

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Pedagogická fakulta

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

2009

Mgr. Stanislava Holá

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Pedagogická fakulta

Katedra výchovy ke zdraví

Bakalářská práce

na téma

VOLNOČASOVÉ AKTIVITY V SOUČASNÝCH RODINÁCH

Vedoucí práce: PhDr. Olga Jílková
Vypracovala: Mgr. Stanislava 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

FREETIME ACTIVITIES IN CURRENT FAMILIES

Supervisor: PhDr. Olga Jílková

Name of the author: Mgr. Stanislava Holá

Field of study: Health Education

České Budějovice, April 2009

BIBLIOGRAFICKÁ IDENTIFIKACE

Název bakalářské práce: Volnočasové aktivity v současných rodinách

Jméno a příjmení autora: Mgr. Stanislava Holá

Studijní obor: Výchova ke zdraví

Pracoviště: Katedra výchovy ke zdraví, Pedagogická fakulta, Jihočeská univerzita, České Budějovice

Vedoucí bakalářské práce: PhDr. Olga Jílková

Rok obhajoby: 2009

Abstrakt

Ve své bakalářské práci se zabývám volnočasovými aktivitami v současných rodinách. Teoretická část je zaměřena na shrnutí dosavadních poznatků k tomuto tématu. Pozornost je věnována volnému času a jeho významu v životě člověka vzhledem k jeho životnímu stylu, způsobům trávení volného času v rodinách. Praktická část vychází z poznatků získaných v současných rodinách metodou dotazníkového šetření, řízeného rozhovoru. Zjištěné údaje jsou sumarizovány do tabulek a znázorněny v podobě grafů. Výsledky šetření prokazují nedostatek volného času rodičů – zejména žen ve srovnání s dětmi, převahu pasivního trávení volného času v současných rodinách. Na základě těchto výsledků jsou v závěru formulována doporučení směřující k efektivnímu využití volného času, ke zlepšení celkového životního stylu v současných rodinách.

Klíčová slova

volný čas, dítě, životní styl, rodiče, zájmy

BIBLIOGRAPHIC IDENTIFICATION

Title of the thesis: Freetime activities in current families

Name of the author: Mgr. Stanislava 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 this work, I consider pastime activities in current families. Theoretical part of the work is focused on summarization of actual knowledge in this field. Attention is paid to pastime and its importance to human lifetime, considering lifestyle, ways of spending pastime in families. Practical part appears from knowledge, obtained in families using method of personal report (checklist) or interview. Ascertained data are summarized in tables and demonstrated in graphs. Results of investigation denote lack of pastime by parents, especially by women, in comparison to children, and prevalence of passive ways of spending pastime in current families. Based on these results, recommendations pointing effective usage of pastime and improvement of general lifestyle in current families are formulated in conclusion.

Keywords

freetime, child, lifestyle, parents, hobbies

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci na téma „Volnočasové aktivity v současných rodinách“ 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. VOLNÝ ČAS A JEHO VÝZNAM V ŽIVOTĚ ČLOVĚKA.....	10
2.1.1. Volný čas v historii lidské společnosti.....	10
2.1.2. Teoretické a praktické aspekty výchovy ve volném čase.....	12
2.2. VOLNÝ ČAS A ŽIVOTNÍ STYL.....	14
2.2.1. Rizikové faktory zdravého životního stylu.....	14
2.2.2. Podpora zdravého životního stylu.....	15
2.3. ZPŮSOB TRÁVENÍ VOLNÉHO ČASU.....	17
2.3.1. Volný čas dětí a mládeže.....	18
2.3.2. Volný čas v dospělosti.....	21
2.4. VOLNOČASOVÉ AKTIVITY JAKO PREVENCE SOCIÁLNĚ PATOLOGICKÝCH JEVŮ.....	23
2.4.1. Sociálně patologické jevy.....	24
2.5. RODINA A VOLNÝ ČAS.....	28
2.5.1. Rodina jako významný faktor trávení volného času dětí.....	31
2.6. DÍTĚ V OBDOBÍ MLADŠÍHO ŠKOLNÍHO VĚKU.....	34
2.6.1. Charakteristika období mladšího školního věku.....	34
3. CÍLE PRÁCE A HYPOTÉZY.....	36
4. METODIKA.....	37
4.1. POUŽITÉ METODY VÝZKUMU.....	37
4.2. CHARAKTERISTIKA SOUBORU.....	38
5. VÝSLEDKY.....	41
5.1. ŘÍZENÝ ROZHOVOR.....	41
5.2. DOTAZNÍKOVÉ ŠETŘENÍ.....	47
6. DISKUZE.....	58
6.1. ŘÍZENÝ ROZHOVOR.....	58
6.2. DOTAZNÍKOVÉ ŠETŘENÍ.....	60
7. ZÁVĚR A DOPORUČENÍ.....	62
8. SEZNAM LITERATURY.....	67

9. PŘÍLOHY..... 71

Příloha I	Otázky k řízenému rozhovoru
Příloha II	Otázky k dotazníkovému šetření
Příloha III	Přehledová tabulka výsledků dotazníkového šetření
Příloha IV	Nabídka zájmových útvarů
Příloha V	Ukázky projektivních technik
Příloha VI	Fotografie

1. ÚVOD

Ve své bakalářské práci se zabývám otázkou volnočasových aktivit v současných rodinách. Tato problematika je mi velmi blízká a domnívám se, že je důležitá i pro současnou společnost. Moderní doba klade na psychiku člověka velké nároky. Je nutné obstát v zaměstnání, být společensky úspěšný, zvládat velké množství aktivit. Avšak člověk není stroj schopný pracovat celých 24 hodin. Je nutné si umět odpočinout, relaxovat. Proto by se měl každý člověk naučit uspořádat svůj denní a týdenní režim, vytvořit si v něm prostor pro volný čas.

Člověk se učí zacházet se svým volným časem již od raného dětství. Základy vzorců chování a hodnotových priorit, které si v tomto věku vytvoří, ho provázejí po celý život. Je důležité, aby děti a mládež byly schopny žít pestrý, produktivní a hlavně zdravý život plný pohybu, zájmů a koníčků - bez drog, alkoholu a hazardu, kterým by mohly podlehnout, kdyby neměly vlastní aktivity. Ty právě souvisí se způsobem trávení volného času, který je jim třeba vhodně organizovat, protože děti si samy nedokáží utřídit životní hodnoty a potřebují, aby je někdo správně a plnohodnotně vedl k tomu, aby se naučily jak správně žít.

Rodina je pro děti prvním a nejdůležitějším společenstvím. Život současné rodiny se v porovnání s minulostí liší. Členové rodiny plní během pracovního týdne své pracovní povinnosti. Pro společný život v podstatě zbývá jen jejich volný čas. Je otázkou, zda jejich rodina umí trávit společně a vhodným způsobem. Společná činnost rodičů a dětí ve volném čase není ztrátou, jak se někteří domnívají, ale velkým obohacením všech zúčastněných. Rodiče jsou pro své děti prvními vzory. Děti se od svých rodičů učí žít určitým způsobem, přebírají, napodobují jejich životní postoje. Rodiny se od sebe liší svým životním stylem i způsobem využívání volného času. Kvalitní osobní záliby člověka jsou velkou celoživotní oporou. Dokážou člověka někdy zachránit v náročných životních situacích. Cílem rodičů by mělo být vychovat člověka, který dokáže se svým volným časem rozumně hospodařit, uvědomuje si jeho hodnotu a má pestré zájmy. Měl by to být jedinec aktivní, nejen přejímající podněty, ale schopný vyvíjet úsilí, věnovat se činností, které mu přinášejí uspokojení a poskytují příležitost k navazování nových kvalitních vztahů mezi lidmi.

2. PŘEHLED LITERATURY

2.1. VOLNÝ ČAS A JEHO VÝZNAM V ŽIVOTĚ ČLOVĚKA

Čas, který má člověk k dispozici, lze rozdělit na oblast povinností a oblast volného času (PÁVKOVÁ, 2003). V literatuře se nacházejí četné pokusy definovat volný čas, ukazují značnou variabilitu jednotlivých významů, které sahají od zdůrazňování ekonomických, sociologických, psychologických, filozofických, pedagogických a kulturně krizových momentů (VESELÁ, 1997).

Volný čas je specifickou a důležitou součástí života dětí, mládeže, ale i dospělých. Je to čas na oddech, relaxaci, regeneraci fyzických i psychických sil, uvolnění po práci, studium, společenská setkání, na poznávání světa, na seberealizaci, činnosti podle vlastních potřeb a zájmů, představ, aspirací a hodnot (KRATOCHVÍLOVÁ, 2004).

Volný čas je čas, kdy člověk nevykonává činnosti pod tlakem závazků, jež vyplývají z jeho sociálních rolí, zvláště z dělby práce a nutnosti zachovat a rozvíjet svůj život. Někdy se vymezuje čas, který zbývá po splnění pracovních a nepracovních povinností. Přesnější a úplnější je však jeho charakteristika jako činnosti, do níž člověk vstupuje s očekáváními, účastní se jí na základě svého svobodného rozhodnutí, a která mu přináší příjemné prožitky a uspokojení (HOFBAUER, 2004).

2.1.1. Volný čas v historii lidské společnosti

Volný čas je čas, který může člověk využít bezprostředně pro sebe, čas, ve kterém maximálně patří sám sobě, v němž může dělat to, co ho baví a co jemu přímo přináší potěšení, zábavu, odpočinek a tím tedy i určitý užitek (PÁVKOVÁ, 2003).

Volný čas existoval v lidských dějinách stále, aniž by byl pocíťován jako problém, který by si vyžadoval zvláštní pozornost. V předindustriálním období byl volný čas výsadou lidí, kteří nebyli bezprostředně spjati s výrobní prací. Umožňoval jim vést kulturně bohatý životní styl, který byl do jisté míry samozřejmý a závazný. I volný čas pracujících vrstev byl determinován tradicemi a zvyklostmi, zejména náboženskými.

Hodnota volného času byla spatřována v možnostech rozvoje a vzdělávání. Tento trend vzdělávacího pojetí volného času nacházíme ještě v 1. polovině 20. století.

Od roku 1945 probíhá v Evropě vývoj pojetí volného času ve 3 etapách:

50. léta – kladou důraz na zotavovací, regenerační a rekreační funkci volného času.

Volný čas slouží k obnově pracovní síly.

V 60. a 70. letech ztrácí práce ústřední pozici a volný čas je spojován s užíváním si, s potřebou. Volný čas se stává časem konzumním.

Od 80. let již ve vyspělých západních zemích nepřevládá orientace na konzum

(SPOUSTA et al., 1997). Člověk si chce volný čas intenzivně užít.

Dosavadní pasivní orientace začíná být nahrazována aktivnějším stylem života vzrůstající hodnotou rozvoje sebe sama (VÁŽANSKÝ, SMÉKAL, 1995).

OPASCHOWSKI (1999) předložil přehled osmi stěžejních potřeb volného času, který vystihl aktuální požadavky společnosti:

- Rekrece – potřeba zotavení, osvěžení, zdraví a dobrého pocitu.

Sem patří shromažďování sil, zotavení zdůrazňující zdraví, zbavení se zátěží všedního dne, psychické uvolnění, pocit osvobození od chybných a příliš vysokých požadavků, odpočinek a spánek.

- Kompenzace – potřeba vyrovnání, rozptýlení a potěšení.

Vyrovnání nedostatků, odstranění námahy, zřeknutí se nařízení, pravidel, předpisů a vazeb, uvolnění se od sledovaných cílů a účelů, přání přirozenosti, nezátíženosti, vědomé užívání života.

- Edukace – potřeba poznání a učebního podněcování.

Zahrnuje úsilí poznat a užívat nové, touha po zážitku, zvědavost v chování a jednání se zkouškami, výměna rolí a učení se jednat v rolích, potřeba učení a aktivizace vlastních možností jednání.

- Kontemplace – potřeba klidu, pohody, rozjímání a sebevědomí.

Znamená mít a umět získat čas pro sebe samého, uvědomění si sebe sama, učení se znát a porozumět sobě samému, osvobození sebe sama od stresu, shonu a nervového vypětí, pocit vlastní individuality a nalezení identity.

- Komunikace – potřeba sdělení, kontaktu a družnosti.

Je to sdělovací potřeba, touha nebýt sám, přání rozmanitých sociálních vztahů, objevení času pro jiného, empatie, láska a něžnost.

- Integrace – potřeba společnosti, kolektivního vztahu a tvoření skupin.

Obsahuje potřebu podpory, skupinové atmosféry, hledání emocionální jistoty, sociálního bezpečí a stability, pocit spojení sebe sama s ostatními a vzájemné působení, práce a hry s ostatními, společné prožívání, uznání a vztahy v rodině.

- Participace – potřeba účastenství, angažovanosti a sociální sebepojetí.

Zahrnuje možnosti pro vlastní iniciativu a sebepojetí, účast, podíl a spolupůsobení na dění, úsilí o společné cíle a realizaci společných záměrů, spolurozhodování, spoluúčast, spoluodpovědnost, připravenost ke kooperaci a solidaritě.

- Enkulturační – potřeba kreativního rozvoje, produktivního uplatnění a účasti na kulturním životě.

PÁVKOVÁ et al. (1999) tyto potřeby doplnila ještě o potřebu nezávislého růstu osobních schopností a nadání, prosazování vlastních myšlenek a různých řešení problémů, přání vlastního tvůrčího uplatnění, schopnost vyjádření, fantazie, spontaneita, rozvíjení a rozšiřování estetického pocitu a hojnost nápadů.

2.1.2. Teoretické a praktické aspekty výchovy ve volném čase

Volný čas tedy zahrnuje: odpočinek, rekreaci, zábavu, zájmové činnosti a jiné, těmito činnostmi se zabývá pedagogika volného času (PRŮCHA, 2000).

Pedagogika volného času je vědním oborem, který se zabývá teoretickými a praktickými aspekty výchovy ve volném čase (PÁVKOVÁ et al., 2002). V ČR se začala reálně konstituovat jako samostatná vědní disciplína od počátku 90. let. Jejím posláním je analyzovat dosavadní vývoj všech oblastí volného času, vnášet do nich nové podněty a iniciativy a harmonizovat jejich řešení. Děti a mládež vést k tomu, aby za pomoci dospělých a později i samostatně se učily vhodné aktivity správně volit a zvládat tak, aby byly ve prospěch rozvoje jich samotných, sociálního i přírodního prostředí (HOFBAUER, 2004). Pedagogika volného času tvoří vedle školní pedagogiky jednu z významných disciplín moderního pedagogického systému (JŮVA, 2001). Netýká se však pouze dětí a mládeže, ale zahrnuje i působení na dospělé osoby. V tomto případě má své specifické zvláštnosti, kterými se zabývá obor pedagogika dospělých – andragogika (PÁVKOVÁ et al., 2002).

Cesta dějinami pedagogiky volného času ukázala, že každá epocha má své těžiště:

- v 50. letech se rozvinula antropologicky a kulturně filosoficky určovaná diskuse o volném čase,
- v 60. letech se sociologie a ekonomie postaraly o základní údaje ve výzkumu volného času,
- v 70. letech udávala – jako důsledek doby kolem roku 1968 – tón pedagogika a politika. Programy pedagogiky volného času a politiky volného času byly diskutovány na širší rovině,
- v 80. letech přišly podstatné impulsy výzkumu volného času ze strany psychologie a ekologie.
Výzkum volného času byl také ještě kvalitativním výzkumem, kryl diskrepanci mezi přáním a skutečností a upozornil na hranice a důsledky nárůstu.
- V 90. letech dominovala interdisciplinární a celistvá pojetí výzkumu.
- A dnes? Zdá se, že po roce 2000 jsou v centru otázky etiky (zvláště na pozadí stoupající nezaměstnanosti v Evropě, ale také vzhledem k nabídkám konzumu a médií), stejně jako určení smyslu celého života (PÁVKOVÁ, 2003).

SPOUSTA et al. (1996) uvádí že, pedagogika volného času musí být chápána i v 21. století jako etika volného času a musí dávat lidem ve všech životních fázích smysluplné odpovědi na otázku, pro co žijí. To není lehký úkol. Nejčastěji kladené otázky jsou:

- Jaké perspektivy můžeme poskytnout mladým lidem v globalizovaném světě, v němž se mobilita stává životním principem a vyzývá je stále k tomu, aby cestovali za prací?
- Jaké perspektivy můžeme poskytnout mladým rodinám, které žijí v napětí mezi povoláním a stávají se managery času, kteří organizují svůj život, místo aby ho utvářeli?
- Jaké perspektivy můžeme poskytnout lidem, kteří neměli nikdy přístup ke vzdělávacím institucím, protože patří k takzvaným vrstvám bez vzdělání, v nichž se vzdělání a sociální status dědí?
- Jaké perspektivy můžeme poskytnout stále stoupajícímu počtu starších lidí v této evropské společnosti výkonu, která už nemůže financovat svoji sociální zodpovědnost, a proto tuto skupinu ignoruje?

2.2. VOLNÝ ČAS A ŽIVOTNÍ STYL

Způsob využívání volného času je jedním z ukazatelů životního stylu. Životní styl bychom mohli definovat jako soubor životních forem, které jedinec aktivně prosazuje, jako typický způsob uspořádání činností, jednání lidí, vztahů, vědomí hodnot, norem a věcného prostředí ve společnosti. Je to program nebo také repertoár chování a prožitků, který se od raného dětství formoval v naší osobnosti pod vlivem různých životních událostí. Určuje, jak vnímáme lidi a svět a jak se ve světě pohybujeme, čeho se bojíme, za čím jdeme, jak si přitom počínáme. Shrnuje hodnotovou orientaci člověka, projevuje se v jeho chování. Každý člověk má svůj systém hodnot, který je utvářen vlivem životních podmínek a aktivitou jedince (VÁŽANSKÝ, SMÉKAL, 1995).

Styl života však souvisí velice úzce s mnoha kategoriemi lidského bytí. Z toho důvodu se základní specifikací problému nezabývají jen sociologické studie, ale definice životního stylu máme možnosti nalézt také v psychologii a filosofii.

Z hlediska filosofie můžeme chápat styl jako zaměření člověka.

Psycholog nahlíží na životní styl jako na vyjádření hodnot, často však ke svému pohledu přidává také strukturu lidské osobnosti jako celku a vše spojuje v odpovídající vzorce chování, které vystihují ony různé životní styly osob. Samozřejmě se neopomíjí psychologický vývoj a odpovídající vlivy prostředí (PETRÁSEK, 2004).

Sociologie pojímá životní styl jako součást sociologie životního způsobu. Klíčovým východiskem pro studium jsou pro tuto oblast vědy lidské činnosti. Životní styl je tedy úzce propojen s časem a činnostmi v něm (PROKEŠOVÁ, 2004).

2.2.1. Rizikové faktory zdravého životního stylu

Volbou životního stylu mohou lidé směřovat k naplňování své životní spokojenosti, ale do určité míry ovlivňovat i zdravotní stav. Zdravý životní styl zajisté podporuje zdraví a platí, že ti, kdo jedí střídmě, pravidelně cvičí a nekouří, budou zdravější a zdatnější než ti, kteří tak nečiní a také pravděpodobně budou lépe vzdorovat chorobám, nebo je dokonce překonají.

Co se týče pohybu, člověk je morfologicky i funkčně adaptován na způsob života, který vedl po tisíce let a ve kterém schopnosti vyrovnat se s náročnou tělesnou činností patřila k základním atributům žití a přežití. V současné době však žije v podmínkách

přetechnizované společnosti, která potřebu pohybu omezuje na minimum. Tělesná nečinnost nebo sedavý způsob života jsou pak spojeny s množstvím zdravotních poruch včetně kardiovaskulárních nemocí, zvýšeným krevním tlakem, non-inzulin dependentním diabetem, osteroporózou a v neposlední řadě i chronickými poruchami pohybového a opěrného aparátu (PETRÁSEK, 2004).

Další problematickou oblastí životního stylu je nadváha. Nadváhou rozumíme nadbytek hmotnosti, obezitou nadměrnou akumulaci tukové tkáně. V obou případech se jedná o poruchu výživy, která s sebou nese významné zdravotní riziko. V současné době je běžně užíváno hodnocení dle indexu hmotnosti tj. body mass index-BMI = hmotnost v kg / (výška)² v m (PROKEŠOVÁ, 2004).

Vysoká a stále se zvyšující prevalence obezity ve vyspělých zemích představuje významný zdravotnický problém. Údaje získané v různých populačních studiích prokazují, že přibližně 1/4-1/3 populace ve věku 20-65 let má BMI vyšší než je optimální (> 27). Dalším rizikem je zvyšující se výskyt obezity u dětí (PROVAZNÍK, 2003).

2.2.2. Podpora zdravého životního stylu

Aktivity zdravého životního stylu spojené s posilováním a rozvojem zdraví jsou zdůrazněny v Ottawské chartě: “Posilování a rozvoj zdraví je proces, který umožňuje lidem rozšířit svůj podíl na ochraně a zlepšení svého zdraví. Má-li být dosaženo stavu fyzické, duševní a sociální pohody, musí být skupiny i jednotlivci schopni formulovat a plnit svá přání, uspokojovat své potřeby a své životní prostředí měnit, nebo se v něm naučit žít“ (PROVAZNÍK, 2003).

Hovoříme-li o zdravém způsobu života, nejčastěji se dostaneme k překonávání stresu, k překonávání zátěžových životních situací, k duševní hygieně či k pojmu zdraví. Být zdravý, znamená nepřítomnost nemocí, cítit se fyzicky, psychicky i sociálně dobře, být v pohodě. Současný svět je však plný napětí a nepohody, žít v něm není bezpečné, podobně člověk je člověkem ztraceným, bez pevného bodu, bez pocitu bezpečí, marně hledající sebe sama. Tedy v podstatě nezdravý člověk v nezdravém světě, vezmeme-li v úvahu, že zdraví je většinou charakterizováno jako dynamická rovnováha, kterou organismus zajišťuje ve vztahu k vnitřním i vnějším podmínkám jeho života. Nemoc se

pak vysvětluje poruchou této dynamické rovnováhy, narušením stavu úplné pohody. Svět ani člověk však vyrovnaný není (PROKEŠOVÁ, 2004).

Zdravý životní styl by měl vést k tzv. aktivnímu zdraví - rovnováze mezi duševním a fyzickým zdravím. Zdraví podle WHO je definováno nejen jako nepřítomnost nemoci, ale současně jako tělesná, duševní, sociální a psychosociální pohoda. Zdraví lze volně definovat negativně jako nepřítomnost nemoci nebo poruchy, anebo pozitivně jako pocit pohody tělesné i duševní. Člověk, který zvládá zdravý životní styl, ovládá svoje emoce, má se rád, dokáže zastavit destruktivní myšlenky a podporovat konstruktivní, je ideál. V životě tyto ideály potřebujeme, protože ve vztahu k ideálu porovnáváme, čeho bychom chtěli dosáhnout. Uvědomujeme si vlastní nedokonalost a vzájemnou odlišnost. Úsilí o zdravý životní styl nás může dovést k tomu, že se stáváme lepšími, pokornými, tolerantními a laskavými k sobě i druhým (PETRÁSEK, 2004).

2.3. ZPŮSOB TRÁVENÍ VOLNÉHO ČASU

Volný čas má 3 hlavní funkce: regenerační (prostor pro odpočinek a regeneraci), kompenzační (vyrovnání jednostranného zatížení) a všestranný rozvoj osobnosti (PÁVKOVÁ, 2003).

Principy, na kterých byl postaven systém služeb pro volný čas v minulosti, už neplatí nebo platit přestávají, protože sociální změny tento systém narušily. Zlepšované sociální a ekonomické podmínky společně s rychle se měnícím životním stylem rozmnožily řady potenciálních participantů, změnily zaměření a strukturu poskytovaných programů a vyvíjejí tlak na permanentní zdokonalování volnočasových služeb.

Tendence vývoje volnočasových aktivit směřují:

- od organizovaného k neorganizovanému,
- od výkonu k prožitku (radosti, sebeuspokojování, seberealizaci),
- od kolektivního k individuálnímu,
- od tradičního k netradičnímu (rizikovému, vzdělávacímu, k aktivitám pro rozšíření obzoru a kvality osobnosti),
- od dlouhodobých (stálých) vlivů ke krátkodobým trendům (módnost, identifikace),
- od města k přírodě (kompenzace prostředí a stresových vlivů).

Tyto tendence odpovídají změnám, ke kterým ve společnosti dochází. Celý život člověka je v moderní společnosti natolik organizován, že netouží po tom, aby byl dále organizován i jeho soukromý individuální život ve smyslu naplňování specifických zájmů, ve smyslu práce sama na sobě. Ve volnočasových aktivitách se tedy orientuje na vlastní výběr činností (z hlediska svého zájmu, což ovšem nemusí být vždy v souladu s jeho objektivní potřebou) a na jejich realizaci v místě svobodně vybraném, v čase svobodně zvoleném a ve společnosti svobodně vybrané. Projevuje se zde tendence k naprosté nezávislosti a svobodě rozhodování. I když má současná výkonová společnost stálou tendenci k podávání výkonu v jakékoliv oblasti života, je to často kompenzováno odmítnutím výkonu a preferencí prožitku (HODAŇ, DOHNAL, 2005).

Důležitými činiteli určujícími způsob trávení volného času jsou věk, pohlaví, zdravotní stav, fyzická a duševní kondice (SPOUSTA et al., 1995).

PÁVKOVÁ et al. (1999) upozorňuje na výrazné působení sociálního prostředí. Klíčovou roli zde hraje rodina - struktura rodiny, životní styl, způsob výchovy, vzdělání rodičů, zájmové činnosti rodičů, společné činnosti s dítětem apod. Rodiče slouží svým dětem jako první vzory.

Od školního věku je pak dítě ještě ovlivňováno do značné míry vrstevníky, školou, ale i nabídkou volnočasových aktivit. Za velmi významné činitele je nutno považovat rovněž působení sdělovacích prostředků - televize, rozhlasu, tisku a internetu.

Děti mají poměrně hodně volného času, nemají však vytvořeny specifické zájmy, a proto potřebují pestrou nabídku pro orientaci v zájmové činnosti (SPOUSTA et al., 1997). Volný čas dětí se liší od volného času dospělých tím, že v něm probíhá vývoj všech stránek osobnosti (VESELÁ, 1997).

2.3.1. Volný čas dětí a mládeže

ČAP, MAREŠ (2001) uvádějí některé problémy týkající se volného času dětí a mládeže:

- problém mladých lidí se značně širokými a přitom povrchními a nestálými zájmy, naproti tomu případy značné jednostrannosti zájmové činnosti,
- problém mladých lidí bez jakékoliv hodnotnější a trvalejší zájmové činnosti (člověk, který nic nedělá a nudí se, se mnohem snáze stane členem party delikventů nebo začne užívat drogy než ten, kdo se věnuje zajímavé a hodnotné činnosti),
- problém aktivních a pasivních způsobů využívání volného času.
- poměr mezi přáním mladého člověka věnovat se určité zájmové činnosti a mezi její skutečnou realizací.

Uvedené problémy spolu navzájem souvisí. Mladý člověk usiluje o poznání světa a života, chce se ho aktivně zmocnit, vyzkoušet si různé činnosti, ověřit si své schopnosti i další předpoklady pro různé životní oblasti.

V porovnání s výsledky výzkumů ze 70. a 80. let se u dětí a mládeže projevují výrazné tendence posunu od aktivního k pasivnímu využívání volného času (KRATOCHVÍLOVÁ, 2004). Probíhá informační revoluce a mládež tráví hodně času využíváním internetu. Dominantním médiem se stala televize a je současně těžištěm

volného času dětí a mládeže. Na předních místech v aktivitách je dále poslech reprodukovávané hudby, návštěvy restauračních zařízení a nicnedělání (MALACH, 2007).

V mnoha případech přestává rodina plnit funkci pracovní jednotky. Značnou část výchovy zajišťuje škola, popřípadě také mimoškolní zařízení a organizace. S postupujícím věkem dětí se zmenšuje rozsah společného trávení volného času (ČÁP, 1996).

Od školy jako všeobecně rozšířené vzdělávací a výchovné instituce se očekává vytváření předpokladů pro úspěšný vstup příslušníků mladé generace do profesionálního, občanského i volnočasového života. Svoji úlohu ve volném čase žáků škola uplatňuje jednak přímo, jednak prostřednictvím svých zařízení (HOFBAUER, 2004).

Vzhledem k tomu, že člověk je nedělitelný a výchovné a vzdělávací působení postihuje celou osobnost, měl by učitel být schopen kvalifikovaně organizovat a vést proces výchovy a vzdělávání ve vyučování, ale rozumět i oblasti volného času dětí a mládeže a pedagogicky intervenovat do výchovy mimo vyučování. Od základních, středních i speciálních škol se žádá, aby vychovávaly žáky ke zdravému životnímu stylu také prostřednictvím vhodné náplně volného času a preferencí pozitivních životních cílů (PÁVKOVÁ et al., 2002).

Dobrovolná účast na volnočasových aktivitách školy vytváří prostor pro rozvoj individuálních předpokladů účastníků a jejich zájmového vzdělávání jako souhrnu jednorázových i pravidelných činností. Plní funkci vzdělávací a výchovnou, kulturní a sociálně-preventivní, zdravotní (regenerační a relaxační), oddechovou a kompenzační. Ve spolupráci s rodiči, institucemi volného času a obcemi rozvíjí a kultivuje zájmy a nadání, sociální vztahy a demokratické občanství.

Volnočasové aktivity školy v letech školní docházky odkrývají zájmy a nadání dětí a mladých lidí, rozvíjejí je samy nebo tomuto rozvoji dávají podněty. Jejich prostřednictvím pomáhají utvářet vztah dětí a mladých lidí k dalším způsobům vzdělávání prostřednictvím volnočasových aktivit, k budoucí profesi a celému životu. To potvrzují studijní, profesní a životní kariéry mnoha účastníků předmětových olympiád, uměleckých nebo sportovních soutěží, kteří se v původně pouze zájmových oborech profesionalizovali, dosahují v nich špičkových výsledků a v současnosti přispívají k rozvoji svého oboru (SPOUSTA et al., 1996).

V rámci školy působí specifická zařízení určená pro působení ve volném čase žáků. Navazují na zkušenost evropských zemí získanou v posledním století, jejímž výsledkem

byl v duchu koncepcí nové výchovy citlivý přístup k dětem a překonávání odtrženosti školy od zájmů žáků, života obce i společnosti.

Důsledkem bylo rozšiřování výchovného působení do volného času dětí a mladých lidí, spojení jejich aktivit s nejbližším prostředím a spoluúčast na nich. Zpočátku tato zařízení plnila především sociální funkce (žakovské útulky), postupně vzrůstal význam kladený na zřetele výchovné (knihovny, čítárny, jednoduchá hřiště).

Důležitou součástí výchovného zhodnocování volného času jsou prostory a zařízení mimo školu procházející zvláště v posledních desetiletích rychlou proměnou. Praxe a teorie věnovala až dosud pozornost především specializovaným zařízením. Volnočasové aktivity se však často, dočasně i trvale, uskutečňují také v prostorách k tomuto účelu původně neurčených. Oba zřetele dnes existují souběžně a vzájemně se doplňují. Volnočasové aktivity se tak uskutečňují v původním nebo přizpůsobeném přírodním či městském prostředí a současně v národním i mezinárodním měřítku podněcují vznik nových činností i typů zařízení (HÁJEK, HOFBAUER, PÁVKOVÁ, 2003).

Funkčně a obsahově jsou zařízení specializována jako místnosti dětských her a kluby: tělocvičny, bazény, loděnice a další sportovní a turistická zařízení, domy přátel přírody, ekologická centra a přírodovědné laboratoře, výtvarné ateliéry, studia, zkušebny uměleckých souborů, dílny technické tvořivosti, dětské jazykové školy pro věk 4-15 let. Nově budovaná lanová centra mají k dispozici překážkové dráhy, lanové překážky, lávky nebo lezecké stěny a umožňují i náročné skoky z výšky a další zážitky z adrenalinových sportů (u nás např. Olomouc, Brno, Harrachov, v roce 2004 bylo takové centrum vybudováno také na pražském Libeňském ostrově). Tyto aktivity vyžadují již předběžnou přípravu a výcvik, účast instruktora nebo předchozí školení. Jejich provozovatelem bývají někdy občanská sdružení. V poslední době se v rámci středisek volného času budují počítačové učebny, internetové kavárny, informační centra pro mládež nebo redakce periodik zájemců o média.

Výraznou tendencí je rozšiřování věkové struktury účastníků aktivit. Těžištěm nadále zůstává věk žáků základní a střední školy, posunuje se však do věku předškolního i do věku mladých dospělých. Současná praxe domů dětí a mládeže se v tomto směru rozvíjí takto: Mezi tří až šestiletými to jsou dopolední a jiné příležitostné činnosti: klub předškoláků, taneční a pohybový kroužek, od 4 let letní tábory, od 5 let jarní pobyty na horách, zobcová flétna, výtvarný zájmový kroužek, výuka klavíru, ovládání multimédií. Ve školním věku a dospělosti se zájmová činnost pravidelná stává odborně i výchovně náročnější.

Častěji než v minulosti se uplatňují také společné aktivity dětí předškolního věku i školního věku spolu s dospělými, zejména s rodiči (společná cvičení, aerobik, výtvarný klub) (HOFBAUER, 2004).

Množství rozmanitých činností dospělých (činností pracovních, zájmových i zábavných) láká děti i mladistvé. Dítě a mladistvý usiluje o to poznat svět a život a aktivně se ho zmocnit, vyzkoušet si různé činnosti, ověřit si své schopnosti a další předpoklady.

Přání mladistvých se od počátku setkává jak s podporou, tak s rozmanitými překážkami vnějšími (nedostatek hřišť, nedostatek vybavení pro technické záliby, neporozumění dospělých aj.) i vnitřními (nedostatek speciálních zkušeností a schopností, volných vlastností potřebných třeba k náročnému sportovnímu tréninku nebo k cvičení ve hře na hudební nástroj). Neshody mezi přáním a realizovanou činností jsou u mladistvých časté. Obvyklá jsou nesplněná přání. Zjistili jsme, že k nim patří takové činnosti, které jsou společensky a výchovně podporovány - technické záliby, hra na hudební nástroje, návštěva divadel a výlety, četba odborné literatury. Na druhé straně mladistvý vyplňuje svůj volný čas méně oblíbenou činností, zato snáze realizovatelnou, jako je sledování televize, četba dobrodružné literatury, povídání s kamarády, poslech zábavné hudby. Tyto formy využívání volného času, kdy realizace převažuje nad přáním (motivací), jsou spíše receptivní, pasivní, méně příznivé z hlediska vývoje osobnosti. Jsou projevem toho, že mladiství nedokázali zvládnout překážky v realizaci náročnějších a přitom poutavějších činností, a že dospělí, popřípadě výchovní pracovníci, jim v tom nedovedli pomoci (ČÁP, MAREŠ, 2001).

2.3.2. Volný čas v dospělosti

V dospělosti je trávení volného času výslednicí vzorců chování a hodnot, které si jedinec postupně vytvořil v průběhu života (SELUCKÝ, 1966).

Rychlým tempem se proměnily reálné náplně volného času, existují různorodé a stále diferencovanější obsahy i způsoby realizace volnočasových aktivit.

Rozsah a náplň volného času dospělých zásadně ovlivňuje mnoho proměnných, mezi nimi zvláště rodinná situace, možnost pracovního uplatnění, profese a pracovní pozice, vzdělání, způsob a místo bydlení, příslušnost k pohlaví, věk, náplň volného času v dětství.

Současný způsob využívání volného času dospělých má mnoho problémů, uvádíme některé z nich:

- vztah mezi volným časem a prací: volný čas by měl vyrovnávat jednostrannosti práce v zaměstnání,
- problémy prostředků masmédií (tisk, rozhlas, televize...), obsahu a úrovně pořadu, vztahy mezi zábavou a rozvojem osobnosti,
- problém aktivních a pasivních (receptivních) forem využívání volného času, mnoho lidí přechází od aktivního sportování k pouhému sledování sportu, amatérské provozování umění ustupuje pohodlnému poslechu reprodukované hudby v profesionálním provedení, aj.,
- problémy osob s krajním nedostatkem volného času (zaměstnané matky, matky studentky),
- problémy osob bez jakékoliv hodnotnější náplně volného času (VESELÁ, 1997).

Skutečností dneška je pracovní zařazení lidí: to je stále více oprošťováno od namáhavé fyzické práce. Energetický výdej dnešních pracovníků (v průměru) je nesrovnatelně nižší, než jak tomu bylo ještě před několika desítkami roků. Fyzická práce dětí je anachronismem doby. Volný čas náhle ztrácí jednu z podstatných dimenzí: nemusí ve velkém rozsahu sloužit pasivnímu odpočinku (s vyloučením pohybu).

Namísto operátorských činností lidé provozují ve stále větší míře činnosti programátorské, řídicí, výzkumné, organizační, komunikační, poradenské, vzdělávací, studijní. Fyzický lidský aparát tak koná pohyby malé intenzity, s nárazovými požadavky, se zatěžováním spíše jen dílčích svalových skupin a oblastí nosného aparátu. A neobyčejně rostou nároky na obecnou i speciální tělesnou, intelektuální, volní vytrvalost. Práce ve svém celku, na rozdíl od doby nedávné, působí ve stále menší míře jako faktor a zdroj nezbytné, funkční fyzické zátěže. Zato tato práce nebývale a masově vyčerpává a až stresuje psychicky. Je to dost důvodů, proč by lidé měli vyhledávat pohyb v jeho volnočasových a často individualizovaných formách - jako náhradní zdroje fyzické zátěže, relaxace a rehabilitace (SPOUSTA et al., 1996).

Všechny aktivity ve svém souhrnu znamenají i předcházení různým sociálně patologickým jevům.

2.4. VOLNOČASOVÉ AKTIVITY JAKO PREVENCE SOCIÁLNĚ PATOLOGICKÝCH JEVŮ

Prevence znamená předcházení nežádoucímu jevu a ochrana před ním. Označuje všechny aktivity, jejichž cílem je potírání výskytu a zabraňování rozvoji negativního jevu ve společnosti. Prevenci dělíme na primární, sekundární, terciární.

Primární prevence

Zahrnuje především výchovné, vzdělávací, volnočasové, osvětové a poradenské aktivity zaměřené na nejširší veřejnost. Zvláštní pozornost je zaměřena na pozitivní ovlivňování dětí a mládeže (na využívání volného času, možnosti sportovního vyžití). Odpovědnost za primární prevenci spadá do působnosti rodiny, obcí a Ministerstva školství mládeže a tělovýchovy. Nárůst negativních sociálně patologických jevů je považován v mnoha případech za důsledek snížení kvality společenské péče o volný čas mladé generace (MALACH, 2007).

Mnoho dětí neví, jak smysluplně využít svůj volný čas, proto některé podléhají nudě. Náhračkou za vlastní aktivity se stává televize a video. Jiné děti si vybíjejí agresi a napětí tím, že ničí telefonní budky, pomalovávají zdi, poškozují auta nebo se dopouštějí násilí vůči ostatním (VIEHOFFOVÁ, KEUYSOVÁ, 1996).

Sekundární prevence

Je zaměřena na tzv. rizikové skupiny či jedince, u nichž se dá předpokládat, že se dostanou do situace, kdy jejich činnost bude klasifikována jako sociálně patologická, pokud se do této situace již nedostali. Dále je zaměřena na další rizikové faktory jako např. sociální prostředí, ve kterém jedinec žije, na sociální vztahy. Těžištěm činnosti je včasné vyhledávání problému, podávání informací, poradenství, sociální péče.

Terciální prevence

Její cílem je zajistit a poskytnout včasnou odbornou pomoc. Je také zaměřena na eliminaci recidivy, na minimalizaci škod, na resocializaci. Obsahuje aktivity a opatření zaměřené na jedince i skupiny osob, které již páchají trestnou činností nebo se dostali do kategorie sociálně negativního chování (prostituce, šikana, násilí, kriminalita) (CHMELÍK et al., 2003).

2.4.1. Sociálně patologické jevy

Sociální patologie je označením pro všechny nenormální nebo všeobecně nežádoucí společenské jevy. Jsou sem zahrnovány všechny sankcionované formy a podoby deviantního chování a studium příčin jejich vzniku. Stanovení, co je patologické, se odvíjí od pojetí normality akceptované danou společností (VYKOPALOVÁ, 2001).

Příklady sociálně patologických jevů

Agresivita

Agresivita je tendence k útočnému jednání vůči druhé osobě či okolí (STEJSKAL, KNÝ, VOTRUBA, 1999).

Agresivita je tendence ovládnout sociální skupinu, získat takové postavení, které umožňuje vnucovat jí určité názory, rozhodovat o její činnosti a osudu jednotlivých členů (PRŮCHA, 2001).

Kleptomanie

Patologické kradení je opakovaná neschopnost odolat impulzům k ukradení věcí, které člověk nepotřebuje, která postrádá motivaci k tomuto jednání zaměřenou např. na zisk nebo prospěch pro sebe nebo jinou osobu (VYKOPALOVÁ, 2001).

Sprejerství

Jako patologický jev má důsledky obdobné vandalství. Projevuje se nástřikem barev, obrazců a písmen kódovaného významu na stěnách domů, zdích, vagónech, oknech (STEJSKAL, KNÝ, VOTRUBA, 1999).

Šikana

Slovo šikana pochází z francouzského výrazu chicane, což znamená zlomyslné obtěžování, týrání, pronásledování a opakované vyžadování nesmyslné činnosti.

Šikanováním se rozumí ubližování, které je opakované, systematické a průběžné (VYKOPALOVÁ, 2001).

Podle DUNOVSKÉHO et al. (1995) se šikanování definuje jako agrese, které se dopouští jedinec nebo skupina vůči jedinci nebo skupině víceméně bezbranných. Za charakteristické se považuje opakování agrese vůči téže oběti.

Záškoláctví

Jev, kdy se žák úmyslně, bez omluvitelného důvodu a bez vědomí, popř. souhlasu rodičů nezúčastňuje vyučování a zdržuje se mimo domov (PRŮCHA, 2001).

Program záškoláckých part může být nejrůznější. Od bezcílných toulek nebo koukání na televizi až ke konzumaci alkoholu, drog, gamblingu nebo trestné činnosti. Kromě toho se vyskytuje tzv. skryté záškoláctví, kdy rodiče omlouvají neúčast dětí ve škole (KŘÍŽ, 2004).

Alkoholismus

Nadměrné používání alkoholických nápojů, vedoucí k opilosti a časem k návyku s osobními i společenskými důsledky (STEJSKAL, KNÝ, VOTRUBA, 1999).

Základním příznakem je ztráta kontroly nad pitím. Člověk závislý na alkoholu už není s to rozhodnout se, zda začne pít či zda bude pokračovat v pití alkoholu, vznikne-li pro to sebemenší příležitost. Pokud nemá závislý svou dávku alkoholu, pociťuje abstinenci příznaky: celkovou nevělu, napětí, třes rukou, nesoustředivost, mrzutost, pocení, slabost. Příznaky rychle mizí po napití (CHODURA, 1999).

U mladistvých se zvyšuje možnost pravidelného napití, například při cestě ze školy, na diskotéce, na mejdanech. Čím dříve se objeví závislost, tím větší je nebezpečí jejího rozvoje a vlivu na osobnosti (KŘÍŽ, 2004).

Závislost na cigaretách

Hlavní psychoaktivní látkou v tabáku je nikotin, který působí na nikotinové receptory v mozku, a tak vyvolává příjemné pocity. V mnoha případech pomáhá cigareta dětem získat sebevědomí. Kouří ty stejné cigarety jako ti úžasní hrdinové z billboardů a cítí se pak stejně úžasný jako oni. Děti s kouřením často experimentují a domnívají se, že mohou přestat, kdykoliv budou chtít. Kouření je však silně návykové a valná většina dětí později není schopna s kouřením přestat (NEŠPOR et al., 1999).

Drogová závislost

Drogová závislost je duševní a někdy také tělesný stav, vyplývající ze vzájemné interakce mezi organismem a drogou, charakterizovaný změnami chování a jinými reakcemi, které vždy zahrnují puzení brát drogu stále nebo opakovaně pro její účinky na psychiku a někdy také z obav před vznikem velice nepříjemných abstinenci příznaků (KUBÁTOVÁ et al., 1999). Za drogu je možno považovat jakoukoliv látku, která může

vyvolávat psychotropní účinky, tedy může ovlivňovat prožívání člověka a působit na jeho psychiku a vyvolat závislost (VYKOPALOVÁ, 2001).

Podle účinků dělíme drogy na několik skupin:

1. Drogy s převážně sedativními účinky
 - alkohol, barbituráty, hypnotika, inhalační prostředky,
2. Drogy s převážně povzbuzujícími účinky (stimulancia)
 - kokain, amfetaminy,
3. Halucinogeny
 - marihuana, hašiš, LSD a syntetické drogy, extáze,
4. Narkotické látky
 - heroin, morfium, opium, kodein, syntetické opiáty,
5. Steroidy

Rozlišujeme 4 formy vztahu ke drogám:

Experimentování

- je velmi rozšířené, většinou se jedná o marihuanu

Víkendové braní

- je to šťastné období, během dne stačí žáci plnit své povinnosti a o víkendu si užívají s partou a v pondělí už jsou zase v pořádku
- zde se již objevuje pervitin

Dvojitý program

- ještě víkendové užívání, ale již se objevují konflikty s rodinou, se školou
- feťák na plný úvazek - závislost je již rozvinuta, užívání heroinu, jedinou cestou je léčba a abstinence (KŘÍŽ, 2004).

Nejrizikovější věkovou kategorií z hlediska prvouživatelů se stává mládež a děti od 10 do 19 let. Ve věkové skupině do 15 let převládá zneužívání těkavých látek, ale vyskytují se i případy užívání pervitinu a marihuany.

Patologické hráčství (gamblerství)

Pro patologické hráčství jsou charakteristické časté, opakované epizody hráčství, které dominují v životě jedince a vedou k poškození sociálních, pracovních, materiálních a rodinných hodnot a k zadlužení (VYKOPALOVÁ, 2001).

Gambleři jsou vášniví hráči na hracích automatech v hernách, restauracích s výherními automaty, nádražních halách aj. Náruživé hráčství ve všech jeho formách vytváří podobnou závislost jako závislost na drogách (STEJSKAL, KNÝ, VOTRUBA, 1999).

Závislost na počítačových hrách

Nejnebezpečnější jsou počítačové hry zobrazující násilí. Existují případy, kdy děti na základě nějaké počítačové hry udělaly trestný čin. Nejnebezpečnější je přitom takový druh násilí, které lze použít v běžném životě. Ohrožení nejsou jenom dospívající, ale následně celá společnost. Stejně negativní vliv má i násilí v televizi.

Počítačové hry ale také dětem berou hodně času. Zatímco se snaží ve hře vysvobodit z pevnosti, nemohou se dostatečně věnovat předmětům ve škole. Dlouhé vysedávání u počítače má i vliv na tělesnou kondici, zejména na pohybový systém. Následkem toho je, že děti mají kulatá záda, špatné držení těla.

Rizika závislosti počítačových her:

- v oblasti násilí a agresivity – hráč se podílí na násilí aktivněji, než například v televizi nebo v kině,
- v oblasti životního stylu hráčů – dochází ke změnám životního stylu, hráč mění své postoje, hodnoty, zájmy,
- změny v oblasti fyziologické, duševní a duchovní úrovně – deficit pohybu, ovlivnění schopnosti navazovat, udržovat a rozvíjet vztahy s vrstevníky, neuvědomování si reality času (NEŠPOR et al., 1999).

Podle současných poznatků plní důležitou roli v předcházení těchto problémů rodina.

2.5. RODINA A VOLNÝ ČAS

Definovat pojem rodina lze jen obtížně, odborníci ze společenských věd ji definují ze svého hlediska různě. Avšak rodina je vždy charakterizována rodičovskými osobami a dětmi, má nejrůznější funkce, které musí plnit, vztahují se na ni různá právní ustanovení, funguje zde určitá životní pospolitosť (MATĚJČEK, 1994).

Rodina je také základní jednotkou každé lidské společnosti. Propojuje generace, vytváří mezi nimi kontinuitu a pouta solidarity. 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.

V dobře fungující rodině uspokojí rodiče zcela přirozeným způsobem základní potřeby dítěte. Dodávají mu tak dostatek vývojových podnětů a činí jeho svět smysluplným (MATĚJČEK, 2000).

Moderní rodina, tvořená dvěma rodiči a dětmi (dvougenerační), bývá sociology nazývána také rodinou nukleární. Pokud do ní zahrneme další blízké příbuzné, je označována jako rodina rozšířená. Prostor pro odlišení typu rodiny, ve které jedinec vyrůstá jako dítě a kterou později sám zakládá, je vymezen pojmy rodina orientační a prokreační (reprodukční). Dále rodina může být úplná či neúplná. Z hlediska plnění funkcí rodiny pak funkční (plní všechny své funkce), nefunkční (zde někdy dochází k poruchám v plnění jedné či více funkcí, ale vážněji není poškozen život rodiny, není narušen vývoj dítěte) a dysfunkční (dochází k vážným poruchám, vnitřnímu rozkladu rodiny, zásadně je narušován socializační proces dítěte) (KRAUS, POLÁČKOVÁ, 2001).

Postavení žen doznalo v moderní společnosti významných změn. Jednou z nejvýznamnějších je masový vstup žen na pracovní trh a rozšíření vzdělávacích příležitostí pro ženy, které umožnily nebyvalý růst ekonomické nezávislosti žen. Tyto změny měly zásadní vliv na proměny rolí mužů a žen v rodině. Proměny představ o rozdělení rolí v rodině jsou součástí širších změn hodnotových orientací rozvíjejících se v současných ekonomicky rozvinutých společnostech. Rozšíření postojů přijímajících rovnost je spjato s liberalizací postojů k rodinnému a sexuálnímu chování a prosazováním tzv. postmaterialistických hodnot. Růst společenského blahobytu a hospodářský rozvoj ve vyspělých zemích po druhé světové válce umožnil přesun z důrazu na materiální jistoty, které spojuje s tradiční rodinou, na otázky kvality života,

hodnoty individuální autonomie a sebevyjádření mužů i žen. Posun k postmaterialistickým hodnotám se odráží v rostoucí pluralizaci životních stylů a rozšíření forem partnerského soužití alternativních tradiční rodině. Oproti tradičnímu modelu rodiny založenému na specializaci rolí se rozvíjí rodinná uspořádání, která nahrazují tradiční komplementaritu rolí muže – živitele rodiny a ženy – matky a manželky pečující o děti a domácnost posunem k větší univerzalitě mužské a ženské sociální role.

Důraz na plnou zaměstnanost žen a nízká úroveň příjmů vyžadující, aby do rodinného rozpočtu přispívali oba partneři, vedly k prosazení modelu dvoupříjmové rodiny. Modernizace ženského statusu, kterou přinesl vstup žen do ekonomické aktivity, ale nebyla v české společnosti doprovázena změnou dělby odpovědností mezi partnery v rodině. Zaměstnané ženy jsou tak nuceny zvládat dvojitou zátěž placené práce v zaměstnání a hlavní odpovědnosti za péči o rodinu a domácnost. Má-li člověk po delší časové období plnit více povinností, než kolik je v jeho silách, dostavuje se přetížení. Týká se především zaměstnaných žen. Jejich situace je již nyní přibližně stejná ve všech průmyslových zemích, i když závislosti na úrovni služeb, vybavení domácnosti a výši celkového rodinného příjmu ji lze vyjádřit v jiných kvantitativních údajích. Zaměstnané ženy mají všeobecně o třetinu až o polovinu méně volného času než jejich muži, jsou tedy mnohem víc přetíženy a mají méně příležitosti k odpočinku, k zábavě i k rozvoji svých sil (CHALOUPKOVÁ, ŠALAMOUNOVÁ, 2004).

Pro dnešní společnost, která je zvyklá na blahobyt, je příznačný nedostatek času. Jsme jakoby posedlí svým vlastním nedostatkem času a nejsme ochotni jej věnovat někomu jinému, bohužel ani dětem. Věta: „Můj čas je drahý“ by měla vzbuzovat lítost a soucit k tomu, kdo toto říká. Věta „nemám čas“, směřovaná k dětem, vzbuzuje odsouzení. Z vlastní zkušenosti mohu říci, že nejvíce času mají nejvíce zaměstnaní a nejvíce pracovití lidé – oni si ho totiž udělat umí a navíc umí s časem nakládat a v podstatě nikdy vám nepoví, že čas nemají. Čas mají totiž vždy proto, že jej prostě mít chtějí. Věnovat svůj čas ostatním zcela paradoxně znamená čas získat. Dítě se však setkává s opačným fenoménem – z nedostatku času dospělých jak v rodině, tak ve škole, si prostě nemá s kým popovídat, nemá komu se svěřit, nemá, kdo by mu svůj čas věnoval. Je samo (PONGS, 2000).

V současných rodinách v důsledku zvyšujících se nároků na čas rodičů strávený v pracovním procesu se zkracuje čas věnovaný dětem a ostatním členům rodiny, což neblaze působí zejména právě na děti. Vystává také problém způsobu trávení volného času, problém kvality času. Přibývá dvoukariérových manželství v důsledku vzdělanosti, kvalifikovanosti a tím i zaměstnanosti žen.

Obrazně můžeme říci, že dnešní člověk obětuje své děti novodobému bohu Molochovi – bohu spotřebního bohatství a konzumu. Když už žijeme, je třeba si to pořádně užít, život nasát, jen s ohledem na svou vlastní individualitu a svůj vlastní prospěch. Tedy bezohlednost vůči ostatním, na jejímž konci stojí uspokojování vlastních potřeb a osobní – individuální úspěch. Děti to vidí dnes a denně nejen v televizních šotech a reklamách, ale také v příkladu populárních osobností, herců, sportovců, zpěváků, prostě v celém světě tzv. „showbysnyasu“ (PROKEŠOVÁ, 2004).

Do balíčků vkládáme nemálo očekávání – chceme tak dokázat svou lásku, vykoupit se za nedostatek času, vidět vděčný úsměv. Nevědomky tak předáváme dětem systém kompenzace. Jestliže musíme déle zůstat v práci, vrátíme se domů s dárkem, a když nás víc zaměstnává menší dítě, dáme něco tomu většímu, aby bylo hodné. Tak se rodí zkažený vztah (protože zkažené není dítě), v němž se předmět může stát prostředkem komunikace mezi námi a dětmi (LANIADO, 2002).

Osamocené dětství, které z toho všeho vyplývá. Nabízíme dítěti přemíru informací, spotřební a konzumní způsob života, nezájem o problémy dítěte a nedostatek času k popovídání si o jeho starostech. Nabízíme dítěti dětství v osamělosti, bez blízkosti člověka, avšak s neustálou blízkostí techniky, kterou zvládá mnohem lépe než mnohý dospělý, poněvadž s technikou – mám na mysli televizi a počítače, v podstatě vyrůstá. S člověkem již méně. Z toho vyplývá také neschopnost vzájemné komunikace, neschopnost sdílení života a světa s druhými, neschopnost empatie, prohlubuje se individualismus v tom negativním sobeckém slova smyslu (PROKEŠOVÁ, 2004).

2.5.1. Rodina jako významný faktor trávení volného času dětí

V současné době má rodina ve společnosti několik základních funkcí

- Biologicko-reprodukční funkce: vztah muže a ženy v rodině nachází svůj vlastní biologický smysl a nový jedinec svou genetickou výbavu. Nejde jen o to přivést dítě na svět, ale také mu zabezpečit potřebné podmínky života a jeho další vývoj.
- Ekonomicko-zabezpečovací funkce: netýká se jen oblasti materiální, ale také oblasti sociální, duševní a duchovní.
- Emocionální funkce: je vázána na plně rozvinutého, zralého a odpovědného člověka.
- Socializačně-výchovná funkce: jde o nejvýznamnější rodinnou funkci. V rodině získává dítě složité návyky, společenské vazby a systém sociálních vztahů, které jsou nutné k rozvoji jeho osobnosti. Obsahem socializace v rodině je i formování hodnotových hierarchií, vzorců chování, jednání a komunikace (DUNOVSKÝ et al., 1999).

Rodina pro dítě a mladého člověka zůstává nadále prvním prostředím, které pro jejich volný čas vytváří (či má vytvářet) příznivé podmínky: hodnotová východiska a motivaci k dosahování životních cílů, takové uspořádání rodiny, aby dětem poskytovalo dostatek času a vytvářelo podmínky pro spoluúčast na jeho plánování a prožívání, zajištění finančních a hmotných potřeb, zejména individuálního vybavení a placených služeb, informace a podněty pro účast v dalších prostředích mimo rodinu. Způsoby realizace volného času v našich rodinách se však v závislosti na jejím sociálním statutu, životním stylu i vztahu k volnočasovým potřebám dítěte od sebe značně odlišují.

Žádoucím, dosud zdaleka nedosaženým cílem je poučený, aktivní zájem každé rodiny o to, aby její děti mohly svůj volný čas prožívat bohatě a smysluplně, na základě svého dobrovolného rozhodnutí a současně za citlivého vedení ze strany rodičů, případně dalších příslušníků rodiny. Rodina jako inspirátor, podporovatel a realizátor volnočasových aktivit může svoje dítě učit k volnému času přistupovat tvůrčím způsobem a vytvářet postoje, které budou ochotny a schopny v budoucnosti uplatňovat i po založení vlastní rodiny (VIEHOFFOVÁ, KEUYSOVÁ, 1996).

Toto působení se uskutečňuje:

- Nápodobou a reprodukcí (modelováním, sociálním učením) vzorců pozitivního volnočasového chování rodičů prostřednictvím účasti dětí na aktivitách rodiny, příležitostných společenských hrách, domácích zábavách a oslavách, setkáních s příbuznými a přáteli, společných návštěvách zábavných a kulturních zařízení, divadel, koncertů, při vycházkách, výletech, poznávacích zájezdech, různých formách pobytu v přírodě, rodinných dovolených. Nápodoba životního stylu rodičů je ovšem nežádoucí, pokud by reprodukovala nicnedělání a nudu, konzumní způsob života nebo vysloveně protispolečenské aktivity.
- Uskutečňováním individuálních i společenských, pravidelných zájmových činností dětí v rodině (sportovních, turistických, uměleckých, přírodovědných, zábavných aj.). Aktivita dítěte může být prostým navázáním na zájem rodičů nebo přecházením do jiné oblasti, v obou případech tak rodiče ve svých dětech nacházejí přirozené pokračovatele a přispívají k vytváření žádoucí kontinuity svého výchovného působení.
- Citlivým sledováním a cílevědomým reagováním na potřeby, zájmy a nadání dětí, které se k takové činnosti samy přihlásí nebo jež k účasti na ní rodiče přímo vybídnou a podpoří i její realizaci mimo rodinu. S rostoucím věkem a rozvíjejícími se zájmy děti překračují rámec rodiny a postupně se osamostatňují. Společně se svými vrstevníky vstupují do dalších výchovných prostředí (sdružení dětí a mládeže, zájmové činnosti v souboru umělecké tvořivosti, družstvu kolektivního sportu, technického zájmového kroužku, sdružení na ochranu přírody apod.), kde svoje zájmy a nadání rozvíjejí soustavně a na náročné odborné i výchovné úrovni (MATĚJČEK, 1994).

Praktické zkušenosti v tomto směru získávají a pozitivní postoje si osvojují spontánně v denním životě i cílevědomým výchovným působením. Vzorce volnočasového chování svých rodičů uskutečňují plynule i rozporně, přejímají je i odmítají, někdy se snaží je napodobovat, jindy se od nich osvobodit a vlastními přístupy a řešením je překonávat. Na dosavadní praxi tak navazují souladně, nebo naopak kriticky a výsledné postoje někdy přenášejí do celého svého života.

Společným východiskem při tom je (či měl by být) dostatek času věnovaný rodiči dětem, jejich poučený a aktivní přístup k tomu, aby se děti učily svůj volný čas využívat k rozvoji sebe i ve prospěch druhých. Takový přístup však dnes není zdaleka vlastní každé rodině, poměrně častý je opak, nezájem o to, čím se její děti ve volném čase zabývají.

Na volný čas dětí v rodině jako zdroj pozitivních i negativních vlivů působí především objektivní podmínky života a výchovy dětí v rodině: její velikost a úplnost nebo pozdější zakládání rodiny (v České republice se průměrný věk rodiček v desetiletí mezi roky 1999-2002 zvýšil z 24,73 na 27,8 roku). Mění se rovněž její životní úroveň a sociální status, způsob začlenění do společnosti a úroveň bydlení, vybavenost domácnosti včetně potřeb pro volný čas.

Vliv má rovněž realizace volného času uvnitř rodiny, podmíněná zejména způsobem života, postoji a výchovnou praxí rodičů vzhledem k dětem nebo časovými a hmotnými předpoklady vytvářenými pro volnočasovou činnost. Připravenost rodičů umožňuje, aby v tomto ohledu nepůsobili ani jako činitel direktivně rozhodující, ani neponechávali volný průběh živelnosti, nýbrž aby byli spíše inspirátorem, iniciátorem nebo spoluorganizátorem aktivit svých dětí a celé rodiny. Někdy však mezi touto možností a skutečností zeje mezera a nejsou vyrovnávány ani hendikepy dětí ze sociálně a výchovně slabších rodin. Přes všechny problémy však rodina zůstává východiskem, na němž v mnohém závisí bohatost současných zážitků dítěte a jeho připravenost na volnočasový život v dospělosti (HOFBAUER, 2004).

2.6. DÍTĚ V OBDOBÍ MLADŠÍHO ŠKOLNÍHO VĚKU

Obdobím mladšího školního věku označujeme věk zhruba od 6 do 7 let, kdy dítě vstupuje do školy, do 11 do 12 let, kdy se začínají projevovat známky pohlavního dospívání včetně průvodních psychických projevů.

Toto období se ještě dělí na dvě etapy, kdy první etapa (první dva roky školní docházky) je charakteristická pozvolnou adaptací na školní požadavky a průvodními jevy nestálosti a rozporů. Ve druhé etapě (do začátku pubescence, tj. do 10 až 11 let) se sociální vazby mezi dětmi dostávají na vyšší úroveň, struktura zájmů se tříbí a formují se životně důležité postoje (LANGMEIER, KREJČÍŘOVÁ, 2000). Matějček dává přednost samostatnému rozlišení školního věku na tři období: mladší školní věk zde odpovídá prvním dvěma školním třídám, tedy věku od šesti let do osmi či devíti let (MATĚJČEK, 1994). Mladší školní věk lze považovat za typicky přechodné období mezi hravým předškolním věkem a vyspělejším chováním staršího školáka (LANGMEIER, KREJČÍŘOVÁ, 2000).

2.6.1. Charakteristika období mladšího školního věku

Celé mladší školní období je obecně charakterizováno jako věk střízlivého realismu. Školák chce pochopit okolní svět a věci v něm doopravdy, na rozdíl od vnímání, myšlení a jednání mladšího dítěte, které je velmi závislé na svých přáních a fantaziích a na rozdíl od pubescenta, pro kterého je často důležitější vědět, jak by to mělo být správně. Dítě mladšího školního věku je zaměřeno na to, co je a jak to je. Tento charakteristický rys pozorujeme v jeho mluvě, v kresbách, písemných projevech, čtenářských zájmech i ve hře. Tento realismus je nejprve závislý na informacích od autorit, jde o tzv. naivní realismus. Později, v období dospívání se dítě stává kritičtější, jeho přístup ke světu se stává kriticky realistickým. Avšak nyní chce být dítě plně aktivní ve vztahu ke světu. Rádo proto věci zkoumá reálnou činností a zde velice záleží na postojích učitelů, vychovatelů a rodičů, na podnětnosti prostředí. Nejvýznamnější činností dětí mladšího školního věku je učení, které uspokojuje dětskou zvědavost, typickou pro toto období (HÁJEK, HOFBAUER, PÁVKOVÁ, 2003).

Celý duševní vývoj dítěte je ovlivněn souhrnným působením tří faktorů. Prvním z nich je organický růst, zvláště zrání nervové soustavy, dále pak má vliv učení a

zkušenosti získané v činnosti s předměty (v protikladu k sociální zkušenosti). Třetím základním faktorem je sociální interakce a přenos (PIAGET, INHELDEROVÁ, 1997).

Významně a souvisle se během této vývojové epochy zlepšuje hrubá i jemná motorika. Pohyby jsou rychlejší, svalová síla je větší. Nápadná je zejména zlepšená koordinace všech pohybů celého těla. Díky tomu roste zájem o pohybové hry, sportovní výkony, které vyžadují obratnost, vytrvalost i sílu (LANGMEIER, KREJČÍŘOVÁ, 2000). Pro pohybový vývoj je významná velká potřeba pohybu, výrazná pohybová aktivita, která vede ke zlepšení svalové koordinace, zejména drobných kloubů ruky (PÁVKOVÁ et al., 2002).

V uvažování a chápání se začíná projevovat analyticko-syntetická činnost, dítě si všímá podobností a rozdílů, je schopno vnímat jednotlivosti, chápat vztahy mezi nimi (JUCOVIČOVÁ, ŽÁČKOVÁ, 2000).

Začlenění dítěte do lidského společenství se výrazně zintenzivňuje vstupem do školy. A to hlavně díky přímému působení významných osob, už nejen rodičů, ale i učitelů, vychovatelů a hlavně vrstevníků ze třídy i mimo ni (LANGMEIER, KREJČÍŘOVÁ, 2000). Ve škole se totiž mimo získávání nových informací a vědomostí, odehrává společenský život. Dítě v ní tráví každodenně mnoho produktivních hodin ve společnosti nadřízených, spolupracovníků i konkurentů, musí tedy nutně společensky vospívat (MATĚJČEK, 2000).

Na druhé děti reaguje jinak než na dospělé, protože dítě si je se svým vrstevníkem blízké svými vlastnostmi, zájmy i postavením ve společnosti. Ve skupině dětí se učí důležitým sociálním reakcím, jako je na příklad spolupráce, soutěživost, pomoc druhým. Dochází také k získávání si společenských pozic, k určení domina i submisivnosti (LANGMEIER, KREJČÍŘOVÁ, 2000).

Věk kolem deseti let je také dobou, kdy se objevuje tzv. rodičovské chování, zatím samozřejmě v instinktivní, neuvědomělé podobě. Mnoho dětí je schopno se postarat o své malé sourozence. Rodiče či jiní vychovatelé mají poskytnout dítěti v tomto období příležitosti ke kontaktu s malými dětmi tak, aby bylo umožněno rozvíjení, kultivace rodičovských postojů (MATĚJČEK, 2000).

3. CÍL PRÁCE A HYPOTÉZY

Cíl práce

Hlavním cílem bylo shromáždit poznatky o využívání volného času rodin v průběhu pracovního týdne, sledovat volnočasové aktivity v současných rodinách v souvislosti se zdravým životním stylem.

Hypotézy

1. Velké množství rodin tráví svůj volný čas pasivně, především sledováním televize.
2. Ženy v rolích matek mají méně volného času než muži – otcové a většinu volného času věnují rodině.
3. Děti mají velké množství volného času, často v něm zažívají nudu.

4. METODIKA

4.1. POUŽITÉ METODY VÝZKUMU

V rámci bakalářské práce byl proveden výzkum na téma „Volnočasové aktivity v současných rodinách“. Základní technika sběru dat byl anonymní dotazník. Dotazník patří mezi metody založené na subjektivní výpovědi osoby o jejích vlastnostech, citech, postojích, názorech, zájmech. Jedná se o soubor otázek, které jsou předem písemně připraveny (BÁRTLOVÁ, HNILICOVÁ, 2000). Dotazník obsahoval 19 otázek, přičemž úvodní otázky měly identifikační charakter a zbývající část otázek se zaměřovala na problematiku volnočasových aktivit rodiny. Používala jsem otázky uzavřené s předem stanovenými variantami odpovědí a otázky otevřené, kde respondent odpovídal vlastními slovy. Respondentům jsem se vždy představila, vysvětlila, co od nich potřebuji. Kladla jsem důraz na to, aby odpovídali pravdivě, s tím, že získané údaje budou sloužit pouze pro účely této práce a nikde dál nebudou použity.

Na počátku své práce jsem oslovila 47 rodin s žádostí o poskytnutí informací. Dotazník vyplnilo 30 rodin (56 respondentů – 30 žen a 26 mužů). Dotazníky jsem rozdávala osobně při návštěvě jednotlivých rodin, zvláště je vyplňovaly ženy a zvláště muži. Po skončení návštěvy jsem si vyplněné dotazníky odnesla. S dětmi byl veden řízený rozhovor. Rozhovor je řazen mezi nejužívanější 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 říct. Rozhovor vedený záměrně volenými otázkami se nazývá řízený (DVOŘÁKOVÁ, 1995). Jako doplňkovou metodu jsem použila projektivní techniku. Děti měly za úkol nakreslit obrázek, jak jejich rodina společně tráví volný čas (Příloha V). Chtěla jsem tak doplnit údaje získané dotazníkem a řízeným rozhovorem. Výhody projektivních technik spočívají zejména v navázání osobního kontaktu s dětským probandem, pro snižování vlivu probandových citových blokády a obranných mechanismů (BÁRTLOVÁ, HNILICOVÁ, 2000).

Celý výzkum jsem realizovala v období od června do prosince 2008. Při svém výzkumu jsem se neseťkala s žádným větším problémem, ve všech rodinách ke mně byli vstřícní a ochotně se mnou spolupracovali.

4. 2. CHARAKTERISTIKA SOUBORU

Jako výzkumný vzorek jsem zvolila 30 rodin žijících v Českých Budějovicích. Jednalo se převážně o úplné rodiny s 2 dětmi, z nichž jedno bylo ve stáří 10 – 11 let. Výběr rodin byl proveden náhodně s ohledem na splnění kritéria alespoň jednoho dítěte ve věku 10 – 11 let.

Bližší charakteristiku uvádějí následující tabulky. (Tabulka 1, Tabulka 2, Tabulka 3).

Tabulka 1. Přehledová tabulka respondentů (rodina číslo 1-10)

Rodina číslo	Věk (roky)	Pohlaví	Vzdělání	Zaměstnání	Počet dětí
1	30-40	Ž	SŠ	Úřednice	2
1	-	-	-	-	-
2	30-40	Ž	SŠ	Účetní	3
2	30-40	M	SOU	Zedník	3
3	30-40	Ž	SŠ	Manažerka	2
3	40-50	M	SŠ	Technik	2
4	40-50	Ž	VŠ	Projektant	2
4	40-50	M	VŠ	Projektant	2
5	30-40	Ž	SOU	Kuchařka	1
5	30-40	M	SOU	Kuchař	1
6	40-50	Ž	SŠ	Laborantka	3
6	40-50	M	SŠ	Technik	3
7	30-40	Ž	SŠ	OSVČ	2
7	40-50	M	SOU	Dělník	2
8	30-40	Ž	SOU	Dělnice	3
8	30-40	M	SOU	Truhlář	3
9	40-50	Ž	SŠ	Módní návrhářka	2
9	40-50	M	VŠ	Architekt	2
10	30-40	Ž	VŠ	Ekonom	2
10	40-50	M	SŠ	Technik	2

Tabulka 2. Přehledová tabulka respondentů (rodina číslo 11-24)

Rodina číslo	Věk (roky)	Pohlaví	Vzdělání	Zaměstnání	Počet dětí
11	40-50	Ž	SOU	Cukrářka	1
11	-	-	-	-	-
12	30-40	Ž	SOU	Kuchařka	3
12	30-40	M	SOU	Řidič	3
13	30-40	Ž	SŠ	Prodavačka	2
13	30-40	M	SŠ	Zabezpečovací agentura	2
14	30-40	Ž	SŠ	Laborant	2
14	40-50	M	VŠ	Lékař	2
15	40-50	Ž	SOU	Kadeřnice	2
15	30-40	M	SOU	Prodavač	2
16	40-50	Ž	VŠ	Ekonom	2
16	40-50	M	VŠ	Ekonom	2
17	30-40	Ž	SOU	Kosmetička	1
17	-	-	-	-	-
18	30-40	Ž	SŠ	OSVČ	1
18	40-50	M	SŠ	OSVČ	1
19	30-40	Ž	SŠ	Rehabilitační pracovnice	2
19	30-40	M	SOU	Pokrývač	2
20	30-40	Ž	SŠ	OSVČ	1
20	40-50	M	SŠ	OSVČ	1
21	30-40	Ž	SOU	Švadlena	2
21	30-40	M	SOU	Zahradník	2
22	40-50	Ž	VŠ	Lékařka	2
22	40-50	M	VŠ	Lékař	2
23	40-50	Ž	VŠ	Daňový poradce	2
23	40-50	M	VŠ	Zemědělský inženýr	2
24	30-40	Ž	SŠ	OSVČ	2
24	30-40	M	SŠ	OSVČ	2

Tabulka 3. Přehledová tabulka respondentů (rodina číslo 25-30)

Rodina číslo	Věk (roky)	Pohlaví	Vzdělání	Zaměstnání	Počet dětí
25	30-40	Ž	SŠ	Zdravotní sestra	2
25	30-40	M	SOU	Truhlář	2
26	40-50	Ž	SŠ	Zdravotní sestra	2
26	40-50	M	VŠ	Stavební inženýr	2
27	40-50	Ž	VŠ	Učitelka	2
27	40-50	M	VŠ	Právník	2
28	40-50	Ž	VŠ	Právnička	2
28	40-50	M	SŠ	Opravář aut	2
29	30-40	Ž	SŠ	Úřednice	2
29	30-40	M	SŠ	OSVČ	2
30	30-40	Ž	SOU	Kadeřnice	1
30	-	-	-	-	-

Vysvětlivky: M – muž

Ž – žena

SŠ – absolvent střední školy

SOU – absolvent středního odborného učiliště

VŠ – absolvent vysoké školy

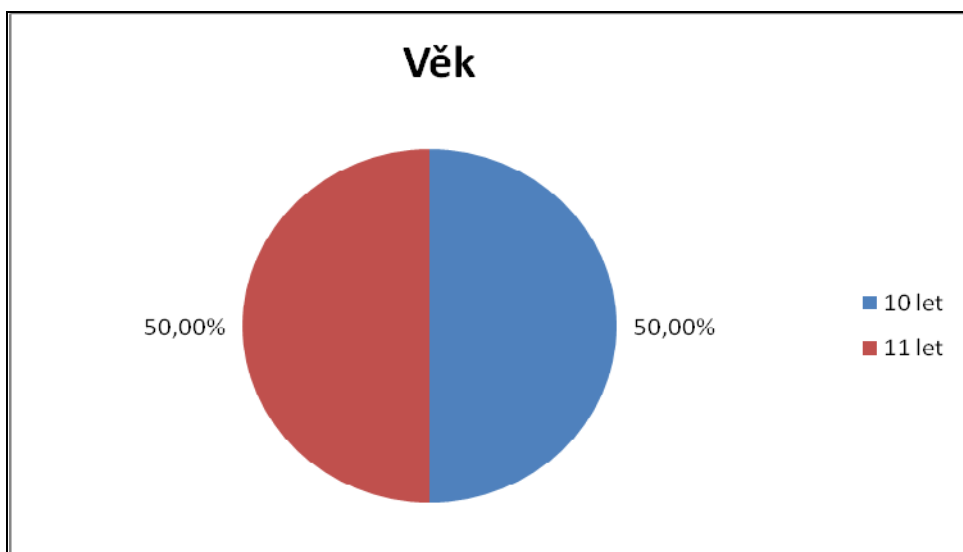
OSVČ – osoba samostatně výdělečně činná

5. VÝSLEDKY

5.1. ŘÍZENÝ ROZHOVOR

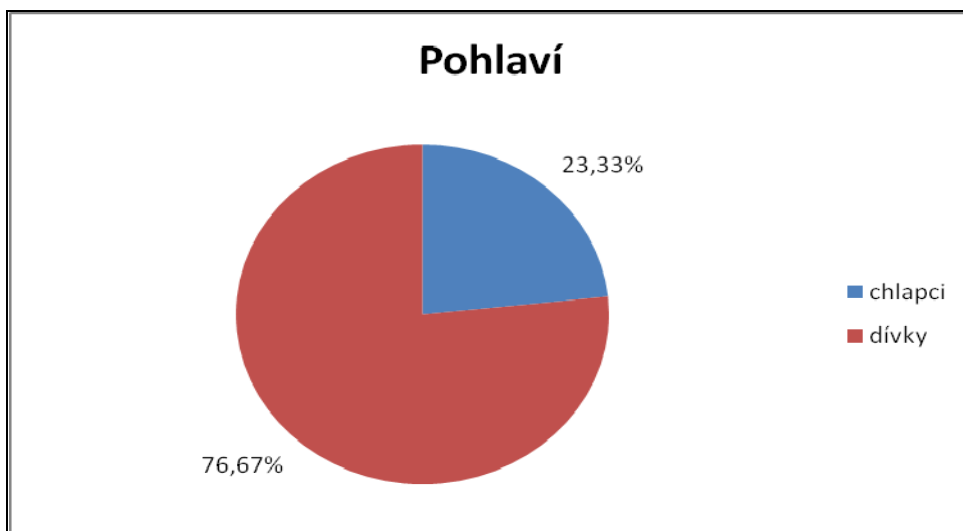
Otázky řízeného rozhovoru (Příloha I)

1. Věk dětí - 15 dětí – 10 let (50,00 %)
- 15 dětí – 11 let (50,00 %)



Obrázek 1. Graf procentuálního zastoupení dětí podle věku

- Pohlaví dětí - 7 dívek (23,33 %)
- 23 chlapců (76,67 %)



Obrázek 2. Graf procentuálního zastoupení dívek a chlapců

2. Máš hodně volného času?

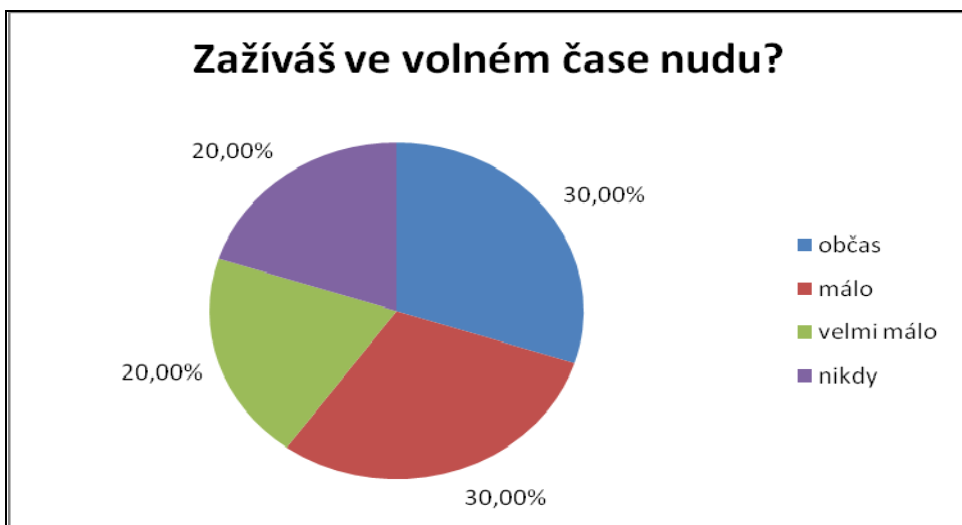
- 23 dětí má hodně volného času (76,67 %)
- 7 dětí má nedostatek volného času (23,33 %)



Obrázek 3. Graf procentuálního vyjádření množství volného času

3. Zažíváš ve volném čase nudu?

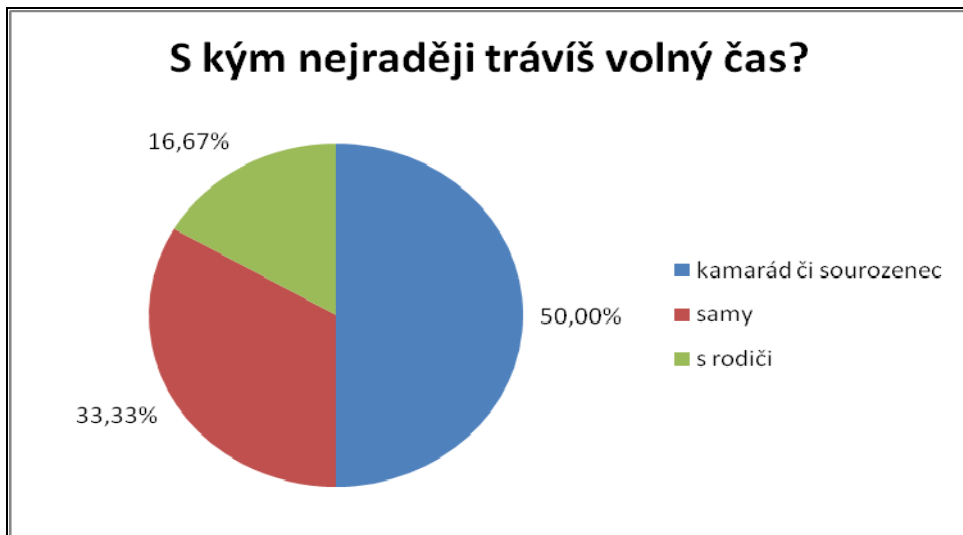
- 9 dětí se nudí občas (30,00 %)
- 9 dětí se nudí málo (30,00 %)
- 6 dětí se nudí velmi málo (20,00 %)
- 6 dětí se nenudí nikdy (20,00 %)



Obrázek 4. Grafické vyjádření zastoupení nudy ve volném čase dětí

4. S kým nejčastěji trávíš volný čas?

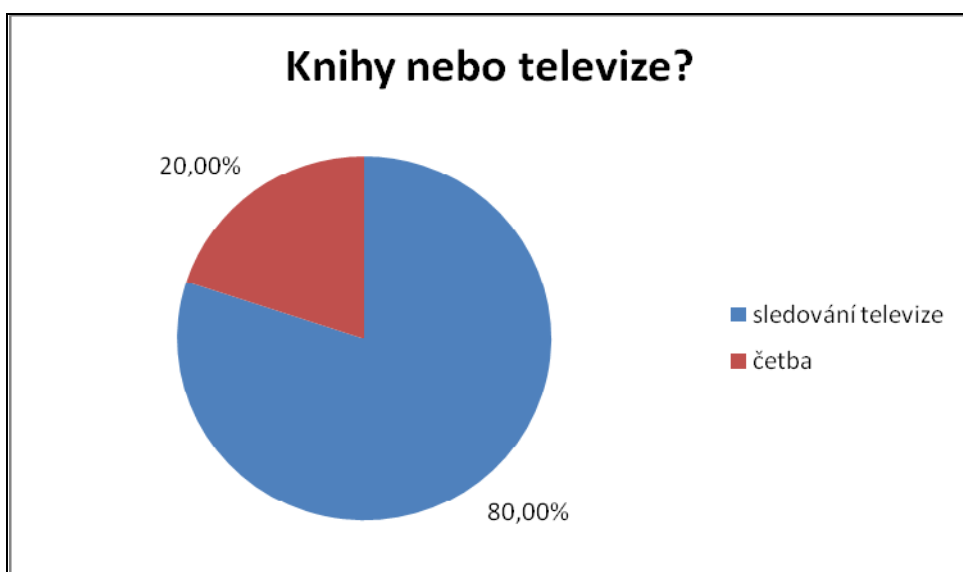
- 15 dětí s kamarádem či sourozencem (50,00 %)
- 10 dětí samy (33,33 %)
- 5 dětí s rodiči (16,67 %)



Obrázek 5. Grafické vyjádření zastoupení dalších osob ve volném čase dětí

5. Čteš raději knihy nebo se díváš na televizi?

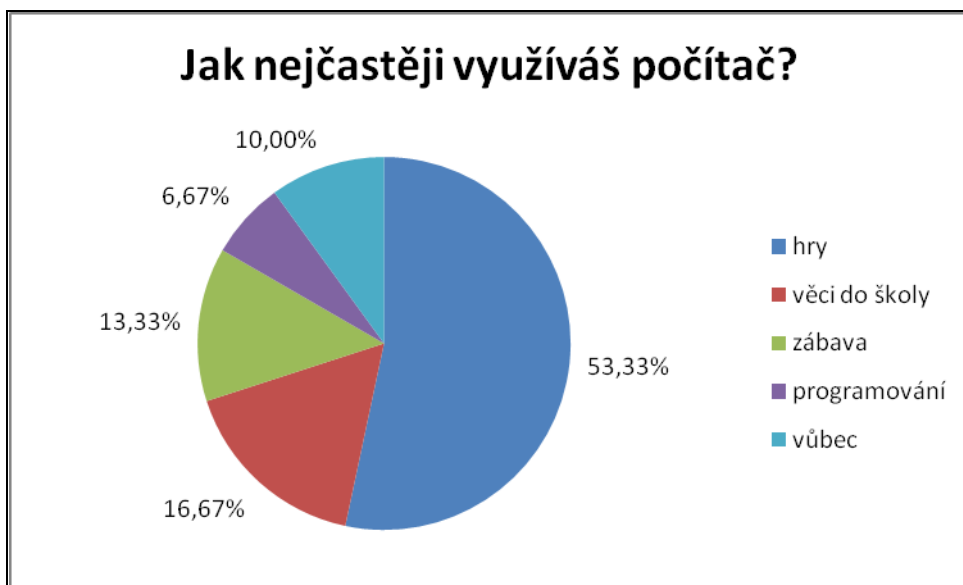
- 24 dětí preferuje sledování televize (80,00 %)
- 6 dětí raději čte (20,00 %)



Obrázek 6. Porovnání četby knih a sledování televize u dětí

6. Jak nejčastěji využíváš počítač?

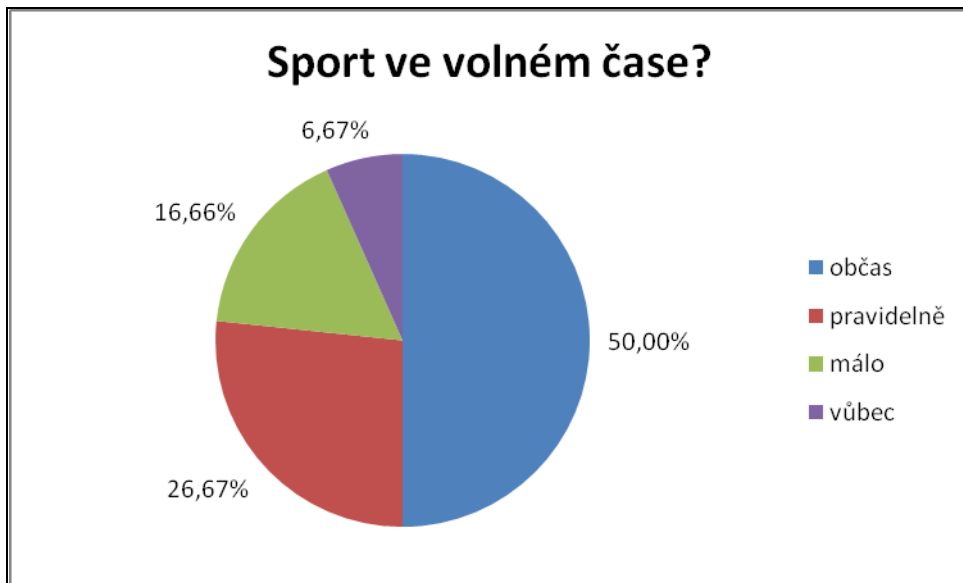
- 16 dětí uvedlo hry (53,33 %)
- 5 dětí věci do školy (16,67 %)
- 4 děti zábava např. chat (13,33 %)
- 2 děti programování (6,67 %)
- 3 děti nevyužívají počítač vůbec (10,00 %)



Obrázek 7. Grafické vyjádření způsobu využívání počítače u dětí

7. Věnuješ se ve volném čase sportu?

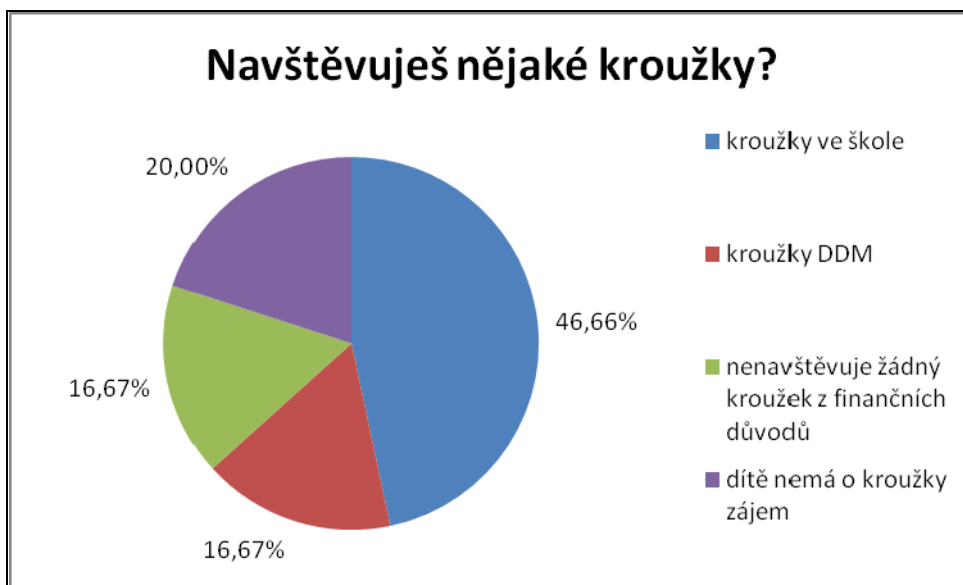
- 15 dětí občas (50,00 %)
- 8 dětí pravidelně (26,67 %)
- 5 dětí málo (16,66 %)
- 2 děti vůbec (6,67 %)



Obrázek 8. Grafické vyjádření zastoupení sportu ve volném čase u dětí

8. Navštěvuješ nějaké kroužky?

- 14 dětí kroužky ve škole (46,66 %)
- 5 dětí kroužky DDM (16,67 %)
- 5 dětí nenavštěvuje žádný kroužek z finančních důvodů (16,67 %)
- 6 dětí nemá o kroužky zájem (20,00 %)



Obrázek 9. Grafické vyjádření návštěvnosti kroužků u dětí

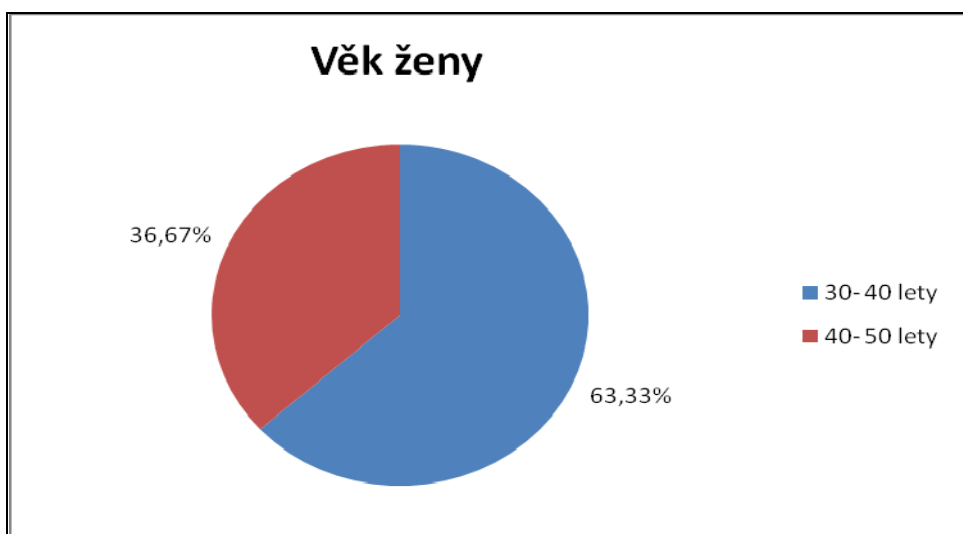
5.2. DOTAZNÍKOVÉ ŠETŘENÍ

Dotazník vyplnilo 30 rodin (Příloha II, III). Vyplynulo z něho, že 26 rodin je úplných (86,66 %), ve 4 případech (13,34%) žijí děti pouze s matkou.

- Věk ženy:

- 19 mezi 30- 40 lety (63,33 %)

- 11 mezi 40- 50 lety (36,67 %)

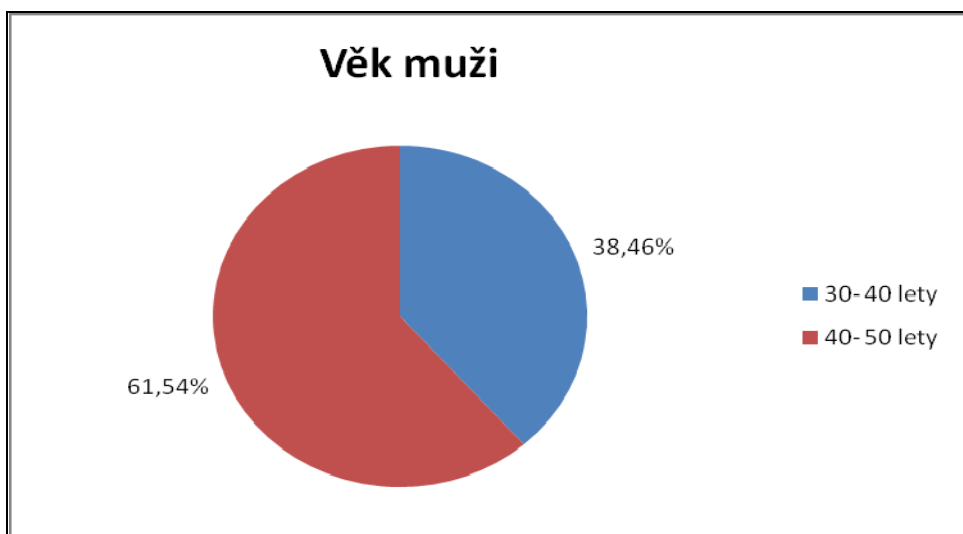


Obrázek 10. Graf procentuálního zastoupení žen podle věku

- Věk muži:

- 10 mezi 30- 40 lety (38,46 %)

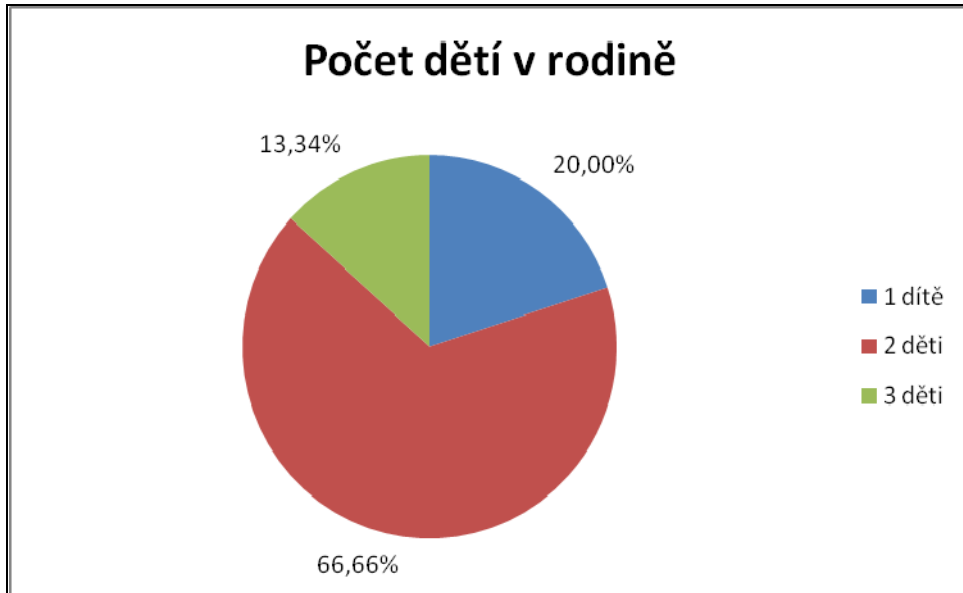
- 16 mezi 40- 50 lety (61,54 %)



Obrázek 11. Graf procentuálního zastoupení mužů podle věku

● Počet dětí v rodině:

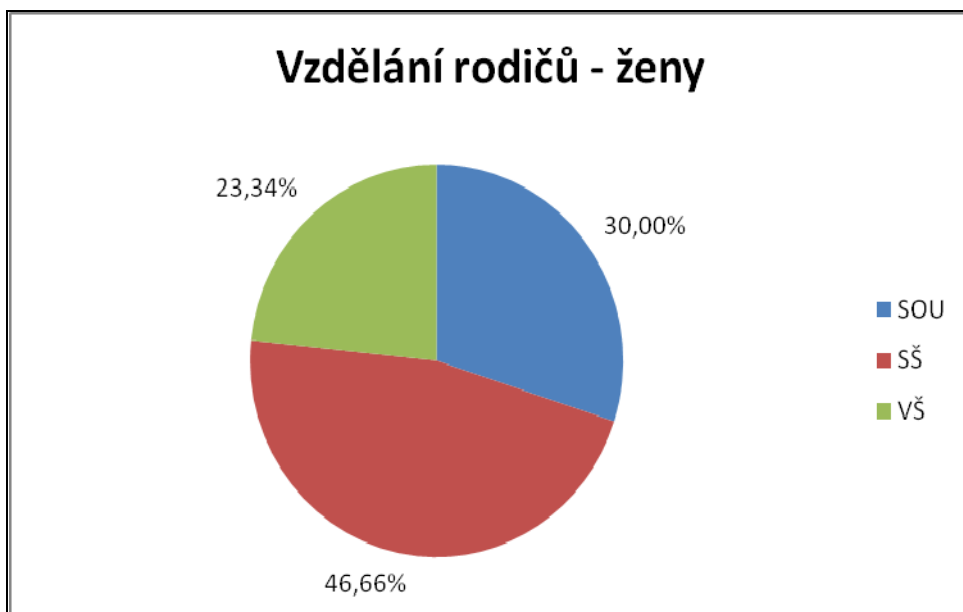
- 6 rodin vychovává 1 dítě (20,00 %)
- 20 rodin vychovává 2 děti (66,66 %)
- 4 rodiny vychovávají 3 děti (13,34 %)



Obrázek 12. Graf procentuálního vyjádření počtu dětí v rodině

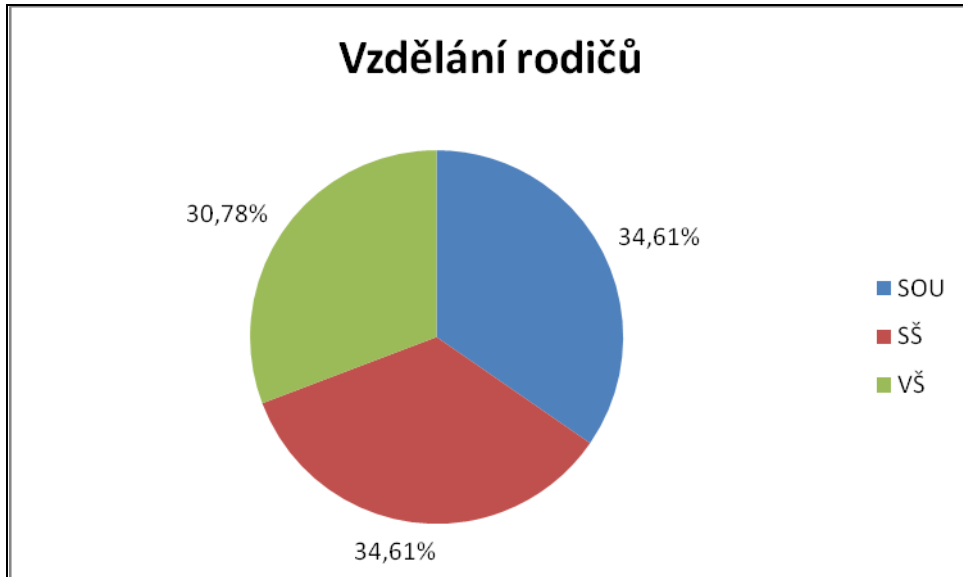
● Vzdělání rodičů:

- Ženy:
- 9 žen SOU (30,00%)
 - 14 žen středoškolské vzdělání (46,66%)
 - 7 žen vysokoškolské (23,34%)



Obrázek 13. Graf procentuálního vyjádření vzdělání rodičů (ženy)

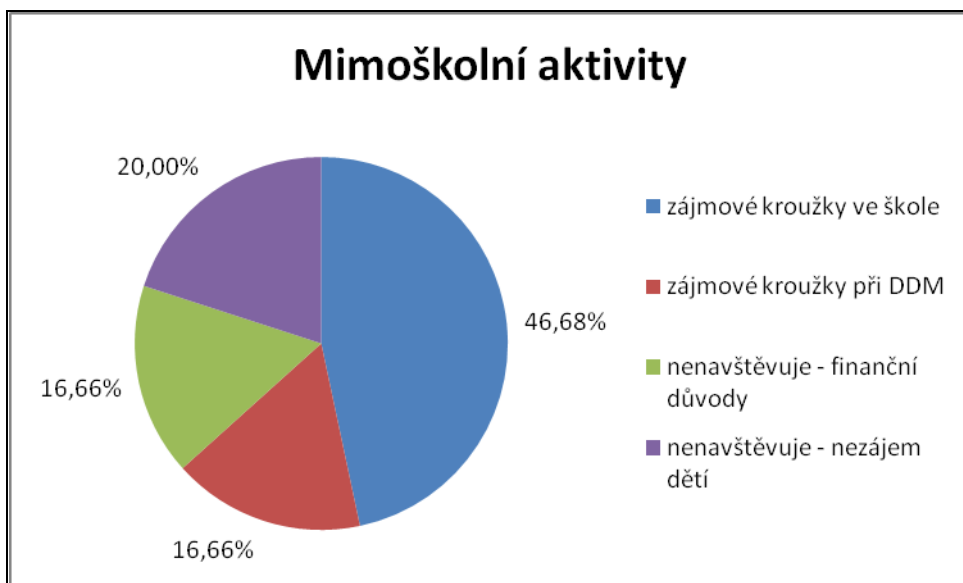
- Muži: - 9 mužů SOU (34,61 %)
 - 9 mužů středoškolské vzdělání (34,61 %)
 - 8 mužů vysokoškolské vzdělání (30,78 %)



Obrázek 14. Graf procentuálního vyjádření vzdělání rodičů (muži)

• Mimoškolní aktivity:

- 14 rodin využívá nabídky zájmových kroužků ve škole (46,68 %)
- 5 rodin využívá nabídky zájmových kroužků při DDM (16,68 %)
- 5 rodin uvádí, že jejich děti nemohou z finančních důvodů navštěvovat žádný zájmový kroužek (16,66 %)
- 6 rodin uvádí nezájem dětí o zájmovou činnost (20,00 %)

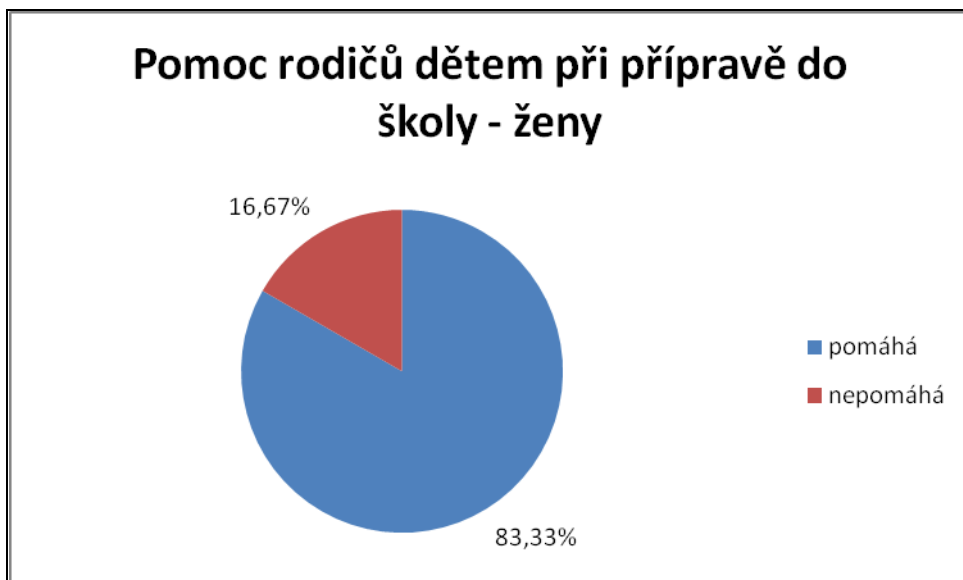


Obrázek 15. Graf procentuálního vyjádření mimoškolních aktivit dětí

- Pomoc rodičů dětem při přípravě do školy:

- 25 žen dětem pomáhá (83,33 %)

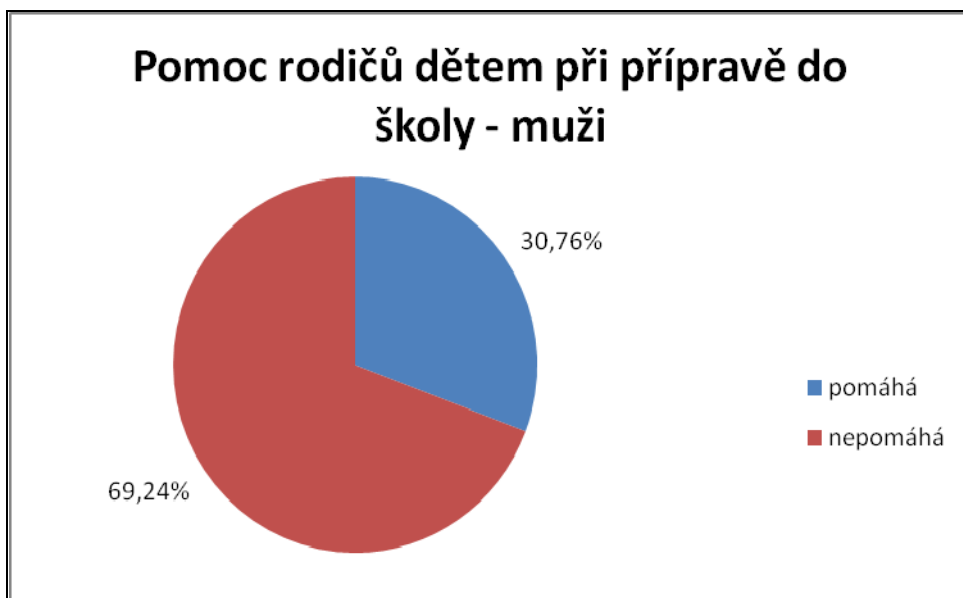
- 5 žen dětem nepomáhá (16,67 %)



Obrázek 16. Grafické vyjádření pomoci žen dětem při přípravě do školy

- 8 mužů dětem pomáhá (30,76 %)

- 18 mužů dětem nepomáhá (69,24 %)

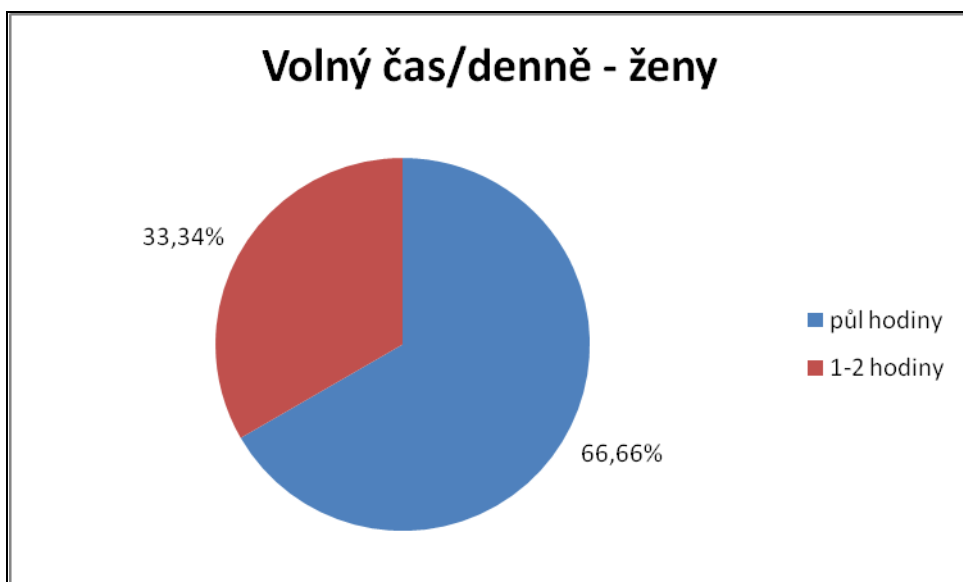


Obrázek 17. Grafické vyjádření pomoci mužů dětem při přípravě do školy

- Volnočasové aktivity rodičů:

- 20 žen uvedlo, že jim denně zbývá přibližně půl hodiny volného času (66,66%)

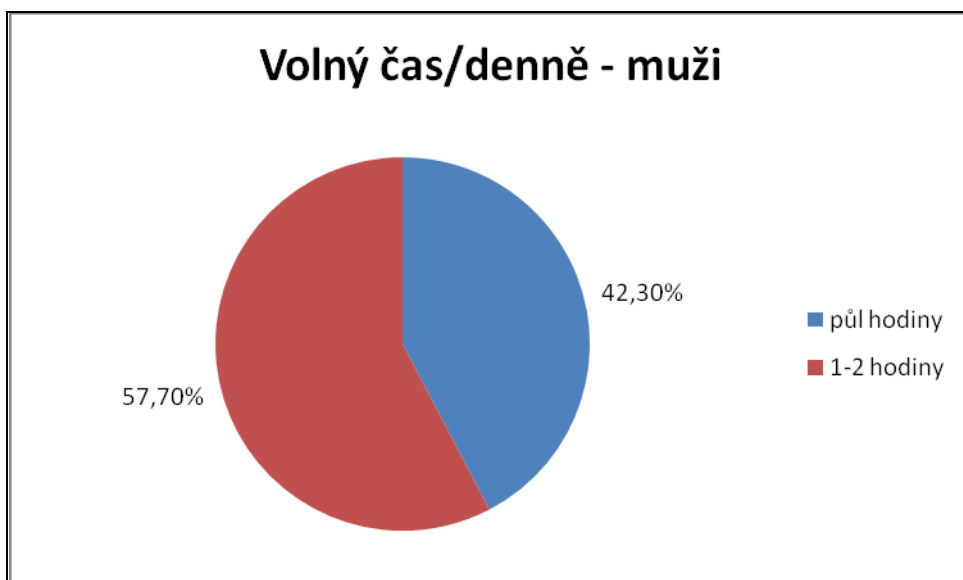
- 10 žen uvedlo, že jim zbývá 1-2 hodiny volného času (33,34 %)



Obrázek 18. Grafické vyjádření denního podílu volného času u žen

- 11 mužů uvedlo, že jim zbývá asi půl hodiny volného času (42,30 %)

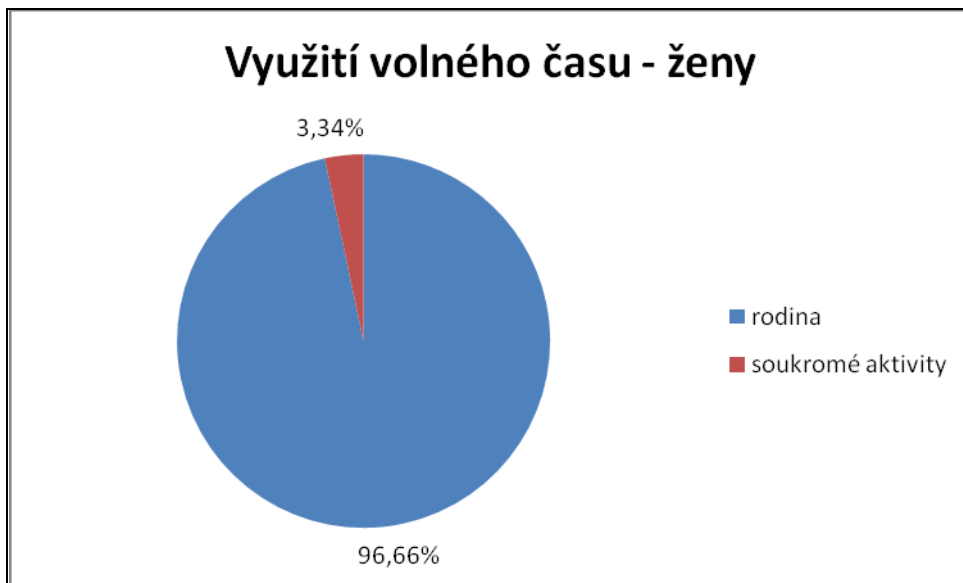
- 15 mužů uvedlo, že jim zbývá 1-2 hodiny volného času (57,70 %)



Obrázek 19. Grafické vyjádření denního podílu volného času u mužů

- 29 žen věnuje volný čas rodině (96,66 %)

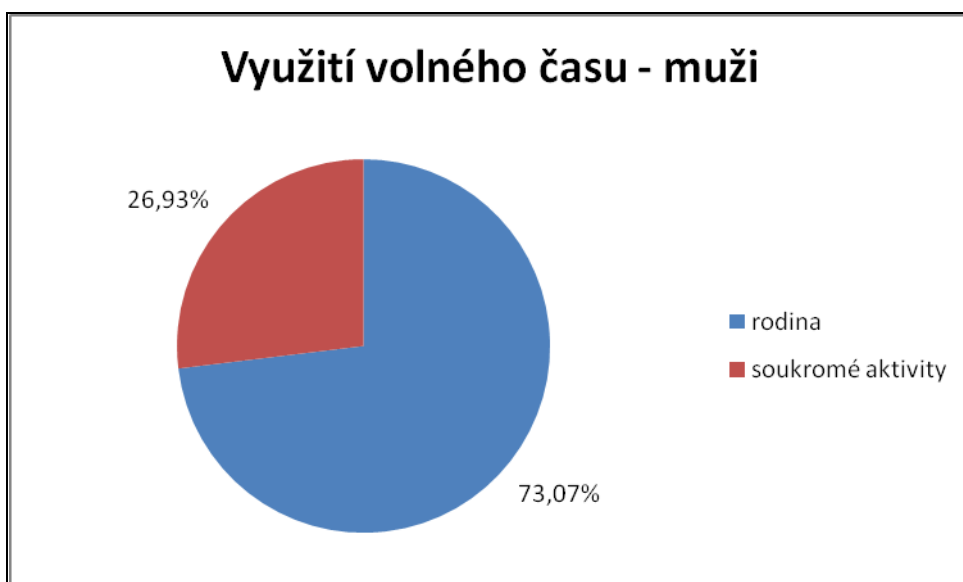
- 1 žena se věnuje sobě (3,34 %)



Obrázek 20. Grafické vyjádření využití volného času u žen

- 19 mužů věnuje volný čas rodině (73,07 %)

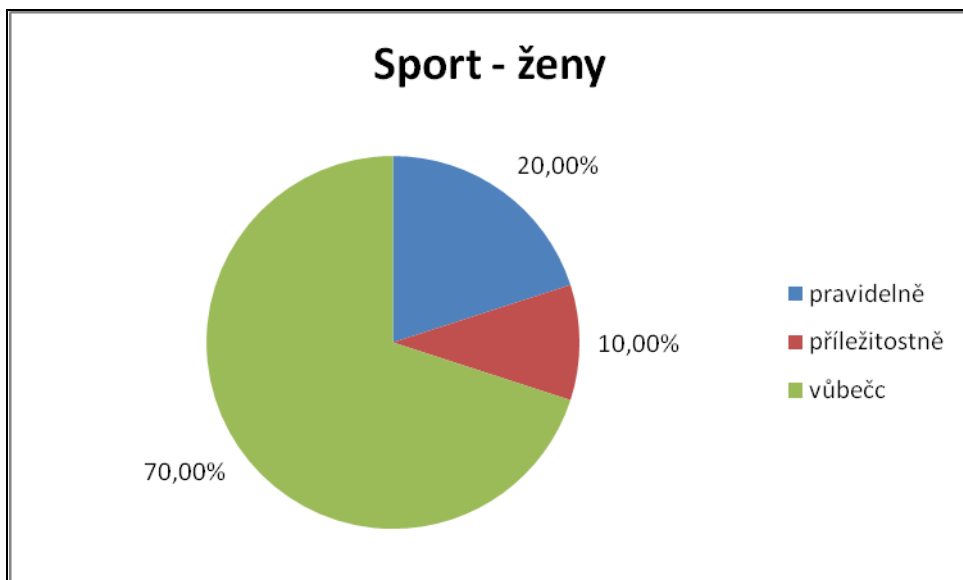
- 7 mužů se věnuje sobě (26,93 %)



Obrázek 21. Grafické vyjádření využití volného času u mužů

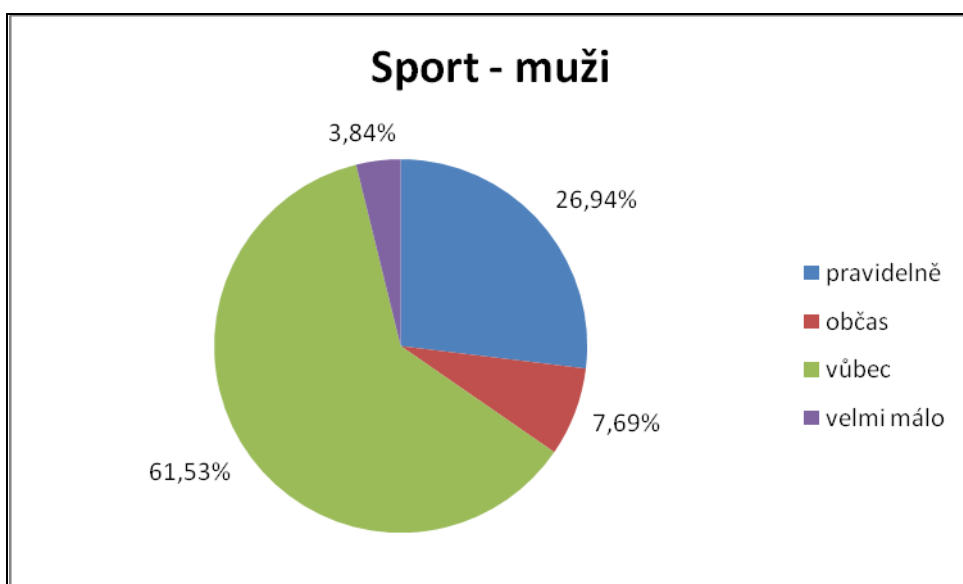
• Sport:

- 6 žen se věnuje pravidelně sportovním aktivitám (20,00 %)
- 3 ženy sportují občas (10,00 %)
- 21 žen se sportu nevěnuje (70,00 %)



Obrázek 22. Grafické vyjádření podílu sportu u žen

- 7 mužů se věnuje pravidelně sportovním aktivitám (26,94 %)
- 2 muži sportují občas (7,69 %)
- 16 mužů se sportu nevěnuje (61,53 %)
- 1 muž uvedl, že sportuje velmi málo (3,84 %)

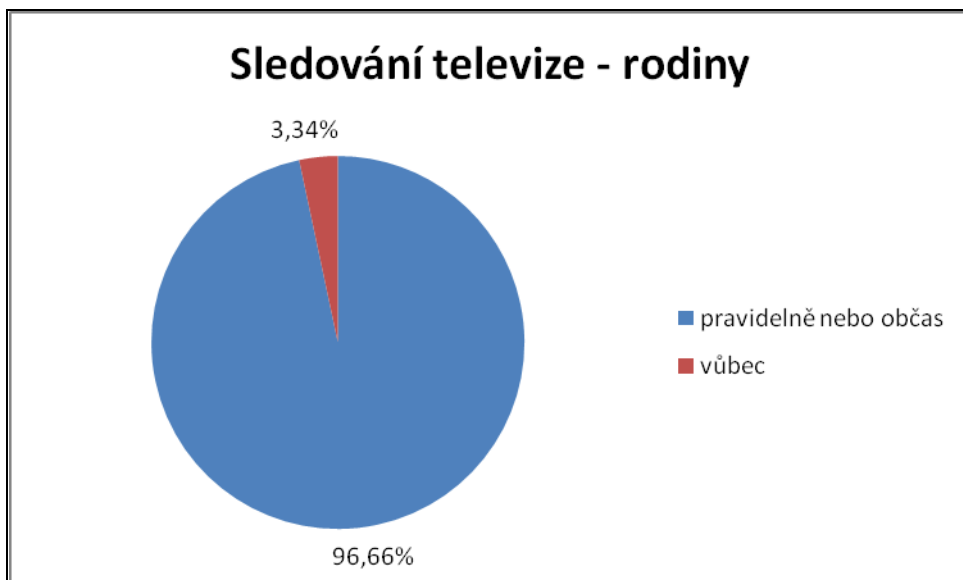


Obrázek 23. Grafické vyjádření podílu sportu u mužů

• Kulturní aktivity:

- televize: - 29 rodin sleduje pravidelně nebo občas (96,66 %)

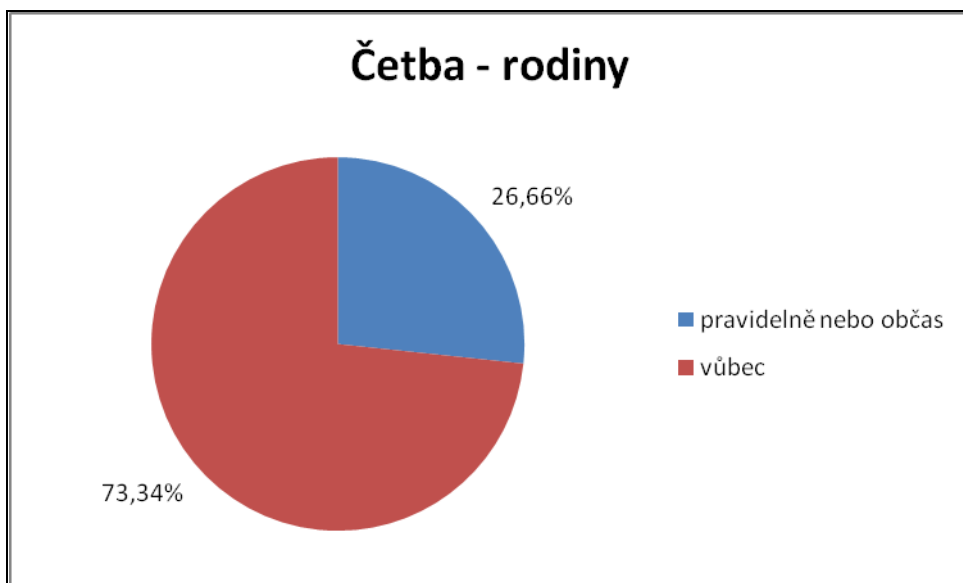
- 1 rodina televizi nesleduje (3,34 %)



Obrázek 24. Graf sledovanosti televize v rodinách

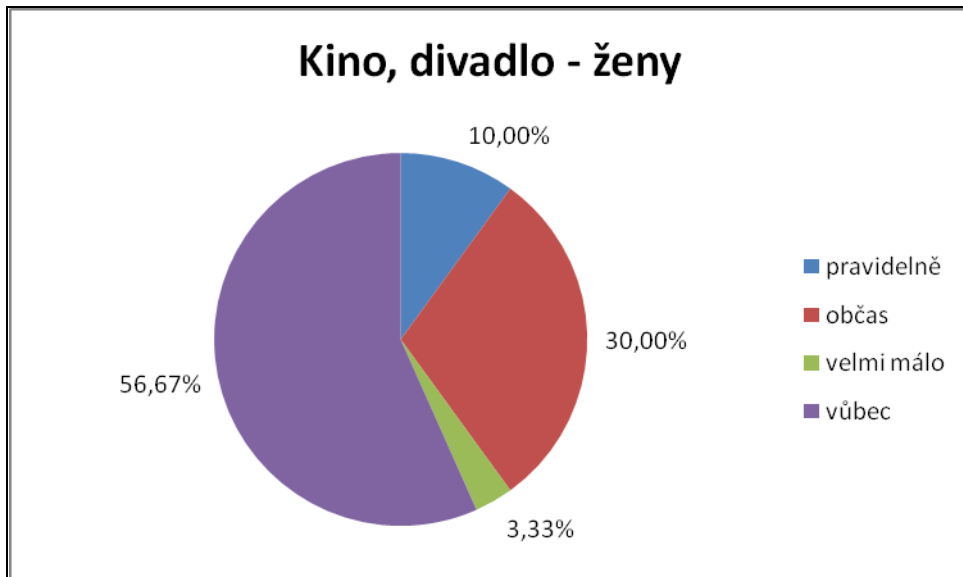
- četba: - 8 rodin čte občas nebo velmi málo (26,66 %)

- 22 rodin nečte vůbec (73,34 %)



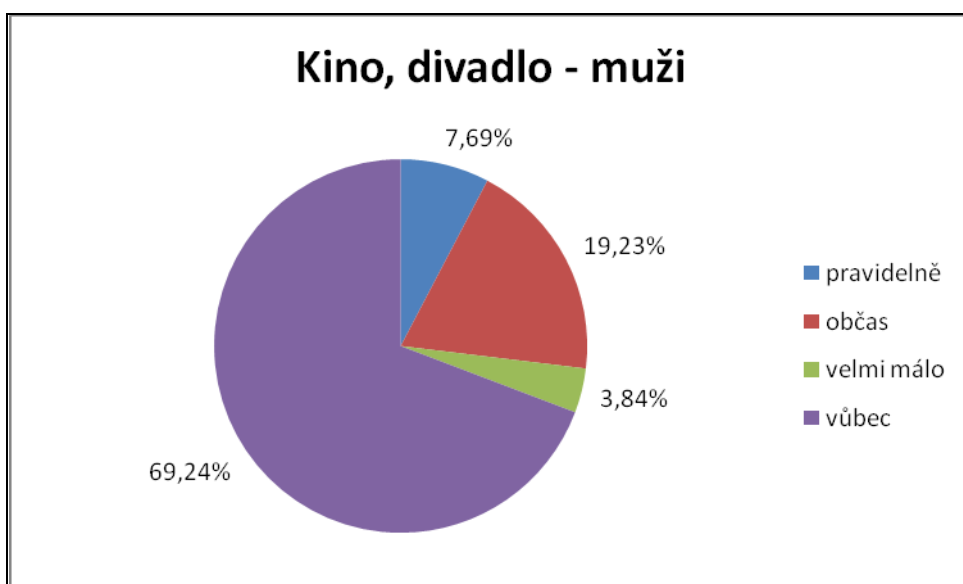
Obrázek 25. Grafické vyjádření četby knih v rodině

- kino, divadlo: - 3 ženy navštěvují kino (divadlo) pravidelně (10,00 %)
- 9 žen občas (30,00 %)
- 1 žena velmi málo (3,33 %)
- 17 žen nenavštěvuje kino (divadlo) vůbec (56,67 %)



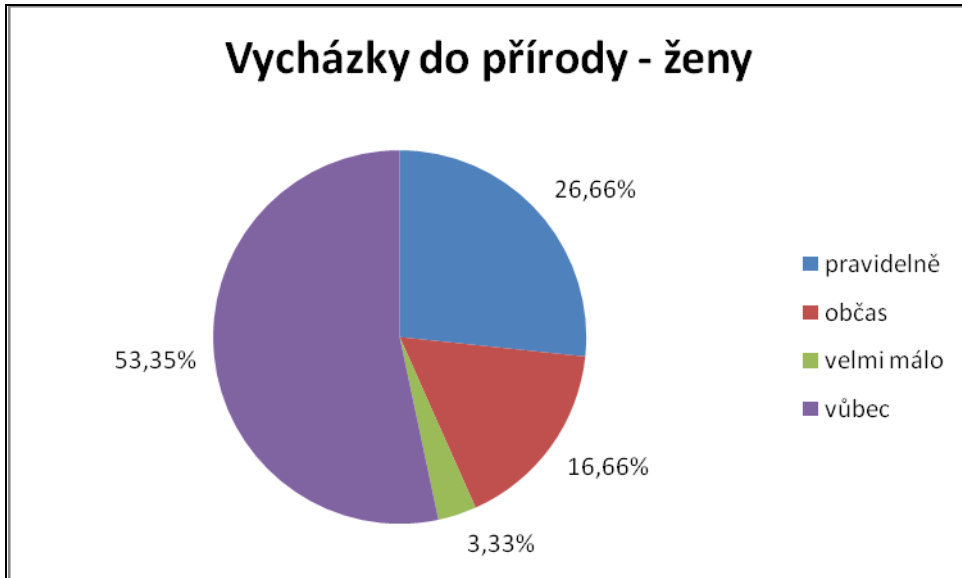
Obrázek 26. Grafické vyjádření návštěvnosti kina a divadla u žen

- 2 muži navštěvují kino (divadlo) pravidelně (7,69 %)
- 5 mužů občas (19,23 %)
- 1 muž velmi málo (3,84 %)
- 18 mužů nenavštěvuje kino (divadlo) vůbec (69,24 %)



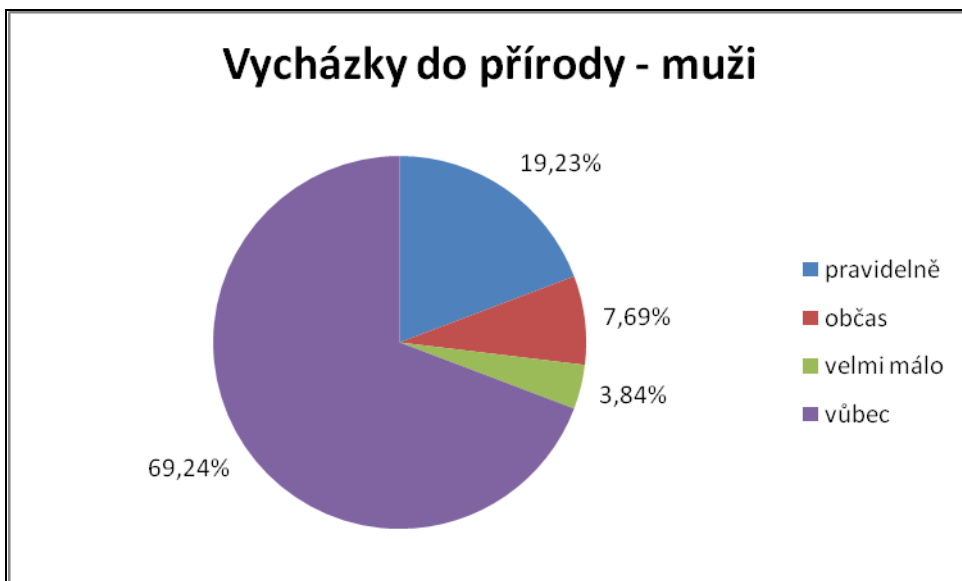
Obrázek 27. Grafické vyjádření návštěvnosti kina a divadla u mužů

- Vycházky do přírody: - 8 žen chodí do přírody pravidelně (26,66 %)
 - 5 žen občas (16,66 %)
 - 1 žena velmi málo (3,33 %)
 - 16 žen do přírody nechodí (53,35 %)



Obrázek 28. Grafické vyjádření četnosti vycházek do přírody u žen

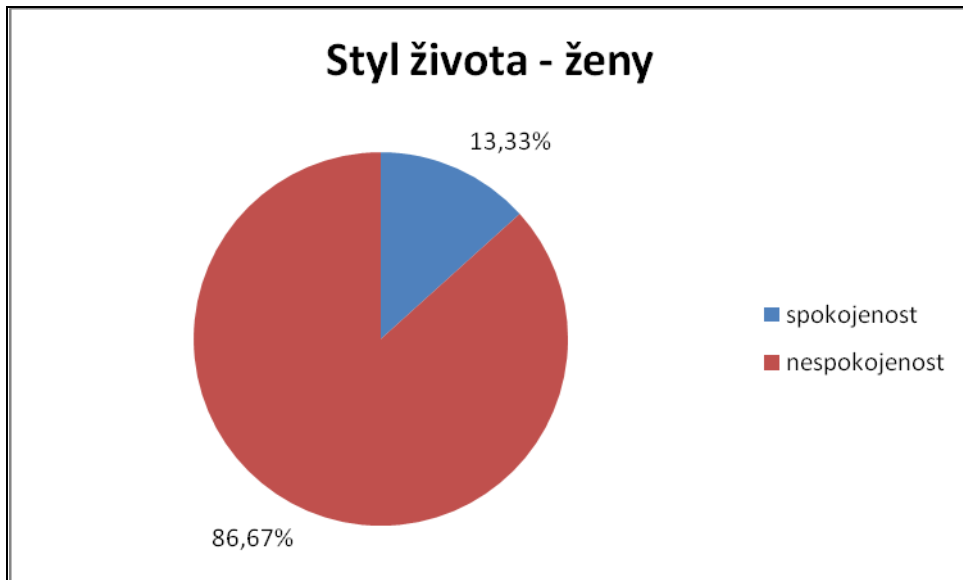
- 5 mužů chodí do přírody pravidelně (19,23 %)
- 2 muži občas (7,69 %)
- 1 muž velmi málo (3,84 %)
- 18 mužů do přírody nechodí (69,24 %)



Obrázek 29. Grafické vyjádření četnosti vycházek do přírody u mužů

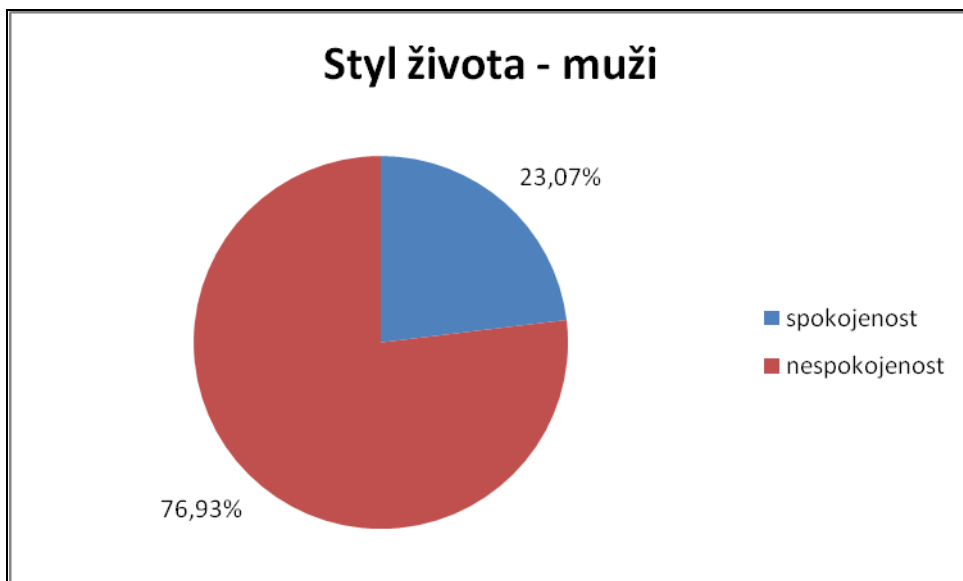
- Styl života

- 4 ženy uvádějí, že jsou spokojeny se svým životním stylem (13,33 %)
- 26 žen uvádí, že nejsou spokojeny se svým životním stylem (86,67 %)



Obrázek 30. Grafické vyjádření spokojenosti se stylem života u žen

- 6 mužů uvádí, že jsou spokojeni se svým životním stylem (23,07 %)
- 20 mužů uvádí, že nejsou spokojeni se svým životním stylem (76,93 %)



Obrázek 31. Grafické vyjádření spokojenosti se stylem života u mužů

6. DISKUSE

Volný čas je součástí našeho života. Je důležité, abychom měli dostatek volného času nejen k provozování svých zálib a koníčků, ale také k relaxaci a k odpočinku po náročném dni plném povinností.

6.1 ŘÍZENÝ ROZHOVOR

Rozhovoru se zúčastnilo 30 respondentů ve věku 10-11 let. Z toho 23 chlapců a 7 dívek. Všem zúčastněným jsem položila 8 otázek týkajících se trávení jejich volného času.

Otázka číslo jedna diferencovala respondenty podle věku a pohlaví (Obrázek 1,2).

Otázka číslo dvě se týkala trávení volného času. Nejčastější odpověď zněla hodně (76,67 %), jen 23,33 % odpovědělo nedostatek (Obrázek 3). Ke stejnému výsledku dospěl ve svém výzkumu i KRAUS (2001). Na nebezpečí nadbytku volného času, se kterým si děti nedokážou poradit, upozorňuje HÁJEK, HOFBAUER, PÁVKOVÁ (2003). Svůj volný čas tráví nahodile ve skupinkách svých vrstevníků s obdobným zaměřením, systematickým a většinou ani příležitostným zájmovým činnostem se nevěnují. Nudu často zahánějí činnostmi, které jsou z hlediska jejich osobního rozvoje i z hlediska společenského nežádoucí (experimentování s drogami, tabákem a alkoholem, projevy agresivity a vandalismu).

Otázka číslo tři zjišťovala, zda se respondenti nudí. Děti odpovídaly takto: 30,00 % se nudí občas, dalších 30,00 % se nudí málo, 20,00 % se nudí jen velmi málo a 20,00 % uvedlo, že nikdy nudu nezažilo. Žádné z dětí neuvedlo, že by se nudilo pořád (Obrázek 4). Jak uvádí SPOUSTA et al. (1995), nuda (alysosis) je nepříjemný afektivní stav spojený s pocity napětí, se zkresleným prožíváním času a s pocity prázdna.

Otázka číslo čtyři v řízeném rozhovoru byla zaměřena na osoby, se kterými nejčastěji děti tráví svůj volný čas. Z odpovědí vyplynulo, že nejvíce tráví svůj volný čas se svým sourozencem či s kamarády, 33,33 % tráví svůj volný čas samy a jen 16,67 % s rodiči (Obrázek 5). Podle PÁVKOVÉ (2003) prožívá mnoho dětí svůj volný

čas bez jakéhokoliv dohledu, dokonce i bez zájmu dospělých, čímž je ohrožena výchova dětí a často i jejich bezpečnost.

Odpovědi u dětí na otázku číslo pět – raději čteš knihy, nebo se díváš na televizi, byly shodné s odpovědi rodičů. 80,00 % respondentů dává přednost sledování televize (Obrázek 6).

Otázka číslo šest zjišťovala, jak respondenti nejčastěji využívají počítač. Z celkového počtu 30 dětí používá počítač ke hraní her 53,33 %, 16,67 % ke splnění úkolů do školy, 13,33 % k zábavě, 6,67 % k programování a 10,00 % dětí nevyužívá počítač vůbec (Obrázek 7). CHMELÍK et al. (2003) upozorňuje na negativní důsledky nadměrného vysedávání dětí u počítače na jejich tělesný a duševní vývoj. Podle něj je také nesporné, že děti, které jsou od nejranějšího věku uzavřené v místnostech, mají méně rozvinuté pohybové schopnosti, chybí jim praktická manuální zručnost a jsou náchylnější k nejrůznějším onemocněním. Také pro duševní vývoj není vhodné prostředí televizní či počítačové obrazovky. Podněty jsou totiž umělé, často nereálné a také postrádají možnost interakce, lze je přijímat především pasivní formou.

Otázka číslo sedm byla zaměřena na využití sportu ve volném čase dětí. Sportu se občas věnuje 50,00 % dětí, pravidelně se věnuje 26,67 %, odpověď málo zazněla od 16,66 % a 6,67 % se nevěnuje sportu vůbec (Obrázek 8). Mezi 3 nejčastější sportovní aktivity u malých respondentů patří fotbal, kolo a stolní tenis.

Zda žáci navštěvují nějaké kroužky, jsem zjišťovala otázkou číslo 8. Z celkového počtu 30 dětí navštěvuje kroužek ve škole 46,66 %, 16,67 % využívá kroužky DDM, ostatní respondenti nenavštěvují kroužky z finančních důvodů (16,67 %). Navštěvovat kroužky nemá zájem 20,00 % dětí (Obrázek 9). Mezi nejčastější tři kroužky patří pohybové hry, jazyky a počítače (Příloha IV). Jak uvádí HOFBAUER (2004), volnočasové aktivity v letech školní docházky odkrývají zájmy a nadání dětí a mladých lidí, rozvíjejí je samy nebo tomuto rozvíjení dávají podnět. Jejich prostřednictvím pomáhají udržet pozitivní vztah dětí a mladých lidí k dalším způsobům vzdělávání prostřednictvím volnočasových aktivit, k budoucí profesi a celému životu. Podobně PÁVKOVÁ (2003) chápe zájmové činnosti jako správný směr pro rozvoj osobnosti i pro správnou společenskou orientaci.

6.2. DOTAZNÍKOVÉ ŠETŘENÍ

Výběrový soubor tvořilo 30 rodin (30 žen, 26 mužů).

Jak uvádí PRŮCHA (2001), rodina je sociální skupina nebo společenství, žijící ve vlastním prostoru – domově, uspokojuje potřeby, poskytuje péči a základní jistoty dětem. V úplné rodině, tedy s oběma rodiči žije 86,66 % dětí, malé množství dětí žije pouze s matkou (13,34 %). Žádné z dětí nežije pouze s otcem. Jak uvádí DUNOVSKÝ et al. (1999), matka je pro dítě základním zdrojem jistoty.

Co se týká počtu dětí, nejvíce rodin vychovává 2 děti (66,66 %) (Obrázek 12). Totéž uvádí ve svém výzkumu HRUBÁ (2008).

Nadpoloviční většina hodnocených rodičů má středoškolské a vysokoškolské vzdělání, ostatní úplné nebo střední odborné. Poměr mužů a žen dle dosaženého vzdělání je vyrovnaný (Obrázek 13). Problematikou vzdělání rodičů a volného času rodiny se zabývá také HRUBÁ (2008). Uvádí, že lidé s vyšším stupněm maximálního vzdělání si dokážou lépe organizovat volnočasové aktivity. Tímto problémem se zabývá také PÁVKOVÁ et al. (1999).

KRAUS, POLÁČKOVÁ (2001) uvádí vzdělání rodičů jako významný faktor ovlivňující způsob trávení volného času rodiny.

Velkou roli hraje také zaměstnání rodičů, 42,86 % rodičů uvedlo, že pracuje více než 8,5 hodiny denně či se zaměstnání věnuje doma. Pracovní dobu delší než 8,5 hodiny uvádí 19,64 % rodičů a doma se ještě věnují dokončování pracovních úkolů.

Dlouhá pracovní doba výrazně omezuje rozsah aktivit, které mohou rodiče spolu s dětmi dělat (HRUBÁ, 2008).

Z průzkumu jednoznačně vyplývá, že ženy věnují dítěti mnohem více času než muži. Ženy se rodině věnují téměř všechny, pouze jedna žena uvedla, že volný čas věnuje sobě. Muži na tuto otázku odpověděli rozdílně: 19 mužů věnuje volný čas rodině, 7 pouze sobě (Obrázek 20, 21). S přípravou do školy pomáhá dětem 25 žen, ovšem mužů

pomáhá pouze 8 (Obrázek 16, 17). Mnoho žen by preferovalo pracovat na částečný úvazek nebo se z trhu práce zcela stáhnout, kdyby k tomu měly možnost, aby mohly více času věnovat rodině. Tyto výsledky jsou zcela v souladu s výzkumy EU (HRUBÁ, 2008).

Všichni rodiče se shodli na nedostatku volného času. Žádný z rodičů neuvedl, že by měl v průběhu pracovního týdne více jak 2 hodiny volného času. Na otázku „Nemám žádný volný čas, to se mi stává“ zvolilo odpověď – často 48,21 % rodičů (27 rodičů) a 7,14 % nemá volný čas vůbec. Což se negativně odráží ve způsobu využití volného času. Velmi malé procento rodin se věnuje sportu. Ze sledovaného souboru aktivně sportuje 20,00 % žen a 26,94 % mužů (Obrázek 22, 23). Pouhých 6 rodin se věnuje spolu s dětmi sportu pravidelně (20,00 %).

Nedostatečná sportovní činnost se negativně projevuje na zdravotním stavu, jak uvádí CHARVÁT et al. (2001). KREJČÍ, BÄUMELTOVÁ (1999) uvádějí, že vývoj a rozvoj člověka je podmíněn pohybem a nikoliv sezením. Nedostatek pohybu vyvolává neklid, nesoustředěnost, podrážděnost, která může vést až k agresivitě. Z provedeného výzkumu vyplynulo, že minimálně času rodiny také věnují vycházkám do přírody. Do přírody nechodí vůbec 56,66 % rodin s dětmi. Tím děti a sebe ochuzujeme nejenom o vhodnou pohybovou aktivitu, ale i o příjemné a radostné prožitky.

Také velmi malé procento zkoumaných rodin se věnuje ve volném čase kultuře (divadlo, kino) a četbě. Ve sledovaných rodinách převažuje sledování televizní a počítačové obrazovky.

U sledovaných rodin převládá pasivní trávení volného času. Ke stejnému výsledku ve svém výzkumu došel také KRAUS et al. (2001). Pasivní trávení volného času nepoměrně převažuje nad aktivním a není nijak kompenzováno. Statistiky alarmují: v české populaci výrazně stoupl počet těch, kteří uvádějí – ve stále mladším věku – problémy zdravotní a psychické.

7. ZÁVĚR A DOPORUČENÍ

Není pochyb o tom, že nespokojenost rodičů při sladování jejich pracovního a rodinného života v dnešní české společnosti postupně narůstá. Výzkum za výzkumem ukazuje, že to nejsou peníze, co lidé chtějí nejvíce, ale čas a větší volnost v tom, jak jej využít.

Mnozí z rodičů trpí pocitem viny, že nevěnují svým dětem dostatek času, a to ani o víkendech. Stále větší počet lidí se stává zajatci dlouhé pracovní doby, která je jim vnucována požadavky zaměstnavatelů, konkurencí na trhu, tlakem spolupracovníků či nadřízených nebo i jen trvalým přísunem pracovních úkolů nesplnitelných v pracovní době.

Nejedná se přitom jen o čas, který tráví v zaměstnání, ale i čas, který zabere dojíždění, dopravní zácpy, pravidelné pracovní cesty mimo domov a další schůzky.

V dnešním hektickém životním stylu chtějí mnozí rodiče se svými dětmi trávit tzv. kvalitní čas. Co to ale takový kvalitní čas je? „Kvalitní čas“ je čas využitý k aktivitě, která je smysluplná pro rodiče i jeho dítě. Je to čas, v němž se členové rodiny hlouběji poznávají. Je to čas, v němž zaměříme svou pozornost na druhého a sdílíme s ním své myšlenky a pocity.

Trávit čas se svými dětmi může být přínosné i zábavné nejen pro ně, ale i pro rodiče. Velkou část toho základního, co se dítě naučí, získá z mnoha neformálních situací, které se denně odehrávají v životě rodiny. Tyto aktivity nemusí být nákladné, ale spíše takové, aby přinášely hlubší uspokojení rodičům i dětem.

Jsme hodně vzdáleni cílům, které jak pedagogika volného času, tak každodenní realita požaduje na rodině, škole, vedoucích dětí a mládeže, aby se polepšil současný stav volnočasových aktivit, podíl rodičů na aktivním trávení volného času u dětí.

V práci jsem se zaměřila na nejpálčivější problémy uváděné v odborné literatuře, které se potvrdily i v mém průzkumu a v každodenním životě.

Vzhledem k tomu, že cílem mé práce není jen zmapovat současnou situaci, ale hledat i kroky ke zlepšení stávajícího stavu, zamýšlela jsem se nad tím, jakými cestami dosáhnout pozitivních změn. Pracuji ve školství, a proto se pokusím navrhnout některé konkrétní aktivity, které by mohla realizovat většina pedagogických pracovníků. Na jejich činnost jsou mé návrhy zaměřeny hlavně proto, že pedagogičtí pracovníci mají možnost oslovovat všechny děti školního věku a přes ně i jejich rodiče.

Nejprve bych se pokusila získat ve škole ke spolupráci co největší množství svých kolegů, aby se ve výsledku zapojilo co nejvíce dětí a jejich rodin.

Abych získala zájem rodičů, seznámila bych je všemi dostupnými prostředky (třídní schůzky, internetové stránky školy, školní časopisy, školní vývěskové tabule) jednak s výsledky mého průzkumu a postupně i s jednotlivými aktivitami. Zároveň bych je požádala o maximální podporu dětí při společných aktivitách. Ideální by bylo, kdyby se celá škola zapojila a tuto žádost vyslovalo vedení školy.

Mé návrhy směřují k následujícím bodům:

- komunikace v rodině,
- větší zapojení otců,
- společné trávení volného času rodin pozitivními aktivitami,
- četba knih – rozvoj fantazie,
- výchova dětí a rodičů ke zdravému životnímu stylu.

Velkým problémem v současných rodinách je nedostatek komunikace. Komunikaci s rodiči lze zvýšit i zadáváním vhodných úkolů. Možností je více - interview s rodiči na dané téma, zjištění názorů rodičů na některý jev, zjištění osobních zážitků z nějaké „historické“ události, zachycení, zapsání, převyprávění veselé historky ze života rodičů, zaznamenání odlišnosti dětských her rodičů. Do těchto aktivit je možné zahrnovat i prarodiče.

Další návrh se týká většího zapojení otců do volnočasových aktivit. Například motivovat rodiče a děti k týdnu výměny rolí (předem daný týden, ve kterém si na jeden den rodiče vymění role). Týden proto, aby si každá rodina mohla zvolit den, ve kterém

je to pro ni z časových a pracovních důvodů možné. Tyto týdny by se mohly opakovat například každé čtvrtletí.

Motivovat děti a rodiče k „tatínkovým předmětům“ – předměty, s jejichž přípravou a kontrolou úkolů pomáhá jen tatínek. Je ovšem třeba citlivý přístup s ohledem na děti z neúplných rodin, které se s otcem nestýkají.

Vyhlásit ve třídě nebo ve škole „Den otců“ – připravit pro otce drobné dárečky a uspořádat pro ně doma malou oslavu (děti by mohly připravit malé pohoštění a vymyslet společnou aktivitu). Pak s dětmi probrat, co se jim povedlo, co zaujalo atd. Děti z neúplných rodin by totéž mohly připravit pro dědečka, strýčka apod.

Uspořádat ve škole nějakou soutěž pro děti s otcí (náplň by mohla vzniknout z ankety mezi otcí). Projekt na víkend – čím jsme s tatínkem udělali radost mamince. Projekt – koníček mého tatínka (zjistit od tatínka co nejvíce, případně přivést tatínka do školy, aby spolužáci seznámil sám).

Výsledky mé práce jednoznačně prokazují velmi malé množství společně stráveného času v rodinách. Proto navrhuji vyhlásit celoroční soutěž o nejzajímavější celorodinné aktivity. Soutěž by měla mít alespoň dvě kategorie (pro mladší a starší děti případně pro děti s větším věkovým rozdílem). Doporučovala bych stanovit jako jeden z hodnotících aspektů i finanční náročnost (čím dražší, tím méně bodů), aby nevítežily aktivity, které jsou pro děti atraktivní pro svou nedostupnost. Bylo by dobré sehnat od sponzorů pro vítěznou rodinu atraktivní cenu.

Pro starší děti by se mohla vyhlásit soutěž „Kdo vymyslí nejpřitažlivější uskutečnitelnou rodinnou aktivitu?“ (lze stanovovat podmínky – se sportovním, poznávacím nebo ekologickým zaměřením). Ideální by bylo, kdyby ji třeba skupina žáků zorganizovala, provedla propagaci, získala víc rodin a v součinnosti s rodiči se jí zúčastnila. Domnívám se, že mnoho dětí má dobré nápady a rozhodně vědí, co by mohlo jiné děti a jejich rodiče zaujmout. Fotografie z uskutečněného zábavného odpoledne pro děti a rodiče přikládám (Příloha VI).

Hodně rodičů uvádí, že nevědí, co by jejich děti bavilo. Myslím si, že by rodičům pomohlo, kdyby škola uspořádala mezi žáky anketu „Co bych chtěl (častěji, o víkendu) dělat společně se svými rodiči. Odpovědi by se mohly rozčlenit podle věkových kategorií, aby rodiče věděli, jaká přání mají děti ve věku jejich potomků. Domnívám se, že určitě alespoň část rodičů by se nechala inspirovat.

S návrhy, které jsou zaměřeny na rozvoj četby, jsem byla nejvíce na rozpacích. Do věku rodičů dospívá generace vychovávána televizí. Rodič, který sám v dětství nečetl knihy, těžko bude motivovat své děti k četbě. Navíc k televizi přibyla videa, DVD, internet, stále modernější mobily. Skokově ubývá rodičů, které čtou dětem pohádky, kupují jim od útlého věku knížky a vedou je čtení. Málokteré dítě najde kladný vztah ke knihám až ve vyšším věku. Dochází tak stále častěji ke druhotné ngramotnosti. Děti sice text přečtou, ale nevědí, co je obsahem.

Tady je opravdu velmi důležitý postup všech pedagogických institucí, které pracují s malými dětmi. Už od mateřské školky je nutné soustavně seznamovat děti s vybranými knihami. Je velmi důležité vybírat atraktivní tituly a volit takové metody seznamování, aby se jejich atraktivita ještě zvýšila. Při konkurenci audiovizuální techniky je to činnost velmi náročná a zodpovědná.

Jaký tedy zvolit postup?

Při seznamování s knihami je třeba využít přirozených vlastností dětí – jejich touhy po záhadách, po dobrodružství, po vítězství dobra. Navíc má pedagog často zvláště u malých dětí výhodu toho, kdo jim poprvé předčítá. Snažit se vybírat knihy pro danou věkovou kategorii srozumitelné. U malých dětí volit jednoduché příběhy a prokládat čtení diskuzí k průběhu příběhu. Používat dramatizované čtení. Velká část dětí to nezažila a jsou fascinované. Zároveň je nutné už od útlého věku dětem vštěpovat, k čemu je čtení dobré. Přiměřenou formou, ale opakovaně je učit, že čtením se naučí dobře vyjadřovat, že se jim zlepší fantazie, že budou umět psát bez chyb, že se dozví hodně zajímavých věcí, že se pobaví. Rodiče předškoláků – nečtenáři - často pozitivně reagují na poznatek, že děti s kladným vztahem ke knihám a čtení jsou mnohem více motivovány k tomu, aby se naučily číst, a zpravidla se to naučí dříve a lépe než ostatní.

U větších dětí se osvědčuje vybrat z knihy napínavou pasáž, přečíst ji ve třídě izolovaně (například ji vytisknout) a nesdělít jim, jak to dopadlo. Je dobré informovat děti, kde rychle příslušnou knihu seženou (např. ve školní knihovně). Zájem dětí rychle klesá nebo je přebit jinými podněty, takže dlouhé shánění knihy je od čtení odradí. U mimočítankové četby není dobré zadávat všechny tituly „povinně“. Je lepší nechat dětem volnost výběru a korigovat kvalitu vybraných knih nabídkou kvalitních atraktivních titulů vhodných pro danou věkovou skupinu. Osvědčuje se, když si zajímavé knihy navzájem doporučují děti například formou vtipných reklamních letáků (je možná domluva s vyučujícím výtvarné výchovy). O přečtených knihách je dobré s dětmi diskutovat.

Všeobecnou pomocí při řešení nejen výše uvedených bodů by byly internetové stránky, kde by si navzájem radily nejen školy, ale i rodiče ve všech oblastech vzdělávacích, výchovných i volnočasových aktivit.

Poslední doporučení směřují k výchově dětí a rodičů ke zdravému životnímu stylu. I v tom by měla právě škola. Vhodné je organizovat společné pohybové aktivity rodičů s dětmi, odpoledne plná her, celotýdenní programy na podporu zdraví.

Jsem si vědoma, že tyto návrhy nevyvolají okamžité změny ve způsobu využití volného času v rodinách. Ale jsem přesvědčená, že cílevědomou snahou se dosáhne pozitivního výsledku.

8. SEZNAM LITERATURY

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

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

Čáp, J., Mareš, J. (2001). *Psychologie pro učitele*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-463-X.

Dunovský, J., et al. (1995). *Týrané, zneužívané a zanedbávané dítě*. Praha: Grada Publishing. ISBN 80-7169-192-5.

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.

Hájek, B., Hofbauer, B., Pávková, J. (2003). *Pedagogika volného času*. Praha: Pedagogická fakulta, Univerzita Karlova v Praze. ISBN 80-7290-128-1.

Hodaň, B., Dohnal, T. (2005). *Rekreologie*. Olomouc: Hanex. ISBN 80-85783-48-7.

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.

Chaloupková, J., Šalamounová, P. (2004). *Sociologické studie*. Sociologický ústav Akademie věd ČR. ISBN 80-7330-062-1.

Charvát, M., et al. (2001). *Nové poznatky v kinantropologickém výzkumu*. Šlapanice: OL Print. ISBN 80-210-2573-5.

Chmelík, J., et al. (2003). *Mravnost, pornografie a mravnostní kriminalita*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-739-6.

Chodura, V. (1999). *Psychiatrie*. České Budějovice: Jihočeská Univerzita v Českých Budějovicích. ISBN 80-7040-786-7.

Jucovičová, D., Žáčková, H. (2000). *Děti s odkladem školní docházky a jejich úspěšný start ve škole*. Praha: D&H. ISBN 80-7177-257-7.

Jůva, V. (2001). *Základy pedagogiky pro doplňující pedagogické studium*. Brno: Paido. ISBN 80-85931-95-8.

Kratochvílová, E. (2004). *Pedagogika volného času*. Bratislava: Univerzita Komenského Bratislava. ISBN 80-223-1930-9.

Kraus, B., et al. (2001). *Jak žije středoškolská mládež na počátku XXI. století*. Univerzita Hradec Králové: Gaudeamus. ISBN: 80-7041-738-2.

Kraus, B., Poláčková, V. (2001). *Člověk – prostředí – výchova. K otázkám sociální pedagogiky*. Brno: Paido. ISBN 80-7315-004-2.

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

Kříž, J. (2004). *Duševní poruchy a poruchy chování u dětí a mladistvých*. České Budějovice: Jihočeská Univerzita v Českých Budějovicích. ISBN 80-7040-724-7.

Kubátová, D., et al. (1999). *Primární prevence sociálně patologických jevů v pedagogické praxi*. Ústí nad Labem: Univerzita J. E. Purkyně v Ústí nad Labem. ISBN 80-7044-255-7.

Langmeier, J., Krejčířová, D. (2000). *Vývojová psychologie*. Praha: Grada Publishing. ISBN 80-7169-195-X.

- Laniado, N. (2002). *Děti a peníze*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-671-3.
- Malach, J. (2007). *Teorie metodiky výchovy*. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského. ISBN 978-80-86723-29-7.
- Matějček, Z. (1994). *Co děti nejvíce potřebují*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-006-5.
- Matějček, Z. (2000). *Co, kdy a jak ve výchově dětí*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-494-X.
- Nešpor, K., et al. (1999). *Jak zůstat fit a předejít závislostem*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-299-8.
- Opaschowski, H. W. (1999). *Umwelt. Freizeit. Mobilität*. Hamburg (Germany): Leske + Budrich. ISBN: 3-8100-2307-8.
- 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.
- Pávková, J. (2003). *Průvodce studiem Pedagogika volného času*. Liberec: Technická univerzita v Liberci. ISBN 80-7083-757-8.
- Petrásek, R. (2004). *Co dělat, abychom žili zdravě*. Praha: Vyšehrad. ISBN 80-7021-711-1.
- Piaget, J., Inhelderová, B. (1997). *Psychologie dítěte*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-145-0.
- Pongs, A. (2000). *V jaké společnosti vlastně žijeme?* Praha: ISV nakladatelství. ISBN 80-85866-59-5.
- Prokešová, M. (2004). *Výchova ke zdraví*. Ostrava: Repronis. ISBN 80-7042.

Provazník, K. (2003). *Manuál prevence v lékařské praxi*. Souborné vydání. Praha: Fortuna. ISBN 80-7168-942.

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

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

Selucký, R. (1966). *Člověk a jeho volný čas*. Československý spisovatel. ISBN 22-167-66.

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. (1996). *Kapitoly z pedagogiky volného času*. Brno: Pedagogická Fakulta, Masarykova Univerzita. ISBN 80-210-1274-9.

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

Stejskal, F., Kný, M., Votruba, J. (1999). *Sociálně patologické jevy dětí a mládeže v České Republice*. Praha: Policejní akademie České Republiky. ISBN 80-7251-008-8.

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., Keuysová, 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.

9. PŘÍLOHY

Příloha I - Otázky k řízenému rozhovoru

1. Věk a pohlaví.
2. Máš hodně volného času?
3. Zažíváš ve volném čase nudu?
4. S kým nejčastěji trávíš volný čas?
5. Raději čteš knihy nebo se díváš na televizi?
6. Jak nejčastěji využíváš počítač?
7. Věnuješ se ve volném čase sportu? Jakému?
8. Navštěvuješ nějaké kroužky? Jaké?

Příloha II – Otázky k dotazníkovému šetření

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

6. O děti se starám:
 - a. sám (sama)
 - b. spolu s partnerem (partnerkou)
 - c. využívám výpomoci někoho dalšího (prarodiče, příbuzní, placená síla.....)

7. Zajímám se o to, jak mé dítě tráví volný čas: ano ne

8. Využívám nabídky zájmových organizací při organizaci volného času dítěte:

ano - mé dítě se zúčastní těchto aktivit:
ne - důvody

9. Pomáhám dítěti v přípravě do školy ano ne

10. Cesta do zaměstnání trvá: a) do 30 minut
 b) od 30 minut do 1 hodiny
 c) 1-2 hodiny

11. Pracovní doba obvykle činí (denně):
 a) 8,5 hodiny
 b) méně než 8,5 hodiny
 c) více než 8,5 hodiny

12. Zaměstnání vyžaduje domácí přípravou:

 ano (jakou)..... ne

13. Nákupy, chod domácnosti zabezpečuji:
 a) sám (sama)
 b) spolu s partnerem (partnerkou)
 c) využívám pomoci někoho dalšího (prarodiče,
 příbuzní, placená síla...)

14. Denně mi zbývá volný čas v rozsahu:
 a) 1/5 hodiny
 b) 1-2 hodiny
 c) více jak 2 hodiny

15. V běžném pracovním týdnu nemám vůbec žádný volný čas pro sebe:
 a) velmi zřídka
 b) často
 c) stále

16. Svůj volný čas věnuji:
 a) především sobě
 b) především rodině
 c) rovnoměrně ho dělím mezi sebe a rodinu

17.

Trávím volný čas	pravidelně	občas	velmi málo
u televize			
u počítače			
v nákupních centrech			
sportovními aktivitami			
čtením			
kino, divadlo			
příroda			
péčí o své tělo (kosmetika, relaxace)			
kutilstvím (na zahradě, v dílně)			

V tabulce vyznačte křížky: sám/sama + - s dětmi ++

Příloha III Přehledová tabulka výsledků dotazníkového šetření

Tabulka 4. Výsledky dotazníkového šetření rodin

Rodina číslo	Věk (roky)	Pohlaví	Vzdělání	Zaměstnání	Počet dětí	O děti se starám	Zajímám se, jak děti tráví volný čas
1	30-40	Ž	SŠ	Úřednice	2	Sama	Ano
1	-	-	-	-	-	-	-
2	30-40	Ž	SŠ	Účetní	3	S partnerem	Ano
2	30-40	M	SOU	Zedník	3	-	Ne
3	30-40	Ž	SŠ	Manažerka	2	S partnerem	Ano
3	40-50	M	SŠ	Technik	2	S partnerem	Ano
4	40-50	Ž	VŠ	Projektant	2	Využívám pomoc	Ano
4	40-50	M	VŠ	Projektant	2	Využívám pomoc	Ano
5	30-40	Ž	SOU	Kuchařka	1	S partnerem	Ano
5	30-40	M	SOU	Kuchař	1	S partnerem	Ano
6	40-50	Ž	SŠ	Laborantka	3	S partnerem	Ano
6	40-50	M	SŠ	Technik	3	S partnerem	Ano
7	30-40	Ž	SŠ	OSVČ	2	Využívám pomoc	Ano
7	40-50	M	SOU	Dělník	2	Využívám pomoc	Ne
8	30-40	Ž	SOU	Dělnice	3	S partnerem	Ano
8	30-40	M	SOU	Truhlář	3	S partnerem	Ano
9	40-50	Ž	SŠ	Módní návrhářka	2	S partnerem	Ano
9	40-50	M	VŠ	Architekt	2	S partnerem	Ano
10	30-40	Ž	VŠ	Ekonom	2	S partnerem	Ano
10	40-50	M	SŠ	Technik	2	S partnerem	Ano
11	40-50	Ž	SOU	Cukrářka	1	Sama	Ano
11	-	-	-	-	-	-	-

Pokračování tabulky 4

Rodina číslo	Věk (roky)	Pohlaví	Využívám nabídky zájmových organizací	Pomáhám dítěti s přípravou do školy	Cesta do zaměstnání trvá	Pracovní doba trvá
1	30-40	Ž	Ano, kroužky škola	Ano	Do 30 min	Méně než 8,5 h
1	-	-	-	-	-	-
2	30-40	Ž	Ano, kroužky škola	Ano	30 min-1h	8,5 h
2	30-40	M	Ano, kroužky škola	Ne	30 min-1h	8,5 h
3	30-40	Ž	Ne, dítě nechce	Ano	Do 30 min	8,5 h
3	40-50	M	Ne, dítě nechce	Ne	30 min-1h	8,5 h
4	40-50	Ž	Ano, kroužky DDM	Ano	Do 30 min	8,5 h
4	40-50	M	Ano, kroužky DDM	Ano	Do 30 min	8,5 h
5	30-40	Ž	Ne, finanční důvody	Ne	Do 30 min	8,5 h
5	30-40	M	Ne, finanční důvody	Ne	Do 30 min	8,5 h
6	40-50	Ž	Ano, kroužky DDM	Ano	Do 30 min	8,5 h
6	40-50	M	Ano, kroužky DDM	Ano	Do 30 min	8,5 h
7	30-40	Ž	Ano, kroužky škola	Ano	Do 30 min	Více než 8,5 h
7	40-50	M	Ano, kroužky škola	Ne	Do 30 min	8,5 h
8	30-40	Ž	Ano, kroužky škola	Ano	Do 30 min	8,5 h
8	30-40	M	Ano, kroužky škola	Ne	Do 30 min	8,5 h
9	40-50	Ž	Ano, kroužky škola	Ano	1-2h	8,5 h
9	40-50	M	Ano, kroužky škola	Ano	1-2h	8,5 h
10	30-40	Ž	Ano, kroužky DDM	Ano	1-2h	8,5 h
10	40-50	M	Ano, kroužky DDM	Ne	30 min-1h	8,5 h
11	40-50	Ž	Ne, finanční důvody	Ano	Do 30 min	8,5 h
11	-	-	-	-	-	-

Pokračování tabulky 4

Rodina číslo	Věk (roky)	Pohlaví	Domácí příprava do zaměstnání	Nákupy, chod domácnosti zabezpečují	Zbývá volného času	Nemám žádný volný čas, to se mi stává
1	30-40	Ž	Ne	Sama	½ h	Často
1	-	-	-	-	-	-
2	30-40	Ž	Ano, studium	Sama	½ h	Často
2	30-40	M	Ne	-	1-2 h	Velmi zřídka
3	30-40	Ž	Ne	Sama	½ h	Často
3	40-50	M	Ne	-	1-2 h	Velmi zřídka
4	40-50	Ž	Ne	S partnerem	1-2 h	Velmi zřídka
4	40-50	M	Ne	S partnerem	1-2 h	Velmi zřídka
5	30-40	Ž	Ne	Sama	½ h	Často
5	30-40	M	Ne	-	1-2 h	Velmi zřídka
6	40-50	Ž	Ne	S partnerem	1-2 h	Velmi zřídka
6	40-50	M	Ne	S partnerem	1-2 h	Velmi zřídka
7	30-40	Ž	Ano, studium	Využívám pomoc	½ h	Často
7	40-50	M	Ne	-	1-2 h	Velmi zřídka
8	30-40	Ž	Ne	S partnerem	1-2 h	Velmi zřídka
8	30-40	M	Ne	S partnerem	1-2 h	Velmi zřídka
9	40-50	Ž	Ne	S partnerem	½ h	Často
9	40-50	M	Ne	S partnerem	½ h	Často
10	30-40	Ž	Ano, studium	S partnerem	½ h	Často
10	40-50	M	Ne	S partnerem	1-2 h	Často
11	40-50	Ž	Ne	Sama	½ h	Často
11	-	-	-	-	-	-

Pokračování tabulky 4

Rodina číslo	Věk (roky)	Pohlaví	Volný čas věnuji	Televize	Počítač	Nákupní centra
1	30-40	Ž	Rodině	Velmi málo	Velmi málo	Velmi málo
1	-	-	-	-	-	-
2	30-40	Ž	Rodině	Velmi málo	-	Občas
2	30-40	M	Sobě	Pravidelně	-	-
3	30-40	Ž	Rodině	Velmi málo	-	Velmi málo
3	40-50	M	Sobě	-	-	-
4	40-50	Ž	Rodině	Velmi málo	Velmi málo	Velmi málo
4	40-50	M	Rodině	Občas	Občas	-
5	30-40	Ž	Rodině a sobě	Pravidelně++	Pravidelně	Pravidelně++
5	30-40	M	Rodině a sobě	Pravidelně	Pravidelně	Pravidelně++
6	40-50	Ž	Rodině	Velmi málo	-	Velmi málo++
6	40-50	M	Rodině	Velmi málo	-	-
7	30-40	Ž	Rodině	Občas	-	-
7	40-50	M	Rodině a sobě	Občas	-	-
8	30-40	Ž	Rodině a sobě	Pravidelně++	-	Pravidelně++
8	30-40	M	Rodině a sobě	Pravidelně++	-	Pravidelně++
9	40-50	Ž	Rodině	-	-	-
9	40-50	M	Rodině	Občas	-	-
10	30-40	Ž	Rodině a sobě	-	-	-
10	40-50	M	Rodině a sobě	Občas	-	-
11	40-50	Ž	Rodině	Pravidelně++	-	Pravidelně++
11	-	-	-	-	-	-

Pokračování tabulky 4

Rodina číslo	Věk (roky)	Pohlaví	Sportovní aktivity	Četba	Kino, divadlo	Příroda	Kuřičství, ruční práce
1	30-40	Ž	-	-	-	Pravidelně++	-
1	-	-	-	-	-	-	-
2	30-40	Ž	-	Velmi málo	Občas++	Pravidelně++	-
2	30-40	M	-	-	-	-	Občas
3	30-40	Ž	-	-	Občas++	Občas++	-
3	40-50	M	Pravidelně	-	-	-	Občas
4	40-50	Ž	Pravidelně++	Občas	Občas++	Pravidelně++	Velmi málo
4	40-50	M	Pravidelně++	Občas	Občas++	Pravidelně++	Občas++
5	30-40	Ž	-	-	-	-	-
5	30-40	M	-	-	-	-	Občas
6	40-50	Ž	Občas++	-	Pravidelně++	Občas++	-
6	40-50	M	Občas++	-	Pravidelně++	Občas++	Občas++
7	30-40	Ž	-	-	Pravidelně++	-	-
7	40-50	M	-	-	-	-	Pravidelně
8	30-40	Ž	-	-	-	-	-
8	30-40	M	-	-	-	-	Občas
9	40-50	Ž	-	Občas	-	Občas++	-
9	40-50	M	-	-	-	Občas++	-
10	30-40	Ž	-	-	Pravidelně++	-	-
10	40-50	M	-	-	Pravidelně++	-	Občas++
11	40-50	Ž	-	-	Občas	-	-
11	-	-	-	-	-	-	--

Pokračování tabulky 4

Rodina číslo	Věk (roky)	Pohlaví	Vzdělání	Zaměstnání	Počet dětí	O děti se starám	Zajímám se, jak děti tráví volný čas
12	30-40	Ž	SOU	Kuchařka	3	S partnerem	Ano
12	30-40	M	SOU	Řidič	3	S partnerem	Ano
13	30-40	Ž	SŠ	Prodavačka	2	S partnerem	Ano
13	30-40	M	SŠ	Zabezpečovací agentura	2	S partnerem	Ano
14	30-40	Ž	SŠ	Laborant	2	Využívám pomoc	Ano
14	40-50	M	VŠ	Lékař	2	Využívám pomoc	Ano
15	40-50	Ž	SOU	Kadeřnice	2	S partnerem	Ano
15	30-40	M	SOU	Prodavač	2	S partnerem	Ano
16	40-50	Ž	VŠ	Ekonom	2	S partnerem	Ano
16	40-50	M	VŠ	Ekonom	2	S partnerem	Ano
17	30-40	Ž	SOU	Kosmetička	1	Sama	Ano
17	-	-	-	-	-	-	-
18	30-40	Ž	SŠ	OSVČ	1	Využívám pomoc	Ano
18	40-50	M	SŠ	OSVČ	1	Využívám pomoc	Ne
19	30-40	Ž	SŠ	Rehabilitační pracovnice	2	S partnerem	Ano
19	30-40	M	SOU	Pokrývač	2	S partnerem	Ne
20	30-40	Ž	SŠ	OSVČ	1	S partnerem	Ano
20	40-50	M	SŠ	OSVČ	1	S partnerem	Ne
21	30-40	Ž	SOU	Švadlena	2	S partnerem	Ano
21	30-40	M	SOU	Zahradník	2	S partnerem	Ano

Pokračování tabulky 4

Rodina číslo	Věk (roky)	Pohlaví	Využívám nabídky zájmových organizací	Pomáhám dítěti s přípravou do školy	Cesta do zaměstnání trvá	Pracovní doba trvá
12	30-40	Ž	Ano, kroužky škola	Ano	Do 30 min	8,5 h
12	30-40	M	Ano, kroužky škola	Ne	Do 30 min	8,5 h
13	30-40	Ž	Ne, dítě nechce	Ano	Do 30 min	8,5 h
13	30-40	M	Ne dítě nechce	Ne	Do 30 min	8,5 h
14	30-40	Ž	Ano, kroužky škola	Ano	Do 30 min	8,5 h
14	40-50	M	Ano, kroužky škola	Ne	Do 30 min	Více než 8,5 h
15	40-50	Ž	Ano, kroužky DDM	Ano	Do 30 min	8,5 h
15	30-40	M	Ano, kroužky DDM	Ne	Do 30 min	8,5 h
16	40-50	Ž	Ano, kroužky škola	Ano	Do 30 min	Více než 8,5 h
16	40-50	M	Ano, kroužky škola	Ne	30 min -1 h	Více než 8,5 h
17	30-40	Ž	Ne, finanční důvody	Ano	Do 30 min	8,5 h
17	-	-	-	-	-	-
18	30-40	Ž	Ne, dítě se zabaví	Ano	Do 30 min	Více než 8,5 h
18	40-50	M	Ne, dítě se zabaví	Ne	Do 30 min	Více než 8,5 h
19	30-40	Ž	Ne, finanční důvody	Ano	Do 30 min	8,5 h
19	30-40	M	Ne, finanční důvody	Ne	1-2 h	Více než 8,5 h
20	30-40	Ž	Ne, dítě nechce	Ano	Do 30 min	Více než 8,5 h
20	40-50	M	Ne, dítě nechce	Ne	1-2 h	Více než 8,5 h
21	30-40	Ž	Ne, dítě nechce	Ano	Do 30 min	8,5 h
21	30-40	M	Ne, dítě nechce	Ne	Do 30 min	8,5 h

Pokračování tabulky 4

Rodina číslo	Věk (roky)	Pohlaví	Domácí příprava do zaměstnání	Nákupy, chod domácnosti zabezpečují	Zbývá volného času	Nemám žádný čas, to se mi stává
12	30-40	Ž	Ne	S partnerem	1-2 h	Velmi zřídka
12	30-40	M	Ne	S partnerem	1-2 h	Velmi zřídka
13	30-40	Ž	Ne	S partnerem	1-2 h	Velmi zřídka
13	30-40	M	Ne	S partnerem	1-2 h	Velmi zřídka
14	30-40	Ž	Ne	S partnerem	1-2 h	Velmi zřídka
14	40-50	M	Ne	S partnerem	1-2 h	Velmi zřídka
15	40-50	Ž	Ne	S partnerem	1-2 h	Velmi zřídka
15	30-40	M	Ne	S partnerem	1-2 h	Velmi zřídka
16	40-50	Ž	Ano, studium	S partnerem	½ h	Často
16	40-50	M	Ano, studium	S partnerem	½ h	Často
17	30-40	Ž	Ne	Sama	½ h	Často
17	-	-	-	-	-	-
18	30-40	Ž	Ano, chod firmy	Sama	½ h	Stále
18	40-50	M	Ano, chod firmy	-	½ h	Stále
19	30-40	Ž	Ne	Sama	½ h	Stále
19	30-40	M	Ne	-	½ h	Často
20	30-40	Ž	Ne	Sama	½ h	Stále
20	40-50	M	Ne	-	½ h	Často
21	30-40	Ž	Ne	S partnerem	1-2 h	Velmi zřídka
21	30-40	M	Ne	S partnerem	1-2 h	Velmi zřídka

Pokračování tabulky 4

Rodina číslo	Věk (roky)	Pohlaví	Volný čas věnují	Televize	Počítač	Nákupní centra
12	30-40	Ž	Rodině a sobě	Pravidelně++	Pravidelně ++	Pravidelně++
12	30-40	M	Rodině a sobě	Pravidelně	Pravidelně	Pravidelně++
13	30-40	Ž	Rodině a sobě	Pravidelně	-	Pravidelně++
13	30-40	M	Rodině a sobě	Pravidelně	-	Pravidelně++
14	30-40	Ž	Rodině	Občas	-	Občas
14	40-50	M	Rodině	Občas	Velmi málo	-
15	40-50	Ž	Rodině a sobě	Pravidelně++	Pravidelně	Pravidelně++
15	30-40	M	Rodině a sobě	Pravidelně++	Pravidelně	Pravidelně++
16	40-50	Ž	Rodině	Občas	-	-
16	40-50	M	Rodině	Občas	-	-
17	30-40	Ž	Rodině	Občas++	-	-
17	-	-	-	-	-	-
18	30-40	Ž	Rodině a sobě	Občas	Občas	Pravidelně
18	40-50	M	Sobě	Pravidelně	Pravidelně	-
19	30-40	Ž	Rodině	Pravidelně++	-	Pravidelně++
19	30-40	M	Sobě	Pravidelně	-	-
20	30-40	Ž	Rodině a sobě	Občas	-	Občas++
20	40-50	M	Sobě	Pravidelně	Občas	-
21	30-40	Ž	Rodině a sobě	Pravidelně++	-	Občas++
21	30-40	M	Rodině a sobě	Pravidelně++	-	-

Pokračování tabulky 4

Rodina číslo	Věk (roky)	Pohlaví	Sportovní aktivity	Četba	Kino, divadlo	Příroda	Kuřičství, ruční práce
12	30-40	Ž	-	-	-	-	-
12	30-40	M	-	-	-	-	Občas
13	30-40	Ž	-	-	-	Občas++	-
13	30-40	M	-	-	-	-	Občas
14	30-40	Ž	Pravidelně++	Občas++	Občas++	Pravidelně++	Občas
14	40-50	M	Pravidelně++	Občas	Občas++	Pravidelně++	Občas
15	40-50	Ž	-	Občas	-	-	-
15	30-40	M	-	-	-	-	-
16	40-50	Ž	Pravidelně++	-	-	-	-
16	40-50	M	Pravidelně++	-	-	-	-
17	30-40	Ž	-	-	-	Občas++	-
17	-	-	-	-	-	-	-
18	30-40	Ž	Občas	Velmi málo	Velmi málo	Velmi málo	-
18	40-50	M	Velmi málo	Velmi málo	Velmi málo	Velmi málo	Občas
19	30-40	Ž	-	-	-	-	-
19	30-40	M	-	-	-	-	Občas
20	30-40	Ž	-	-	-	-	-
20	40-50	M	-	-	-	-	-
21	30-40	Ž	-	-	-	-	-
21	30-40	M	-	-	-	-	Občas++

Pokračování tabulky 4

Rodina číslo	Věk (roky)	Pohlaví	Vzdělání	Zaměstnání	Počet dětí	O děti se starám	Zajímám se, jak děti tráví volný čas
22	40-50	Ž	VŠ	Lékařka	2	S partnerem	Ano
22	40-50	M	VŠ	Lékař	2	S partnerem	Ano
23	40-50	Ž	VŠ	Daňový poradce	2	S partnerem	Ano
23	40-50	M	VŠ	Zemědělský inženýr	2	S partnerem	Ano
24	30-40	Ž	SŠ	OSVČ	2	Využívám pomoc	Ano
24	30-40	M	SŠ	OSVČ	2	Využívám pomoc	Ano
25	30-40	Ž	SŠ	Zdravotní sestra	2	S partnerem	Ano
25	30-40	M	SOU	Truhlář	2	S partnerem	Ano
26	40-50	Ž	SŠ	Zdravotní sestra	2	Využívám pomoc	Ano
26	40-50	M	VŠ	Stavební inženýr	2	Využívám pomoc	Ano
27	40-50	Ž	VŠ	Učitelka	2	Využívám pomoc	Ano
27	40-50	M	VŠ	Právník	2	Využívám pomoc	Ano
28	40-50	Ž	VŠ	Právníčka	2	S partnerem	Ano
28	40-50	M	SŠ	Opravář aut	2	S partnerem	Ano
29	30-40	Ž	SŠ	Úřednice	2	Využívám pomoc	Ano
29	30-40	M	SŠ	OSVČ	2	Využívám pomoc	Ano
30	30-40	Ž	SOU	Kadeřnice	1	Sama	Ano
30	-	-	-	-	-	-	-

Pokračování tabulky 4

Rodina číslo	Věk (roky)	Pohlaví	Využívám nabídky zájmových organizací	S přípravou do škol/školy	Cesta do zaměstnání trvá	Pracovní doba trvá
22	40-50	Ž	Ano, kroužky škola	Ano	1-2 h	Více než 8,5 h
22	40-50	M	Ano, kroužky škola	Ano	1-2 h	Více než 8,5 h
23	40-50	Ž	Ano, kroužky škola	Ano	Do 30 min	8,5 h
23	40-50	M	Ano, kroužky škola	Ano	Do 30 min	Více než 8,5 h
24	30-40	Ž	Ano, kroužky škola	Ne	Do 30 min	Více než 8,5 h
24	30-40	M	Ano, kroužky škola	Ne	Do 30 min	Více než 8,5 h
25	30-40	Ž	Ne, dítě nechce	Ano	Do 30 min	8,5 h
25	30-40	M	Ne, dítě nechce	Ne	1-2 h	Více než 8,5 h
26	40-50	Ž	Ano, kroužky škola	Ano	Do 30 min	8,5 h
26	40-50	M	Ano, kroužky škola	ano	Do 30 min	Více než 8,5 h
27	40-50	Ž	Ano, kroužky škola	Ano	Do 30 min	8,5 h
27	40-50	M	Ano, kroužky škola	Ano	30min-1h	Více než 8,5 h
28	40-50	Ž	Ano, kroužky škola	Ne	1-2h	Více než 8,5 h
28	40-50	M	Ano, kroužky škola	Ano	Do 30 min	8,5 h
29	30-40	Ž	Ano, kroužky DDM	Ne	Do 30 min	8,5 h
29	30-40	M	Ano, kroužky DDM	Ne	Do 30 min	Více než 8,5 h
30	30-40	Ž	Ne, finanční důvody	Ne	1-2h	8,5 h
30	-	-	-	-	-	-

Pokračování tabulky 4

Rodina číslo	Věk (roky)	Pohlaví	Domácí příprava do zaměstnání	Nákupy, chod domácnosti zabezpečují	Zbývá volného času	Nemám žádný volný čas, to se mi stává
22	40-50	Ž	Ano, studium	S partnerem	½ h	Často
22	40-50	M	Ano, studium	S partnerem	½ h	Často
23	40-50	Ž	Ano, předpisy	S partnerem	½ h	Často
23	40-50	M	Ne	S partnerem	½ h	Často
24	30-40	Ž	Ano, chod firmy	S partnerem	½ h	Často
24	30-40	M	Ano, chod firmy	S partnerem	½ h	Často
25	30-40	Ž	Ne	Sama	½ h	Často
25	30-40	M	Ne	-	½ h	Často
26	40-50	Ž	Ne	S partnerem	1-2 h	Velmi zřídka
26	40-50	M	Ne	S partnerem	1-2 h	Velmi zřídka
27	40-50	Ž	Ano, přípravy	Využívám pomoc	1-2 h	Velmi zřídka
27	40-50	M	Ne	Využívám pomoc	½ h	Velmi zřídka
28	40-50	Ž	Ano studium	S partnerem	½ h	Často
28	40-50	M	Ne	S partnerem	1-2 h	Velmi zřídka
29	30-40	Ž	Ano, chod firmy	S partnerem	½ h	Často
29	30-40	M	Ano, chod firmy	S partnerem	½ h	Často
30	30-40	Ž	Ne	Sama	½ h	Často

Pokračování tabulky 4

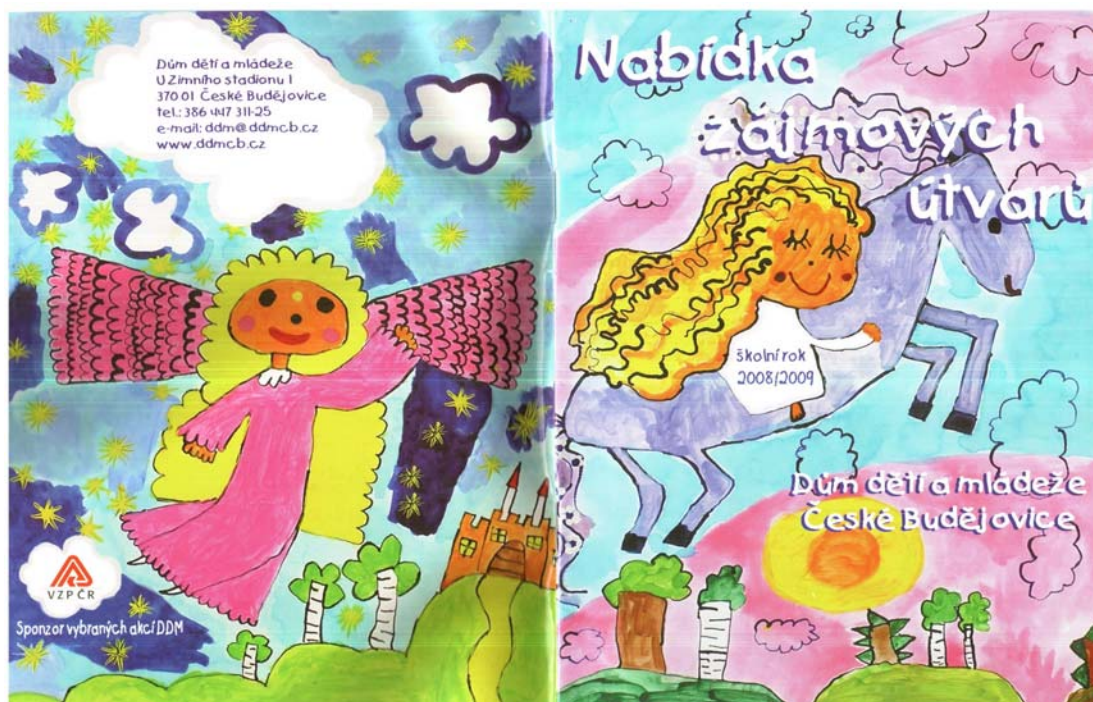
Rodina číslo	Věk (roky)	Pohlaví	Volný čas věnuji	Televize	Počítač	Nákupní centra
22	40-50	Ž	Rodině	-	-	-
22	40-50	M	Rodině	-	-	-
23	40-50	Ž	Rodině	Občas++	-	-
23	40-50	M	Rodině	Občas	-	-
24	30-40	Ž	Sobě	Občas	-	Pravidelně
24	30-40	M	Sobě	Pravidelně	Pravidelně	-
25	30-40	Ž	Rodině	Pravidelně	-	Pravidelně++
25	30-40	M	Sobě	Pravidelně	-	-
26	40-50	Ž	Rodině	Velmi málo	Velmi málo	Velmi málo
26	40-50	M	Rodině	Velmi málo	Velmi málo	Velmi málo
27	40-50	Ž	Rodině	Občas++	Velmi málo	Velmi málo
27	40-50	M	Rodině	Občas++	Velmi málo	Velmi málo
28	40-50	Ž	Rodině	-	-	-
28	40-50	M	Rodině a sobě	Občas	-	-
29	30-40	Ž	Rodině a sobě	Pravidelně	-	Pravidelně++
29	30-40	M	Rodině a sobě	Pravidelně	Pravidelně	-
30	30-40	Ž	Rodině	Občas++	-	-
30	-	-	-	-	-	-

Pokračování tabulky 4

Rodina číslo	Věk (roky)	Pohlaví	Sportovní aktivity	Četba	Kino, divadlo	Příroda	Kuřičství, ruční práce
22	40-50	Ž	Pravidelně++	-	Občas++	-	-
22	40-50	M	Pravidelně++	-	Občas++	-	-
23	40-50	Ž	-	-	-	Pravidelně++	-
23	40-50	M	-	-	-	Pravidelně++	-
24	30-40	Ž	-	-	-	-	-
24	30-40	M	-	-	-	-	-
25	30-40	Ž	-	-	Občas++	-	-
25	30-40	M	-	-	-	-	Občas
26	40-50	Ž	Pravidelně++	Občas	Občas++	Pravidelně++	Občas++
26	40-50	M	Pravidelně++	Velmi málo	Občas++	Pravidelně++	Pravidelně++
27	40-50	Ž	Pravidelně++	Občas++	Občas++	Pravidelně++	Pravidelně++
27	40-50	M	Pravidelně++	Občas	Občas++	Pravidelně++	Pravidelně++
28	40-50	Ž	-	-	-	Pravidelně++	-
28	40-50	M	-	-	-	-	Pravidelně++
29	30-40	Ž	-	-	-	-	-
29	30-40	M	-	-	-	-	-
30	30-40	Ž	-	-	-	-	-
30	-	-	-	-	-	-	-

Vysvětlivky: M – muž, Ž – žena; SŠ – absolvent střední školy, SOU – absolvent středního odborného učiliště, VŠ – absolvent vysoké školy; OSVČ – osoba samostatně výdělečně činná; DDM – Dům dětí a mládeže
 činnost označená + - vykonává rodič sám
 činnost označená ++ - vykonává rodič sám
 činnost označená – nevykonává vůbec

Příloha IV – Nabídka zájmových útvarů



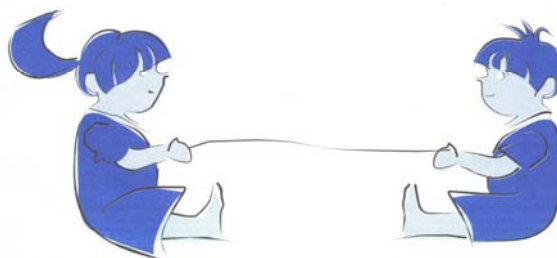
Obrázek 32. Dům dětí a mládeže České Budějovice



U Výstaviště 1429
37005 České Budějovice
telefon/fax: 385 310 201,
385 310 202, 389 603 935
info@m-tes.cz • www.m-tes.cz

ZÁJMOVÉ KROUŽKY 2008/2009

LYŽAŘSKÁ ŠKOLA PŘÍMĚSTSKÉ TÁBORY



Obrázek 33. M-TES České Budějovice

Příloha V - Ukázky projektivních technik



Obrázek 34. Práce chlapce z páté třídy



Obrázek 35. Práce dívky z páté třídy

Příloha VI - Fotografie

Zábavné odpoledne pro děti a rodiče



Obrázek 36. Překážková dráha s tatínkem



Obrázek 37. Společné posezení u ohně



Obrázek 38. Skákání v pytích



Obrázek 39. Chůze s knihou



Obrázek 40. Zkouška šikovnosti s maminkou



Obrázek 41. Házení kroužků na terč