Na první místo shodně kladou plavání s ploutvemi (1. a 2. ročník 55,6%, 3. – 5. ročník 66,7%), na druhé místo skoky do vody (shodně 33,3%) a na třetím místě muži z 1. a 2. ročníku ještě uvádějí cvičení ve vodě (11,1%).

Muži celkově ve srovnání s ženami v oblasti PA ve vodě preferují na prvním místě plavání s ploutvemi (61,1%), které je u žen také poměrně oblíbené, ty ho však staví na místo třetí (16,4%). Na první místo ženy kladou cvičení ve vodě (41%), dále muži uvádějí skoky do vody (33,3%), ženy zdravotní plavání (20,5%) a na třetí místo staví muži cvičení ve vodě (5,6%).

Nabídka kondičních PA pro studenty studující obor učitelství pro 1. stupeň ZŠ je následující:

1. a 2. ročník

- povinné – Teorie a didaktika plavání I., Didaktika plavání ml.šk.věku

5.1.5 Pohybové aktivity v přírodě

V oblasti PA v přírodě se ženy z 1. a 2. ročníku téměř shodují v preferencích s ženami z 3. – 5. ročníku v oblíbě bruslení (i kolečkové brusle) a cykloturistiky. Ženy z 1. a 2. ročníku staví na první místo cykloturistiku (23,2%) a na druhé místo bruslení (19,6%). Zatímco u žen z 3. – 5. ročníku je na prvním místě bruslení (24,2%) a na druhém místě cykloturistika (19,7%). V dalším sportu se také shodují a je jím sjezdové lyžování (1. – 2. ročník 17,9%, 3. – 5. ročník 16,7%). Jako další oblíbené sporty ženy uvádějí jízdu na koni, lodní aktivity nebo snowboarding.

Muži z 1. a 2. ročníku se shodují s muži z 3. – 5. ročníku v oblíbě sjezdového lyžování, které obě kategorie mužů staví na první místo (1. a 2. ročník 33,3%. 3. – 5. ročník 22,2%), muži z 3. – 5. ročníku dále uvádějí parašutismus (22,2%). Další oblíbenou PA je u mužů z 1. a 2. ročníku lezení a technické sporty (oba 22,2%), u mužů z druhé kategorie je to bruslení, cykloturistika, lodní aktivity, technické sporty a tramping (všechny 11,1%). Muži z 1. a 2. ročníku dále uvádějí běžecké lyžování a parašutismus (oba 11,1%).

Muži celkově ve srovnání s ženami v oblasti PA v přírodě mají odlišné preference, které se týkají převážně technicky zaměřených sportů. Shodují se ovšem v oblíbě sjezdového lyžování, které však muži staví na první místo (27,8%), ženy na místo třetí (17,2%). Na první místo ženy kladou bruslení (22,1%). Muži dále uvádějí parašutismus a technické sporty (16,7%), ženy cykloturistiku (21,3%). A na třetí místo muži kladou lezení (11,1%).

Můžeme zde potvrdit výzkumy Frömela (1999), které poukazují na vzrůstající zájem mužů o atraktivní, mimořádné a dobrodružné pohybové činnosti, pro něž jsou typické překonávání strachu, dramatická atmosféra, výjimečnost zážitků. Obliba cykloturistiky u žen byla v předešlých výzkumech (Frömel 1999) také potvrzena.

Nabídka kondičních PA pro studenty studující obor učitelství pro 1. stupeň ZŠ je následující:

1. a 2. ročník

- povinné – Teorie a didaktika lyžování I., Letní výcvikový kurs

1. – 5. ročník

-výběrové – Kurs pohybových aktivit, Snowboarding, Snowboarding - pokročilí

Certifikátový program:

-povinné - Rozšiřující kurs snowboardingu, Kurs pohybových aktivit, LVK

kanoistiky a vodní turistiky, LVK windsurfingu, Teorie a didaktika turistiky a sportů v přírodě

5.1.6 Bojová umění

V oblasti bojových umění ženy z 1. a 2. ročníku společně s ženami z 3. – 5. ročníku preferují na prvním místě Kick-box (1. a 2. ročník 33,9%, 3. – 5. ročník 28,8%). Dále ženy z 1. a 2. ročníku mají v oblibě karate (17,9%), ženy z 3. – 5. ročníku judo (19,7%) a karate staví hned na další místo (18,2%). Ženy z 1. a 2. ročníku preferují dále Taekwon-Do (16,1%), které je oblíbené i u žen z 3. – 5. ročníku (13,6%) – ty ho staví na místo čtvrté.

Muži z obou kategorií se liší v preferencích nejoblíbenější bojové aktivity. U mužů z 1. a 2. ročníku se jedná o karate (33,3%), na druhé místo pak staví Kung-Fu (22,2%). Tyto dvě aktivity muži z 3. – 5. ročníku vůbec neuvádějí. Na první místo staví zápas (44,4%), na druhé box a Kick-box (oba 22,2%). Jako další uvádějí muži z 3. – 5. ročníku judo (11,1%) a muži z 1. a 2. ročníku box, Kick-box, Musado a zápas (všechny 11,1%).

Preference mužů celkově se od preferencí žen v oblasti bojových aktivit odlišuje v preferencích nejoblíbenější aktivity, kterou je u mužů zápas (27,8%), u žen je to Kick-box (31,1%). Shodují se v oblíbenosti karate, kterou staví obě kategorie na druhé místo (muži 16,7%, ženy 18%), muži staví na stejnou pozici ještě box a Kick-box (oba 16,7%). Na třetí místo kladou muži Kung-fu (11,1%), ženy judo a Taekwon-Do (oba 14,8%).

Oblíbenost Kick-boxu u žen by se dala přisuzovat oblíbenosti pohybové aktivity zvané Kick-box aerobik, který se v Čechách v poslední době hodně rozšiřuje a je u žen hodně oblíbený. Protože některá bojová umění nejsou v Čechách příliš rozšířená, dalo by se očekávat, že mnoho respondentů volilo spíše více známé aktivity jako například karate, judo.

5.1.7 Rytmické a taneční

V oblasti rytmických a tanečních PA se ženy z 1. a 2. ročníku shodují s ženami z 3. – 5. ročníku v oblíbenosti latinsko-amerických tanců a moderních tanců. Ženy z 1. a 2. ročníku staví na první místo tance moderní (32,1%) a na druhé místo tance latinsko-americké (28,6%). Ženy z 3. – 5. ročníku staví oba tance na místo první

(oba 25,8%). I v oblíbenosti společenských tanců se shodují obě kategorie žen, staví je na třetí místo (1. a 2. ročník 14,3%, 3. – 5. ročník 15,2%). Poměrně velké oblibě se u žen z 3. – 5. ročníku těší orientální tance (10,6%), které se v poslední době stávají módní záležitostí. Obě kategorie také uvádějí moderní gymnastiku, lidové tance a moderní tance.

Muži z 1. a 2. ročníku společně s muži z 3. – 5. ročníku shodně preferují na prvním místě latinsko-americké tance (1. a 2. ročník 33,3%, 3. – 5. ročník 66,7%). Na druhém místě jsou u mužů z 1. a 2. ročníku bojové tance a společenské tance (22,2%) a u mužů z 3. – 5. ročníku jsou to lidové, společenské a orientální tance (všechny 11,1%). Muži z 1. a 2. ročníku dále uvádějí balet (11,1%).

Muži celkově ve srovnání s ženami se shodují v oblíbenosti latinsko-amerických tanců (muži 50%, ženy 27%) a společenských tanců (muži 16,7%, ženy 14,8%). Nejoblíbenějšími PA tanečními jsou však u žen moderní tance (28,7%). Dále ženy uvádějí moderní gymnastiku, orientální tance (oba 7,4%).

Nabídka rytmických a tanečních PA pro studenty studující obor učitelství pro 1. stupeň ZŠ je následující:

1. a 2. ročník

- povinné – Teorie a didaktika gymnastiky I.

5.1.8 Pohybové aktivity celkově

Ženy z 1. a 2. ročníku preferují na prvním místě společně s ženami z 3. – 5. ročníku PA týmové (1. a 2. ročník 32,1%, 3. – 5. ročník 30,3%), jako další uvádějí PA v přírodě (21,4%), ženy z 3. – 5. ročníku uvádějí PA individuální (22,7%). Dále se obě kategorie shodují v oblíbenosti PA rytmických a tanečních (1. a 2. ročník 19,6%, 3. – 5. ročník 19,7%). Obě kategorie žen také zmiňují PA ve vodě, bojové a kondiční.

Muži z obou kategorií se shodují v jednoznačné oblíbenosti PA týmových (1. a 2. ročník 66,7%, 3. – 5. ročník 88,9%). Muži z 1. a 2. ročníku dále uvádějí PA bojové (22,2%) a PA v přírodě (11,1%) a muži z 3. – 5. ročníku PA kondiční (11,1%).

Muži celkově ve srovnání s ženami se shodují v preferencích PA týmových, u mužů se jedná o poměrně výrazné preference (77,8%), u žen také převažují (31,1%), dále ženy uvádějí PA rytmické a taneční (19,7%), PA v přírodě (18,9%) a také PA individuální (18%). U mužů se ještě objevuje zájem o PA bojové (11,1%).

6. ZÁVĚR

Znalost struktury sportovních zájmů budoucích učitelů je důležitá pro efektivní realizaci vyučování tělesné výchovy na prvním stupni ZŠ, které by mělo směřovat k vyšší aktivitě žáků, jejich samostatnosti, tvořivosti, k individuálnímu rozvoji každého žáka. Důležité je také vytváření pozitivních postojů k pohybové aktivitě a sportu.

Proto je důležité uvědomit si, kterým sportovním odvětvím dávají studenti oboru Učitelství pro 1. stupeň ZŠ přednost, neboť tato odvětví budou oni sami u svých žáků především rozvíjet. Zajímavé je také porovnání nabídky katedry Tv a preference pohybových aktivit studentů tohoto oboru.

Je zajímavé, že v žádné sportovním odvětví nikdo z dotazovaných neuvedl jinou PA, která nebyla v dotazníku uvedena.

Pro splnění cíle bylo nutné provést tyto úkoly:

Prvním úkolem bylo shromáždit a roztřídit získané údaje za období říjen – listopad 2006, což se nám podařilo. Shromáždili jsme celkem 140 dotazníků (ženy 122, muži 18).

Druhým a třetím úkolem bylo analyzovat výsledky a porovnat je z hlediska pohlaví a z hlediska kategorizace ženy 1. a 2. ročník a ženy 3. – 5. ročník, muži 1. a 2. ročník a muži 3. – 5. ročník. Analýza proběhla v pořádku, výsledky vyhodnocení jsou uvedené ve výsledkové části a v diskusi.

Jedním z úkolů je také zodpovězení výzkumné otázky, která byla stanovena ve druhé kapitole práce. Výše uvedené údaje naši otázku nepotvrzují. V případě kategorií ženy 1. a 2. ročník a ženy 3. – 5. ročník, muži 1. a 2. ročník a muži 3. – 5. ročník se většinou jedná o velmi podobné preference pohybových aktivit.

Posledním úkolem bylo ze zjištěných výsledků vyvodit závěry, které uvádím v jednotlivých sportovních odvětvích zde:

Individuální pohybové aktivity

- ❖ V preferencích individuálních PA se studentky 1. a 2. ročníku se studentkami 3. – 5. ročníku v podstatě shodují. Obě dvě kategorie shodně preferují plavání, cyklistiku a bruslení včetně kolečkového. Tyto aktivity jsou nabízeny pouze studentům 1. – 2. ročníku v povinném programu studia.

- ❖ Preference mužů z 1. a 2. ročníku od preferencí mužů z 3. – 5. ročníku jsou odlišné. Shoda se projevuje oblibě tenisu a kulečnicku. Tyto aktivity nejsou nabízeny v programu povinného studia, ani v programu volitelných předmětů.
- ❖ Neshodují se ani preference mužů a žen celkově. Muži se odlišují v preferenci tenisu a kulečnicku. Ženy preferují plavání.
- ❖ Alarmující je zjištění, že studenti (muži, ženy) nemají zájem o sportovní gymnastiku.

Týmové pohybové aktivity

- ❖ Odlišné jsou preference týmových pohybových aktivit z hlediska pohlaví. Muži jednoznačně preferují fotbal a ženy volejbal. Obě tyto PA jsou v nabídce studentům 1. a 2. ročníku v povinném programu studia.
- ❖ Zajímavé je zjištění, že u ženy projevují zájem o florbal a baseball. Ani jedna z těchto aktivit není v nabídce povinného programu.
- ❖ Muži z 1. a 2. ročníku společně s muži z 3. – 5. ročníku preferují fotbal a lední hokej. Fotbal je v nabídce studentům 1. a 2. ročníku v povinném programu studia, lední hokej nikoli.
- ❖ U mužů i žen lze sledovat obdobný zájem o méně rozšířenou PA frisbee.

Kondiční pohybové aktivity

- ❖ Ženy z obou dvou kategorií se shodují v oblibě aerobiku. Aerobik není v nabídce povinného programu studia, je však v nabídce předmětů volitelných.
- ❖ U žen se projevuje zájem o méně rozšířené nové PA, jsou to spinning, cvičení Tai-chi a Jóga. Jóga je v nabídce povinného programu studia, spinning a Tai-chi nikoli.
- ❖ Preference PA kondičních z hlediska pohlaví jsou odlišné. Muži preferují běh a posilovací cvičení. Ženy aerobik, spinning.

Pohybové aktivity ve vodě

- ❖ Preference PA ve vodě jsou převážně odlišné vzhledem k pohlaví, přestože v rámci programu povinného studia jsou jim nabízeny stejné PA ve vodě.

Plavání v rámci povinného studijního programu je v nabídce pouze u studentů 1. a 2. ročníku.

- ❖ Ženy obou kategorií se shodují v oblíbenosti cvičení ve vodě a zdravotního plavání.
- ❖ Muži obou kategorií se shodují v preferencích plavání s ploutvemi a skocích do vody.
- ❖ Obě pohlaví se shodují pouze v oblíbenosti plavání s ploutvemi.

Pohybové aktivity v přírodě

- ❖ Ženy obou kategorií preferují jednoznačně cykloturistiku a bruslení (i kolečkové brusle).
- ❖ V preferencích sjezdového lyžování se shodují i muži s ženami.
- ❖ Muži celkově ve srovnání s ženami v oblasti PA v přírodě mají odlišné preference, které se týkají převážně technicky zaměřených sportů. U mužů je to např. parašutismus, lodní aktivity, technické sporty.
- ❖ U žen se objevuje zájem o méně rozšířenou PA jízdu na koni.

Bojová umění

- ❖ Z hlediska pohlaví se preference mužů odlišují od preferencí žen v oblasti nejoblíbenější bojové aktivity, kterou je u mužů zápas, u žen Kick-box.
- ❖ V oblasti bojových umění jsou preference všech kategorií poměrně nejednotné, což může být způsobeno neznalostí jednotlivých bojových umění, kdy se studenti nejčastěji mohou přiklánět ke sportům pro ně nejnámějším. Jako je např. karate, judo, které uvádějí ženy.
- ❖ Žádné z bojových umění není studentům nabízeno v rámci povinného studijního programu, není nabízeno ani v rámci výběrových předmětů.
- ❖ Studenti (muži ani ženy) většinou neznali Musado.

Rytmické a taneční pohybové aktivity

- ❖ V preferencích rytmických a tanečních PA se muži i ženy shodují v oblíbenosti latinsko-amerických tanců a společenských tanců.
- ❖ Ženy se od mužů odlišují v oblibě moderních tanců.
- ❖ Muži uvádějí na rozdíl od žen oblibu bojových tanců.
- ❖ Obě dvě kategorie žen preferují obdobné druhy tanců. Zajímavé je, že roste obliba orientálních tanců u žen.
- ❖ Alarmujícím je zjištění malého zájmu všech kategorií o lidové tance.

Pohybové aktivity celkově

- ❖ Obě pohlaví se shodují v oblibě PA týmových.
- ❖ Ženy obou kategorií se shodují v preferencích PA rytmických a tanečních.
- ❖ Muži projevují zájem i o PA bojové.

7. BIBLIOGRAFICKÁ CITACE

1. Bunc, V. (1997). Pohybové aktivity jako prostředek ovlivňování zdravotně orientované zdatnosti. In P. Tilinger & T. Perič (Eds.), *Tělesná výchova a sport na přelomu století* (pp. 172-174). Praha: Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu.
2. Čáp, J. (1993). *Psychologie výchovy a vyučování*. Praha: Univerzita Karlova.
3. Daněk, K. (1983). *Pohybem ke zdraví*. Edice Sport a zdraví. Praha: Olympia.
4. Dovalil, J. a kol. (1992). *Sportovní trénink (Lexikon základních pojmů)*. Praha: Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu.
5. Dudácká, B. (1990). Tvorba pohybových režimů mládeže a dospělé populace jako nezbytné součásti životního způsobu. *Sborník vědecké rady ÚV ČSTV, č. 21*.
6. Ewiaková, A. (1998). Objektívni příčiny nezájmu mládeže a šport. *Tělesná Výchova a Šport, 8(1)*.
7. Frömel, K. a Novosad, J. a Svozil, Z. (1999). *Pohybová aktivita a sportovní zájmy mládeže*. Olomouc: Univerzita Palackého.
8. Hrčka, J. (1984). *Rekreační šport a súčasný zposob života*. Bratislava: Veda.
9. Chmelíčková, P. (2004). *Sportovní aktivita a zdraví osob studujících tělesnou výchovu a sport na Jihočeské univerzitě* (Diplomová práce). České Budějovice: Jihočeská univerzita, Pedagogická fakulta.
10. Chytil, J. (1995). *Program sportovních zájmů*. Olomouc: SWC.
11. Kaplan, R. M., Sallis, J. F. & Patterson, T. L. (1996). *Zdravie a správanie človeka*. Bratislava: Slovenské pedagogické nakladateľstvo.
12. Kasa, J. (1991). *Pohybová činnosť v telesnej kultúre*. Bratislava: Univerzita Komenského.
13. Kudláčková, R. (1986). *Rekreační pohybové aktivity posluchačů II. ročníků pedagogické fakulty* (diplomová práce). České Budějovice: Pedagogická fakulta.
14. Sallis, J. F., & Hovel, M. F. (1990). Determinants of Exercise Behavior. *Exercise and Sport Science Reviews*.
15. Schlauch, M. (2006). *Analýza pohybové aktivity v životě obyvatel jihočeského regionu* (bakalářská práce). České Budějovice: Pedagogická fakulta.
16. Skalková, J. (1983). *Úvod do metodologie a metod pedagogického výzkumu*. Praha: SPN.
17. Slepíčková, I. (2005). *Sport a volný čas*. Praha: Karolinum.

18. Štumbauer, J. (1989). *Základy vědecké práce v tělesné kultuře*. České Budějovice: Pedagogická fakulta.
19. Valjent, Z. Změny v oblíbenosti sportovních odvětví u VŠ studentů. České Budějovice: *Studia Kinantropologica* (v tisku).
20. Vondruška, V. a Barták, K. (1999). *Pohybová aktivita ve zdraví a v nemoci*. Hradec Králové: Klinika tělovýchovného lékařství FN a LFUK.

www.uniba.sk/utv/skripta_1_rocnik/simonek.htm