

**Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích**  
**Pedagogická fakulta**

**BAKALÁŘSKÁ PRÁCE**

**2009**

**Mgr. Věra Holá**

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Pedagogická fakulta

Katedra výchovy ke zdraví

Bakalářská práce

na téma

AKTIVITY ČESKÝCH RODIN V SOBOTU A V NEDĚLI  
- ZÁVISLOST NA ROČNÍM OBDOBÍ

Vedoucí práce: PhDr. Olga Jílková

Vypracovala: Mgr. Věra Holá

Studijní obor: Výchova ke zdraví

České Budějovice, duben 2009

University of South Bohemia České Budějovice  
Faculty of Education  
Department of Health Education

Bachelor thesis  
about

WEEKEND ACTIVITIES OF CZECH FAMILIES  
- DEPENDING ON A SEASON

Supervisor: PhDr. Olga Jílková  
Name of the author: Mgr. Věra Holá  
Field of study: Health Education

České Budějovice, April 2009

## **BIBLIOGRAFICKÁ IDENTIFIKACE**

**Název bakalářské práce:** Aktivity českých rodin v sobotu a v neděli

– závislost na ročním období

**Jméno a příjmení autora:** Mgr. Věra Holá

**Studijní obor:** Výchova ke zdraví

**Pracoviště:** Katedra výchovy ke zdraví, Pedagogická fakulta, Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

**Vedoucí bakalářské práce:** PhDr. Olga Jílková

**Rok obhajoby:** 2009

### **Abstrakt**

Ve své bakalářské práci se zabývám aktivitami českých rodin v sobotu a v neděli v závislosti na ročním období. Teoretická část práce shrnuje dosavadní poznatky k tomuto tématu z literatury a jiných pramenů. Hlavní náplní druhé části práce je analýza údajů získaných průzkumem v rodinách s použitím metod – dotazníku, rozhovoru, pozorování. Zjištěné údaje jsou sumarizovány do tabulek a znázorněny v podobě grafu. Ze srovnání víkendových aktivit matek a otců jednoznačně vyplynulo, že matky věnují dítěti a péči o domácnost podstatně více času. Muži – otcové se v mnohem větší míře věnují odpočinkovým a zájmovým aktivitám. Celkově převládá pasivní způsob trávení volného času. Na základě těchto výsledků jsou v závěru formulována doporučení.

### **Klíčová slova**

volnočasové aktivity, víkend, rodiče, dítě, zdraví

## **BIBLIOGRAPHIC IDENTIFICATION**

**Title of the thesis:** Weekend activities of Czech families –  
depending on a season

**Name of the author:** Mgr. Věra Holá

**Field of study:** Health Education

**Department:** Health Education, Faculty of Education, University of South Bohemia,  
České Budějovice

**Supervisor:** PhDr. Olga Jílková

**Year of the presentation:** 2009

### **Abstract**

In my work, I focused on activities in Czech families during Saturday and Sunday, depending on season. Theoretical part summarises present knowledge to this theme from literature and other sources. The main contents of second part is analysis of data, obtained from investigation in families using selected methods – questionnaire, interview, observation. Reported data are summarized in tables and demonstrated in graphs. From comparison of weekend activities of mothers and fathers, it ensued, that mothers put in child and household care considerably more time. Men – fathers attend much more to rest and spare-time activities. Totally, passive way of spending pastime prevails. Based on these results, recommendations are conceived in conclusions.

### **Keywords**

pastime activities, weekend, parents, child, health

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci na téma „Aktivity českých rodin v sobotu a v neděli – závislost na ročním období“ jsem vypracovala samostatně s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47 b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v úpravě vzniklé vypuštěním vyznačených částí archivovaných Pedagogickou fakultou elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách.

V Českých Budějovicích dne 16. dubna 2009

.....

podpis

Děkuji vedoucí bakalářské práce, paní PhDr. Olze Jílkové, za odborné vedení, pomoc a cenné rady, které mi poskytla při vypracování mé bakalářské práce.

## **OBSAH**

1. ÚVOD.....	9
2. PŘEHLED LITERATURY.....	10
2.1 Rodina.....	10
2.1.1. Funkce rodiny.....	12
2.1.2. Rodina a volný čas.....	13
2.1.3. Charakteristika současné rodiny.....	16
2.2. Školní věk (6 – 12 let).....	18
2.3. Volný čas.....	19
2.3.1. Problematika volného času a psychohygienu.....	19
2.4. Volnočasové aktivity.....	23
2.4.1. Hra ve volném čase.....	25
3. CÍLE PRÁCE A HYPOTÉZY.....	29
4. METODIKA.....	30
4.1. Použité metody výzkumu.....	30
4.2. Charakteristika souboru.....	31
5. VÝSLEDKY.....	32
5.1. Porovnání víkendových aktivit matek a otců.....	32
5.2. Porovnání aktivit rodin v sobotu a v neděli.....	33
5.3. Porovnání aktivit mužů a žen z hlediska ročních období.....	34
5.4. Analýza víkendových aktivit dětí.....	35
5.5. Analýza času tráveného dětmi společně s rodiči.....	36
5.6. Srovnání času, který tráví děti s matkou a otcem.....	37
6. DISKUZE.....	39
6.1. Porovnání víkendových aktivit matek a otců.....	39
6.2. Porovnání aktivit v sobotu a v neděli.....	40
6.3. Porovnání aktivit z hlediska ročních období.....	42
6.4. Analýza víkendových aktivit dětí.....	43
6.5. Analýza času tráveného dětmi společně s rodiči.....	45
6.6. Srovnání času, který tráví děti s matkou a otcem.....	46
7. ZÁVĚR A DOPORUČENÍ.....	48
8. SEZNAM LITERATURY.....	52



9. PŘÍLOHY.....	56
Příloha I	Grafické srovnání víkendových činností otců a matek
Příloha II	Grafické srovnání aktivit rodin v sobotu a neděli
Příloha III	Aktivity mužů a žen o víkendech v jednotlivých ročních obdobích
Příloha IV	Srovnání času, který tráví děti s matkou a otcem
Příloha V	Otázky k dotazníkovému šetření pro rodiče
Příloha VI	Otázky k dotazníkovému šetření pro děti
Příloha VII	Nabídka víkendových aktivit pro rodiny s dětmi
Příloha VIII	Ukázky výtvarných prací žáků na téma „Naše rodina o víkendu“
Příloha IX	Fotografie z víkendových akcí rodin

## 1. ÚVOD

Rodina má ve vyspělých společnostech hlavní odpovědnost za výchovu svých dětí. Tato odpovědnost vychází z historických a kulturních tradic života společnosti a je zakotvena v jejích právních normách.

Její největší působení odpovídá času strávenému společně při nejrůznějších aktivitách. Nejvíce činností lze realizovat ve volném čase rodičů a dětí. V současné době se v průběhu pracovního týdne zvyšují nároky na čas rodičů strávený v pracovním procesu a v důsledku toho se zkracuje i čas strávený s dětmi a ostatními členy rodiny. Víkendy, prázdniny, dovolená jsou často jedinými společnými časovými úseky českých rodin.

Důležité je, aby volný čas byl využit účelně. Dobře prožité chvíle rodinu stmelují, posilují pocity sounáležitosti. Pro rodinu jsou obvykle charakteristické některé aktivity průběhu dne - trávení večerů, sobot a nedělí. Dítě tento domácí řád nasává všemi smysly, postupně se s ním ztotožňuje, přijímá ho za svůj. V dospělosti je pak pro něho stálou základnou, o níž se v jednání a chování opírá.

Dobrý domov je předpokladem pro odpovídající vývoj osobnosti člověka. V tomto smyslu má generace mladých lidí, kteří zakládají vlastní rodiny, velkou zodpovědnost ke generaci příští. Odpovědnost, kterou za ně nikdo jiný nemůže převzít. Rodinné zázemí a v něm prožité pěkné chvíle strávené s rodiči, sourozenci či prarodiči nemůže dítěti nahradit nic. Rodiče nejvíce přejí svému dítěti, ale i sobě zdraví. Zdraví považují za jednu z prvořadých hodnot. K jeho zachování a upevnění přispívá i správný denní režim, vhodné volnočasové aktivity.

Obě tyto oblasti zahrnuje zdravý životní styl, který by si děti měly osvojovat již od nejútlejšího věku. Nejsnáze si vytvářejí zdravé návyky, když vidí příklady vhodného chování u dospělých členů rodiny.

Pasivní způsob trávení volného času – vysedávání u televize či počítačové obrazovky jistě není tím pravým příkladem. Rodiče by děti měly vést k pobytu v přírodě, pravidelnému provádění pohybových činností, které vedou ke zvyšování úrovně tělesné zdatnosti a psychické odolnosti.

Protože sobota a neděle jsou dny největších možností pro společné trávení volného času rodičů s dětmi, orientují svou práci na sledování jejich aktivit právě v tyto dny, a to i v závislosti na jednotlivých ročních obdobích.

## 2. PŘEHLED LITERATURY

### 2.1. Rodina

Rodina je obvykle definována jako malá sociální skupina, která umožňuje vzájemné soužití mezi oběma manželskými partnery, soužití rodičů a jejich dětí, utváření vztahů mezi příbuznými, utváření vztahů mezi rodinou a společností (především školou) (MATOUŠEK, 2003).

Rodina je základní stavební jednotkou společnosti, v níž dochází k přípravě lidského jedince na život v širším společenském celku a k uskutečňování většiny základních potřeb člověka. Ve výkonu svých přirozených funkcí není role rodiny plně nahraditelná žádným jiným subjektem. Rodina je prvním modelem společnosti, s jakým se dítě setkává. Předurčuje jeho osobní vývoj a vztahy k jiným skupinám lidí. Rodina dítě orientuje na určité hodnoty, vystavuje ho určitým konfliktům a poskytuje mu určitý typ podpory. Tímto způsobem tak dítěti předává sociální dovednosti (MATĚJČEK, 2000).

Rodina může mít mnoho podob.

Podle počtu společně žijících generací může být rodina základní a širší. Základní rodina sestává z otce, matky a dětí. Širší rodina navíc zahrnuje prarodiče, strýce a tety a ostatní příbuzné.

Podle kritéria podílu rodičů na výchově dětí je úplná a neúplná. Úplná rodina má otce, matku a děti. V neúplné rodině chybí buď otec, nebo matka.

Podle společenské adekvátnosti výchovného působení může být funkční, dysfunkční a afunkční. Funkční rodina zajišťuje plnění všech základních funkcí. Na rozdíl od ní dysfunkční rodina neplní dobře nebo vůbec jednu nebo více funkcí. Afunkční rodina neplní své funkce vůbec.

Podle vyváženosti, provázanosti a komplexnosti naplňování funkcí, může být rodina integrovaná a dezintegrovaná. V integrované rodině fungují dobře vztahy mezi členy rodiny. Dezintegrovaná rodina se projevuje nežádoucími rozpory zejména mezi rodiči, ale také mezi rodiči a dětmi nebo jejich kratším či delším oddálením.

Podle trvalosti příznaků fungování rodiny může být stabilní a nestabilní. Stabilní rodina vykazuje kladné nebo záporné vlastnosti po dlouhé období. Nestabilní rodina

se projevuje značnými výkyvy a proměnami svých kvalit v kladném i záporném významu (MALACH, 2007).

Dobrá manželství a rodiny, přátelství a společenství stejně smýšlejících lidí mohou poskytnout v dnešní hodnotově nestálé společnosti domov, jistotu a smysl. Čím lepší, stabilnější a harmoničtější je kultura rodičů, rodiny a jejího okolí, se kterým se děti setkávají, tím méně je pak třeba děti přímo vychovávat. Jejich výchova závisí do značné míry na podmínkách, ve kterých děti žijí, na zkušenostech a způsobech, jakými se s nimi zachází, na příkladech, které jim okolí poskytuje. Děti se řídí především chováním svých rodičů. Nejdůležitějším úkolem rodičů je usměrnit svůj vlastní život tak, aby své děti ovlivňovali víc pozitivním než negativním směrem (BREZINKA, 1989).

VANĚK (1972) považuje rodinu jako výchovné prostředí za činitele prvořadého významu, který determinuje zdravou osobnost vyvíjejícího se dítěte ze všech činitelů nejvíce. Dále uvádí zvlášť významné znaky optimálního rodinného prostředí:

- vnitřní stabilita rodiny,
- její nenarušená a přirozená struktura,
- kulturní atmosféra,
- civilizační standard.

Funkční rodina s kladným emočním vztahem rodičů k dítěti a s trvalou láskyplnou péčí o ně podporuje rozvíjení emočních a charakterových aspektů osobnosti dítěte i jeho schopností (ČÁP, 1996).

Rodina jako primární sociální skupina je rozhodující pro většinu dětí a mladých lidí také jako prvotní prostředí volnočasového života a výchovy, zásadně se podílejícím na formování jejich osobnosti (HOFBAUER, 2004).

Rodina je tradičně považována za hlavního činitele, jenž svým selháváním dětem umožňuje kriminální chování. Rodina ovšem není neměnná instituce, její funkce se v novodobé historii v západních zemích výrazně proměnily (MATOUŠEK, KROFTOVÁ, 2003).

Rodina pro rodiče a děti představuje domov, tedy soukromí, bezpečné místo a východisko všech životních aktivit (VYMĚTAL, 2004).

Podle PRŮCHY (2001) vytváří určité emocionální klima, formuje interpersonální vztahy, hodnoty a postoje, základy etiky a životního stylu.

### 2.1.1. Funkce rodiny

#### Biologicko – reprodukční funkce

Má zabezpečovat udržení života početím a zrozením nového člověka. Také předpokládá uspokojování sexuálních potřeb manželů. Tato funkce se sice může uplatnit mimo rodinu, v rodině však nabývá svůj plný význam. Nejde jen o to přivést dítě na svět, ale také mu zabezpečit potřebné podmínky života a jeho další vývoj (DUNOVSKÝ et al., 1999).

Základ reprodukčního chování je instinktivní. Rodičovská péče o potomstvo, o jeho zdatnost a životaschopnost je vyvrcholením reprodukčního úkolu.

Rodinné společenství a péče o dítě jsou pro lidstvo nutností. Bez ní by nepřežilo. Během vývoje tato přírodní a biologická nutnost nabyla formu mravní zákonitosti (HINTNAUS, 1998).

#### Ekonomicko-zabezpečovací funkce

Vztahuje se na všechny členy rodiny. V minulosti byla zvláště důležitá její výrobní složka, v současné době se stala rodina spotřební jednotkou, zcela závislou na výrobní činnosti společnosti. Zabezpečovací funkce se netýká jen oblasti materiální, ale postupně přechází do oblasti sociální, duševní a duchovní. Má poskytovat svým členům životní jistoty.

#### Socializačně – výchovná funkce

Tato funkce zabezpečuje společenskou kontinuitu. Spočívá v opravdovém zájmu o dítě a kvalitní péči o ně, v jeho výchově, v jeho přijetí jaké je, v porozumění jeho vývojovým potřebám a požadavkům. Přitom má vždy prosazovat jeho nejlepší zájem a prospěch, ochraňovat je před nepříznivými situacemi a učit je, aby bylo samo schopno jim čelit a překonávat.

## Emocionální funkce

Emocionální funkce v rodině je vázána na plně rozvinutého člověka, zralého, odpovědného, pro něhož citový vztah není něčím chvilkovým, ale trvalou bází jistoty a citovým základem pro všechny její členy (DUNOVSKÝ et al., 1999).

Potřeba emočního zakotvení vždy přirozeně narůstá v existenciálních chvílích lidského života a v osobně prožívaných životních krizích (HAVLÍK, KOŤA, 2002).

### 2.1.2. Rodina a volný čas

Výchovné dění v rodině a v institucích, které nabízejí dětem smysluplné využití jejich volného času, vychází do značné míry z určitých společných znaků, které by měly být respektovány v přístupech dětí, rodičů i vychovatelů – specialistů k výchovným činnostem. K těmto společným znakům patří především:

- zaměření na rozvíjení hodnotných zájmů, pozitivních individuálních vlastností a mezilidských vztahů,
- dobrovolnost spojená se svobodnou nabídkou a volbou aktivit,
- odpočinkové, relaxační a regenerační rysy činností,
- podpora a návaznost na výchovné a vzdělávací činnosti školy,
- výchovné působení odpovídající představám a záměrům dětí a jejich rodičů (VIEHOFFOVÁ, REUYSOVÁ, 1996).

Z postavení rodiny vůči ostatním činitelům výchovy působícím na dítě v jeho volném čase vyplývá několik obecných závěrů:

- rodiče jsou nejdůležitějšími vychovateli, všichni ostatní vychovatelé mohou pouze doplňovat to, čeho ve výchově dosáhli rodiče,
- čas, který věnují rodiče výchově svých dětí, není hodnota, která bude kladně působit sama o sobě, působení této hodnoty závisí od mnohých činitelů kulturní, morální a pedagogické povahy,
- rodiče nejsou zodpovědní jen za výchovu svých dětí v rodinném prostředí, ale za jejich výchovu vůbec,

- nejdůležitějším předpokladem úspěšné rodinné výchovy je dobrý společný způsob života rodičů a dětí,
- dobrou výchovu ve volném čase tvoří v podstatě organizace hodnotných příležitostí pro kontakty, zážitky a činnosti dětí a za tuto organizaci nese v první řadě odpovědnost rodina,
- nepřímá výchova je v případě rodiny a dalších institucí pro výchovu ve volném čase zpravidla důležitější než výchova přímá, nepřímo vychovávat znamená vytvořit dětem příznivé podmínky, tj. takové, ve kterých získané zkušenosti umožní utváření vlastností mravného, pilného a schopného člověka (SPOUSTA et al., 1994).

Další důležité momenty působící na dítě v rodině můžeme souhrnně označit jako sociokulturní charakteristiky rodiny. Užívá se také výrazu sociokulturní úroveň rodiny a vyjadřuje se – zjednodušeně, vcelku však pro naše současné podmínky výstižně – vzděláním rodičů. V našich výzkumech se opakovaně ukázalo, že děti a mladiství dosahují v průměru lepšího školního prospěchu a také se vytrvaleji věnují psychicky náročnějším zájmovým činnostem, pokud vyrůstají v rodinách, kde alespoň jeden z rodičů má ukončené středoškolské nebo vyšší vzdělání. Pokud rodiče mají jen základní vzdělání, ale realizují psychicky náročnější zájmové činnosti, zejména kulturní, vyvíjejí se děti podobně jako tam, kde rodiče mají vyšší vzdělání. Rodiče s kladným postojem ke vzdělání a kultuře, se zájmovými činnostmi, které přesahují pouhou zábavu a psychicky nenáročnou formu využívání volného času, jako je sledování zábavných pořadů v televizi bez výběru, sledování sportovních utkání, zábavná četba apod. častěji a lépe stimulují děti k učení a zájmovým činnostem, dokáží také dítěti pomoci při učení a při zvládnutí některých obtíží a problémů v náročnějších zájmových činnostech. Rodina s vyšším vzděláním rodičů má také zpravidla svou knihovničku s krásnou literaturou a odbornými příručkami (v tom je nejvýraznější rozdíl od rodin s nižším vzděláním rodičů, kdežto ve vlastnictví televizoru, automobilu apod. nejsou u nás podle opakovaných zjištění významné rozdíly), což je opět důležité pro rozvíjení dítěte, jeho činností a zájmů, hodnotových orientací, způsobu života (ČÁP, 1996).

SPOUSTA et al., (1997) uvádí možnosti volnočasových aktivit v rodině:

- pracovní činnosti v domácnosti, na zahradě a v dílně (například nákupy, úklid, péče o květiny, domácí zvířata, péče o vlastní záhony na zahradě atd.),
- herní aktivity,
- tělovýchovné a sportovní činnosti (ranní rozcvičky, rodinné sportovní turnaje, domácí jóga, gymnastika, posilování, lyžařské zájezdy, společné sledování rozhlasových a televizních a sportovních přenosů, návštěva sportovních utkání, tělovýchovných slavností, atd.),
- večerní posezení v rodinném kruhu spojené s povídáním o událostech dne, formy rodinné a osobní hygieny (mytí, péče o vlasy, zuby, nehty, péče o čistotu oděvu, péče o obuv, hračky, pomoc rodičům při úklidu bytu, při stolování v rodině atd.),
- esteticko-výchovné činnosti (nácvik hry na hudební nástroje, domácí hudební a pěvecké produkce, estetická úprava bytového interiéru, společné návštěvy divadel, výstav, koncertů, společné sledování a poslech uměleckých děl v rozhlase, televizi, četba a vyprávění pohádek atd.),
- rodinné vycházky, výlety, dovolené,
- návštěvy příbuzných, přátel, známých.

Současné transformační projekty českého školství předpokládají, že se vzájemné vztahy mezi školou a rodinou budou vyvíjet k větší otevřenosti, náročnosti, kooperativnosti a partnerství. Tato očekávání se nevztahují jen ke škole, ale také k dalším výchovným institucím, ovlivňujícím děti v náplni jejich volného času. Od určitého věku dětí nemůže rodina zabezpečit komplexní a multikulturní rozvoj dítěte svými vlastními silami. Je v tomto směru odkázána na spolupráci s jinými specializovanými institucemi. Na výchově dětí ve volném čase se v současné době spolu s rodinou podílejí:

- škola a učitelé v době mimo vyučování,
- světské a církevní dětské a mládežnické organizace,
- speciální státní, soukromé a nadační výchovné instituce,



- odborové, sportovní, zdravotnické, ekologické a další organizace, které vstupují v rámci své specifické programové činnosti do výchovy dětí a mládeže,
- hromadné sdělovací prostředky – rozhlas, televize, film a tisk (PÁVKOVÁ et al., 2002).

### 2.1.3. Charakteristika současné rodiny

Důležitým mezníkem ve vývoji české rodiny je rok 1989. Od roku 1989 v České republice roste počet dvoukariérových rodin, kde budují svou kariéru oba rodiče. Z toho vyplývá, že jednotliví členové rodiny společně tráví stále méně času. Péče o děti je v mnohých rodinách přenášena na babičky, jinde je nedostatek času řešen získáním pomocnice do domácnosti. V některých rodinách se můžeme setkat s tím, že péče o mladší sourozence a případně další povinnosti rodičů jsou přesunuty na nejstarší dítě (MOŽNÝ, 1990).

Názory na rodinnou výchovu, na její význam, zaměření a prostředky jejího působení se vyvíjely spolu se společností a vždy do značné míry souvisely také s celkovou orientací výchovně vzdělávacího systému v tom kterém období života společnosti.

Na počátku druhé poloviny 20. století byla prosazována zaměstnanost obou rodičů a zároveň s tím myšlenka, že rodiče přenechají značnou část odpovědnosti za výchovu dětí specializovaným institucím a využijí takto získaný čas pro své sebevzdělávání, veřejně politickou činnost a zájmové aktivity. V tomto období vzniká rozsáhlá síť institucí pro výchovu dětí a mládeže v době mimo vyučování, od níž se očekávalo, že převezme část z úkolů rodinné výchovy. Stanovisko k rodinné výchově se začíná pozvolna měnit. Stále častěji zaznívají hlasy odborníků upozorňujících na to, že rodina má své nezastupitelné místo a úkoly při výchově dětí, stejně jako škola a další výchovné instituce (SPOUSTA et al., 1994).

Společenské změny, které otevřely ženám cestu ze soukromého světa rodiny do veřejného světa širší společnosti, stojí naši civilizaci častější úpadek rodinného života. Současná česká rodina je rodinou zaměstnané ženy. Zaměstnaní ženy je pro většinu rodin stále ještě ekonomickou nutností, neboť není mnoho rodin, které by vystačily s jedním příjmem. Toto však může být i novou příčinou problémů mezi

rodiči – matka dosáhne lepšího postavení a příjmů v rodině. Otec se hůře vyrovnává s tím, že jeho žena je významnější postavou jak doma, tak ve společnosti. Jedním z dalších případů krize v rodině je muž podnikatel, který je v rodině jen minimálně. Někdy se svou nepřítomností snaží nahradit zvýšeným přispíváním do rodinného rozpočtu, jindy však investuje do svých obchodů. Rodina je tak frustrovaná a cítí se pak ukrácena na svých právech. Konflikty mohou nastat také v případě, že oba rodiče podnikají, čímž může dojít k propojení rolí pracovních a rodinných (MATOUŠEK, 2003).

## 2.2. Školní věk (6 – 12 let)

Dochází k formování vrstevnických vztahů a pravidel skupinového chování. Roste úloha kognitivního učení a vzdělávání. Tvoří se určité postoje a zájmy. Vznikají vztahy zodpovědnosti (HAVLÍK, KOŤA, 2002).

Jako mladší školní věk označujeme obvykle období, kdy dítě vstupuje do základní školy, až do doby, kdy začínají první známky pohlavního dospívání. Někdy se mluví prostě jen o školním věku, ale povinná školní docházka trvá i v období dospívání, které bývá nazýváno jako starší školní věk. Dochází ke zdokonalování hrubé i jemné motoriky, pohybová aktivita v tomto období je výrazná a směřuje ke specializovaným činnostem a hrám, které vyžadují zvláštní pohybové a svalové dovednosti. V období mladšího školního věku se také vyvíjí smyslové vnímání, dítě je pozornější, vytrvalejší a pečlivější. Roste slovní zásoba, délka a složitost vět. Teprve kolem 7 let je dítě schopno skutečných logických operací (PROVAZNÍK et al., 1998).

Dítě mladšího školního věku má velkou potřebu pohybu, jeho pohybová aktivita je velmi výrazná. Pohyby dětí jsou rychlejší, přesnější, vytvářejí se předpoklady pro organizovanou tělovýchovu (HÁJEK et al., 2008).

Člověk se vytváří hlavně na základě jeho vlastních, osobních zkušeností, a tak po několika měsících školní docházky zažijí některé děti ve škole něco nepěkného nebo zjistí, že je jiná, než si představovaly a na co byly doma a v mateřské škole připravovány (VYMĚTAL, 2004).

Vstupem do základní školy dítě získává společenský status školáka a první skutečné pracoviště. K osobám primárních rodinných vychovatelů přistupuje nová autoritativní osoba učitelky nebo učitele, které dítě v tomto období přijímá zpravidla ještě bez jakéhokoliv kritického hodnocení. Charakteristikou dětských skupin v tomto věku je jejich rozdělení podle pohlaví. Právě v tomto období se tvoří tzv. mužská a ženská identita. Společnosti vrstevníků působí v tomto směru patrně rozhodujícím způsobem (DUNOVSKÝ et al., 1999).

Podle Ericksona je toto období charakterizováno jako: “ Já jsem to, co dovedu“ (JANKOVSKÝ, 2003).

### 2.3. Volný čas

Volný čas je možno chápat jako opak nutné práce a povinností, dobu, kdy si své činnosti můžeme svobodně vybrat, děláme je dobrovolně a rádi, přinášejí nám pocit uspokojení a uvolnění (PÁVKOVÁ et al., 1999).

Volný čas je doba, po kterou člověk patří sám sobě, může se svobodně rozhodnout o činnostech, které mu přinášejí potěšení či odpočinek. Je to tedy část dne, v níž je člověk maximálně osvobozen od všech povinností pracovních, společenských, od svých závazků k rodině i vůči sobě samému ve smyslu uspokojování primárních potřeb (HÁJEK et al., 2008).

Volný čas je čas, se kterým člověk může nakládat podle svého uvážení a na základě svých zájmů. Volný čas je doba, která zůstane ze čtyřiaadvaceti hodin po odečtení času věnovaného práci, péči o rodinu a domácnost, péči o vlastní fyzické potřeby (včetně spánku). Na výchovu a vzdělávání ve volném čase je zaměřena pedagogika volného času (PRŮCHA, 2000).

Další definice uvádí, že volný čas je časový prostor, který umožňuje svobodnou volbu činností, kdy si člověk vybírá činnosti nezávisle na společenských povinnostech, vykonává ji tedy dobrovolně a tato činnost mu poskytuje uspokojení a příjemné zážitky (VÁŽANSKÝ, SMÉKAL, 1995).

#### 2.3.1. Problematika volného času a psychohygienu

Ze všech psychologických disciplín se problematice volného času pravděpodobně nejvíce věnuje psychohygienu.

Psychohygienu (duševní hygiena) je systém vědecky propracovaných pravidel a rad sloužících k udržení, prohloubení nebo znovuzískání duševního zdraví, duševní rovnováhy. K dosažení těchto cílů nabízí volný čas člověku velké možnosti (MÍČEK, 1984).

Objektivně představuje volný čas pro psychohygienu prostor, kde lze aplikovat nejefektivněji všechna opatření a postupy, které vedou k znovuzískání a upevnění zdraví.

Volný čas je pozitivní hodnotou jen tehdy, když je dobře a konstruktivně využíván. Jestliže však není volný čas užitečně naplněn, stává se nepříjemnou zátěží,

kteřá vyvolává nebo zhoršuje maladaptivní projevy. Značné nebezpečí představuje volný čas, který je využíván ke škodlivým aktivitám, např. kouření, alkoholismu, hazardním hrám apod.

V některých případech je nejen důležitým problémem správné využití volného času, ale přímo jeho získávání. V této souvislosti mluvíme obvykle o časovém stresu, tedy o situaci, kdy se jedinci nedostává času na odpočinek a zábavu a někdy dokonce ani na plnění pracovních povinností (SPOUSTA et al., 1997).

Každý člověk by se měl naučit uspořádat svůj denní režim dne neboli režim práce a odpočinku. Fyziologickým podkladem správného zařazování pravidelně se opakující činnosti během 24 hodin je biologická rytmicita funkcí lidského organismu (PROVAZNÍK et al., 1998).

Každá lidská činnost, ať je to hra, učení, práce či zábava, jestliže dlouho trvá nebo je značně intenzivní, člověka unavuje. Při nástupu únavy činnosti a svěžest jedince ochabují. Když se ohlásí, je tím dán našemu organismu biologicky účelný signál, že si potřebujeme odpočinout. Pokud se běžná únava odpočinkem odstraní, organismus si zachovává svou obvyklou svěžest a práce schopnost. Jestliže se však regenerace organismu nemůže dostavit, únava se prohlubuje a vede k chronickému stavu. Vyčerpání, jež nastává, je chorobnou reakcí organismu na nadměrné zatížení přesahující fyziologické meze člověka. Následky jsou déletrvající a nemizí po normálním odpočinku, nýbrž je zapotřebí použít speciální léčby.

Únavu nepřekonáme volným úsilím, ale odpočinkem. Odpočinek dětí, mládeže a dospělých má velký význam pro jejich normální tělesný a duševní vývoj, zdravotní stav a udržení jejich práce schopnosti a svěžesti.

Moderní společnost silně narušila přirozené aktivity organismu a dobu regenerace. Okrádáme se často o noční spánek, který je tak důležitý. Není přirozené dohánět promarněný spánek prodlouženým odpočinkem, např. dopoledním vyspáváním o víkendu (KREJČÍ, BÄUMELTOVÁ, 1999).

Psychohygienu analyzuje fenomény, které brání využívání volného času nebo jeho hodnotu pro rozvoj osobnosti člověka redukuji.

Důležitou psychohygienickou otázkou je existence volného času. Velmi škodlivé je, když jedinec volný čas vůbec nemá. Příčiny bývají různé, ale častěji než velké množství povinností bývá hlavní příčinou špatná organizace práce a celodenního režimu. I při mimořádném zatížení úkoly je dlouhodobé odstranění volného času z životního režimu člověka neekonomické, neboť pracovní výkonnost zde rychle

klesá, zatímco při správném využívání volného času by se mohla udržet na stejné úrovni.

Vedle špatné organizace životního režimu můžeme nalézt mnoho dalších nedostatků a psychohygienických problémů ve volném čase, takže můžeme dokonce mluvit o patologii volného času.

Do patologie volného času musíme řadit především situace, kdy jedinec je neschopen odpočívat, což může být z různých důvodů. V současné době se v americké psychologické literatuře objevuje termín „workoholic“. Používá hovorového překladu „nezadržitelný pracant“, který vyjadřuje jakousi opilost prací, fanatismus práce, který přirozeně vylučuje volný čas a jeho psychohygienické využívání (KUBÍČKOVÁ, 1996).

Další příčinou neefektivního využívání volného času může být nedostatečná nebo nesprávná znalost pravidel psychohygieny, kdy jedinec věnuje volný čas určitým speciálním aktivitám, od kterých si slibuje velký rekreační a relaxační zisk. Může jít třeba o speciální intenzivní cvičení, různé diety, riskantní psychohygienické programy nebo výrazné nadřazování aktivního odpočinku nad pasivní (tedy např. u duševních pracovníků sportu nad spánkem). Zde potom dochází často k situacím, kdy volný čas neplní úkoly, které se od něho očekávají.

Do patologie volného času z hlediska psychohygieny můžeme tak zařadit známý psychický fenomén, který označujeme jako nuda. Nuda (alysosis) je formulována jako nepříjemný afektivní stav spojený s pocitem napětí, se zkresleným prožíváním času (jako by se zastavil) a s pocitem prázdna (MÍČEK, 1984).

Psychologická pravidla využívání volného času:

1. Volný čas není zbytečně stráveným časem.
2. Máme odpovědnost nejen za své pracovní výsledky, ale i za využívání svého volného času.
3. Nejvýhodnější je organizovat volný čas individuálně nebo individuálně co nejvíce respektovat.
4. Ve volném čase je nutné odstranit každou křečovitost a nesmyslné („bezsmyslné“) úsilí.

5. Soukromé plány, cíle a hodnoty v čase povinností koordinovat rozumem, ve volném čase fantazií.
6. Snažit se o široké zájmy a záliby a nevázat jejich realizaci absolutně na zaměstnání.
7. Činnosti ve volném čase by měly být doprovázeny pozitivním emočním laděním.
8. Ve volném čase se věnovat aktivitám, pro něž lze předpokládat schopnosti.
9. Činnosti ve volném čase by měly vést k subjektivnímu prožitku úspěchu.
10. Hledat náplň aktivit ve volném čase v imaginaci a ne v racionalitě, aniž by docházelo k odtržení od reality.
11. Psychohygienická pravidla pro využívání volného času neplatí jen pro psychiku člověka, ale i pro jeho tělo.
12. Znat psychohygienická pravidla pro využívání volného času a mít na ně vlastní poučený názor (SPOUSTA et al., 1995).

## 2.4. Volnočasové aktivity

Volnočasové aktivity lze rozdělit na odpočinkové, rekreační, zájmové a veřejně prospěšné.

### Odpočinkové a rekreační činnosti

Způsob odpočinku a rekreace má velký vliv na životní styl každého jednotlivce, jeho hodnotovou orientaci a v dospělém věku i na pracovní výkon, proto je velice důležité naučit již děti a mládež efektivně odpočívat. Odpočinkové aktivity jsou klidné, pohybově i psychicky nenáročné. K odpočinku může sloužit klid na lůžku, koberci, křesle, spánek, relaxační cvičení, klidné hry, prohlížení a četba časopisů a knih, hry na počítači, poslech rozhlasu, krátké sledování televizního pořadu, videa, rozhovory, vyprávění, krátké a nenáročné procházky.

Naproti tomu rekreační činnosti mají naopak charakter vydatné pohybové aktivity, nejlépe na čerstvém vzduchu.

Mezi rekreační činnosti můžeme zařadit kondiční sport, pohybové hry, turistiku, činnosti spojené s ochranou a tvorbou životního prostředí, hudebně-pohybové činnosti apod.

Cílem obou činností je odstraňovat fyzickou i psychickou únavu (PÁVKOVÁ et al., 2002).

### Zájmové činnosti

Zájmové činnosti jsou definovány jako cílevědomé aktivity zaměřené na uspokojování a rozvíjení individuálních potřeb, zájmů a schopností. Mají velký vliv na rozvoj osobnosti i na správnou společenskou orientaci.

Podle obsahu dělíme zájmové činnosti na společenskovední, pracovní-technické, přírodovědně-ekologické, esteticko-výchovné, tělovýchovné, sportovní a turistické – je však řada hraničních zájmových oblastí, které nelze jednoznačně zařadit.

- Společenskovední – vedou k poznání aktuálního společenského dění i některých historických souvislostí. Základním zaměřením je výchova k vlastenectví, k partnerství a k rodičovství, společenská výchova, sběratelství a jazykověda.



- Pracovně – technické – napomáhají ke zdokonalování manuálních dovedností, obohacování vědomostí o technické poznatky i k aplikaci těchto poznatků v praxi, rozvíjí tvořivost, přispívají k profesní orientaci.
- Přírodovědně – ekologické – prohlubují vědomosti o přírodě, pěstují vztah k její ochraně.
- Estetickévýchovné – formují estetické vztahy dětí k přírodě, společnosti a jejím materiálním a kulturním hodnotám. Jsou zaměřeny na rozvíjení výtvarného, hudebního, literárního, dramatického a hudebně pohybového projevu, na kulturu chování a výchovu vkusu, rozvoj tvořivosti.
- Tělovýchovné, sportovní a turistické – přispívají k fyzické zdatnosti a psychické odolnosti, kompenzují jednostranné zatížení dětí ve škole (PÁVKOVÁ et al., 1999).

#### Veřejně prospěšné činnosti

Podstatou veřejně prospěšné činnosti je vědomé vykonávání takové práce, která prospívá ostatním členům společnosti. Při správném pedagogickém postupu je výchovným prostředkem, který ovlivňuje biologický, psychický i sociální vývoj jedince. Veřejně prospěšné činnosti v rámci aktivit volného času jsou dobrovolné, přinášejí pocity uspokojení a společenské ocenění práce.

Veřejně prospěšné činnosti lze rozdělit podle toho, jaké skupině lidí přinášejí užitek, do dvou oblastí:

1. Činnosti konané ve prospěch menší skupiny osob.
2. Činnosti konané ve prospěch větší skupiny osob (PÁVKOVÁ et al., 2002).

Lidé si vybírají volnočasové aktivity podle vlastních možností, podle toho, do jaké míry je subjektivně potřebují, zda je pociťují jako příjemné a užitečné. Jejich správná volba je důležitá jak během všedního dne, tak i ve volných dnech. Nikdy by neměl chybět pocit uvolnění. Déletrvající volno ve formě prázdnin či dovolené má též svou specifikou. Místo pobytu vybíráme podle osobních zálib, aktivity většinou v kontrastu s převládající každodenní prací (SPOUSTA et al., 1995).

#### 2.4.1. Hra ve volném čase

Každý člověk si v životě někdy hraje a tato činnost ho vždy nějak obohacuje. Člověk má rád hru. Někdy se do hry ponoří tak, že zapomíná na okolní svět. Hrajeme si rádi ve společnosti jiných lidí, ale umíme si hrát i sami. Řada herních činností je pro nás důvěrně známých, ale přesto je rádi opakujeme.

Hra je obsáhlým a všestranným jevem. Působí velmi intenzivně na vývoj každého člověka od jeho narození. Hra je činnost většinou spontánní a dobrovolná. (SPOUSTA et al., 1996).

Hra je dobrovolná činnost, která je vykonávána uvnitř pevně stanovených časových a prostorových hranic, podle dobrovolně přijatých, ale bezpodmínečně závazných pravidel, která má svůj cíl v sobě samé a je doprovázena pocitem napětí a radosti a vědomím jiného bytí, než je všední život (HUIZING, 1971).

FINK (1992) definuje hru jako životní impuls svébytné hodnoty a vlastního řádu, je tak i pěstována, je chápána jako lék proti civilizačním škodám novodobé technokracie, je vychvalována jako omlazující a život obnovující síla.

LINHART et al. (1987) řadí hru spolu s prací a učením mezi tři hlavní způsoby a druhy lidské činnosti. Rozdíly mezi hrou a prací jsou patrné především ve vztazích mezi cíli a motivy. Hrové úkony se především uskutečňují v důsledku bezprostředního zájmu o činnost bez ohledu na utilitární výsledek, subjekt má ke hře kladný postoj pro prožitky, které ji doprovázejí a které znamenají uvolnění. Zároveň se ve hře uskutečňuje obrazotvorné přetváření skutečnosti, což např. umožňuje dítěti poznávat svět a působit na něj způsobem pro ně přiměřeným a dostupným.

Při studiu učení a jeho řízení ve výchovně vzdělávacím procesu nelze přehlížet jeho návaznost na hru. Zvláště důležité jsou vztahy mezi hrou a učením. Učení hrou zůstává stále efektivním prostředkem zesilování motivace v učebních činnostech žáků. Pro svou bohatou motivační náplň je hra vhodným východiskem učení a formování nových druhů činností, motivů, dovedností i poznatků.

Hra jsou vždy procesem aktivním, dynamickým, zaměstnává v menší či větší míře duševní i tělesné schopnosti a současně je cvičí a rozvíjí. Zábavnou formou procvičuje nejrůznější svalové partie, dává podnět k všestrannému intenzivnímu pohybu. Rozvíjí rychlost, obratnost, sílu, vytrvalost, zlepšuje nervosvalovou koordinaci, testuje pružnost, schopnost udržovat rovnováhu, pěstuje odvalu, smysl pro kolektivní souhru. Dnes se však na hru zapomíná. Dává se přednost pasivním

zábavám – sledování televize, hraní her na počítači. Člověk místo toho, aby chodil, skákal, běhal, řešil proměnlivé situace, jak je přinášejí různé hry, vysedává hodiny před obrazovkou bez hnutí, bez vlastní myšlenky. To vede k jednostrannému vnímání, lidská mysl je zahlcována obrovským množstvím informací, které většinou k životu vůbec nepotřebuje, ale zato odvádějí od tvořivé činnosti (ZAPLETAL, 1987).

Hra má také nezastupitelnou úlohu v socializaci jedince. V průběhu hry se jedinec učí postojům, motivům a způsobům, jak dosahovat cíle, dosahuje určité sociální pozice a přijímá sociální role (HELUS, 1990).

Každý člověk se během svého života seznámí s celou řadou her. Jsou hry, které hrají téměř stejně všechny národy světa, ale jsou také hry specifické. Hra je obrovské množství a utřídit je na základě systematického přístupu není jednoduché. Existuje mnoho různých dělení her podle různých hledisek. Svě vlastní třídění her má psychologie, která rozlišuje např. hry intuitivní, senzomotorické, intelektuální a kolektivní.

Hra tvoří v dětství základní formu činnosti, ve školním věku k ní přistupuje učení a v dospělosti práce. Zejména v předškolním věku je uplatnění hry nejvýraznější. Počátek prvních dětských her se objevuje mezi pátým až šestým měsícem života dítěte. Předpokladem je rozvoj orientačně pátracího reflexu, který umožňuje manipulaci s předměty a poznávání jejich vlastností. Podstatou her je tedy manipulování s předměty a jejich poznávání (HINTNAUS, 1998).

Pozvolna k nim přistupují složitější činnosti, kdy si dítě začíná uvědomovat, že pro každý objekt je typický určitý způsob zacházení. Kromě uvedeného reflexu začíná v dětské hře hrát důležitou úlohu napodobování. Dítě si do třetího až čtvrtého roku věku hraje podle vlastních představ, využívá okamžitých nápadů. S rozvojem jednotlivých fyzických a psychických funkcí dítě postupně přijímá stále více a více podnětů, hry přestávají mít výrazně individuální charakter a dítě začíná cílevědomě tvořit.

Tříleté až šestileté dítě tedy nejen napodobuje a objevuje, ale tvoří. Individuální hry se mění v kolektivní. Mezi šestým a jedenáctým rokem věku dítěte se hry mění. Hra přestává být hlavní náplní života dítěte. Osobnost dítěte se vlivem školy podstatně rozvíjí, což se odráží v plánovité, promyšlené hře, kde fantazii začíná nahrazovat věcnost. V pubertálním období dochází již k jasnému oddělení hry a práce. Převládají hry v kolektivu, největší zájem je o hry sportovní. Dochází

k rozvoji a ustálení zájmů, které hru výrazně ovlivňují. V období adolescence hry nabývají charakteru her dospělých. Je již vyčleněna sféra volného času, která vytváří v životě člověka obrovský prostor pro realizaci zájmů a zálib. Hry však svůj význam neztrácejí (SPOUSTA et al., 1995).

Dospělý člověk si rovněž velmi rád hraje. Hra mu přináší pocity uspokojení a radosti, podílí se na rozvoji různých stránek osobnosti. Dospělý jedinec se s radostí účastní her nejen aktivně, ale také pasivně, jako „fanoušek“ či divák. Hra je v životě dospělých součástí životního stylu a velmi úzce souvisí s využíváním sféry volného času. Je jednou z forem aktivního odpočinku. Pro dospělého je hra protikladem vážné a odpovědné lidské činnosti, je uvolněním a rozptýlením ze zaměstnání. Hra porušuje jednotvárnost života. Nejčastěji a nejraději dospělí provozují sportovní hry. Jsou jim často věrní aktivně či pasivně celý život. Posilují zdatnost, fyzickou vyspělost, pěstují pevnou vůli a napomáhají estetickému cítění. Velmi oblíbené jsou také společenské hry, které přispívají k rozvoji taktického myšlení, upevňují mravní postoje člověka. V současnosti jsou stále více atraktivní hrací automaty, které však mohou zasáhnout do života dospělého velmi negativně. Typickými herními činnostmi dospělých jsou například sběratelství, modelářství, společenský tanec, luštění křížovek, u žen vyšívání a pletení. Jsou to činnosti přinášející potěšení z tvůrčí činnosti. Velká většina dospělých se věnuje také s větším či menším nadšením hře se svými dětmi a vnoučaty. Tato společná činnost vnáší nové podněty do vzájemných vztahů a prohlubuje důvěru mezi dětmi a dospělými (VESELÁ, 1997).

Z pedagogického hlediska dělíme hry na dvě základní skupiny: hry tvořivé, spontánní, při nichž si člověk určuje námět i průběh hry, a hry s pravidly, vyžadující většinou kontakt s jinými hráči. Jsou náročnější na stupeň rozvoje osobnosti. Obě základní skupiny her se dále třídí:

#### 1. Hry tvořivé:

- předmětové - manipulace s předměty, rozvíjení smyslů, poznávání vlastností předmětů,
- úlohové (námětové) - nápodoba činností a vztahů mezi lidmi,
- dramatizační - vytváření postav a dějů,
- konstruktivní - manipulace s různorodým materiálem, předměty a stavebnicemi.

## 2. Hry s pravidly:

- pohybové např. míčové hry, cyklistika, vodní sporty,
- intelektuální někdy jsou nazývány didaktické, rozvíjejí především rozumové schopnosti (SPOUSTA et al., 1996).

ZAPLETAL (1987) třídí hry především podle místa, kde se odehrávají, a podle toho, jaké stránky osobnosti vyžadují ke svému uskutečnění. Rozlišuje např. hry v klubovně, ve městě a na vsi, hry smyslové, rozumové, pohybové.

### 3. CÍLE PRÁCE A HYPOTÉZY

#### Cíle práce

Před započítím práce jsem si stanovila následující cíle. Chtěla jsem posoudit z několika hledisek trávení volného času rodin o víkendech:

- porovnat oba dny víkendu,
- porovnat roční období,
- porovnat úplné a neúplné rodiny,
- porovnat muže (otce), ženy (matky),
- porovnat, jak tráví čas děti o víkendu,
- porovnat, kolik času o víkendu tráví děti s matkami a otci,
- analyzovat získané poznatky,
- vyvodit z nich závěry a doporučení.

#### Hypotézy

1. V neděli je zřejmý nárůst odpočinkových činností v rodinách.
2. Muži – otcové tráví o víkendu s dětmi méně volného času než ženy – matky.
3. Návštěvy nákupních center nahrazují jiné víkendové aktivity.

## 4. METODIKA

### 4.1. Použité metody výzkumu

V rámci své bakalářské práce zpracovávané na téma „Aktivity českých rodin v sobotu a v neděli – závislost na ročním období“ jsem se obrátila na 64 rodin se žádostí o poskytnutí informací. Možnost oslovit větší počet rodin mi usnadnila skutečnost, že učím na základní škole. Přestože jsem ujistila oslovené rodiče o tom, že získané informace budou anonymní a bude s nimi zacházeno podle zákona o osobních údajích, nepodařilo se mi ke spolupráci získat všechny oslovené rodiny.

Mezi rodinami, které byly ochotné poskytnout informace, byl tak nízký počet neúplných rodin, že by byl jejich vzorek nerepresentativní. Případné srovnání by bylo zkreslené. Proto jsem se rozhodla zpracovat informace pouze z úplných rodin a vynechat srovnání těchto dvou typů rodin.

Šetření jsem prováděla ve 35 úplných rodinách. Zároveň jsem provedla sběr dat u 55 dětí (10-11letých), abych získala podklady pro analýzu aktivit trávených dětmi o víkendu.

Data jsem získávala formou předem připravených dotazníků (Příloha V, VI). BÁRTLOVÁ, HNILICOVÁ (2000) charakterizuje dotazník jako diagnostickou metodu založenou na subjektivní výpovědi osoby o jejích vlastnostech, citech, postojích, názorech a zájmech. Zároveň jsem provedla se všemi dětmi volný rozhovor. Rozhovor je řazen mezi nejvyužívanější metody. Diagnostická hodnota této metody závisí do značné míry na tom, jak jedinec sám sebe vnímá, co o sobě ví a co o sobě chce nebo dovede říci. Rozhovor vedený záměrně volenými otázkami se nazývá řízený. Druhá forma je rozhovor volný, kdy jedinec hovoří na dané téma spontánně (DVOŘÁKOVÁ, 1995)

Sběr dat jsem prováděla dlouhodobě, aby respondenti mohli zaznamenávat autentické prožitky a nemuseli čerpat ze vzpomínek. Získané údaje jsem chtěla posoudit z několika hledisek trávení volného času rodin o víkendech:

- porovnat oba dny víkendu,
- porovnat roční období,
- porovnat muže (otce), ženy (matky),
- porovnat, jak tráví čas děti o víkendu,
- porovnat, kolik času o víkendu tráví děti s matkami a otci.

#### 4.2. Charakteristika souboru

Šetření jsem prováděla v 35 úplných rodinách žijících v Českých Budějovicích. Data jsem vyhodnocovala od 35 žen a 35 mužů. Rozhovor jsem vedla s 55 dětmi ve věku 10-11 let.

Charakteristika těchto rodin:

##### Vzdělání rodičů

otcové – 13 vysokoškolské  
13 středoškolské  
9 základní

matky – 8 vysokoškolské  
17 středoškolské  
10 základní

##### Věk rodičů:

otcové - 17 mužů ve věku 30 – 40 let  
18 mužů ve věku 40 - 50 let

matky - 25 žen ve věku 30 – 40 let  
10 žen ve věku 40 - 50 let

##### Počet dětí v rodinách (vždy jedno je žákem páté třídy)

1 dítě má 7 rodin

2 děti má 23 rodin

3 děti má 5 rodin



## 5. VÝSLEDKY

### 5.1. Porovnání víkendových aktivit matek a otců

Tabulka 1. Porovnání víkendových aktivit matek a otců v procentech (otcové vždy v horní řádce dvojic)

Aktivity	Roční období								
	jaro		léto		podzim		zima		průměr
	sobota	neděle	sobota	neděle	sobota	neděle	sobota	neděle	
sledování TV, videa, DVD	71,43	77,14	57,14	60,00	77,14	80,00	82,85	85,71	73,93
	57,14	71,43	42,85	57,14	65,71	74,29	71,43	77,14	64,64
vycházky do přírody	20,00	31,43	45,71	42,86	37,14	45,71	14,29	22,86	31,43
	28,57	42,86	42,85	45,71	34,29	45,71	22,86	28,57	36,43
nákupní centra	48,57	40,00	31,43	25,71	51,43	48,57	54,29	45,71	43,49
	71,43	57,14	77,14	48,57	80,00	71,43	85,71	80,00	71,43
sport	28,57	31,43	42,86	48,57	28,57	34,29	20,00	25,71	31,75
	20,6	20,00	31,43	42,86	20,00	20,00	14,29	17,14	23,29
zájmy, koníčky	22,86	34,29	54,29	62,85	28,57	32,43	54,29	60,00	45,51
	14,29	28,57	14,29	31,43	17,14	31,43	22,86	40,00	25,00
kutilství, práce na zahradě	48,57	45,71	51,43	57,14	57,14	62,85	48,57	57,14	53,97
	34,29	42,86	42,86	48,57	40,00	45,71	0,00	0,00	31,79
kultura (kino, divadlo, výstavy)	5,71	8,57	8,57	14,29	11,43	17,14	14,29	22,86	13,97
	8,57	14,29	8,57	11,43	11,43	17,14	14,29	22,86	13,57
četba	8,57	20,00	14,29	25,71	11,43	14,29	14,29	25,71	17,78
	11,43	25,71	17,14	31,43	14,29	25,71	20,00	31,43	22,14
čas u počítače (mimo práci)	22,86	28,57	14,29	17,14	28,57	34,29	42,86	45,71	31,11
	5,71	8,57	0,00	2,86	8,57	11,43	11,43	14,29	13,48
návštěvy u příbuzných	25,71	34,29	28,57	48,57	31,43	48,57	40,00	51,43	38,57
	31,43	48,57	31,43	48,57	31,43	45,71	40,00	51,43	41,07
chod domácnosti (vaření, praní...)	11,43	5,71	8,57	5,71	14,29	11,43	17,14	11,43	10,79
	94,29	94,29	97,14	97,14	94,29	94,29	97,14	97,14	95,72
výlety	34,29	48,57	51,43	54,29	45,71	51,43	8,57	17,14	36,51
	34,29	48,57	51,43	57,14	45,71	51,43	8,57	14,29	38,93

## 5.2. Porovnání aktivit rodin v sobotu a v neděli

Tabulka 2. Porovnání aktivit rodin v sobotu a v neděli (v procentech)

Aktivity rodin	Sobota	Neděle
sledování TV, videa, DVD	65,71	72,86
vycházky do přírody	30,71	38,21
nákupní centra	62,50	52,14
sport	25,79	30,00
zájmy, koníčky	28,57	40,13
kutilství, práce na zahradě	40,36	45,00
kultura (kino, divadlo, výstavy...)	10,36	16,07
četba	13,93	25,00
čas u počítače (mimo práci)	16,79	20,36
návštěvy u příbuzných	32,50	47,14
chod domácnosti (vaření, praní...)	54,29	52,14

### 5.3. Porovnání aktivit mužů a žen z hlediska ročních období

Tabulka 3. Porovnání aktivit mužů a žen o víkendech z hlediska ročních období (v procentech)

Aktivity	Jaro		Léto		Podzim		Zima	
	muži	ženy	muži	ženy	muži	ženy	muži	ženy
sledování TV, videa, DVD	74,28	64,28	58,57	49,99	78,57	70,00	85,71	74,28
vycházky do přírody	25,71	35,71	44,28	44,28	41,42	40,00	22,86	25,71
nákupní centra	44,28	64,28	28,57	62,85	50,00	75,71	45,71	82,85
sport	30,00	20,3	45,71	37,14	31,43	20,00	25,71	15,71
zájmy, koníčky	28,57	21,43	58,57	22,86	30,50	24,28	60,00	31,43
kutilství, práce na zahradě	47,14	38,57	54,28	45,71	59,99	42,85	57,14	0,00
kultura (kino, divadlo, výstavy...)	7,14	11,43	11,43	10,00	14,28	14,28	22,86	18,57
četba	14,28	18,57	20,00	24,28	12,86	20,00	25,71	25,71
čas u počítače (mimo práci)	25,71	7,14	15,71	1,43	31,43	10	45,71	12,86
návštěvy u příbuzných	30	40	38,57	40	40	38,57	51,43	45,71
chod domácnosti (vaření, praní...)	8,57	94,29	7,14	97,14	12,86	94,29	11,43	97,14
výlety	41,43	41,43	52,86	54,28	48,57	48,57	17,14	11,43

#### 5.4. Analýza víkendových aktivit dětí

Tabulka 4. Souhrnná tabulka času, který děti věnují o víkendu různým aktivitám

Aktivity (časové údaje v minutách průměrně za měsíc)	SOBOTA						NEDELE						celkem v sobotu	celkem v neděli
	celá rodina	jen s matkou	jen s otcem	jen se sourozencem	s kamarádem	sám	celá rodina	jen s matkou	jen s otcem	jen se sourozencem	s kamarádem	sám		
sledování televize, videa, DVD	100	30	30	60	0	80	90	30	30	90	0	60	300	300
vycházky do přírody	90	30	30	0	60	0	90	60	30	60	90	0	210	330
nákupní centra	150	60	30	30	0	0	120	60	30	30	0	30	270	270
sport	30	0	30	30	30	0	60	30	30	30	120	0	120	270
zájmy	45	60	30	30	0	30	30	90	30	30	30	60	195	270
kutilství, práce na zahradě	60	30	0	30	0	30	60	30	30	60	0	0	150	180
kultura (kino, divadlo, výstavy, koncerty)	30	30	30	30	0	0	90	60	30	30	0	0	120	210
práce nebo zábava na počítači	60	0	30	60	0	30	30	30	30	60	0	30	180	180
návštěvy u příbuzných	60	60	0	60	0	0	60	90	0	90	0	0	180	240
výlety	30	30	0	60	0	0	30	30	30	60	0	0	120	150
chod domácnosti	30	30	0	0	0	0	60	60	0	30	0	0	60	150
společenské hry	30	0	0	60	120	0	30	30	0	90	120	0	210	270
Jiné-uvěď jaké: příprava do školy	0	0	0	0	0	30	0	0	0	0	30	60	30	90
<b>Celkem</b>	<b>715</b>	<b>360</b>	<b>210</b>	<b>450</b>	<b>210</b>	<b>200</b>	<b>750</b>	<b>600</b>	<b>270</b>	<b>660</b>	<b>390</b>	<b>240</b>	<b>2145</b>	<b>2910</b>

## 5.5. Analýza času tráveného dětmi společně s rodiči

Tabulka 5. Souhrnná tabulka času tráveného dětmi s rodiči (o víkendu)

Aktivity (časové údaje v minutách průměrně za měsíc)	celá rodina	jen s matkou	jen s otcem	celá rodina	jen s matkou	jen s otcem	sobota celkem	neděle celkem	celkem za měsíc
sledování televize, videa, DVD	100	30	30	90	30	30	160	150	310
vycházky do přírody	90	30	30	90	60	30	150	180	330
nákupní centra	150	60	30	120	60	30	240	210	450
sport	30	0	30	60	30	30	60	120	180
zájmy	45	60	30	30	90	30	135	150	285
kutilství, práce na zahradě	60	30	0	60	30	30	90	120	210
kultura (kino, divadlo, výstavy, koncerty)	30	30	30	90	60	30	90	180	270
práce nebo zábava na počítači	60	0	30	30	30	30	90	90	180
návštěvy u příbuzných	60	60	0	60	90	0	120	150	270
výlety	30	30	0	30	30	30	60	90	150
chod domácnosti	30	30	0	60	60	0	60	120	180
společenské hry	30	0	0	30	30	0	30	60	90
příprava do školy	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Celkem</b>	<b>715</b>	<b>360</b>	<b>210</b>	<b>750</b>	<b>600</b>	<b>270</b>	<b>1285</b>	<b>1620</b>	<b><u>2905</u></b>

## 5.6. Srovnání času, který tráví děti s matkou a s otcem

Tabulka 6. Srovnání času, který tráví děti s matkou a s otcem.

Aktivity (časové údaje v minutách průměrně za měsíc)	Soboty s matkou			Soboty s otcem		
	celá rodina	jen s matkou	celkem za soboty	celá rodina	jen s otcem	celkem za soboty
sledování televize, videa, DVD	100	30	<b>130</b>	100	30	<b>130</b>
vycházky do přírody	90	30	<b>120</b>	90	30	<b>120</b>
nákupní centra	150	60	<b>210</b>	150	30	<b>180</b>
sport	30	0	<b>30</b>	30	30	<b>60</b>
zájmy	45	60	<b>105</b>	45	30	<b>75</b>
kutilství, práce na zahradě	60	30	<b>90</b>	60	0	<b>60</b>
kultura (kino, divadlo, výstavy...)	30	30	<b>60</b>	30	30	<b>60</b>
práce nebo zábava na počítači	60	0	<b>60</b>	60	30	<b>90</b>
návštěvy u příbuzných	60	60	<b>120</b>	60	0	<b>60</b>
výlety	30	30	<b>60</b>	30	0	<b>30</b>
chod domácnosti	30	30	<b>60</b>	30	0	<b>30</b>
společenské hry	30	0	<b>30</b>	30	0	<b>30</b>
příprava do školy	0	0	<b>0</b>	0	0	<b>0</b>
<b>CELKEM</b>	<b>715</b>	<b>360</b>	<b>1075</b>	<b>715</b>	<b>210</b>	<b>925</b>

Aktivity (časové údaje v minutách průměrně za měsíc)	Neděle s matkou			Neděle s otcem			Celkem za měsíc	
	celá rodina	jen s matkou	celkem za neděle	celá rodina	jen s otcem	celkem za neděle	s matkou za měsíc	s otcem za měsíc
sledování televize, videa, DVD	90	30	120	90	30	120	250	250
vycházky do přírody	90	60	150	90	30	120	270	240
nákupní centra	120	60	180	120	30	150	390	330
sport	60	30	90	60	30	90	120	150
zájmy	30	90	120	30	30	60	225	135
kutilství, práce na zahradě	60	30	90	60	30	90	180	150
kultura (kino, divadlo, výstavy...)	90	60	150	90	30	120	210	180
práce nebo zábava na počítači	30	30	60	30	30	60	120	150
návštěvy u příbuzných	60	90	150	60	0	60	270	120
výlety	30	30	60	30	30	60	120	90
chod domácnosti	60	60	120	60	0	60	180	90
společenské hry	30	30	60	30	0	30	90	60
příprava do školy	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Celkem</b>	<b>750</b>	<b>600</b>	<b>1350</b>	<b>750</b>	<b>270</b>	<b>1020</b>	<b>2425</b>	<b>1945</b>

## 6. DISKUZE

### 6.1. Porovnání víkendových aktivit matek a otců

Ze srovnání víkendových aktivit matek a otců jednoznačně vyplývá, že i v současné době převládá v rodinách tradiční rozdělení mužských a ženských rolí. Ve většině rodin zajišťuje základní chod domácnosti matka. Je překvapivé, že i v dnešní době v městských rodinách činnosti, jako je vaření, praní, žehlení, uklízení, vykonávají převážně ženy (Obrázek 1). Je pravda, že současní otcové mnohem častěji než muži v předchozích generacích vykonávají tzv. „ženské práce“ (například luxují, častěji vaří), ale muž, který po téhle stránce pravidelně a dlouhodobě zajišťuje chod domácnosti, je i v dnešní době vzácnou výjimkou. Na tento fakt upozorňuje i SPOUSTA et al. (1996). Ženy bývají kromě úkolů vyplývajících z profesních povinností zatíženy i starostmi o děti, rodinu a chod domácnosti.

Muži se v současnosti více zapojují do obstarávání nákupů, což ovlivňuje skutečnost, že rodiny stále častěji pořizují tzv. týdenní nákupy, pro které jezdí autem. Přesto i na nakupování se mnohem výrazněji podílejí ženy.

Srovnáme-li podíl žen a mužů v aktivitě kutilství a práce na zahradě, je patrné, že zde mírně převažují muži. Vezmeme-li v úvahu velký rozdíl v zimě, můžeme z něho odvodit, že matky častěji pracují na zahradě a otcové se věnují kutilským činnostem, neboť u nich není velký rozdíl mezi ročními obdobími.

Přihlédneme-li k výše uvedeným skutečnostem, nepřekvapí fakt, že se muži-otcové v mnohem větší míře věnují odpočinkovým a zájmovým aktivitám. Častěji sledují televizi, video nebo DVD, častěji sportují, mnohem více času tráví u počítače, více se věnují svým zálibám a koníčkům (Obrázek 2, 3, 4).

Nejmenší rozdíly mezi víkendovými aktivitami otců a matek jsou u výletů, vycházek a návštěv kulturních zařízení. Z tohoto faktu lze odvodit skutečnost, že těmto aktivitám se nejčastěji věnuje celá rodina společně.



## 6.2. Porovnání aktivit v sobotu a v neděli

Ze srovnání souhrnu aktivit v sobotu a v neděli je zřejmý nárůst všech odpočinkových činností a útlum činností souvisejících s chodem domácnosti (Tabulka 2, Obrázek 5). Při srovnání těchto dvou dnů víkendu je patrné, že je neděle stále tradičně považována za den, kdy „se nedělá“. V neděli rodina častěji chodí na procházky, jezdí na výlety, navštěvuje kulturní podniky, její členové se více věnují svým osobním i společným zálibám a koníčkům.

Překvapivé bylo zjištění, že i v České republice, která je v rámci Evropy považována spíše za ateistickou, se stále zachovává „svěcení neděle“ vycházející z náboženských tradic. Je možné, že toto rozdílné prožívání víkendových dnů přetrvává i z období, kdy byly soboty pracovní.

Rozdíly mezi sobotou a nedělí se stírají v aktivitách, kterým se rodiny věnují pravidelně. Jednak je to v oblasti, kterou nelze nějak výrazně potlačit (jako je například vaření) a pak v nejčastější odpočinkové aktivitě a tou je sledování televize. I tady je ale v neděli patrný nárůst.

Pozitivním zjištěním je fakt, že velké množství rodin pravidelně navštěvuje své příbuzné. Nejčastěji to bývají návštěvy u prarodičů. Obrovská změna ve stylu bydlení, která u nás proběhla v druhé polovině 20. století (stavění malometrážních panelových bytů), způsobila, že prudce ubylo domácností, kde žily tři generace pohromadě. Děti tím ztratily možnost denního kontaktu s prarodiči. Je proto dobře, že je alespoň pravidelnými návštěvami udržován kontakt mezi širší rodinou. Děti tak mají mnohem více podnětů k smysluplnému trávení volného času a větší možnost pro získávání pozitivních vzorů. Tím, že rodiče a prarodiče nebydlí pohromadě, ztrácejí sice děti zpravidla možnost denního kontaktu s prarodiči, ale na druhou stranu se tím snižuje riziko sporů a konfliktů, které mnohdy vyústily v nenávist, ba dokonce i v rodinné tragédie. Vzájemné pravidelné návštěvy umožňují dětem navázat blízký vztah se svými prarodiči. Překvapivě často děti při rozhovorech i v dotaznících uváděly, že se různým aktivitám věnují se svými prarodiči.

Negativním byť očekávaným zjištěním je skutečnost, že nejvyšší procento rodin se nejčastěji věnuje pasivnímu sledování televize, videa nebo DVD. Navíc přibývá rodin, ve kterých je více audiovizuální techniky, takže členové rodiny jsou rozmístěni v různých částech bytu a o sledovaném pořadu spolu nekomunikují. Často každý z nich

sleduje jiný pořad nebo film. I tato skutečnost zužuje v rodinách komunikační prostor a zvyšuje riziko vzájemného odcizení.

Kromě těchto důsledků nadměrného množství času tráveného audiovizuální zábavou, poukazuje KREJČÍ, BÄUMELTOVÁ (1999) i na dalekosáhlé zdravotní následky vyvolané nedostatkem pohybu.

### 6.3. Porovnání aktivit z hlediska ročních období

Porovnáme-li aktivity rodin z hlediska ročních období, objeví se rozdíly, které lze předpokládat, neboť jsou podmíněny počasím. Jedná se především o rozdíly v aktivitách, které se provozují buď převážně doma (sledování televize, videa, DVD, četba, zábava u počítače), nebo v přírodě (vycházky, výlety) (Tabulka 3, Obrázek 6).

Ze souhrnu skutečně vyplývá, že v zimním období výrazně ubývá vycházek a výletů a naopak narůstá doba strávená u televize a počítače. V létě se rodiny mnohem více věnují aktivitám spojených s pobytem v přírodě (vycházky, výlety, sport).

Překvapivé už je zjištění, že v letním období výrazně méně času tráví rodiny v nákupních centrech. Z tohoto faktu lze odvodit skutečnost, že návštěvy nákupních center neslouží jen k doplňování zásob, ale částečně nahrazují jiné odpočinkové aktivity (například výlety a vycházky do přírody). Také HRUBÁ (2008) uvádí, že návštěvy nákupních center jsou sedmou nejčastější víkendovou činností.

Nejvýraznější rozdíl mezi létem a zimou je u matek v otázce týkající se kutilství a práce na zahradě. Je zřejmé, že ženy se věnují převážně práci na zahradě a muži kutilství, neboť u mužů je v tomto bodě mírný nárůst v zimě a u žen je tato aktivita v zimě nulová.

Příznivé je i zjištění, že v případě návštěv u příbuzných nejsou téměř žádné výkyvy. Znamená to, že kontakty mezi členy širší rodiny jsou pravidelné a nenahrazují nedostatek jiných možností v zimním období.

Pozitivní je rovněž zjištění, že téměř dvojnásobek rodin (oproti létu) využívá zimního období k návštěvám kulturních akcí.

Shrneme-li výsledky tohoto srovnání, je možno konstatovat, že většina rodin v teplejších měsících (hlavně v létě) tráví volný čas mnohem příznivěji. Výrazně přibývá pohybových aktivit, mnohem častěji se rodiny věnují společným aktivitám (výlety, sport). Je velká škoda, že v zimním období nejsou nahrazovány podobnými aktivitami, byť provozovanými v budovách.

#### 6.4. Analýza víkendových aktivit dětí

Sběr dat byl proveden u 55 dětí ve věku mezi 10 a 11 lety. Věková hranice respondentů byla stanovena podle dvou kritérií. Jednak aby to byly děti, které nepotřebují stálý dohled rodičů (mladší věková skupina) a za druhé, aby to nebyly děti v pubertě, které se „dobrovolně“ snaží od svých rodičů odpoutat (starší věková skupina).

Vzhledem k tomu, že cílem bylo porovnání, kolik času, jakými aktivitami a v jaké společnosti tráví děti čas o víkendech, jsou časové údaje uváděny v průměrných hodnotách za měsíc (tedy za čtyři víkendy).

Aktivita dětí z hlediska ročních období kopírují aktivity rodičů, a proto nebyl sběr dat z tohoto hlediska zpracován.

Při sběru dat byly nabídnuty volnočasové aktivity. Z „pracovních“ byla zahrnuta pouze péče o chod domácnosti, neboť je to činnost, kterou nelze z denního režimu vynechat. V kolonce „jiné - uveď“ mohly děti libovolně uvádět, kterým neuvedeným aktivitám se o víkendu věnují. Jedinou aktivitu, kterou část dětí uváděla, je „přípravu do školy“. Vzhledem k tomu, že ji uvedla jen část respondentů a je to aktivita „pracovní“, nebyla zahrnuta do statistického srovnání. Do souhrnné tabulky je zahrnuta z důvodu zajímavých údajů (Tabulka 4).

Ze souhrnu dat jednoznačně vyplývá, že nejvíce víkendového času tráví děti pasivním sledováním televize, videa nebo DVD. Této zábavě se věnují s různými společníky i samy.

O druhou příčku se dělí pobyt v nákupních centrech s vycházkami do přírody. I z tohoto souhrnu lze odvodit, že pobyty v nákupních centrech nahrazují při špatném počasí rodinné výlety. Do aktivity „vycházky do přírody“ děti zahrnovaly i čas, který věnovaly povídání si venku s kamarády. Velmi často chodí děti ven venčit psy.

Na třetím místě v délce tráveného času se objevily společenské hry. Vzhledem k tomu, že v této aktivitě jako společníci výrazně převládají vrstevníci, v rozhovorech s dětmi jsem zjišťovala, jaký typ her převážně hrají. Zjistila jsem, že značná část dětí do této aktivity zahrnula hraní videoher na herní konzole. Vezmeme-li v úvahu to, že část odborníků považuje hraní některého typu těchto her (např. s agresivní nebo zločineckou tematikou) za negativní pro psychický vývoj dítěte, není výše takto stráveného času příliš povzbudivá. Zvláště, když si uvědomíme, že hraní těchto her na počítači nebo na herní konzole, může vést k závislosti.

Příznivější už je zjištění, že na dalším místě je podle délky stráveného času aktivita zájmy. Zájmy dětí jsou velmi různorodé. Často to bývá poslouchání hudby, chov drobných zvířat, hra na hudební nástroj, modelářství, sběratelství. Méně dětí se v dnešní době věnuje četbě.

Podíváme-li se na aktivity, kterým se děti nejméně věnují, překvapí fakt, že na úplném konci je „chod domácnosti“. Vyplývá z toho, že se jedenáctileté děti velmi málo podílejí na činnostech spojených s běžným chodem domácnosti. Vezmeme-li v úvahu, že do této aktivity spadá i úklid a údržba jejich pokojíčku, zdá se, že matkám opravdu moc osobního volna nezbyvá.

Srovnáme-li čas z hlediska toho, s kým ho děti tráví, dojdeme k velmi zajímavým výsledkům. Je pravda, že v souhrnu tráví děti o víkendu nejvíce času s „celou rodinou“, ale bohužel je ho víc než třetina u televize nebo v nákupním centru (Obrázek 9, 10).

Na druhém místě je čas trávený „jen se sourozencem“. Protože respondenti z řad dětí nebyli vybíráni podle počtu a stáří sourozenců, můžeme předpokládat, že někteří jsou jedináčci nebo mají sourozence ve věku, kdy se s nimi nemohou podílet na žádné z uvedených aktivit. V konečném důsledku to znamená, že jen se svými sourozenci tráví děti mnohem více času. Zarážející je to hlavně z toho důvodu, že o víkendu nebývá většina rodičů v práci. Abychom se zastali matek – ty jsou po sourozencích nejčastějším partnerem dětí při různých aktivitách. Alarmující je zjištění, že nejméně častým společníkem dětí bývá jejich otec. Porovnáme-li čas „jen s matkou“ s časem „jen s otcem“, dojdeme k závěru, že matka je dítěti společníkem při různých aktivitách dvojnásob času. Ke stejnému závěru dospěli i SIROVÁTKA, HORA (2008).

To, že nejméně času se dítě věnuje aktivitám samo, je dáno faktem, že člověk je tvor společenský a touha po společnosti jiných lidí je člověku vrozená. Pokud dítě nemá v rodině „partnera“ k hrám, velice brzy si ho hledá mimo rodinu. Dítě, které je z jakéhokoliv důvodu od lidského společenství izolováno, velmi strádá.

## 6.5. Analýza času tráveného dětmi společně s rodiči

Vycházíme-li ze souhrnu dat, na první pohled zaujme fakt, že nejvíce víkendového času stráví děti se svými rodiči při nákupech. Je to potvrzení závěru, že velká část rodin pobytem v nákupních centrech nahrazuje jiné společné aktivity (Tabulka 5).

Dalším očekávaným výsledkem je skutečnost, že hodně času tráví děti společně se svými rodiči sledováním televize, videa, DVD.

Ze souhrnu vyplynuly dvě překvapivé skutečnosti. Pozitivním zjištěním je fakt, že na druhém místě společně tráveného času se umístily vycházky do přírody. Největším překvapením při zpracovávání dat bylo zjištění, že žádné dítě z těch, které přidaly aktivitu „příprava do školy“ (bylo jich 19), neuvědly spolupráci rodičů. Vzhledem k věku respondentů je to velmi negativní zjištění. Protože tato aktivita nebyla zahrnuta do nabídky, nelze výsledek zevšeobecňovat, ale částečnou vypovídací hodnotu má. Při dodatečném šetření děti vypovídaly, že většinou dělají úkoly už v pátek, aby měly volný víkend, a o víkendu (zpravidla v neděli) se už „jen“ učí.

## 6.6. Srovnání času, který tráví děti s matkou a otcem

Při porovnávání času stráveného s matkou a s otcem (Tabulka 6, Obrázek 7) je čas strávený s celou rodinou započítáván oběma rodičům. Z tohoto důvodu je souhrnný čas oproti přehledu v předchozí tabulce navýšen. Vzhledem k tomu, že tento přehled porovnává rozdíl mezi oběma rodiči, není uveden součet obou časů (s matkou i s otcem) a není nijak hodnocen.

Ze souhrnu vyplynuly některé skutečnosti očekávané a některé překvapivé. Očekávaným výsledkem je velký rozdíl mezi časem s matkou a otcem v aktivitě „péče o chod domácnosti“. Je logickým vyústěním toho, že o chod domácnosti pečují převážně matky. Očekávat se dala i shoda v čase stráveném sledováním televize, videa nebo DVD. I poměr ve „sportu“ a „práci na počítači“ kopíruje aktivity rodičů.

Překvapivý je ale výsledek v „návštěvách u příbuzných“. Žádné dítě neuvedlo, že navštěvuje příbuzné jen s otcem. Vzhledem k tomu, že u této aktivity mezi dospělými je jen nepatrný rozdíl, znamená tento výsledek, že i na návštěvy k příbuzným chodí otcové na rozdíl od matek mnohem častěji bez dětí. Dalším překvapivým zjištěním je poměr mezi časem s matkou a s otcem v aktivitě „zájmy“. Ačkoliv se otcové o víkendů věnují svým zájmům mnohem více než matky, společně s dítětem je poměr obrácený. Opět ze souhrnu vyplývá, že otcové zájmy nesdílejí s dětmi tak často jako matky.

Porovnáme-li celkový čas strávený s matkou s časem, který svým dětem věnují otcové, je rozdíl veliký a to ve prospěch matek. Je zarážející, že i přestože se muži výrazně méně podílejí na péči o chod domácnosti, „uspořené“ čas svým dětem nevěnují. Tento výsledek je o to vážnější, že i v pracovním týdnu tráví otcové doma mnohem méně času než matky (zjištěno v doplňkovém sběru dat, který není předmětem analýz). Vypadá to, jako by se muži chtěli svým vlastním rozhodnutím stát v rodinách postradatelnými. Je pravda, že při sběru dat se objevili otcové, kteří se rodině i svým dětem věnují intenzivně (výjimečně i víc než matka), ale v souhrnu je to matka, která na úkor osobního volna, odpočinku nebo svých zájmů se i starším dětem víc věnuje.

Na první pohled by se mohlo zdát, že když rodina funguje, o domácnost a děti je postaráno, je jedno, kdo se stará víc. Není tomu tak. Děti čas, který je jim věnován, prožívají velmi emotivně. Jeho nedostatek ztotožňují s nedostatkem lásky. Často hledají chybu v sobě a nechápou, co dělají špatně. Touží právě po té pozornosti, které se jim nedostává. GRŮN (2006) upozorňuje, že takto mezi otcem a dítětem vzniká propast, která se dá těžko překlenout. Není výjimkou, že se dítě pozornost snaží získat

negativním chováním, které musí následně rodič řešit – kradou, sebepoškozují se, mají problémy ve škole. Ve starším školním věku nahrazují malý zájem ze strany rodiče (častěji otce) kamarádkými vztahy s nevhodnými protějšky. Silná osobnost v partě je pak náhradní autoritou nebo tím, kdo se dítěti „věnuje“. O této problematice se také zmiňuje VYKOPALOVÁ (2001) pak už bývá často pozdě na nápravu, protože dítě buď ztratilo zájem o společné prožitky s rodičem, nebo se mu nový způsob trávení času zalíbil. Nejtragičtější je, když si chybějící prožitky začne „dítě“ vyvolávat drogou.



## 7. ZÁVĚR A DOPORUČENÍ

Úmyslně se v závěru zabývám spíše aktivitami dětí, protože děti kopírují chování svých rodičů a jsou v tomto věku do značné míry svými rodiči „řízeny“. Navíc se dospělí častěji než děti stylizují do určitých rolí a údaje, které poskytují, bývají podvědomě zkreslovány.

Musím konstatovat, že jsem byla během průzkumu a sběru dat mnohokrát nepříjemně překvapená. Neočekávala jsem sice, že se české děti neustále zabývají smysluplnými aktivitami, že tráví většinu víkendové času ve společnosti svých rodičů při podnětných aktivitách, ale když jsem na otázku, co děti dělají o víkendu nejčastěji, dostala od většiny dětí odpověď „nudím se“, došlo mi, že něco není v pořádku.

I z analýz aktivit vyplývá, že děti mají dostatek volného času, ale úroveň činností, kterými ho vyplňují, je velmi mizivá. Ubíjejí čas pasivním sledováním televize. Překvapivě často nezajímá dospělé členy rodiny ani výběr těchto pořadů. I v tomhle relativně nízkém věku dětí (10-11 let) jim často umožňují sledování televize v pozdních večerních hodinách, kdy se většinou vysílají pořady a filmy pro děti nevhodné. Navíc o programech, které děti sledují, s nimi téměř nikdo nehovoří. I ostatní časté víkendové aktivity (např. pobyt v nákupním centru) nejsou právě činnostmi, které by dětský vývoj zkvalitňovaly. Dá se říci, že i absence jiných aktivit, které mohly děti doplňovat do kolonky „jiné-uvěď“, svědčí o velmi nízké rozmanitosti volnočasových činností rodin.

Na otázku, co dětem o víkendu nejvíc vadí, byly nejčastější odpovědi: že nemám co dělat, že se nudím, že naši nemají čas, že se nic neděje.

Na otázku, co by děti chtěly dělat nejraději, většinou nepřicházely konkrétní odpovědi. Nejčastěji to byly odpovědi typu: něco legračního, něco dobrodružného, něco akčního, něco zábavného. Častěji se vyskytovala i touha po pohybovém vyžití (různé druhy sportů). Několikrát se objevila i odpověď, že by si chtěly povídat si s rodiči.

Jednoznačně z průzkumu vyplývá, že i děti předpubertálního věku cítí, že jejich trávení volného času není zajímavé, ale samy si s jeho náplní nevědí rady. Nejčastější

odpověď na otázku, co je o víkendu nejvíce těší, „že nemusím vstávat“, je toho jasným důkazem.

Je pozoruhodné, že i tyto děti velmi intenzivně pociťují nedostatek užšího kontaktu se svými rodiči. Na otázku, s kým by nejraději zajímavé aktivity provozovaly, byla - pro mne překvapivě - nejčastější odpověď: „s našima“. Až na druhém místě se objevovali jiní členové rodiny (s dědou, babičkou, s bratrem, se sestrou) a až na dalším místě vrstevníci (s kamarádem, kamarádkou). Je možné, že tohle pořadí ovlivnilo i to, že děti vnímají víkend spíše jako rodinnou záležitost a kamarády spojují více s pracovní částí týdne.

Nezbývá než konstatovat, že pokud chceme, aby naše děti trávily volný čas co nejpřínosněji, musíme my dospělí co nejrychleji hledat kroky vedoucí ke zlepšení tohoto pro nás nelichotivého stavu. Většina dospělých uznává, že nedostatek zájmů a nevhodné trávení volného času vede u dětí v pubertě k hledání náhražkových aktivit a často končí i kriminálním jednáním dospívajících a posléze i dospělých. Domnívám se, že je nejvyšší čas něco s tím začít dělat. Dlouhodobé kontakty s dětmi při provádění výzkumu mě přesvědčily o tom, že zlepšení v této oblasti oceníme nejen my dospělí ve zlepšeném chování mladé generace (kdo si hraje, nezlobí), ale mnohem dříve to ocení děti.

Když se člověk zamýšlí nad tím, kdo za tento stav „může“ a měl by ho napravit, napadne ho téměř okamžitě odpověď: „no, přece rodiče“. Ale jako každá jednoduchá odpověď je i tato zavádějící. Je pravda, že o dětech rozhodují rodiče a mají i zodpovědnost za to, jak děti tráví volný čas, ale obzvláště v tomto případě musíme brát v úvahu, jak jim to okolnosti umožňují, jak jim to usnadňuje celá společnost. Je přece v zájmu všech, aby z našich dětí vyrůstali sociálně zralí jedinci a ne asociálové, nebo dokonce zločinci. A způsob trávení volného času je s tím úzce spojen.

Nebudu tedy rodičům radit, co by měli dělat. Jednak si myslím, že převážná většina rodičů to ví a za druhé se domnívám, že naše společnost to rodičům příliš neusnadňuje. Proto jsem se rozhodla hledat spíše cesty, které by zapojovaly širší veřejnost a které by usnadňovaly rodičům jejich nelehkou výchovnou činnost alespoň v oblasti trávení volného času dětí i celých rodin.

Má doporučení se budou týkat především správních a samosprávních orgánů, institucí, organizací, podniků a nás všech. Inspirací mi byly nejčastější odpovědi dětí na otázku, proč nedělají to či ono.

Na otázku, proč nejdou raději sportovat, mi děti nejčastěji odpovídaly: A kam? Víte, kolik stojí pronájem tělocvičny? Víte, co stojí hodina na kurtu?....

Uvědomila jsem si, že mají vlastně pravdu. Najednou mi v hlavě zněla slova známé písničky „a co děti, mají si kde hrát? A byl tu první nápad. Většina městských úřadů provozuje základní školu. Některé dokonce několik takových škol. Valná většina těchto škol má sportovní zázemí ve formě tělocvičen a často i hřišť. Tato zařízení bývají v době mimo vyučování nevyužita. Proč by vedení města v součinnosti s vedením škol tyto prostory neotevřely? Uvědomuji si, že je zde otázka bezpečnosti i ochrany majetku. Domnívám se ale, že tam, kde je vůle, najde se i řešení. Stanovit pravidla a najít člověka, který by dohlížel na jejich dodržování, by neměl být až tak velký problém. Uznávám, že tuto možnost ztěžuje vyhláška, která nařizuje školám, že se v areálu školy nesmí pohybovat děti bez dozoru dospělé osoby. Bohužel se to týká i venkovních prostor. Ve skutečnosti to znamená, že si děti nemohou jít například zahrát kopanou na školní hřiště, není-li zajištěn dohled dospělého. Jen se mi zdá, že je toto opatření kontraproduktivní. Sice se na školním hřišti žádné dítě nezraní, protože tam nesmí, ale o to snadněji se buď zraní na „nestřeženém“ pozemku, nebo někde popijí alkohol, bere drogy nebo někoho okrádá. Přemýšlím o tom, co je pro mladou generaci a tím i pro společnost lepší.

Dalším návrhem na zlepšení je to, aby stát zvýhodnil ty majitele volnočasových areálů a provozoven, kteří by umožňovali dětem nebo rodinám využít jejich služeb zdarma. Například by mohly tyto akce spadat do kategorie „reklama“ a být odečítány z daní.

Dlouhodobějším řešením by byla zákonná povinnost stavitelů větších bytových celků zároveň vybudovat plochu volně přístupných hřišť odpovídající počtu bytů.

Obcím by se určitě vyplatilo hledat v městských objektech prostory, které by bezplatně využívaly organizace (například zájmové) nebo i nadšení jednotlivci pro práci s dětmi.

Na otázku, proč více aktivit nedělají s celou rodinou, děti nejčastěji odpovídaly, že takové skoro nikdo nepořádá a rodiče jsou unaveni na to, aby je vymýšleli, ale že by určitě alespoň na některé s dětmi šli.

V mnoha městech fungují kulturní střediska nebo kulturní domy. Proč by je vedení obce nemohlo pověřit přípravou několika takových akcí s různorodým zaměřením – sportovní, soutěžní, poznávací, zájmové apod.? Domnívám se, že by se časem do přípravy zapojili i mnozí rodiče, pokud by se jim i dětem akce líbily.

Možná si řeknete, co mají média společného s volným časem dětí. Navíc těžší z nedostatku jiných aktivit. Domnívám se, že by rozhodně prospělo, kdyby média (například veřejnoprávní televize) pravidelně informovala o všech akcích, které nejsou komerčně zaměřené a jsou cíleny na smysluplné trávení volného času. Myslím si, že pokud by vznikl pořad zacílený na tuto oblast, výrazně by se zvýšil zájem o pořádání takových aktivit. Zvláště pokud by informoval o tom, který podnik nebo firma akci připravily. Navíc by jim prospělo i to, že „dělají něco“ pro děti nebo rodiny. A co by z toho měla média? Rozhodně se dá takový pořad udělat pro diváky atraktivně – třeba formou soutěží. Navíc se domnívám, že i média by mohla takové aktivity připravit. Byla by to pro ně reklama a ještě by prospěla dobré věci.

Celý průzkum i konečné analýzy pro mne byly nepřehledným množstvím očekávaných i překvapivých informací a hlavně zkušeností. Díky mé práci se některé rodiny zamyslely nad svým denním režimem, organizací volného času o víkendech, uvědomily si nedostatky ve svém životním stylu. Jsem ráda, že mají zájem o jejich nápravu.

Všechny hypotézy stanovené na počátku práce byly potvrzeny.

## 8. SEZNAM LITERATURY

BÁRTLOVÁ, S., HNILICOVÁ, H. (2000). *Vybrané metody a techniky výzkumu*. Brno: IDVPZ. ISBN 80-7013-311-2.

BREZINKA, W. (1989). *Filozofické základy výchovy*. Praha: Zvon. ISBN 80-7113-169-5.

ČÁP, J. (1996). *Rozvíjení osobnosti a způsob výchovy*. Praha: ISV nakladatelství. ISBN 80-85866-15-3.

DUNOVSKÝ, J., et al. (1999). *Sociální pediatrie*. Praha: Grada Publishing. ISBN 80-7169-254-9.

DVOŘÁKOVÁ, M. (1995). *Pedagogicko psychologická diagnostika*. České Budějovice: Jihočeská Univerzita v Českých Budějovicích. ISBN 80-7040-143-5.

FINK, E. (1992). *Oáza štěstí*. Praha: Mladá fronta. ISBN 80-204-0224-1.

GRŮN, A. (2006). *Pracovat i žít*. Karmelitánské nakladatelství v Kostelním Vydří. ISBN 80-7195-039-4.

HÁJEK, K., et al. (2008). *Pedagogické ovlivňování volného času*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-473-1.

HAVLÍK, R., KOŤA, J. (2002). *Sociologie výchovy a školy*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-635-7.

HELUS, Z. (1990). *Psychologie*. Praha: SPN. ISBN 80-7168-876-2.

HINTNAUS, L. (1998). *Člověk a rodina, smysl a funkce rodiny*. České Budějovice: Jihočeská Univerzita v Českých Budějovicích. ISBN: 80-7040-315-2.

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

HRUBÁ, J. (2008). Jsou české děti šťastné. *Rodina a škola*, 55, 7-8, ISSN 0035-7766.

HUIZING, J. (1971). *Homo ludens*. Praha: Mladá fronta. ISBN 80-7178-360-9.

JANKOVSKÝ, J. (2003). *Etika pro pomáhající profese*. Praha: Triton. ISBN 80-7254-329-6.

KREJČÍ, M., BÄUMELTOVÁ, M. (1999). *Optimalizace denního režimu žáků mladšího školního věku*. České Budějovice: INCA. ISBN 80-238-4619-1.

KUBÍČKOVÁ, M. (1996). *Vůle ke zdravému životu*. Praha: Onyx. ISBN 80-85-228-37-8.

LINHART, J., et al. (1987). *Základy obecné psychologie*. Praha: SPN. ISBN 80-7178-878-3.

MALACH, J. (2007). *Teorie metodiky výchovy*. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského. ISBN 978-80-86723-29-7.

MATĚJČEK, Z. (2000). *Co, kdy a jak ve výchově dětí*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-494-X.

MATOUŠEK, O. (2003). *Rodina jako instituce a vztahová síť*. Praha: Slon. ISBN 80-86429-19-9.

MATOUŠEK, O., KROFTOVÁ, A. (2003). *Mládež a delikvence*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-771-X.

MÍČEK, L. (1984). *Duševní hygiena*. Praha: SPN. ISBN 80-7281-225-4.

MOŽNÝ, I. (1990). *Moderní rodina*. Brno: Paido. ISBN 80-7041-931-8.

PÁVKOVÁ, J., et al. (1999). *Pedagogika volného času*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-295-5.

PÁVKOVÁ, J., et al. (2002). *Pedagogika volného času*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-711-6.

PROVAZNÍK, K., et al. (1998). *Manuál prevence v lékařské praxi: Prevence poruch zdraví dětí a mládeže*. Praha: Fortuna. ISBN 80-7071-108-6.

PRŮCHA, J. (2000). *Přehled pedagogiky*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-399-4.

PRŮCHA, J. (2001). *Pedagogický slovník*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-579-2.

SIROVÁTKA, T., HORA, O. (2008). *Rodina, děti a zaměstnání v české společnosti*. Boskovice: Albert. ISBN 978-80-7326-140-5.

SPOUSTA, V., et al. (1995). *Metody a formy výchovy ve volném čase*. Brno: Masarykova Univerzita v Brně. ISBN 80-210-1275-7.

SPOUSTA, V., et al. (1997). *Teoretické základy výchovy ve volném čase*. Brno: Masarykova Univerzita. ISBN 80-210-1007-X.

VAŇEK, J. (1972). *K biologickým a psychologickým aspektům výchovy*. Praha: SPN. ISBN 978-80-244-1678-6.

VÁŽANSKÝ, M., SMÉKAL, V. (1995). *Základy pedagogiky volného času*. Brno: Paido. ISBN 80-901737-9-9.

VESELÁ, J. (1997). *Jak ve volném čase*. Hradec Králové: Gaudeamus. ISBN 80-7041-146-5.

VIEHOFFOVÁ, H., REUYSOVÁ, E. (1996). *Jak s dětmi trávit volný čas*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-073-1.

VYKOPALOVÁ, H. (2001). *Sociálně patologické jevy v současné společnosti*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 80-244-0337-4.

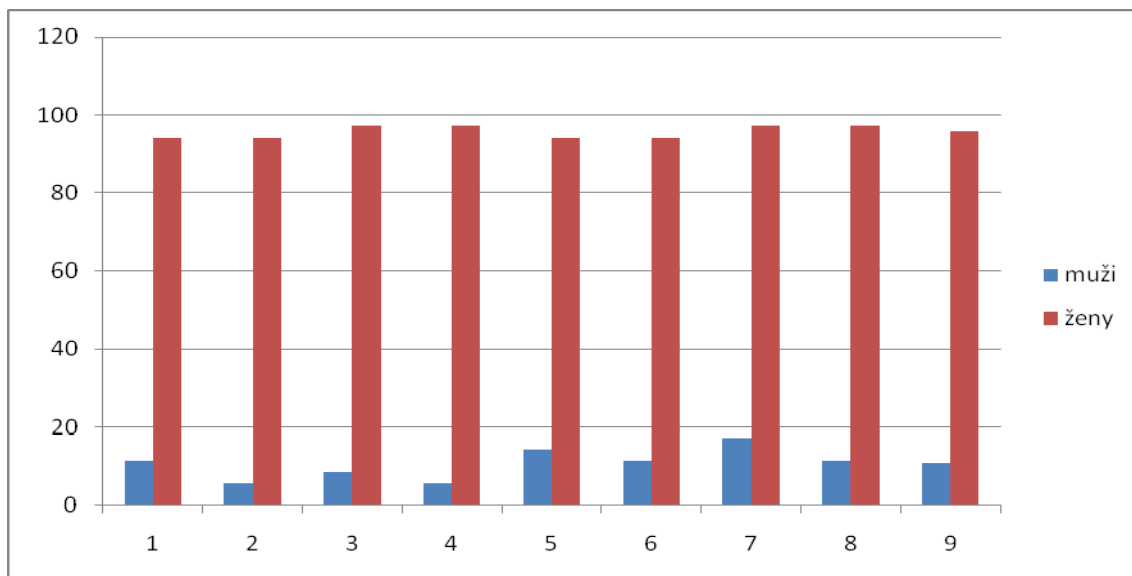
VYMĚTAL, J. (2004). *Úzkost a strach u dětí*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-830-9.

ZAPLETAL, M. (1987). *Velká encyklopedie her – hry na hřišti a v tělocvičně*. Praha: Olympia. ISBN 80-7367-025-9.



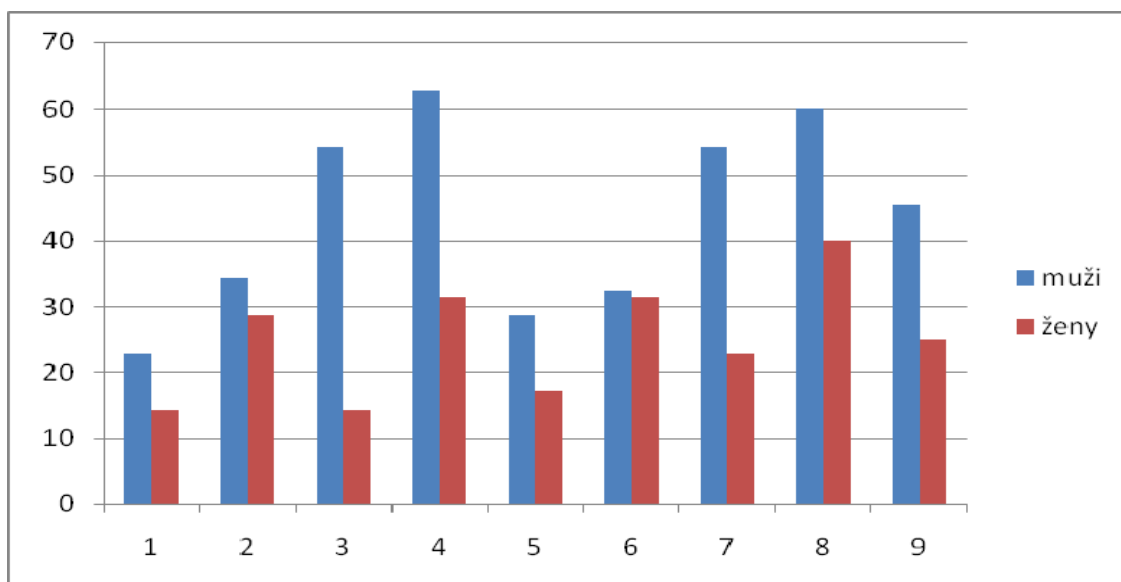
## 9. PŘÍLOHY

### Příloha I – Grafické srovnání víkendových činností otců a matek



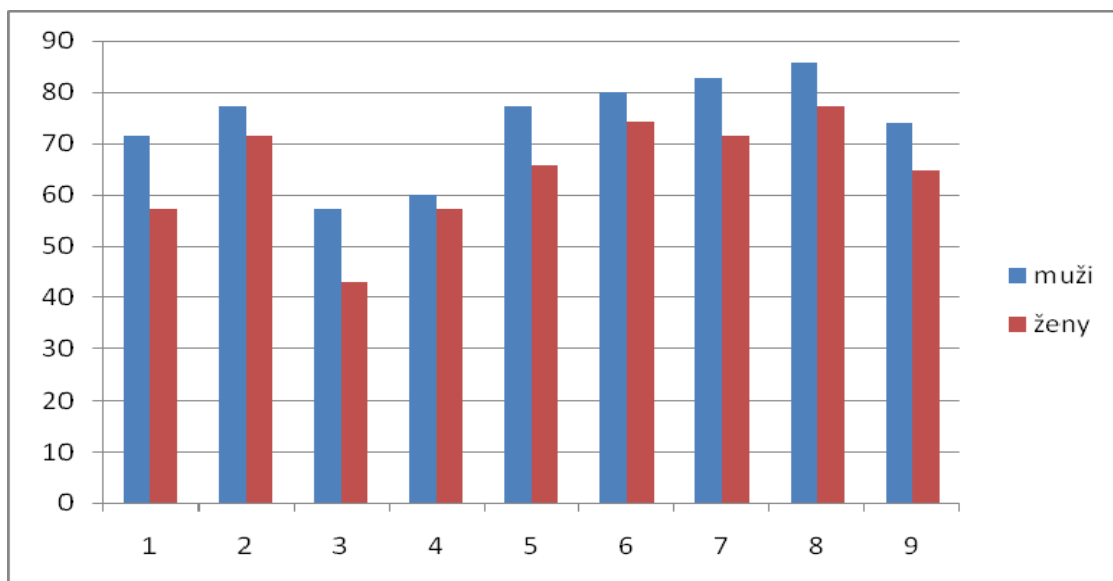
Obrázek 1. Graf srovnání péče otců a matek o chod domácnosti (v procentech)

1- jarní sobota, 2- jarní neděle, 3- letní sobota, 4- letní neděle, 5- podzimní sobota,  
6- podzimní neděle, 7- zimní sobota, 8- zimní neděle, 9- průměrná hodnota



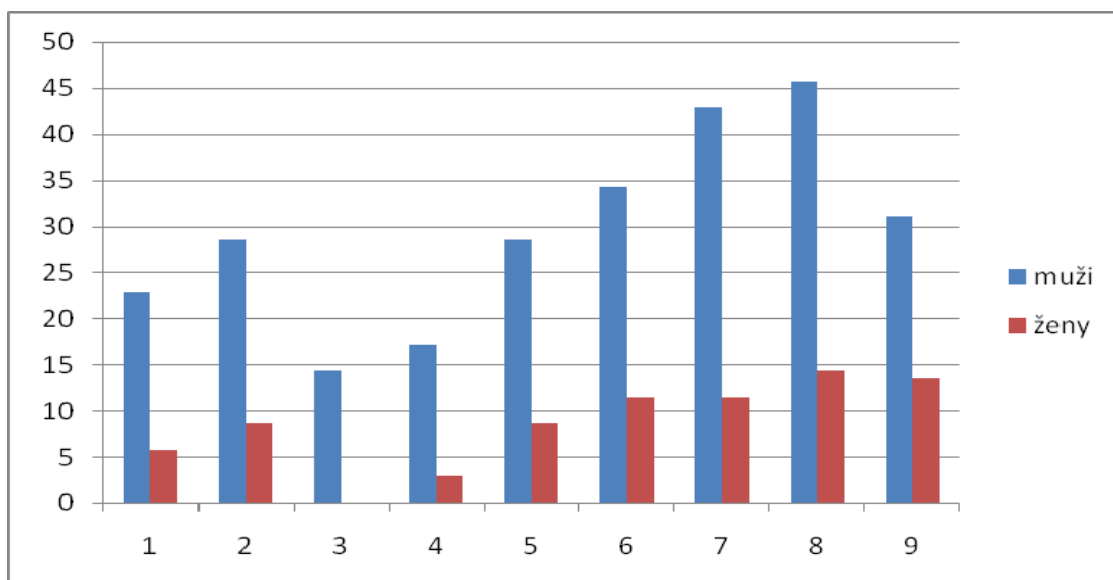
Obrázek 2. Graf srovnávající, jak se otcové a matky věnují svým zálibám a koníčkům (v procentech)

1- jarní sobota, 2- jarní neděle, 3- letní sobota, 4- letní neděle, 5- podzimní sobota,  
6- podzimní neděle, 7- zimní sobota, 8- zimní neděle, 9- průměrná hodnota



Obrázek 3. Graf srovnávající sledování televize, videa, DVD u otců a matek (v procentech)

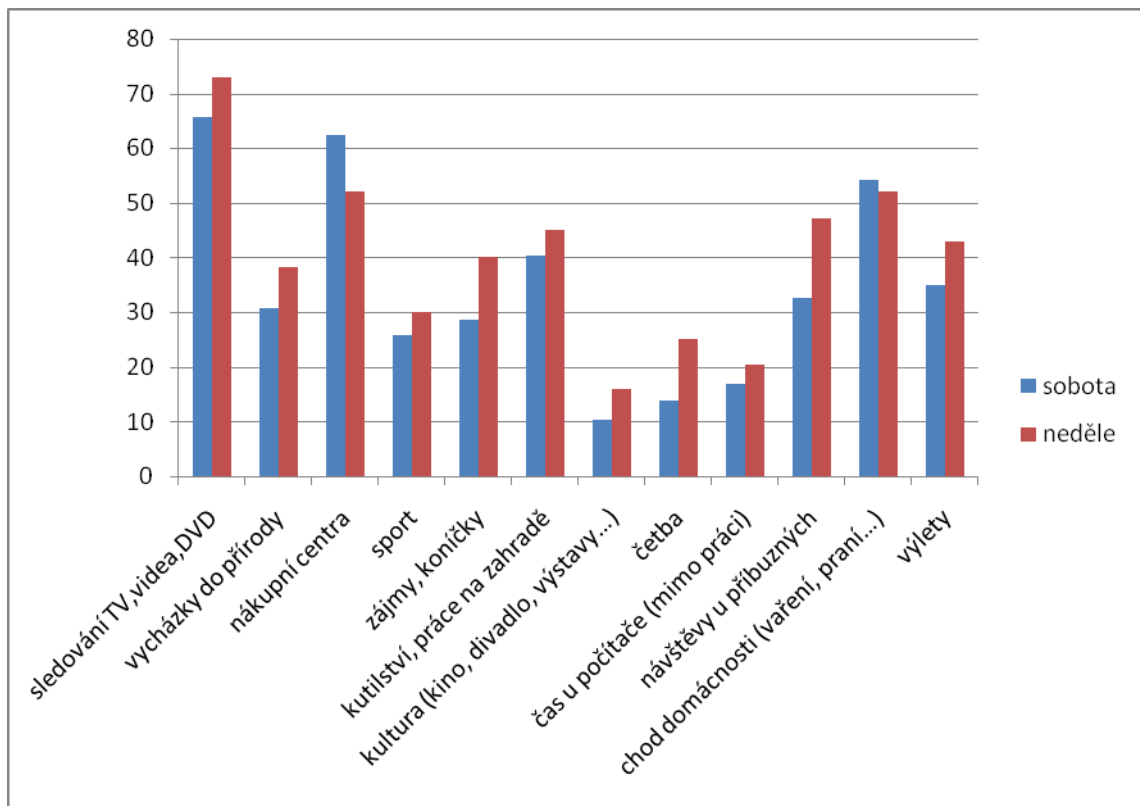
1- jarní sobota, 2- jarní neděle, 3- letní sobota, 4- letní neděle, 5- podzimní sobota, 6- podzimní neděle, 7- zimní sobota, 8- zimní neděle, 9- průměrná hodnota



Obrázek 4. Graf srovnávající čas strávený u počítače u otců a matek (v procentech)

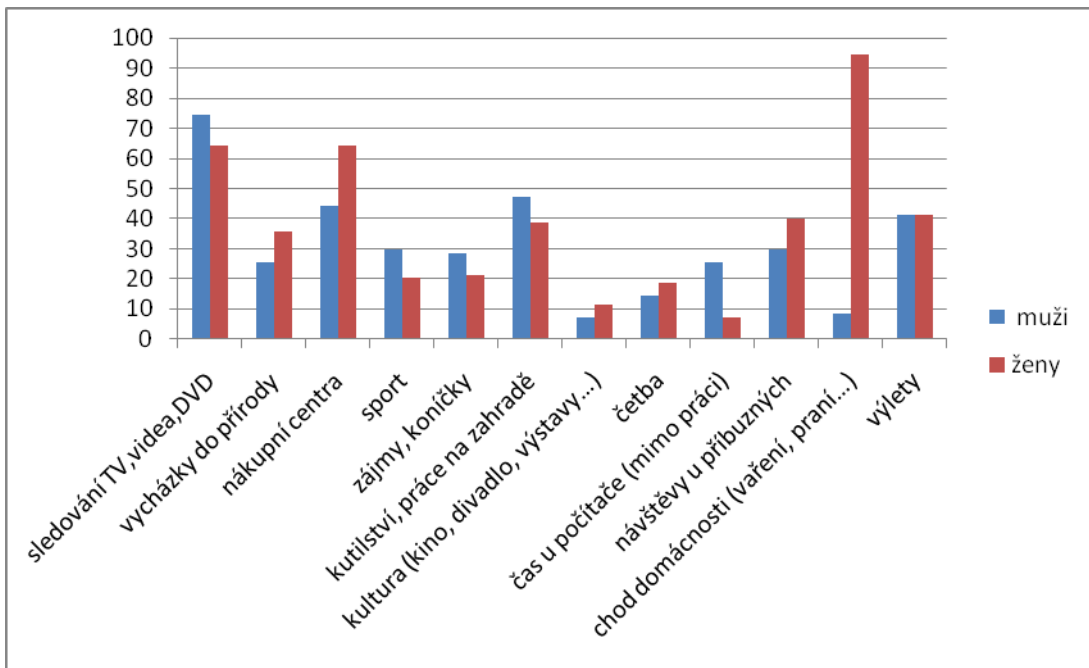
1- jarní sobota, 2- jarní neděle, 3- letní sobota, 4- letní neděle, 5- podzimní sobota, 6- podzimní neděle, 7- zimní sobota, 8- zimní neděle, 9- průměrná hodnota

Příloha II – Grafické srovnání aktivit rodin v sobotu a neděli

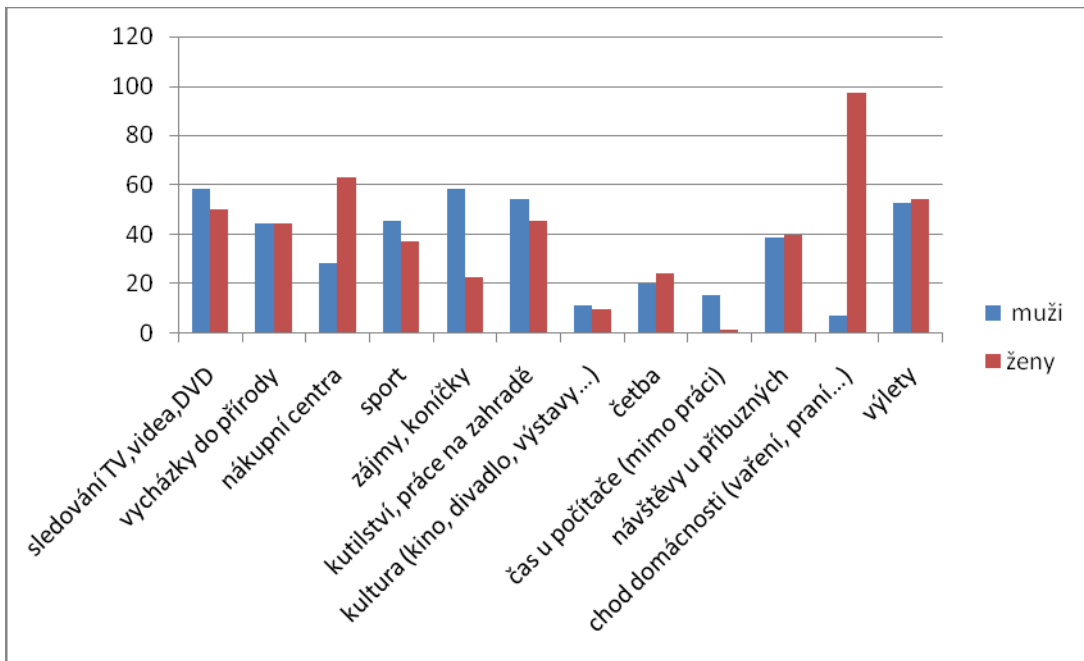


Obrázek 5. Aktivity rodin v sobotu a v neděli (v procentech)

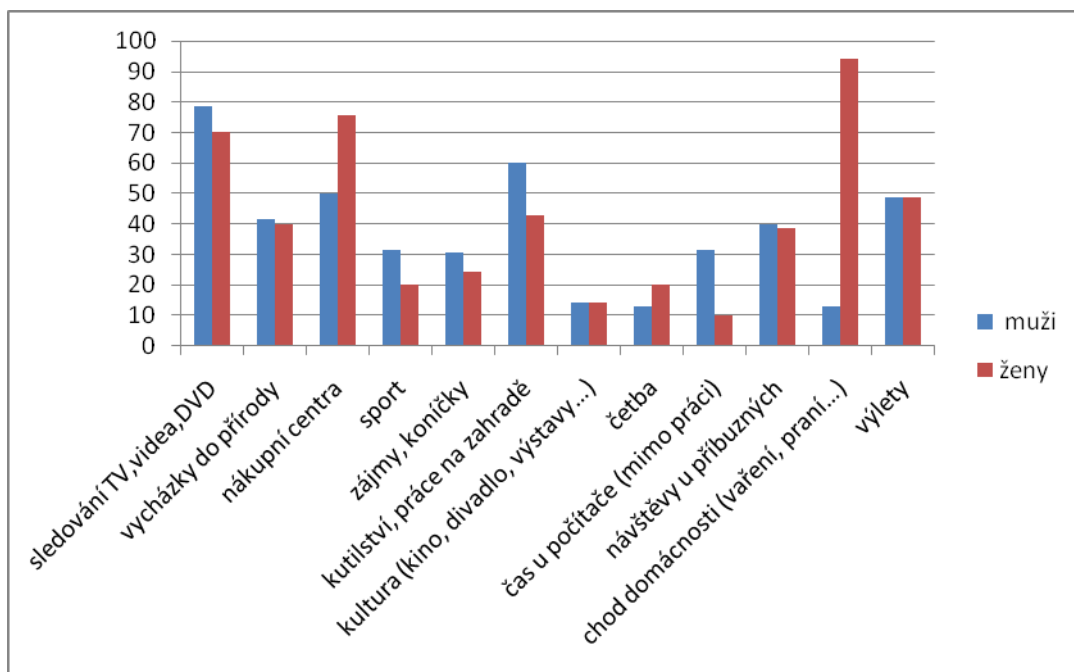
Příloha III – Aktivity mužů a žen o víkendech v jednotlivých ročních obdobích



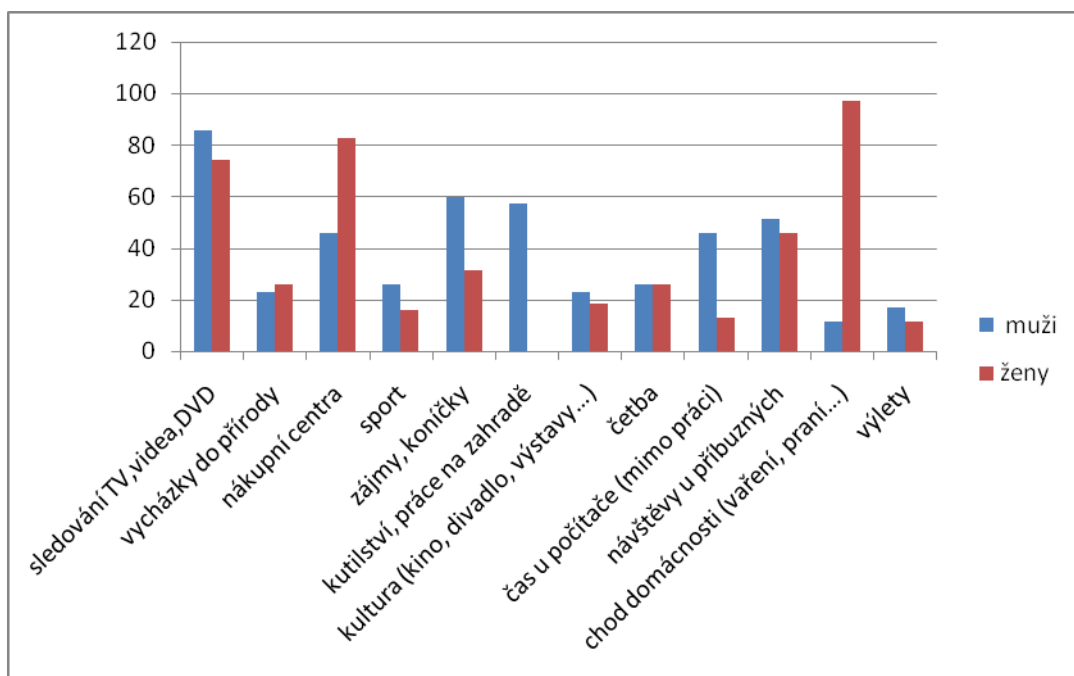
Obrázek 6a. Aktivity mužů a žen o víkendech na jaře (v procentech)



Obrázek 6b. Aktivity mužů a žen o víkendech v létě (v procentech)

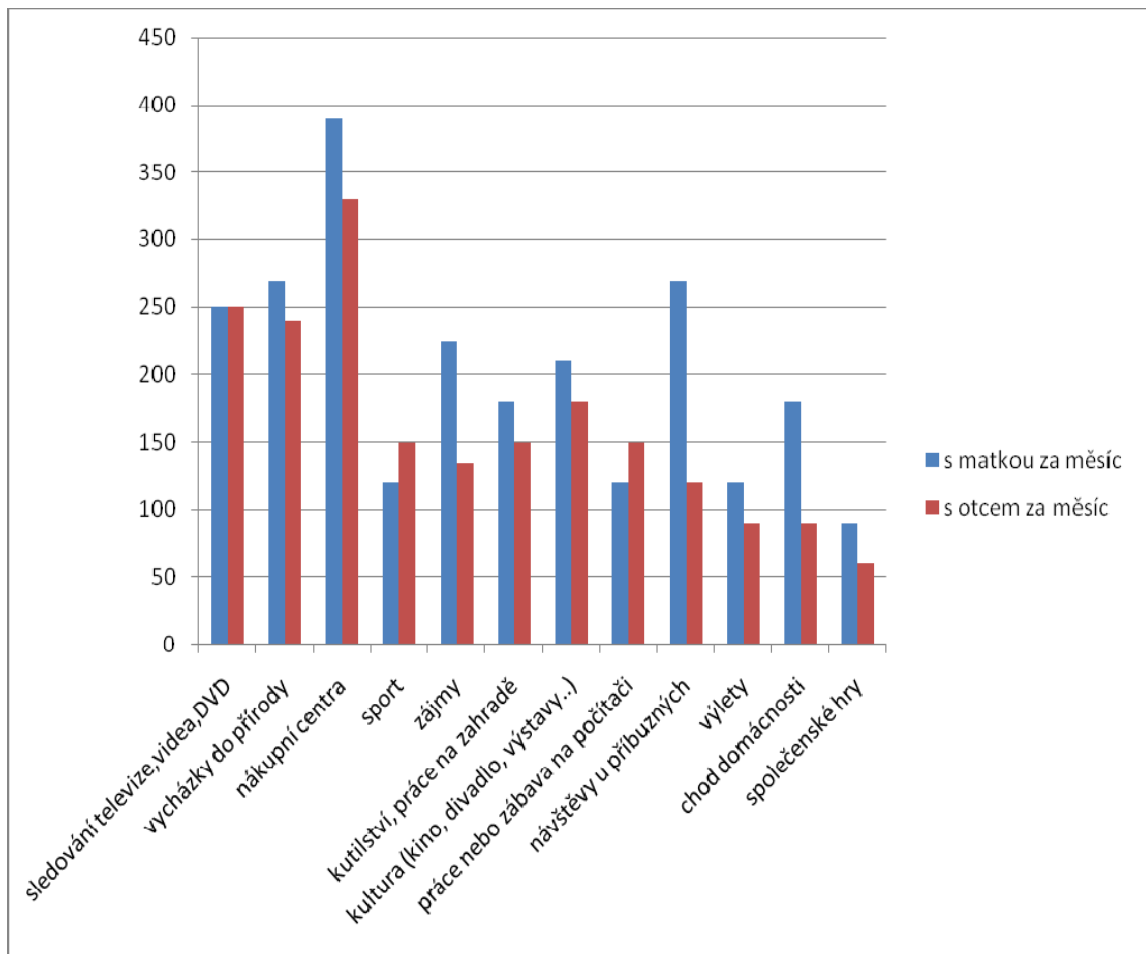


Obrázek 6c. Aktivity mužů a žen o víkendech na podzim (v procentech)



Obrázek 6d. Aktivity mužů a žen o víkendech v zimě (v procentech)

Příloha IV – Srovnání času, který tráví děti s matkou a otcem



Obrázek 7. Srovnání času, který tráví děti s matkou a otcem (v minutách)

## Příloha V – Otázky k dotazníkovému šetření pro rodiče

Vážení rodiče, dokončuji studium na PF JU v Českých Budějovicích v oboru „Výchova ke zdraví“. Pro svou závěrečnou práci potřebuji znát některé údaje, jak tráví Vaše rodina víkendy. Prosím Vás proto o vyplnění přiloženého anonymního dotazníku. Získané údaje budou využity jen pro potřeby této práce. Děkuji Vám za Vaši spolupráci. S pozdravem Věra Holá.

1. Jsem ve věku:

- a. 20-30 let
- b. 30-40 let
- c. 40-50 let
- d. nad 50 let

2. Pohlaví:

žena                      muž

3. Nejvyšší dosažené vzdělání:

- a. základní
- b. vyučen (OU, SOU)
- c. SOŠ (střední odborná škola)
- d. VOŠ (vyšší odborná škola)
- e. VŠ (vysokoškolské)

4. Jsem zaměstnán/a jako.....

5. Počet dětí v rodině.....

Aktivity, kterým se věnujete o víkendu, označte +

Příloha V - pokračování

Aktivity	Sobota			Neděle		
	pravidelně	občas	velmi málo	pravidelně	občas	velmi málo
sledování televize, videa, DVD						
vycházky do přírody						
nákupní centra						
sport						
zájmy, koníčky						
kutilství, práce na zahradě						
kultura (kino, divadlo, výstavy, koncerty)						
četba						
čas strávený u počítače (mimo práci)						
návštěvy příbuzných						
chod domácnosti (vaření, praní, uklízení, žehlení)						
výlety						
jiné aktivity (uved'te jaké)						



Příloha VI – Otázky k dotazníkovému šetření pro děti

Milá žákyně, milý žáku, dokončuji studium na PF JU v Českých Budějovicích v oboru „Výchova ke zdraví“. Pro svou závěrečnou práci potřebuji znát některé údaje o tom, jak trávíš víkendy. Proto bych Tě chtěla požádat o vyplnění dotazníku, který Ti zde předkládám. Tento dotazník je anonymní, nikde Tvé jméno nebude zveřejněno. Děkuji za vyplnění Věra Holá.

Pohlaví:                      chlapec                      dívka

Uveď čas v minutách, který strávíš v sobotu u těchto aktivit

Aktivity	SOBOTA					
	celá rodina	jen s mamkou	jen s tatínkou	jen se sourozencem	s kamarádem	sám
sledování televize, videa, DVD						
vycházky do přírody						
nákupní centra						
sport						
zájmy						
kutilství, práce na zahradě						
kultura (kino, divadlo, výstavy, koncerty)						
práce nebo zábava na počítači						
návštěvy u příbuzných						
výlety						
úklid + pomoc v domácnosti						
společenské hry						
jiné aktivity (uveď jaké)						

Uved' čas v minutách, který strávíš v neděli u těchto aktivit

Příloha VI - pokračování

Aktivity	Neděle					
	celá rodina	jen s mamkou	jen s tatškou	jen se sourozencem	s kamarádem	sám
sledování televize, videa, DVD						
vycházky do přírody						
nákupní centra						
sport						
zájmy						
kutilství, práce na zahradě						
kultura (kino, divadlo, výstavy, koncerty)						
práce nebo zábava na počítači						
návštěvy u příbuzných						
výlety						
úklid + pomoc v domácnosti						
společenské hry						
jiné aktivity (uved' jaké)						

prosinec 08 - červen 09

*...volný čas  
a kultura*

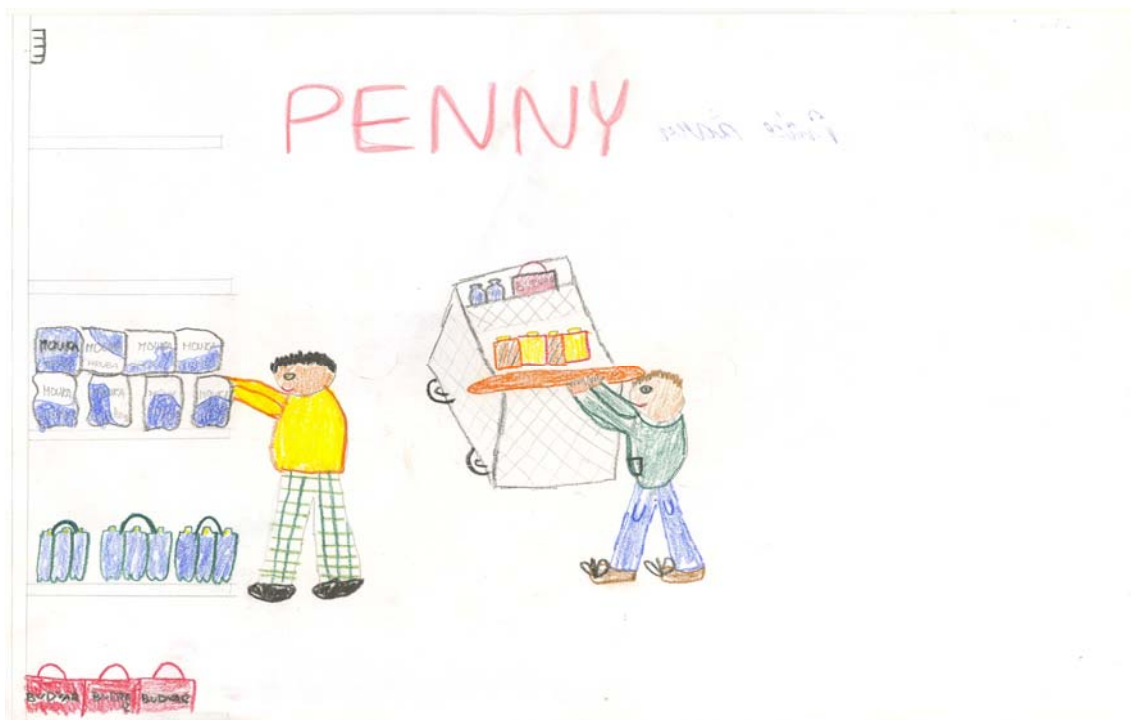
**S  
dětmi**

informace, tipy a zajímavosti pro malé i velké

partneři:    Dopravní podnik hl. m. Prahy, akciová společnost

Obrázek 8. Volný čas a kultura s dětmi

Příloha VIII – Ukázky výtvarných prací žáků na téma „Naše rodina o víkendu“



Obrázek 9. Práce žáka 5. třídy



Obrázek 10. Práce žáka 5. třídy



Obrázek 11. Práce žákyně 5. třídy

Příloha IX – Fotografie z víkendových akcí rodin



Obrázek 12. Jarní víkend rodin Den Země



Obrázek 13. Letní víkend rodin Zahradní slavnost