

# Návrh projektu na zlepšení volnočasových aktivit v obci Lipová

Iveta Kepáková, DiS.

---

Bakalářská práce  
2012



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně  
Fakulta humanitních studií

---

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

akademický rok: 2011/2012

## ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Iveta KEPÁKOVÁ**

Osobní číslo: **H080188**

Studijní program: **B 7507 Specializace v pedagogice**

Studijní obor: **Sociální pedagogika**

Téma práce: **Návrh projektu na zlepšení volnočasových aktivit  
v obci Lipová**

Zásady pro vypracování:

**Zpracování rešerše a studium odborné literatury.**

**Vymezení pojmů a teoretických východisek z oblasti volnočasových aktivit.**

**Příprava metodiky výzkumné části.**

**Realizace kvantitativního výzkumu.**

**Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.**

**Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.**

Rozsah bakalářské práce:

Rozsah příloh:

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná/elektronická**

Seznam odborné literatury:

**SVOZILOVÁ, Alena. Projektový management: systémový přístup k řízení projektů. Praha: Grada, 2011. 2.doplněné vydání, ISBN 978-80-247-3611-2.**

**HUDEČKOVÁ, H., M. LOŠŤÁK, a A. ŠEVČIKOVÁ. Regionalistika, regionální rozvoj a rozvoj venkova. Česká zemědělská univerzita v Praze, 2005. ISBN 978-80-213-1413-9.**

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

**PROVAZNIKOVÁ, Romana. Financování měst, obcí a regionů: teorie a praxe. Praha: Grada, 2007. ISBN 978-80-247-2097-5.**

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

Vedoucí bakalářské práce: **Mgr. Martina Růžičková**  
Ústav pedagogických věd

Datum zadání bakalářské práce: **30. listopadu 2011**

Termín odevzdání bakalářské práce: **4. května 2012**

Ve Zlíně dne 12. ledna 2012

  
doc. Ing. Anežka Lengálová, Ph.D.  
děkanka



  
Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.  
ředitel ústavu

## PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby <sup>1)</sup>;
- beru na vědomí, že bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3 <sup>2)</sup>;
- podle § 60 <sup>3)</sup> odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 <sup>3)</sup> odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – bakalářskou práci - nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

- elektronická a tištěná verze bakalářské práce jsou totožné;
- na bakalářské práci jsem pracoval samostatně a použitou literaturu jsem citoval. V případě publikace výsledků budu uveden jako spoluautor.

Ve Zlíně ...25.4.2012

.....Kepáková Iveta.....

<sup>1)</sup> zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47b Zveřejňování závěrečných prací:

(1) Vysoká škola nevydělečně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledku obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.

(2) *Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlázení veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.*

(3) *Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.*

2) *zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3:*

(3) *Do práva autorského také nezasahuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, užije-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacímu zařízení (školní dílo).*

3) *zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní dílo:*

(1) *Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst.*

3). *Odpírá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.*

(2) *Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užít či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.*

(3) *Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku jim dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přihlédá k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.*

## **ABSTRAKT**

Záměrem této bakalářské práce je navrhnout projekt na zlepšení volnočasových aktivit v obci Lipová.

Bakalářská práce je rozdělena na dvě části, a to část teoretickou a praktickou. Teoretická část přináší definici lokálního prostředí, definici obce jako základní jednotky územní samosprávy, rozpracovává pojem volný čas, a jeho zvláštnosti v trávení od dětství po stáří. Dále zpracovává základní informace o projektovém managementu a možnosti financování projektů v komunální sféře. Praktická část se zabývá charakteristikou obce Lipová, a možnostmi využití volného času v obci. Je zde popsán předvýzkum, na jehož základě je navržen projekt na zlepšení volného času v obci. Závěr praktické části obsahuje průběh samotného projektu a doporučení pro další zlepšení.

Klíčová slova: lokální prostředí, obec, projekt, dotace, financování projektu, volný čas

## **ABSTRACT**

The aim of this Bachelor's thesis is to propose a project for improvement of leisure activities in the municipality Lipová.

The Bachelor's thesis consists of two parts, the theoretical part and the practical part. The theoretical part provides a definition of the local environment, municipality as the basic unit of the territorial selfgovernment, it elaborates a conception of the leisure time and its strangenesses in spending from the childness to the old age. It also elaborates basic informations about project management and possibilities of financing projects in the municipal-sector.

The practical part provides characteristics of the municipality Lipová and leisure opportunities in the community. Based on described research there is suggested a project for the leisure improvement in the municipality. Conclusion of the practical part includes course of the project itself and recommendation for other improvement.

Keywords: local environment, municipality, project, grants, project financing, leisure time

Mé poděkování patří především Mgr. Martině Růžičkové za odborné vedení, přínosné rady, ochotu a trpělivost, které mi věnovala. Děkuji také zastupitelstvu obce Lipová, za poskytnuté informace a spolupráci, které byly pro mou práci přínosem.

Prohlašuji, že odevzdaná verze bakalářské/diplomové práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.

Motto: „Projekt je jedinečný kus práce, který má stanoven začátek a konec. A alespoň jednu velkou krizi“.

(Barker a Cole)

# OBSAH

<b>ÚVOD</b> .....	<b>10</b>
<b>I TEORETICKÁ ČÁST</b> .....	<b>11</b>
<b>1 LOKÁLNÍ PROSTŘEDÍ</b> .....	<b>12</b>
1.1 VENKOV JAKO TYP SÍDLA LOKÁLNÍHO PROSTŘEDÍ.....	12
<b>2 OBEC JAKO ZÁKLADNÍ JEDNOTKA ÚZEMNÍ SAMOSPRÁVY</b> .....	<b>15</b>
2.1 CHARAKTERISTIKA OBCE .....	15
2.2 ZNAKY A FUNKCE OBCE.....	15
2.3 ORGÁNY OBCE .....	15
2.3.1 Zastupitelstvo (§ 67).....	15
2.3.2 Rada obce (§ 99) .....	16
2.3.3 Starosta (§ 103) .....	16
2.3.4 Obecní úřad (§ 109) .....	16
2.3.5 Občané obce (§ 16) .....	16
<b>3 VYMEZENÍ POJMU VOLNÝ ČAS</b> .....	<b>17</b>
3.1 PODPORA VOLNOČASOVÝCH AKTIVIT V OBCÍCH.....	17
3.2 SPECIFIKA TRÁVENÍ VOLNÉHO ČASU U DĚTÍ, MLÁDEŽE A DOSPĚLÝCH.....	18
<b>4 PROGRAM OBNOVY VENKOVA</b> .....	<b>21</b>
4.1.1 Význam podprogramu na podporu obnovy venkova 2012 ve Zlínském kraji .....	21
<b>5 TEORIE PROJEKTOVÉHO MANAGEMENTU</b> .....	<b>22</b>
5.1 PROJEKT, ZÁKLADNÍ DEFINICE .....	22
5.2 PROJEKTOVÝ MANAGEMENT A JEHO ZÁKLADNY .....	23
5.3 ŽIVOTNÍ CYKLUS PROJEKTU .....	23
5.4 ŘÍZENÍ PROJEKTOVÉHO MANAGEMENTU PRO PRAXI .....	24
5.5 MOŽNOSTI FINANCOVÁNÍ PROJEKTŮ V KOMUNÁLNÍ SFÉŘE .....	28
5.5.1 Financování z jiných zdrojů .....	28
<b>II PRAKTICKÁ ČÁST</b> .....	<b>29</b>
<b>6 OBEC LIPOVÁ</b> .....	<b>30</b>
6.1 HISTORIE OBCE A JEJÍ PAMĚTIHODNOSTI.....	30
6.2 SOUČASNOST OBCE .....	30
6.3 PROJEKTY A PŘÍSPĚVKY OBCE LIPOVÁ .....	31
6.3.1 Získané dotace za období 2009 – 2012 .....	32
6.4 VYUŽITÍ VOLNÉHO ČASU A KULTURNÍHO DĚNÍ V OBCI.....	33
<b>7 VÝZKUM</b> .....	<b>34</b>
7.1 PŘEDVÝZKUM .....	34
7.2 CÍL PŘEDVÝZKUMU .....	34
7.3 VÝZKUMNÁ OTÁZKA .....	34
7.3.1 Dílčí výzkumné otázky .....	34



7.4	DRUH VÝZKUMU, VÝZKUMNÝ SOUBOR .....	35
7.5	METODA.....	36
7.5.1	Analýza dotazníku pro občany.....	37
7.5.2	Analýza dotazníku pro děti a mládež .....	37
7.6	ZPŮSOB ZPRACOVÁNÍ DAT.....	37
7.7	VYHODNOCENÍ VÝSLEDKŮ PŘEDVÝZKUMU .....	38
7.7.1	Vyhodnocení dotazníku pro občany.....	38
7.7.2	Vyhodnocení dotazníku pro děti a mládež.....	43
7.7.3	Celkové shrnutí a návrh řešení .....	46
<b>8</b>	<b>NÁVRH PROJEKTU, JEHO POPIS A FINANCOVÁNÍ .....</b>	<b>48</b>
8.1	NÁZEV A POPIS PROJEKTU .....	48
8.2	CÍLE PROJEKTU.....	48
8.3	AKTIVITY PROJEKTU.....	48
8.3.1	Cvičení na gymnastickém míči s využitím prvků zdravotní tělesné výchovy .....	48
8.3.2	Psychomotorické hry pro děti mladšího školního věku .....	50
8.3.3	Ruční práce „Pletení z papíru“ .....	51
8.4	MÍSTO A DOBA KONÁNÍ REALIZACE PROJEKTU .....	52
8.5	ČASOVÝ HARMONOGRAM PROJEKTU .....	52
8.6	POTŘEBNÝ ROZPOČET K REALIZACI PROJEKTU .....	53
8.7	FINANCOVÁNÍ PROJEKTU .....	53
8.8	DOSAVADNÍ PRŮBĚH PROJEKTU.....	53
	<b>ZÁVĚR .....</b>	<b>56</b>
	<b>SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....</b>	<b>57</b>
	<b>SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK.....</b>	<b>60</b>
	<b>SEZNAM OBRÁZKŮ .....</b>	<b>61</b>
	<b>SEZNAM TABULEK.....</b>	<b>62</b>
	<b>SEZNAM GRAFŮ .....</b>	<b>63</b>
	<b>SEZNAM PŘÍLOH.....</b>	<b>64</b>

## ÚVOD

Obec Lipová se v posledních 5 letech nespočetně rozrůstá o nové rodiny, které se rozhodly zde bydlet. Zvyšuje se tedy tím i počet dětí i dospělých. Obec se v rámci svých možností snaží všem občanům vyhovět nejen tím, že se neustále aktivně zapojuje do výstavby nových bytů, ale zkvalitňuje místní prostředí a investuje do věcí, které mají v obci tradice, nebo do věcí potřebných pro možnosti aktivnějšího trávení volného času pro všechny. Osobně ale v poslední době nalézám pocit, že i přes veškerou snahu je o místní kulturní a sportovní akce stále menší zájem. V nedávné době zde byla zřízena a vybavena tělocvična, která doposud na vesnici chyběla. Domnívám se ale, že její dosavadní využívání je nízké. Je nutné podotknout i to, že občané, kteří se aktivně podílejí jako dobrovolníci v rámci přípravy různých akcí a volnočasových aktivit jsou staršího věku a obci chybí „mladí nadšenci“, kteří by tuto věc na sebe převzali. Jako sociální pedagog cítím potřebu být v něčem nápomocná. Z osobního zájmu a citového vztahu k mé vesnici jsem se proto rozhodla vynaložit vlastní úsilí ke zlepšení současného stavu, a napsat svou bakalářskou práci nesoucí název: „Návrh Projektu na zlepšení volnočasových aktivit v obci Lipová“.

V teoretické části se snažím přehledně zpracovat charakteristiku venkova v souvislosti s lokálním prostředím a charakteristiku obce jako jednotku územní samosprávy. Protože je má práce velmi úzce spojena s volným časem a projektem v oblasti jeho zlepšení, věnovala jsem se převážně možnostmi podpory volného času ze strany samotných obcí, i ze strany státu (kde můžou vesnice čerpat dotace z programu obnovy venkova, nebo financovat své projekty z jiných státních zdrojů) či EU.

Cílem bakalářské práce v praktické části je zjistit pomocí předvýzkumného šetření, jak jsou místní občané v naší vesnici spokojeni s možností nabídky v oblasti trávení volného času, sportovního a kulturního vyžití, a na základě výsledků navrhnout a zdůvodnit daný projekt, kterým bych současně podpořila častější využívání tělocvičny v rámci nově nabídnutých volnočasových aktivit.

Je smutnou pravdou, že vlivem konzumního životního stylu máme všichni čím dál méně volného času. Dnes už nezáleží na tom, zda bydlíme ve městě nebo na vesnici. Přesto doufám, že mé úsilí zlepšit volný čas v mé obci nebude zbytečné, a přinesu ať dospělým či dětem něco, co je bude bavit, a bude užitečné.

## **I. TEORETICKÁ ČÁST**

## 1 LOKÁLNÍ PROSTŘEDÍ

Na úvod bakalářské práce se budu věnovat charakteristice lokálního prostředí, do něhož venkov jako jeden z typů sídla patří.

„Lokální prostředí lze definovat jako skupinu lidí žijících na ohraničeném teritoriu, uznávajících společné tradice, symboly a hodnoty (s vědomím jisté diference a zvláštností), využívajících stejných institucí a služeb, žijících v jistém pocitu sounáležitosti a vnitřní bezpečnosti a připravených ke společným činnostem“ (Kraus, 2008, s. 95).

Skupinu lidí na určitém území jakožto sociální faktor, který je pro Krause v rámci definice lokálního prostředí pravděpodobně významný, osobně nepocítuji jako dostatečnou protože si myslím, že člověka v průběhu života utváří i to, jak vypadá daná lokalita a jaké jsou v ní například změny v životním prostředí, v kultuře lidí. Proto se více ztotožňuji s Procházkou (2012) a jeho názorem, že lokální prostředí sice obsahuje sociální faktor jako významný prvek, ale obsahuje v sobě i mix geografických a environmentálních faktorů.

Lokální prostředí můžeme pak podle Procházkovy (2012) popsat jistými signifikantními znaky, jež vymezil Wroczynski. Patří mezi ně:

- malá rozloha
- ohraničení (které danou lokalitu odlišuje od ostatní krajiny)
- veškeré osobní kontakty lidí
- to co je pro dané jedince v lokalitě příbuzné, stejné (například, že skoro každá bytová jednotka má na vesnici svou zahradu či pole, vlastní určitou část lesa atd.)
- identičnost tradic, kterými myslíme podobné zvykové normy, společenské stále se opakující události.

Lokální prostředí se člení na městské prostředí a venkov.

### 1.1 Venkov jako typ sídla lokálního prostředí

Venkov je oproti městu starší vývojovou formou sídel. Převládá zde zemědělská funkce (výrazný podíl obyvatelstva se věnuje zemědělství), ale může sloužit i jako druhé, přechodné bydlení. Venkovské prostředí je méně umělé nežli městské, má blíže k přírodě (převažují přírodní porosty, otevřená krajina, agro-leso-pastevní užití prostoru) a je méně poznamenané kulturou moderní společnosti (procesy industrializace a urbanizace). Zachovává si svébytné kulturní rysy (neanonymní žití, silná sociální kontrola, preferování míst-

ních tradic, zachovávání místních zvyků). Jak uvádí Hudečková, Lošťák a Ševčíková (2008), výše popsané znaky platí i pro venkov ve 21. století.

Wokoun (2011) dále připisuje venkovu další významné prvky jako je např. nízká hustota obyvatel, různé vesnické půdorysy, vlastnictví domů a pozemků, jiné hodnotové orientace, někde i dodnes převládající typické propojení obytné části s hospodářskou (stodola, kůlna na zemědělské nářadí) a dojezdová vzdálenost v blízkosti města do 45 minut. Taky ale upozorňuje, že rozvojem urbanizace bohužel dochází k tomu, že některá venkovská sídla již ztrácí svůj typický venkovský charakter, upadají do tzv. „bludného kruhu“ (nízká hustota zalidnění – nedostatek služeb – nízká podnikatelnost – málo prvních míst – vylidňování), nicméně nejsou ještě považovány za upadající oblasti.

Podle počtu usedlostí rozlišujeme tři velikostní kategorie těchto sídel:

- a) Samota (izolované obydlí, které je od nejbližších domů ohraničeno většinou lesem, polí, loukou)
- b) Víška (seskupení 4 – 5 usedlostí, které se může rozrůstat ve vesnici)
- c) Vesnice – (usedlosti s dalšími prvky jako je kostel, hospoda, škola aj.).

Podle české legislativy by šlo pouze nepřímou vymezení pojem venkov, a z tohoto hlediska rozlišuje velikostně oblasti na ztv. „obce“, jakožto základní geografický útvar, který se následně podle počtu obyvatel dělí na vesnice, městys, město, okresní město, krajské město, statutární město a hlavní město.

Pozitivní i negativní momenty prožívaného susedství, susedská výpomoc, důraz na zachování tradic či zvyků, a pravidelné body, kdy se obec setkává, čímž prohlubuje svůj pocit sounáležitosti – to jsou podle Procházký (2012) reprezentující rysy venkovského prostředí.

I pro mě jsou tyto rysy těmi nejpodstatnějšími. Bez susedské výpomoci nejde řada věcí. Někdo chová koně, který je užitečný, někdo má zase potřebné vybavení pro údržbu pozemků (sekačky, rotačky, obrabečky, hrabačky), který ten druhý nemá, jiný zase vlastní silnější stroje, bez nichž by na lesních pozemcích (které vlastní určitým podílem převážná část občanů) nešlo provádět práce spojené s údržbou lesa. Chci tím říci, že ne každý si může dovolit v současné době koupit všechny potřebné věci, udržovat proto dobré susedské vztahy je na vesnici nutné. Jak se obec postaví k zachování svých tradic a zvyků, záleží pouze na ní. Nebýt snahy povětšinou starších občanů, zmizí to, co

odlišuje vesnici od vesnice. Zachovat tradice je těžké většinou v malých obcích, kde se dnes už mladí lidé nechtějí stěhovat, protože v nich nenajdeme ani obchod s potravinami. Není pak koho učit tyto tradice, když zde nejsou děti a mládež. Pravidelné časové body, které místní občany spojují, jako například stavění májky, hodové zábavy, kácení máje, prožívání Velikonoc, pálení čarodějnic, sice dávají pocit sounáležitosti, ale podle mě i tyto oslavy ztrácí svůj dřívější význam. Samozřejmě i tady opět platí to, jak se k události obec postaví. Osobně si ale myslím, že dnes čím dál méně chodí lidé na tyto slavnosti právě z historického důvodu (tedy slavit to, kvůli čemu se daná věc koná), ale spíše proto, jít se odreagovat, nebo proto, že je vstupné či jídlo pro děti zdarma, kvůli bohaté tombole atd. Je mi někdy líto snahy místních dobrovolníků tyto akce pořádat, když vidím, že lidé raději jdou čas trávit do místní hospody, či sedí u televize nebo internetu, protože vědí, že trávit čas na akcích, kde chodí čím dál méně lidí, se jednoduše nevyplatí. Pokud je v sousední obci tatáž slavnostní zábava spojená s určitým svátkem, lidé jedou raději tam, protože vědí, že více lidí tvoří veselejší atmosféru. Opět se to týká převážně malých obcí.

Jak píše Procházka (2012) obci chybí ekonomický potenciál a ztrácí infrastrukturu.

S tímto musím bohužel taky souhlasit. Na polích, na nichž si můžeme vypěstovat své plodiny, které si v obchodě koupíme kdoví odkud a v jaké kvalitě, chce pracovat čím dál méně lidí. Většině z nás i na vesnici chybí dostatek volného času k tomu, abychom si vyhradili neustále volno k tomu, o daná pole pečovat tak, jak bychom si přáli. Pěstují se proto pouze jen ty nezákladnější a nenáročné plodiny. Sami dobře víme, že i příroda se někdy bouří a počasí si čím dál častěji dělá, co se mu zachce. Proto raději lidé louky a pole pronajímají firmám pro dobytek i za malé dotace, protože vědí, že se jim nevyplatí nad obhospodařováním ztrácet čas. Udržet venkovský obchod dá dnes úsilí. Lidé mají stále větší nároky, a být dobrým obchodníkem pro malou obec stojí velké úsilí. Udržet pak takový obchod, kdy lidé stejně každý den po cestě z práce nakoupí v supermarketu, je těžké. Autobusové spojení se čím dál více ruší, lidé se tak těžko dostávají v potřebný čas do práce. Děti, které se chtějí vzdělávat po škole v nějaké volnočasové aktivitě, musí čekat na rodiče, až pro ně dojedou, protože poslední odpolední spoj jim ujel. Jsme čím dál více závislí na tom, vlastnit proto svůj automobil. Lepší to už nebude, a nezbývá nám nic jiného, než se s danou věcí smířit.

## 2 OBEC JAKO ZÁKLADNÍ JEDNOTKA ÚZEMNÍ SAMOSPRÁVY

### 2.1 Charakteristika obce

V literatuře nalezneme vícero vymezení tohoto pojmu. Já však v práci uvádí dvě, které se mi z osobního pohledu zdály nejlépe výstižné.

„Obec je základním územním samosprávným společenstvím občanů na územním celku vymezeném hranicí územní obce. Je vymezena jako veřejnoprávní korporace, která má vlastní majetek a hospodáří s ním, má vlastní finanční prostředky a sestavuje svůj vlastní rozpočet“ (Provazníková, 2007, s. 28).

„Vesnice je obec s malým počtem obyvatel převážně zaměstnaných zemědělstvím (statisticky s 2000 obyvatel), s nízkopodlažní zástavbou, s malou uliční sítí, s návší (fungující jako společenské a kulturní centrum) a vysokým podílem zeleně“ (Káňa, 2010, s. 51).

### 2.2 Znaky a funkce obce

ČR má v současnosti 6 280 obcí. Obec má svá práva a povinnosti. Může se slučovat s jinými sousedními obcemi nebo se oddělovat. Vyznačuje se svým územím, samotným názvem, občany, kteří se podílejí na záležitostech obce přímo (dobrovolně) i nepřímo (volbami). Je správcem nejen obecních záležitostí (vydává obecní vyhlášky, spravuje sama sebe a záležitosti obce) ale i veřejných (spravuje záležitosti občanů obce). Vlastní a zároveň spravuje svůj movitý i nemovitý majetek, o jejichž užívání rozhodují volené orgány obce.

### 2.3 Orgány obce

Orgány obce jsou vymezeny v Zákoně o obcích: č.128/2000 Sb. Složení orgánů je obsaženo v hlavě IV. Pro lepší přehlednost a srozumitelnost však tyto orgány uvádím z jiných zdrojů.

#### 2.3.1 Zastupitelstvo (§ 67)

Vykonává nejdůležitější pravomoce v oblasti samostatné působnosti obce (stanovuje rozpočet obce, rozhoduje o předání, pronájmu majetku, stanovuje program rozvoje obce ...). Kandidáti jsou voleni na dobu 4 let, počet členů závisí na velikosti obce. Jejich jednání je veřejné, a veškeré schválené záměry musí zveřejnit dohodnutým způsobem (Káňa 2010).

### **2.3.2 Rada obce (§ 99)**

Je podřízena zastupitelstvu obce, tvoří ji většinou starosta a místostarosta. Předkládá zprávy o své činnosti zastupitelstvu, schází se dle potřeby, tudíž je její jednání neveřejné (Káňa 2010).

### **2.3.3 Starosta (§ 103)**

Je představitelem obce, zastupuje obec zvenčí, řídí jednání obecního zastupitelstva, podepisuje obecní vyhlášky schválené zastupitelstvem, řídí schůze obecní rady i zastupitelstva. Starostu volí zastupitelstvo (Káňa 2010).

### **2.3.4 Obecní úřad (§ 109)**

Je orgánem úředního typu, který obstarává a spravuje záležitosti obce, zajišťuje obci informativní systém, ekonomický rozvoj, služby, dopravu, hospodaří s finančními prostředky, sestavuje a čerpá rozpočet, zajišťuje chod kulturních a sportovních zařízení, pečuje o památky (Káňa, 2010).

### **2.3.5 Občané obce (§ 16)**

Tvoří členskou základnu, mají ve správním území obce trvalý pobyt. Občanem obce je fyzická osoba, jež je státním občanem ČR a je ve správním obvodě obce hlášená k trvalému pobytu bez ohledu na věk. Občanství obce vzniká narozením a zaniká smrtí. Občan, který dosáhl věku 18 let, má zde právo volit a být volen do zastupitelstva obce, vyjadřovat se k návrhu rozpočtu obce, nahlížet do rozpočtu obce, požadovat projednání určité záležitosti v oblasti samostatné působnosti aj. (Horzinková a Novotný, 2010).



### 3 VYMEZENÍ POJMU VOLNÝ ČAS

Volný čas jako takový významně vstoupil do života lidí na počátku 60. let 20. století a dnes je pro mnohé z nás významnou součástí každodenního života. Zde předkládám různé podoby jeho definic, jak jej vidí následující autoři:

„Volný čas je možno chápat jako opak doby nutné práce a povinností a doby nutné k reprodukci sil“ (Průcha, Valterová a Mareš, 2001, s. 17).

Tuto stručnou definici lépe vystihují v širším pojetí Pávková, Hofbauer a Hájek (2002, s. 13), kteří pod pojmem volný čas vidí „dobu, kdy si své činnosti můžeme svobodně vybrat, děláme je dobrovolně a rádi, a přinášejí nám pocit uspokojení a uvolnění. Pod pojem volný čas se běžně zahrnují odpočinek, rekreace, zábava, zájmové činnosti, zájmové vzdělávání, dobrovolná společensky prospěšná činnost i časové ztráty s těmito činnostmi spojené“.

Podle Vážanského (2001) je volný čas obdobím, nezávislým na době spánku, zaměstnání, ale i na polovolném čase, který definuje jako prostor pro uspokojení přirozených potřeb. Tato doba by měla být vyplněna efektivně, svobodně a na základě dobrovolnosti.

Jako prostor pro různé aktivity (ať zájmové, vzdělávací, relaxační, integrační či rekreační) pojímá volný čas i Rabušicová (2008), která taky podotýká, že se jeho dostatečné množství spolu se svobodnou volbou náplně považuje za součást pozitivně vnímané kvality života člověka.

Další vymezení volného času jiných autorů můžeme nalézt v monografii Kamila Janiše a Ireny Loudové: „*Vybraná témata z teorie výchovy (studijní opora)*“.

#### 3.1 Podpora volnočasových aktivit v obcích

Významným prostorem a činitelem volného času jsou obce a regiony. Z mnoha důvodů proto od 90. let zvyšují koncepční i praktickou pozornost věnovanou volnočasovému životu a výchově dětí a mládeže. Jejich zájem se projevuje v oblasti sportovní a kulturní činnosti (různá sportovní utkání, turnaje, hudebních či tanečních vystoupeních, výtvarných soutěží), v oblasti zábavných a společenských akcí (oslavy místních výročí, zábavy, dětské maškarní plesy, zájezdy, oslavy místních výročí, ale i podpora nových trendů jako např. sprejerství, či skejťový styl života – výstavba U-ramp), v oblasti výchovy k občanství a veřejně prospěšné činnosti či rozšiřování prostorových podmínek volnočasové činnosti

(děti dospělí přináší návrhy nebo se s podporou obce podílejí na jejich realizaci). Za pomoci různých dotací i v malých vesnicích vznikají hezká hřiště a stadiony (Hofbauer, 2004).

Především v malých obcích není bohužel dostatek možností pro volnočasové aktivity. Tento problematický aspekt vyplývající z dotazníkového šetření pro obce z roku 2009 uvádí ve své publikaci Jáč et al. (2010). Návrh řešení daného problému vidí v jeho knize samotní zastupitelé obce spíše v podpoře cestovního ruchu, agroturistiky, v rozšiřování různých volnočasových aktivit, sportu, budování nových cyklostezek. Řada z nich doporučuje i podporu rozvoje kultury, zakládání nových spolků, a v rámci volnočasových aktivit požadují obce zvýšení podpory rozšiřování různých služeb.

### **3.2 Specifika trávení volného času u dětí, mládeže a dospělých**

Volný čas dětí a mládeže má své zvláštnosti. Od volného času dospělých se většinou liší svým rozsahem (dospělí mají méně volného času oproti dětem), obsahem (který odpovídá věkovým a individuálním zvláštnostem), mírou samostatnosti (která záleží na věku dítěte, nebo nabídce volného času v okolí). U dětí a mládeže je pedagogické ovlivňování důležitou složkou ve vybrané volnočasové aktivitě (Hájek, Hofbauer a Pávková, 2008). Pávková in Janiš (2009) upozorňuje, že dítěti na rozdíl od dospělých je třeba předložit nejprve základní orientaci ve volnočasových aktivitách, a na základě individuálních možností a zkušeností dítěte mu pouze pomoci vybrat takovou, která mu dá možnost uspokojení a současně vytvoří návyk pro budoucí trávení volného času.

S tímto názorem naprosto souhlasím. Mám pocit, že v současné době rodiče zbytečně vkládají investice tam, kde dítě kroužek nebaví, nebo je má tolik, že mu ani jeden z nich nepřináší osobní růst, a pocit úspěchu, prostě se zlepšit. Několik takových dětí znám, a většina z nich do kroužku chodit přestala. Byly to kroužky převážně hudební. Kroužek tedy neplnil funkci „psychosociologickou“ (uvolnění, zábavu, rozvoj).

Volný čas je dospělým k dispozici většinou až po splnění pracovních povinností (protože pracovní doba volný čas významně determinuje), či rodinných. Mnohdy okolnosti nedovolují realizovat koníčky z mládí, je možné je tedy přizpůsobit, nebo objevit nové – to se podaří pouze těm dospělým, kteří se naučili dobře hospodařit s volným časem, a jejichž dřívější koníčky se již v mládí staly součástí jejich životního stylu. Volný čas dospělých může směřovat převážně do oblasti neformálního vzdělávání, na němž ale participují převážně mladší a vzdělanější lidé dospělého věku, kteří svůj volný čas nemají svázaný s po-

vinnostmi rodinnými. Tráví ho na rozdíl od starších dospělých mimo domov s vrstevníky. Ve starší dospělosti ovlivňuje volný čas jednak samotná profesní kariéra, rodinný život, ale též i samotné pohlaví, kdy se ženám od 40 roku věku více, nežli mužům, stoupá prostor pro zájmové vzdělávání a jsou tedy podstatně aktivnější než muži. Vzdělávání týkající se volnočasových aktivit jsou v naší republice výrazně podreprezentovány. Prostor volného času mohou dospělí využít v oblasti tzv. zájmového vzdělávání dospělých, které zařazujeme do roviny již zmiňovaného neformálního vzdělávání. Jak ale uvádí průzkumy, dospělí lidé se v poslední době v rámci neformálního vzdělávání více věnují kurzům souvisejících s jejich zaměstnáním. Oblast volného času hraje jen marginální roli. Lidé nejčastěji čtou časopisy a sledují televizi, méně často sportovní činnosti, velmi málo jsou zainteresováni v nějakém z občanských sdružení (Rabušicová a Rabušic, 2008).

V seniorském období se ve volném čase uskutečňují aktivity přiměřené věku (vhodné způsoby tělesného cvičení, pohybu nebo pobytu v přírodě, rukodělné, či jinak estetické či jiné zájmové činnosti). Ve vysoké věku volný čas nahrazuje čím dál více potřeba věnovat pozornost vlastní osobě a tím tak udržovat svůj tělesný a duševní potenciál. Seniorům volný čas současně rovněž umožňuje využívat zkušeností z předchozích fází jejich života, pokračovat v nich, nebo působit ve svém sociální okolí jako dobrovolník. Každá z alternativ každopádně pomáhá toho životní období plnohodnotně prožívat (Hájek, Hofbauer a Pávková, 2008).

Současná doba je charakteristická stárnutím obyvatelstva, lidé se dnes dožívají vyššího věku. Janiš (2009) proto upozorňuje, že jakákoliv změna ve struktuře obyvatelstva se odrazí i na nabídce volnočasových aktivit, která by tedy pro starší věkovou kategorii měly být stále kvalitnější, pestřejší, adekvátní vzhledem ke zdravotnímu stavu a sociální situaci, aby dosáhla pozitivního dopadu na jedince.

Dnes si mohou senioři vybrat z dosti nových alternativ způsobů trávení volného času, i když má podle mne u nich stále ještě prioritní význam trávit svůj volný čas s rodinou. Poštovní schránky obsahují letáky, které nabízejí zajímavé výlety a cestování, kdy součástí pobytu je právě program s různými volnočasovými aktivitami dle zájmu seniora, nebo se jedná o program spíše edukační, zaměřený na různé přednášky, pobyt s kulturním programem, rekondiční – rehabilitační- ozdravný pobyt. Bohužel většina seniorů nemá dnes dostatečné finanční prostředky na tyto pobyty. Populárním se stala nabídka nového sportu Nordic-Walking. V rámci sebevzdělávání mohou využívat Univerzitu třetího věku. Nabídka je tedy podle mě dostatečná, ovšem spíše pro městské obyvatele. Na vesnici je o tyto

možnosti daná věková skupina víceméně ochuzena. Navíc podle mě ani nemá mnoho zájem o volnočasové aktivity. Staří lidé na venkově jsou více pracovně utahaní. Udělá jim ale radost každá drobná maličkost. Naše obec se proto v rámci volného času snaží pořádat výlety křesťanského zaměření (například u nás se každoročně uskutečňuje výlet na svatý Hostýn), nebo se konají posezení s hudbou, vhodnou přednáškou a občerstvením.

## 4 PROGRAM OBNOVY VENKOVA

Program obnovy venkova je rozvojový program zaměřený na venkov. Je pokračováním již vzniklého Programu obnovy vesnice schváleného již v roce 1991. Podporuje akce a programy obcí, které už nelze dotovat z ostatních resortů. Hlavním předmětem Programu obnovy vesnice na úrovni obcí je příprava a realizace programů obnovy vesnic, projektů venkovských mikroregionů, nebo osvětová, poradenská či vzdělávací činnost. Obce podávají v příslušných termínech Ministerstvu pro místní rozvoj žádosti o dotace, a následně čekají na jejich schválení. Tento program může podporovat: účast obyvatel vesnice v rozvojových aktivitách (např. osvětové, či kulturní akce), rozvoj podnikání (např. rozvoj obchodu a služeb či drobného zemědělství, pracovní příležitosti), vlastní stavební obnovu vesnice (tuto podporu využívají především malé obce, které nemají dostatek financí k obnově a zachování či údržbu venkovské zástavby či péči o okolní krajinu), úpravu veřejných prostranství obce (např. úprava návsi), zkvalitnění technické infrastruktury (veřejné osvětlení, chodníky, telekomunikace), ochranu a obnovu kulturní krajiny (Hudečková, Lošťák, Ševčíková 2008).

### 4.1.1 Význam podprogramu na podporu obnovy venkova 2012 ve Zlínském kraji

V poslední době řeší převážně malé obce do 500 nebo do 2000 obyvatel problém financování vlastních projektů „ze své kapsy“. Z důvodu legislativních změn nemají dostatek financí na jejich realizaci. Proto můžou využít tohoto významného podprogramu v rámci Zlínského kraje, který ze svého rozpočtu zajistí rozvoj venkovského prostoru.

cíl: obnova a zachování specifických hodnot venkovského prostoru podporou projektů směřujících k obnově a údržbě obecního majetku a podpora zpracování územních plánů.

Podpora formou dotace do roku 2011: oprava a rekonstrukce venkovské zástavby a občanské vybavenosti, komplexní úpravy veřejného prostranství včetně venkovních hřišť, dětských hřišť, cyklistických a pěších stezek, obnova veřejné zeleně.

Míra podpory pro obce do 500 obyvatel:

- vlastní prostředky žadatele minimálně 40%
- dotace Zlínského kraje maximálně 60% (dostupné z [www.kr-zlinsky.cz](http://www.kr-zlinsky.cz))

## 5 TEORIE PROJEKTOVÉHO MANAGEMENTU

### 5.1 Projekt, základní definice

Každá publikace zabývající se projektovým řízením, a také každá společnost či instituce, která projekty realizuje, má vlastní definici přizpůsobenou svým potřebám. Uvádím proto několik definic, jež se pro mne jakožto laika v oblasti projektového managementu zdály nejvíce srozumitelné:

„Projekt je soubor konkrétních aktivit směřujících k naplnění jedinečného cíle, který říká, jak originální problém budeme řešit. Je vymezen časem, financemi, lidskými a materiálními zdroji, které projekt vymezují a jsou úzce provázané, vzájemně se ovlivňují, je realizován projektovým týmem (který vzniká v době zahájení projektu a v na konci je rozpuštěn) v podmínkách nadprůměrné nejistoty za využití komplexních metod, které využijeme podle fáze životního cyklu projektu“ (Štefánek et al., 2011, s. 12).

„Projekt je jakýkoliv jedinečný sled aktivit a úkolů, který má dán specifický cíl, jenž má být jeho realizací splněn, definováno datum začátku a konce uskutečnění, stanoven rámec pro čerpání zdrojů potřebných pro jeho realizaci“ (Svozilová, 2011, s. 22).

„Projekt je časově omezené pracovní úsilí vedoucí k vytvoření unikátního produktu, služby nebo organizační změny“ (Skalický, Jermář a Svoboda, 2010, s. 46).

Vilamová (2005, s. 42) definuje projekt jako „řadu aktivit se stanovenými cíli, které vedou ke konkrétnímu výsledku v daném časovém rámci, nebo např. jako časově omezené úsilí, jehož cílem je vytvořit jedinečný produkt či službu“.

Jde o dočasné úsilí, které je vynaložené na vytvoření unikátního produktu, služby nebo určitého výsledku. Dočasnost znamená, že je projekt ohraničen časovým rámcem – má určitý začátek a konec a to formou:

- Data zahájení a data ukončení
- Data zahájení a stavem naplnění cílů projektu
- Data zahájení a konstatováním, že cílů nelze z nějakých důvodů dosáhnout (došlo ke změně podmínek či potřeb realizace projektu) (Svozilová, 2011).

## 5.2 Projektový management a jeho základny

„Jako aplikaci znalostí, schopností, nástrojů technologií na aktivity projektu tak, aby splnily požadavky projektu“ popisuje ve své knize zjednodušeně projektový management Svozilová (2011, s. 19). Skalický, Jermář a Svoboda (2010, s.61) výše uvedenou definici uvádí velmi podobně, ale přispívají navíc i informací, že je to také „činnost, která obsahuje celou řadu procesů, jako je plánování, uvedení projektového plánu v život, monitorování a měření postupu projektu a výkonnosti projektového týmu atd.“. Jeho kořeny najdeme v počátcích 60. let, kdy společnosti začaly shledávat přínosy v práci s pomocí projektu a zdůrazňovali důležitost vzájemné komunikace mezi zákazníky a podnikatelským prostředím. Zpočátku byl tento druh managementu pouze doménou velkých projektů, ale o 10 let později se jeho používání začalo stále více posouvat i směrem k jednoduššímu podnikatelskému prostředí. Současný projektový management patří do velkého vědního oboru socioekonomických věd známých pod pojmem „manažerská věda“. Řízení tohoto managementu silně ovlivňují tři základní dimenze - základny, které jsou úzce provázány a vzájemně se ovlivňují. Změna jednoho z nich může významně ovlivnit zbylé dvě dimenze: jedná se o čas, náklady na projekt, a kvalitu (Štefánek et al, 2011), kterou Svozilová nahrazuje dostupností zdrojů (2011), nebo rozsahem podle Skalického (2010).

Osobně jako „lajk“ se více přikláním k pojmu „kvalita“, protože se mi zdá pro praxi výstižnější, uvádím ji tedy jako první.

## 5.3 Životní cyklus projektu

Tak jako například seminární práce počíná úvodem a končí závěrem, mají i projekty svůj začátek, střed a konec. Části na sebe navazují, a proto je u projektu velmi důležité, aby činnosti předcházející byly obvykle ukončeny dřív, než začne fáze následující. V knihách autoři dané fáze pojmenovávají různě. Já zde ale uvedu pouze dvě varianty, protože byly pro mne zpočátku uchopitelné, a pokusím se je sjednotit.

Hudečková, Lošťák a Ševčíková (2008) uvádí v projektovém cyklu tyto fáze:

Identifikační část – obeznamovací část – navrhovací část – implementační část – hodnotící část.

V identifikační části si musíme zdůvodnit, proč je právě náš projekt v oblasti potřebný, a na základě toho si zdůvodníme a stanovíme naše cíle. Obeznamovací část, je část, ve které provedeme další studie, které nám mají ukázat na možnosti proveditelnosti našich cílů, a

připravujeme rámec jeho realizace. V navrhovací části, je už jasno o jeho financování a životaschopnosti – realizaci. Štefánek et al. (2011) tyto tři fáze popisuje jako „předprojektovou část“, ve které bychom si měli předem mimo výše uvedeného ještě odpovědět na to, zda má smysl projekt realizovat, a pokud smysl má, jak ho provedeme, zda jeho přínosy budou převažovat nad vloženým úsilím a náklady, jestli je vůbec technicky proveditelný a zda-li máme dostatek potřebných zdrojů. Měli bychom si tedy nejprve zformovat myšlenky, nadefinovat samotný projekt cíle, a když víme co je potřeba vykonat a jsme přesvědčeni, že je to možné, pak dobře naplánovat jeho realizaci – sestavit podrobný plán, který popíše, jak toho dosáhneme a raději si vše ještě jednou zkontrolujeme před začátkem realizace. Implementační část Hudečková, Lošťák a Ševčíková (2008) popisují jako vlastní realizaci projektu, avšak neuvádí nic dalšího. Štefánek et al. (2011) oproti tomu v publikaci opět předkládá větší množství informací. Označuje tuto část jako „projektovou“, nejnáročnější, protože se skládá z velkého množství aktivit a končí určitými výstupy, které můžou nabývat různých podob. Opět zde podává cenné rady: máme si sami za sebe zpětně odpovědět, jestli postupujeme podle plánu, pakliže tomu tak není, problém najít a vymyslet, jak ho budeme řešit. Plán a skutečnost tedy průběžně porovnávat a nečekané problémy řešit okamžitě. Poslední, podle Hudečkové, Lošťáka a Ševčíkové (2008) – hodnotící část, kterou opět nespecifikují, označuje Štefánek et al. (2011) jako „poprojektovou“, kterou on sám považuje za stejně důležitou jako předešlou fázi, a kterou údajně většina projektantů odbývá. V první řadě bychom si měli položit otázku, zda-li se nám povedlo to, co bylo naplánováno a jak se bude na projekt navazovat. Zpětná vazba všech účastníků projektu – tedy členů i těch, pro které byl projekt zrealizován, je velmi cennou součástí této fáze, projekt tedy nekončí výše již zmiňovanými výstupy.

Jako pro sociálního pedagoga a studenta, který s projekty doposud neměl žádnou zkušenost a snaží se ho zrealizovat poprvé, knihu od Radoslava Štefánka doporučuji, protože je nejen přehledně, ale i srozumitelným způsobem dobře obsahově zpracována.

K dalšímu prostudování pak navrhuji literaturu Svozilové (2011), Skalického et al. (2010), nebo Vilamové (2005).

## 5.4 Řízení projektového managementu pro praxi

Ne vždy běží projekty přesně podle plánu, selhání bývají běžná. Já osobně jsem se o tom přesvědčila sama v průběhu praktické části mé bakalářské práce. Někdy jsem se sama sebe ptala, co způsobuje tato selhávání? Jestli jsou to vlastnosti osobnosti nebo pouhé špatné



naplánování projektu? Vždy je třeba začít takovéto situace řešit ihned a zbytečně je neodkládat. Proto jsem si dovolila vsunout do mé práce následující kapitolu, ve které stručně pojednávám o tom, na co bychom si při řízení projektu měli dávat pozor, a jaké vlastnosti by měl člověk, jenž samotný projekt realizuje, mít. Studium publikací níže jmenovaných autorů mi přineslo dobré rady i ponaučení, proto bych je teď chtěla ráda předat i dál.

Štěpaník (2010) ve své publikaci uvádí, jak by měla vypadat osobnost a vlastnosti manažera. Člověk vedoucí projekt by měl být spíše dominantní typ. Dominance ale sama o sobě nestačí. Je potřeba k sobě připustit ještě potřebnou sebekritičnost, toleranci, ochotu naslouchat a přijímat podněty. Pokud si člověk sám o sobě myslí, že není ani výrazně dominantní, ale také ne submisivní, vůbec to neznamena, že nemůže být vynikajícím manažerem. Velmi dobrým manažerem je právě ten, který bývá často sociálně vnímavý, a proto si je dobře vědom toho, jaká je jeho neformální pozice a autorita. Jen tak se může stát neformálním uznávaným vůdcem a zvládnout dobře danou sociální roli. Nesmí stavět výhradně na prosazování svých zájmů a opomíjet příslušnost ke skupině, protože právě to vede ke ztrátě neformální autority. Chybou je i to, když se snažíme hned od počátku se všemi vycházet co nejlépe a všem vyhovět. Člověk mající na starost projekt musí vynikat komunikativností: umět věci dobře sdělit, přesvědčit že má něco smysl a umět to i získat. Žádá se od něj tzv. umění naslouchat, které vyjadřuje pozitivní vztah k lidem. Mít zájem o druhé, empatii a pochopení. Umění mlčet je tou nejtěžší disciplínou, manažer musí vědět, kdy a koho není vhodné informovat a co nevyslovovat nikdy. Předpokladem k takové úspěšnosti je emoční inteligence, sociální vnímavost a trénink sebeovládání. Základní požadavky ale zní: pozitivní vidění, zdravé sebevědomí, rozhodnost, emoční stabilita, vyrovnanost, vysoká frustrační tolerance, aktivita, kreativita, flexibilita, vytrvalost, naplňování etických norem.

Když jsem začínala vést dané volnočasové aktivity v projektu, sama jsem se přesvědčila, že na osobnostních vlastnostech velmi záleží. Osobně se nepovažuji zcela za dominantní typ, který by vynikal ve vedení lidí, nebo organizaci různých záležitostí. Postupem času jsem ale pochopila, že skoro všechny výše uvedené vlastnosti jsou potřeba. Při zdravotní tělesné výchově a psychomotorice s dětmi jsem musela dbát na to, jaké přání většina z nich má. Podřídít se tedy, nebo jinak se rozhodnout, i když si člověk pracně naplánoval jiný plán, nebylo v průběhu jedenkrát výjimkou. Člověk samozřejmě někdy přijde i na to, že být od počátku obětavý se někdy nevyplácí. Někdy jsem tuto záležitost spatřovala u dětí, které velmi dobře vycítí, kdy by se dal člověk zneužít. Častokrát jsem se snažila se všemi od počátku vycházet co nejlépe, ale dobro se pomalu nenápadně začalo zneužívat. Bylo

třeba stanovit určité hranice. Umět vše dobře vysvětlit a dokázat naslouchat bylo pro mě to nejtěžší. Častokrát jsem na svou nedokonalost právě v těchto vlastnostech narazila, což mě samozřejmě mrzelo, ale pochopila jsem, že se nemůžu jinak zlepšit než tím, že to prostě příště zkusím jinak- citlivěji a vnímavěji.

S čím vším se můžeme v průběhu realizace našeho projektu setkat, jakým situacím se určitě nevyhneme a jak bychom si s nimi měli co nejlépe poradit (nebo pokud možno jim předejít) jsem našla ve velmi čtivě psané podobě monografie Stephena Barkera a Roba Coolea, která je určena pro ty, kteří by chtěli získat potřebné vědomosti, ale v oblasti projektového managementu nemají zatím potřebné zkušenosti. Stručně z ní uvádím krátký výtah toho, co je pro začínajícího projektanta potřebné znát.

Často projekty neběží v souladu s plánem. Selhání jsou běžná a některé výzkumy uvádějí jejich podíl až ve výši 70 procent. Hodně je to způsobeno tím, že si projekt dobře nenaplánujeme již v úvodním plánovacím procesu, nebo ho dobře neřídíme. Proto je příliš mnoho projektů odsouzeno k neúspěchu již na samém počátku. Velkou roli zde hrají i naše předešlé osobní zkušenosti. Na samém počátku bychom si měli být proto jistí, zda-li jsou cíle našeho projektu jasné a měřitelné. A to nejen pro sebe, ale i pro ty, komu je projekt určený! Společná představa je důležitá. Následný dobrý plán je základním kamenem celého projektu: nedokonalý plán je lepší než žádný. Člověk se nemusí snažit mít perfektní plán, ale investovat dostatečný čas do řešení kritických problémů. Neměl by mu chybět tzv. časový rozvrh, který předkládá úkoly projektu a jejich načasování. V každém projektu existuje riziko, že předmět projektu nenápadně nabývá na rozměrech a práce narůstá. Proto je dobré si pečlivě vyjmenovat, co všechno se v rámci projektu dělat nebude. Hlavní výstupy projektu musí být rozumné a odpovídat cílům projektu. Vždy je dobré si nastavit přijatelné tempo, a připravit si časový rozvrh, který bude realistický a zdůvodnitelný. Hlavní fáze si rozčlenit dopodrobna tak, aby bylo možné práci dobře sledovat a kontrolovat. Člověk by si měl uvědomit, že i ty nejlepší projekty málokdy běží podle plánu a to z toho důvodu, že se objevují nepředvídatelné nebo nevyhnutelné události, které můžou „vykolejit“ projekt. Můžeme jednoho dne zjistit, že se projektu čím dál hůř daří. Projektový manažer by měl být schopný nejen vypsát si možná rizika a problémy, které by projekt mohly ohrozit, ale taky nová rizika neustále vyhledávat a vyhodnotit, co s danými riziky i problémy může dělat, aby nepůsobily na projekt negativně. Je důležité odlišit riziko (to je něco špatného, co může nastat) od problému (něco špatného, co už nastalo) a naučit se vybrat ty, které si zaslouží, aby jim byla věnovaná největší pozornost (v knize najdeme pěknou ukázkou jedné

jednoduché metody jak si vytvořit systém hodnocení rizik a problémů). Rozpočet postavit raději na vyšších číslech, protože z dlouhodobého pohledu přinese menší pravděpodobnost nespokojenosti. Mnohem častěji se z relativně malých problémů vyvine obrovský průšvih. Když dojde k nějakému průšvih, pak se místo hledání viníků soustřeďte na řešení problému samotného. Neptejte se: „Kdo za to může?“ Ptejte se: „Co je třeba udělat, abychom se z toho dostali?“ Chce-li člověk, aby jeho projekt charakterizovala produktivita a kreativita, pak možným chybám zabránit nemůže. Z chyb by se měl vedoucí projektu převážně poučit. I to, co šlo v projektu hladce, může obsahovat nějaké poučení. Je dobré si přesně a dostatečně podrobně popsat, co se nepovedlo a poučení použít jako možné široké spektrum nápadů do nového projektu. Poučení z projektu neopouštět až na jeho samotném závěru a raději si seznam zkušeností začít sepisovat od prvního dne. Obzvláště pokud projekt realizujeme sami, je dobré si nastavit své vlastní normy! I dobří projektoví manažeři ví, že není možné, aby se dosahovalo dokonalosti v každém okamžiku. Je třeba si pro sebe říci, že den nemá dost hodin na to, aby se člověk honil neustále za dokonalostí (Barker a Cole, 2009).

Z této knihy jsem si vzala velké ponaučení. Bohužel jsem tuto publikaci našla, až sem projekt realizovala. Ponaučení jsem si tedy zažila přímo v praxi. Dobrý plán je opravdu základem. Napláňovat si zásobník cviků na určitý časový hudební úsek, odhadnout kolik času zabere zájemcům pravděpodobně výroba té či oné dekorace, zajistit případný materiál, který si z finančních důvodů nemůžou děti koupit, nebo vybrat při hrách pro děti pokaždé něco zajímavého, co je bude bavit. Častokrát jsem se setkala s tím, že něco šlo rychleji, než jsem předpokládala, naopak to, co se podle mého jevilo jako jednoduché, většina nechápala. A tak se někdy stalo, že se mi nepodařilo vytvořit přijatelné tempo pro všechny. Nepředvídatelné události se mému projektu taky nevyhnuly. V důsledku tuhé zimy, zamrzlo v tělocvičně potrubí, i přes vytápění zde byla zima, což některé zájemce návštěvu té či oné volnočasové aktivity odrazovalo. Ne vždy se při aktivitách všechno povedlo, bylo třeba se poučit a ještě řádněji se na další týden připravit, což pro mě bylo velmi časově náročné. Protože jsem ještě nikdy nevedla tolik aktivit sama najednou, nedokázala jsem si pro sebe najít své vlastní normy, tudíž bylo i období, kdy jsem se cítila opravdu vyčerpaná. Jak ale uvádí výše Barker a Cole, člověk nemusí být dokonalý. Časem jsem se smířila s tím, že projekt pravděpodobně nebude běžet podle mého úsudku, a že nemá smysl neustále přemýšlet, jak se ještě více zdokonalit, aby člověk vyhověl všem.

## 5.5 Možnosti financování projektů v komunální sféře

Obec může financovat své projekty nebo rozvojové aktivity dvěma základními způsoby:

- Z vlastních zdrojů (ty získají zpravidla tím, že prodají nepotřebný či nevyužívaný majetek, nebo že potřebné prostředky dlouhodobě naspoří, například z poplatků za komunální odpad, poplatků ze psů, za užívání veřejného prostranství aj.)
- Z cizích prostředků (naléhavost akce vedou často obce k upřednostňování této možnosti. Cizí zdroje lze chápat jako formu dotace (ze státního rozpočtu, ze státních fondů, či EU), nebo jako formu dluhu, který musí v budoucnu splatit. Můžou využít i tzv. „půjčky od občanů obce“ (tato možnost je mnohem častěji zvažována v převážně malých obcích). (Hrabalová, 2004)

### 5.5.1 Financování z jiných zdrojů

Naše obec může v rámci zlepšení volného času nebo kulturního vyžití financovat své projekty i z:

- Fondu mládeže a sportu Zlínského kraje (který je určen na realizaci projektů nebo aktivit v oblasti mládeže tělovýchovy a sportu). (dostupné z [www.edotace.cz](http://www.edotace.cz))
- Fondu kultury Zlínského kraje (které mohou být poskytnuty na činnost, podporu kulturních aktivit a akcí, na obnovu kulturních památek). (dostupné z [www.edotace.cz](http://www.edotace.cz))
- Nadace VIA (která kromě řady jiných aktivit podporuje „fondem místních iniciativ“ menší projekty lokálního zaměření, a spontánní aktivity lidí, jež obohacují dění v místech, kde žijí). (dostupné z [www.nadacevia.cz](http://www.nadacevia.cz))
- Nadace Děti-kultura-sport (jedna z nejštedřejších nadací v ČR, podporuje drobné projekty, vypisuje granty sportovní, kulturní a církevní, zdravotní a sociální, granty na podporu školství a zájmových činností). (dostupné z [www.nadacedks.cz](http://www.nadacedks.cz))

## **II. PRAKTICKÁ ČÁST**

## 6 OBEC LIPOVÁ

Obec se nachází v údolí Lipovského potoka asi 4 km severně od Slavičina. Leží v chráněné krajinné oblasti Bílé Karpaty v průměrné nadmořské výšce 427 m. Ze všech stran je obklopena lesy a krásnou přírodou.

Obr. 1 Znak obecní pečeti



### 6.1 Historie obce a její pamětihodnosti

Původně se nazývala Lípová v německých pramenech Lipowa. Lípa je pochopitelně i na nejstarší obecní pečeti z roku 1782. První zmínka o obci se počítá od roku 1362, kdy byla údajně biskupským lénem majetkem synů zemřelého Peška z Veletin. Lipová byla několi-krát zpustošena i vypálena. Od roku 1960 spadá pod okres Zlín. V procesu integrace byla v roce 1980 připojena k městu Slavičín, v roce 1992 se opět osamostatnila. Dříve se velká část mužské populace věnovala zvěrokleštičství. Lipová byla známá chovem plemenného dobytka. Na poštu se chodívalo do Hrádku, dnes je to právě Slavičín. Také nejbližší římskokatolická fara, zdravotní a matriční obvod je ve Slavičíně.

V Lipové je několik památkově chráněných objektů: kaple Panny Marie z roku 1776, Kamenný kříž s reliéfní výzdobou, dům čp. 79 – památka lidové architektury z roku 1851, komora čp. 22 – též památka lidové architektury. K přírodním zajímavostem patří především několik podzemních přirozeně vyvěrajících minerálních pramenů. Významný je mohutný solitér buku lesního, jehož stáří je odhadováno na 300 – 400 let. Je to jeden z nejstarších buků ve zlínském regionu (Nekuda, 1995).

### 6.2 Současnost obce

Lipová je malá, zemědělská obec, která se nachází v průměrné nadmořské výšce 427 m s převahou lesů. Obec vede vlastní evidenci obyvatel, ale neexistuje zde matrika. Pověře-

ným úřadem je město Slavičín. Statistika obyvatelstva zahrnuje za rok 2011 celkem 315 obyvatel přihlášených k trvalému pobytu, počet domů je 116, trvale osídlených rodinných domů je 95, rekreačních domů 19. Obec má přiměřeně obslužnou místní dopravu. Nejbližší železniční zastávka je ve Slavičíně- Hrádku. V obci není mateřská, ani základní škola (které zde dříve bývaly). V současnosti se zde nachází obecní úřad, kulturní dům, knihovna, zvonice, jedna prodejna potravin, jedno pohostinství, 1 právnická osoba provozující podnikání JASO Lipová, s.r.o., a 9 fyzických osob provozujících podnikání. Zastupitelstvo se skládá ze: starosty, zástupce starosty, finančního výboru, kontrolního výboru, kulturního výboru, sociálního výboru, sportovního výboru a jednoho zaměstnance provozující účetnictví. Po celý rok se snaží žít obec kulturním životem. Tohoto roku 2012 oslaví obec 650. výročí od její první zmínky z roku 1362 (dostupné z [www.lipova-obec.cz](http://www.lipova-obec.cz)).

Obr. 2 obec Lipová



### 6.3 Projekty a příspěvky obce Lipová

Každoročně obec přispívá složkám v obci na jejich činnost – vypisuje granty – eventuelně proplácí výdaje těchto složek: TJ (tělovýchovná jednota) Lipová, MS (myslivecké sdružení) Tatarka, ZO (základní organizace) český svaz včelařů, SDH (sdružení dobrovolných hasičů) Lipová.

Projekty, které jsou spíše většího rozsahu, se spíše týkají zlepšení místní technické infrastruktury a stavebních prací spojených s výstavbou nových bytů pro mladé rodiny. V rámci volného času byla posledním velkým projektem rekonstrukce sportovního areálu.

Každoročně finančně podporuje akce, jež jsou sponzorované právě obcí:

- Volejbalový turnaj o pohár starosty obce
- Stavění máje, kácení máje
- Sportovní odpoledne pro děti
- Besedy s důchodci (hudba, kulturní program, občerstvení)
- Setkání u vánočního stromu
- Příspěvky novorozným dětem, jubilantům

Příspěvky se týkají vedení obecní kroniky, vedení místní knihovny, opravy tělocvičny a dětského hřiště, a udržování naučné stezky k sirným pramenům zřízené roku 2005 nákladem obce a Správy CHKO Bílé Karpaty.

### 6.3.1 Získané dotace za období 2009 – 2012

r. 2009	171 000	Oprava veřejného rozhlasu
	2060	Přibližování dřeva potahem
	79 837	Czech Point kontrolní místo
r. 2010	280 000	Úsporné osvětlení
	45 000	Napojení rozhlasu na varovné signály
r. 2011	22 204	Přibližování dřeva potahem
r. 2012	14 956	Přibližování dřeva potahem, dotace od ESF OP LZZna veřejně prospěšné práce zaměstnanců

*tabulka 1 Získané dotace za období 2009 – 2012 (zdroj: Kniha zápisů ze zasedání zastupitelstva obce Lipová)*

Na program obnovy venkova vypisuje obec dotační žádosti k SZIS (státnímu zemědělskému investičnímu fondu). Na dotace k veřejně prospěšným pracím vypisuje obec žádosti k ESF - OP LZZ (evropskému sociálnímu fondu - operační program Lidské zdroje a zaměstnanost)



## 6.4 Využití volného času a kulturního dění v obci

Nejlepším využitím volného času v obci je kromě turistiky sportovní areál, ve kterém se nachází fotbalové hřiště, hřiště na volejbal, vodní nádrž, a taneční kolo. Ke kulturním zařízením můžeme zařadit ještě obecní knihovnu a tělocvičnu, kulturní dům a kapli sv. Václava. V obci Lipová se značně podílí na zvyšování kulturní úrovně místní spolky a sdružení tím, že každoročně pořádají tradiční akce (dětský den, fašanky, kácení a stavění máje, mikulášskou besídku, sportovní odpoledne pro děti) plesy (myslivecký ples, plesy pořádané SDH či TJ Lipová) a turnaje. Obec pořádá každoročně Setkání u vánočního stromu, mikulášskou besídku, karneval pro děti, a posezení pro seniory.

Místní děti, mládež i dospělí se mohou stát členy těchto sdružení:

- SDH (sbor dobrovolných hasičů) Lipová
- TJ (tělovýchovná jednota)Lipová
- ZO (základní organizace) Český svaz včelařů Lipová
- MS (myslivecké sdružení) Tatarka Lipová

## 7 VÝZKUM

Cílem praktické části je seznámit čtenáře s vlastním návrhem projektu na zlepšení volného času v mé obci. Abych tento cíl mohla naplnit, bylo nutné nejprve provést předvýzkum. Na základě výsledků předvýzkumu bude možné zpřesnit samotné zaměření projektu.

### 7.1 Předvýzkum

Empirická část mé bakalářské práce je zprvu zaměřena na kvantitativní předvýzkum. Zvolenou metodou dotazníkového šetření chci zjistit spokojenost či nespokojenost občanů se současnou nabídkou v oblasti trávení volného času a ze strany obce. Jednotlivé výsledky, ze dvou dotazníkových šetření jsou v následujících kapitolách interpretovány a doplněny přehlednými grafy či tabulkami. V závěru předvýzkumu poukazuji na oblast, kde je možno současný stav v obci vylepšit.

### 7.2 Cíl předvýzkumu

Pomocí kvantitativního předvýzkumu chci zjistit, jak jsou místní občané v současné době spokojeni s možností nabídky trávení volného času, a na základě výsledků vytvořit a zdůvodnit návrh projektu na její zlepšení.

### 7.3 Výzkumná otázka

Výzkumné otázky patří, podle Skutila (2011, s. 52), mezi „hlavní body při plánování výzkumu. Jsou formulovány v tázací větě, aby na ně bylo možné na konci výzkumného šetření odpovědět. Podle něj by měla být dostatečně široká, nepoukazovat pouze na odpověď „ano“, či „ne“, obsahovat vztah mezi dvěma koncepty, a nabízet vícero způsobů odpovědí“.

V mém předvýzkumu jsem si stanovila tuto hlavní výzkumnou otázku:

*„Mají lidé v obci Lipová zájem zlepšit oblast trávení volného času?“*

#### 7.3.1 Dílčí výzkumné otázky

Na základě hlavní výzkumné otázky bylo možné formulovat následující dílčí výzkumné otázky:

- 1) Co a jak by si lidé přáli zlepšit v oblasti trávení volného času?
- 2) Požadují nějaké konkrétní zlepšení ve vybrané oblasti?

- 3) Pokud lidé zájem projeví, k jaké věkové skupině nebo pohlaví by zlepšení mělo směřovat?

#### 7.4 Druh výzkumu, výzkumný soubor

Předvýzkumná část je orientována kvantitativně. Tímto záměrným, systematickým přístupem objektivně zkoumáme danou realitu, a numericky měříme specifické aspekty sledovaného jevu (Křováčková 2007 in Skutil, 2011).

Pro svůj předvýzkum jsem zvolila výběrový soubor, který je dle Chrásky (2007) určitou částí prvků vybranou ze základního souboru. Jednalo se tedy o záměrný výběr, který se určuje na základě relevantních znaků, jež jsou důležité pro dané zkoumání (Gavora, 2000). Švec (2009) upozorňuje, že při záměrném výběru má jít opravdu o kvalifikovaný výběr, tedy o vyhledání skutečně těch osob, které se vyznačují určeným znakem.

Výběrový soubor tvořili:

- A) Lidé dospělého věku- senioři obce Lipová

<i>POHLAVÍ</i>	<i>AČ</i>	<i>RČ (%)</i>
<i>MUŽ</i>	41	46
<i>ŽENA</i>	49	54
<i>Σ</i>	90	100

*Tabulka 2 Složení výzkumného souboru*

<i>VĚK</i>	<i>AČ</i>	<i>RČ (%)</i>
18-20l	4	4
20-35 let	23	26
35-45 let	23	26
45-60 let	26	29
60-75 let	12	13
75- více let	2	2
<i>Σ</i>	90	100

*Tabulka 3 Věkové složení výzkumného souboru*

## B) Děti a mládež obce Lipová

POHLAVÍ	AČ	RČ (%)
CHLAPEC	16	57
DÍVKA	12	43
Σ	28	100

Tabulka 4 Věkové složení výzkumného souboru

## 7.5 Metoda

Výzkumná metoda je procedura, se kterou výzkumník pracuje ve výzkumu. Vyznačuje se svou validitou a reliabilitou, které jsou třeba dodržet. Jednotlivá výzkumná metoda může být pozorování, škálování, anketa, experiment, interview aj. (Gavora, 2000).

Jako výzkumnou explorační metodu jsem si pro svůj výzkum zvolila dotazníkové šetření, protože mi umožnilo v poměrně krátkém čase od co největšího možného počtu občanů získat potřebné informace, konkrétně preference jejich hodnot (co chtějí, co potřebují a naopak) a jejich mínění, postoje a spokojenost.

Dotazník je podle Chrásky (2007) způsob písemného kladení otázek a získávání písemných odpovědí. Je to soustava písemně předem připravených, seřazených otázek, na které dotazovaná osoba odpovídá. Podle Švece (2009) je metoda dotazníku příbuzná s metodou přímého, bezprostředního ústního rozhovoru. Nevyjadřuje osobní setkání, protože může být doručena zaškolenými pomocníky či poštou. Je možno ho využít i k vědeckým účelům.

Počet obyvatel naší obce ale není velký, proto jsem se rozhodla předat dne 2. 11.2 011 dotazníky osobně a požádat občany a děti o jejich vyplnění. Osobním kontaktem jsem se snažila zvýšit jeho návratnost.

Pro kvantitativní výzkum byly sestaveny 2 druhy dotazníků:

- a) Dotazník pro občany
- b) Dotazník pro děti a mládež

Dotazník uvádím v příloze.

### 7.5.1 Analýza dotazníku pro občany

Typy položek	počet
Zjišťující fakta	2
Otevřené	2
Uzavřené	5
Polytomické	1
Zjišťující mínění, postoje a motivy	2
Tzv. škály Likertova typu“	2
Celkový počet položek dotazníku	14

*Tabulka 5 Analýza dotazníku pro občany*

### 7.5.2 Analýza dotazníku pro děti a mládež

Typy položek	počet
Zjišťující fakta	2
Otevřené	5
Uzavřené	5
Zjišťující mínění, postoje a motivy	2
Celkový počet položek	14

*Tabulka 6 Analýza dotazníku pro děti a mládež*

## 7.6 Způsob zpracování dat

Dne 6. 11. 2011 bylo z celkového počtu 158 rozdaných dotazníků sesbíráno celkem 114 dotazníků. návratnost u dospělých byla 79% (z 122 občanů odpovědělo 96), u dětí a mládeže byla 78% (z celkového počtu 36 odpovědělo 28).

Po shromáždění vyplněných dotazníků od respondentů bylo během zpracování vyřazeno 6 dotazníků pro občany z důvodu nezájmu respondentů odpovídat. Dotazníky byly zpracovány v programu Microsoft Excel, kde jsem data ukládala. Většina otázek byla zpracována do tabulek v absolutní a relativní četnosti. Volné otázky jsem kategorizovala.

## 7.7 Vyhodnocení výsledků předvýzkumu

### 7.7.1 Vyhodnocení dotazníku pro občany

S nabídkou trávení volného času nebo kulturního vyžití jsou občané celkem spokojeni. Nabídka by se mohla podle nich zlepšit, chybí však větší aktivita ze stran místních dobrovolníků a místních spolků (viz. tabulka 7).

#### Otázka č.3

„Jak jste v současné době spokojeni s nabídkou trávení volného času a s využitím kulturních akcí ze strany naší obce?“	
Nejčastěji uváděné odpovědi u otázky č. 3	„Spokojen“, „mohlo by jich být více“, „přiměřeně, ale mohlo by jich být více“, „celkem spokojen“, „nemám volný čas a nikam nechodím“.

Tabulka 7 Spokojenost občanů s nabídkou trávení volného času

Lipová podle respondentů nabízí dostatek příležitostí k trávení volného času a kulturního dění (viz. graf 1).

#### Otázka č. 4



Graf 1

Na otázku č. 5 by podle respondentů v obci neměly chybět akce pro děti, více se dětem věnovat, cyklostezka, lépe vybavená tělocvična a hřiště.

#### Otázka č. 5

„Kdybyste měli tu možnost, jaká jedna věc pro trávení volného času by v naší obci neměla určitě chybět?“	
Nejčastěji uváděné odpovědi u otázky č. 5	„více akcí, aktivit pro děti“, „posilovna“, „ruční práce“, „cyklostezka“, „cvičení“, „zlepšit, pozměnit malé hřiště pro děti“.

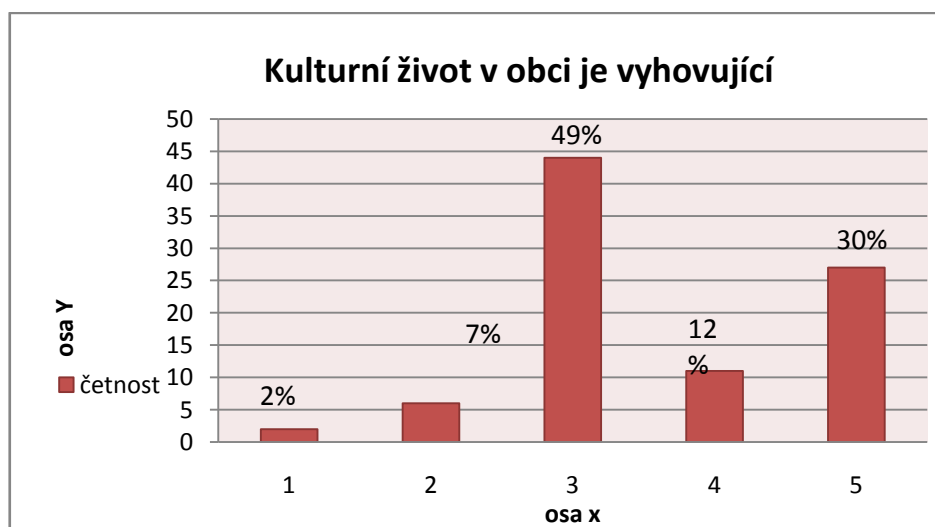
Tabulka 8 Volné odpovědi k otázce č. 5

Z otázky č. 6 a 8 vyplývá, že s kulturním životem v obci a možnostmi pro sport a volný čas jsou občané celkem spokojeni. Nejčastěji byla ze škály označována čísla 3 a 5 (viz graf 2 a graf 3). Pro lepší přehlednost uvádím v tabulce výpočet průměru.

	<i>průměr</i>	<i>Směrodatná odchylka</i>
Otázka č. 6	3,611111	1,050866
Otázka č.8	3,488888	1,240469

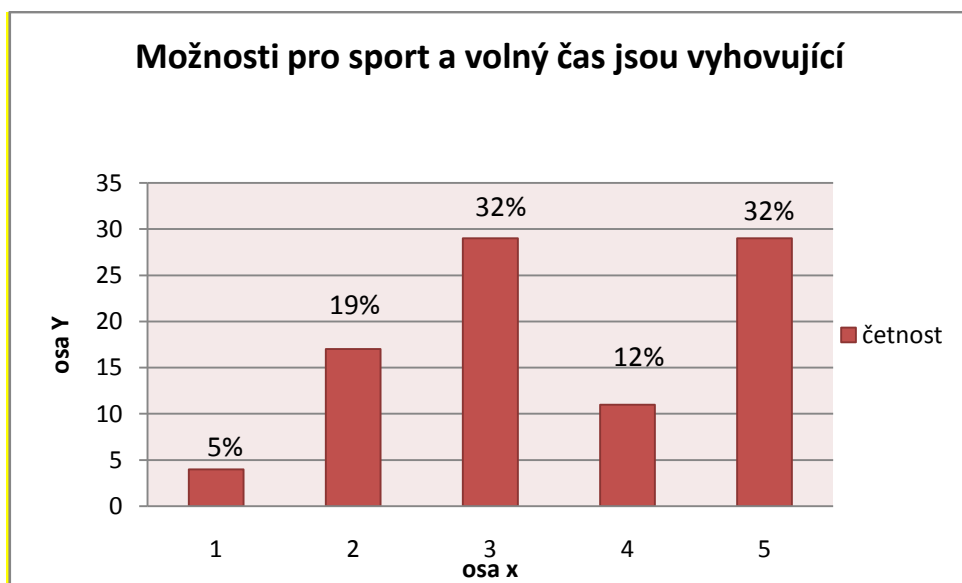
Tabulka 9 Výsledky průměrů k otázce č. 6 a 8.

#### Otázka č. 6



Hodnoty osy x: naprosto nesouhlasím 1 2 3 4 5 naprosto souhlasím

Graf 2

Otázka č. 8

*Hodnoty osy x: naprosto nesouhlasím 1 2 3 4 5 naprosto souhlasím*

*Graf 3*

Otázka č. 7 byla špatně položena. Zejména občané starší dospělosti uváděli, že již jejich děti mají své vlastní potomky a otázku nechápou. Měla tedy být v samém úvodu označena pro rodiče, kteří mají děti do 18ti let.

Z výsledků k otázce č. 9 (viz. graf 4) můžeme usoudit, že pouze nepatrná většina respondentů by v naší obci uvítala širší nabídku sportovního nebo kulturního vyžití.

Podle místních občanů klesá v současné době zájem o místní lidové zábavy (viz. graf 5) – návrhy na zlepšení však nikdo nemá. Pokles je dán především nedostatkem času, financí, pohodlností a nezájmem lidí chodit na tyto akce (viz. tabulka 11). Z otázky č.12 vyplývá, že by obec měla spíše podpořit možnost sportování v zimě (zařídít kluziště na místních kurtech), poskytnout nabídku sportovních aktivit pro muže i ženy a rozšířit venkovní herní prvky na dětském hřišti. V malém počtu je vyjádřen zájem o ruční práce.



Otázka č. 9

Graf 4

Otázka č. 10

Graf 5

Otázka č. 11

„Pokud si myslíte, že <b>ano</b> , v čem je podle vás problém, co by se dalo zlepšit, změnit?“	
Nejčastější odpovědi na ot. č. 11:	„Nezájem lidí, nedostatek financí, nedostatek času, pohodlnost a lenivost, akce se pořád opakují, televize, zlepšit organizaci“.

Tabulka 10 Volné odpovědi k otázce č. 11

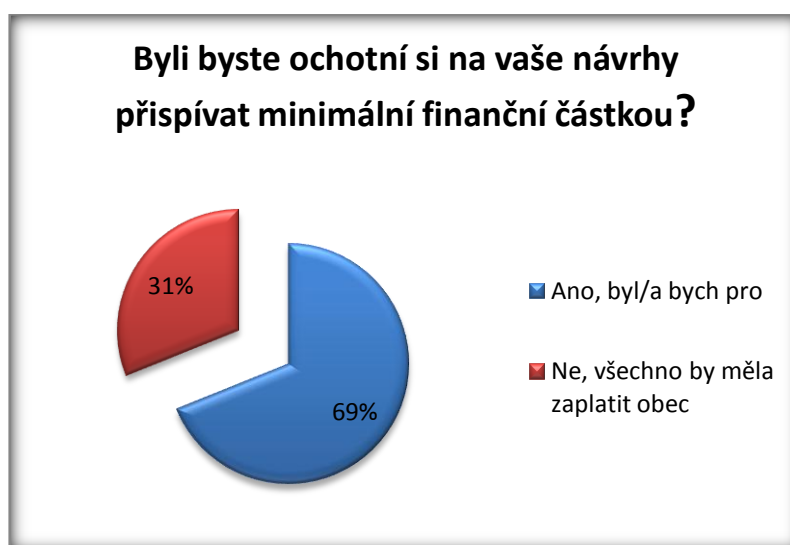
Otázka č. 12

„Jaká zařízení a prostory určené ke sportovním či různým oddechovým a kulturním aktivitám nejsou v obci podle vás dostatečně podporovány?“

*možnost sportování v zimě (např. kluziště na místních kurtech)	40x
*nabídka přednášek pro seniory, mládež, maminky na mateřské dovolené	13x
*pro děti 0-11 let využití a rozšíření herních prvků na dětském hřišti	32x
*nabídka sportovních aktivit pro ženy (kondiční cvičení, možnost zumbly atd.)	23x
*nabídka sportovního vyžití pro muže (např. posilovna)	25x
*vybavení tělocvičny pro různé sportovní vyžití dospělých i dětí	23x
*zájezdy do divadla pro seniory či rodiny s dětmi	15x
*častější divadelní představení	10x

Tabulka 11 Nedostatečně podporovaná zařízení a prostory v oblasti volného času

Otázka č. 13 obsahovala volnou odpověď. Občané zde měli možnost navrhnout vlastní připomínky, kterými by zlepšili současný stav. Odpovědi byly velmi pestré. Nebylo tedy možno vytvořit tabulku četností odpovědí. Nicméně častěji se zde objevovaly opět akce pro děti s rodiči, vybavení tělocvičny nebo více využívat její stávající zařízení, přání více pořádat výstavy, přednášky, ale i zajímavé návrhy jako znovuoobnovení ukázek starých řemesel, lampionový průvod, a jiné. Většina občanů by byla ochotná přispívat si na své návrhy částkami od 50-500 Kč. Této otázce chyběla v nabídce možnost zvolit jednorázový příspěvek, se kterým by malé procento dotazovaných souhlasilo (viz. graf 6).

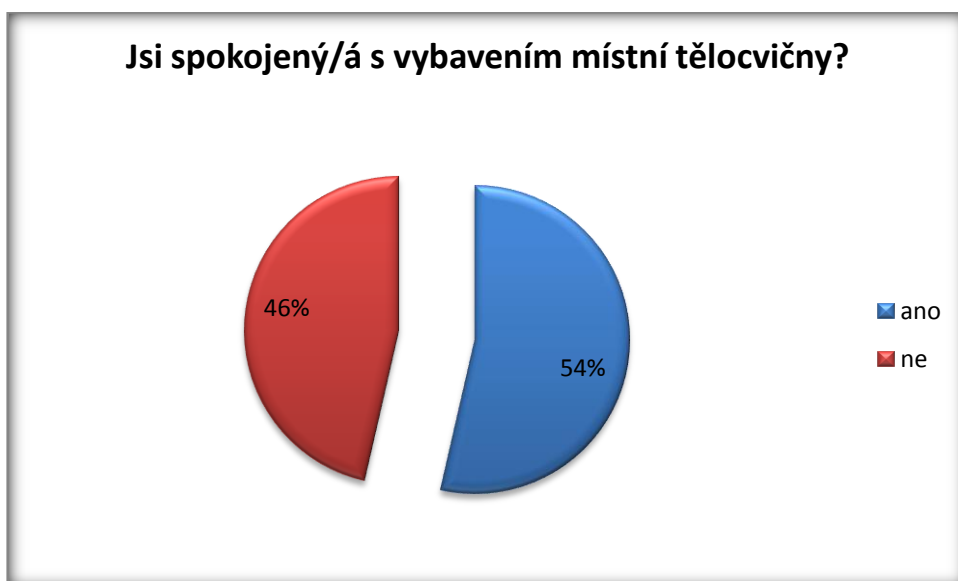
Otázka č. 14

Graf 6

### 7.7.2 Vyhodnocení dotazníku pro děti a mládež

Volná otázka č. 3 se tázala děti na to, jakým sportovním aktivitám se nejčastěji ve volném čase věnují. Převážná část dětí psala, že využívá v rámci svého volného času kolo (tuto odpověď napsalo 13 dětí) a míč provozování fotbalu na místním hřišti (tuto odpověď napsalo 11 dětí). Spokojenost s vybavením místní tělocvičny není příliš velká (viz graf 7).

#### Otázka č. 4



Graf 7

Pokud děti spokojeny nebyly, měly možnost se v následující volné otázce č. 5 vyjádřit k tomu, co jim vadí. Dětem chybí v tělocvičně matračky na sezení, více míčů pro provozování sálového sportu, malé fotbalové branky, vyjadřují přání opravit rozbité zařízení.

Spokojenost s vybavením místního hřiště a kurtů je lepší (viz. graf 8). Nicméně chlapcům chybí malé fotbalové branky pro provozování fotbalu, a druhý basketbalový koš na kurtech (tato sdělení napsaly do otázky č. 7, ve které opět mohly vyjádřit svou konkrétní nespokojenost k místnímu hřišti a kurtům). Dívky se v přáních mnoho nevyjadřovaly.

Otázka č. 6

Graf 8

Převážná část dětí a mládeže se nejraději věnuje sportu – ať venkovnímu či sálovému. Kultura, a ruční práce je moc nezajímají (viz. tabulka 12).

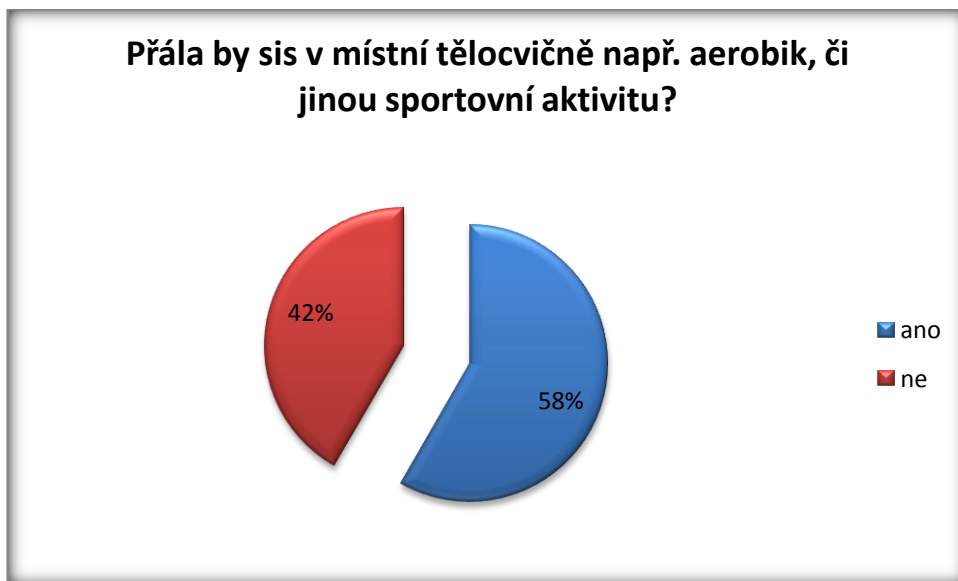
Otázka č. 8

Nabídka možností	zvoleno
Kultura (možnost si zajet do kina, muzea)	6x
Sport (možnost nabídky plavání v bazénu, sálové sporty)	10x
Venkovní sport (fotbal, volejbal, basketbal, kolo, skateboard....)	21x
Zábava	10x
Ruční práce	4x
Jiné	1x

Tabulka č. 12 Způsoby trávení volného času u dětí

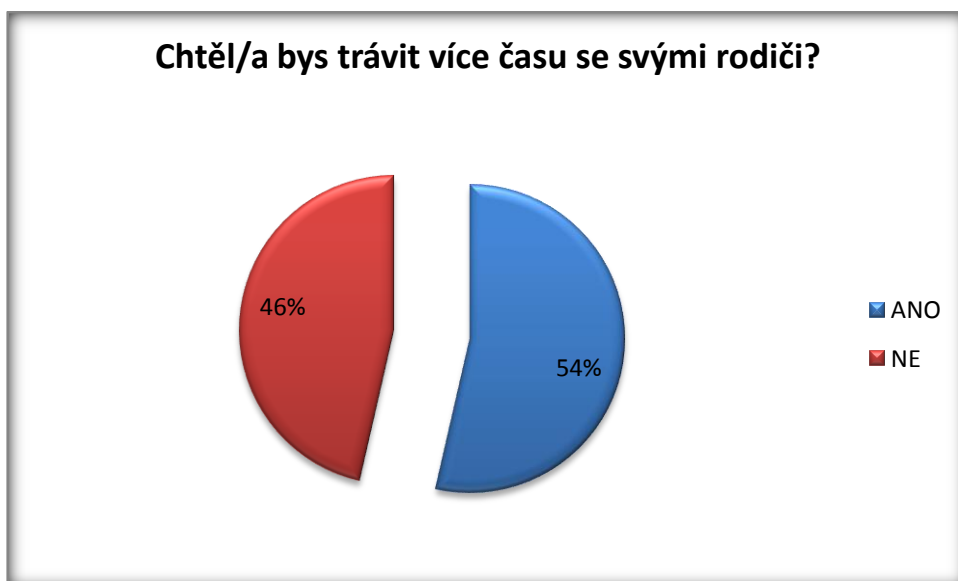
Otázka č. 9 („Pokud trávíš čas s kamarády, co většinou děláte? Vypiš prosím jednotlivé činnosti“) měla být jinak formulována nebo vypuštěna. Odmítala na ni odpovídat zejména mládež, která takový typ otázky považovala za osobní zásah do soukromí. O nabídku aerobiku či jinou pohybovou aktivitu pro mladé dívky není velký zájem. Zvolilo ji jen 7 dívek z 12ti. (viz. graf 9).

Otázka č. 10



Graf 9

Na otázku č. 11 („Jaká nabídka pro trávení volného času ti tu chybí“) a 13 („Kdyby záleželo jen na tobě, co bys chtěl/a v naší obci zařídit nebo dokoupit, abys zde mohl/a lépe trávit svůj volný čas“) odpovídaly děti podobně jako dospělí: přály by si zimní kluziště, cyklostezku a doplnit dětské hřiště atraktivními prvky, prolézačkami, vhodnými houpačkami. Zájem trávit aktivně volný čas společně s rodiči není u dětí velký. Projevila ho pouze polovina dětí (viz. graf 10). Z dotazníku je patrné, že se jednalo převážně o mladší děti, které pravděpodobně spatřují u svých rodičů časové vytížení. Starší děti chtějí být ve svém volném čase bez rodičů.

Otázka č. 12

Graf 10

Otázka č. 14 byla položena mládeži od 15 let. Zlepšit místní zábavy tak, aby byly lákavé i pro mládež, nemá smysl. V rámci volného času nejen mládež, ale i mladší děti pod 15 let láká možnost přivýdělku.

### 7.7.3 Celkové shrnutí a návrh řešení

Z dosavadního výzkumného šetření vyplynulo, že v obci jsou lidé s kulturním životem i nabídkou volného času průměrně spokojeni. Našla se však přání, která jsou pro mne výzvou, abych se je pokusila splnit. Z důvodu malého zájmu o kulturní akce jsem se rozhodla zúžit projekt pouze na zlepšení v oblasti volného času bez kulturního vyžití. Prioritní přání, které vyplývaly z dotazníků jsou: „*kluziště, možnost nabídky sportovní aktivity pro ženy i muže (zřídit posilovnu), dovybavení tělocvičny a místního hřiště*“. Po konzultaci s vedoucím práce navrhnout projekt na zřízení kluziště, jsem daný návrh projednávala na místním obecním úřadě se starostou a místostarostou obce Lipová. Tento návrh byl zamítnut z důvodu provozních potíží s tím spojených. Navrhla jsem proto druhou variantu: dovybavení místního dětského hřiště herními prvky. I tento návrh byl zamítnut, protože stavební zákon (kterým se při podávání projektů musí obce řídit), vyžaduje na zařízení dotyčných věcí stavební povolení. O podání žádosti stavebního povolení nejevil starosta přílišný zájem. Možné zřízení posilovny pro muže bylo po řádné konzultaci s kompetentní osobou, která se tomuto sportu věnuje též zamítnuto, protože nabídnutý prostor v místní tělocvičně

by velikostně nevyhovoval. Z celkového jednání bylo zřejmé, že ani jedna možnost nevyjde. Opravit stávající zařízení v místní tělocvičně má obec v plánu na začátku roku 2012. Z tohoto důvodu jsem se rozhodla vzít odpovědnost do svých rukou a zvolit následující řešení: Navrhnout projekt na zlepšení volnočasových aktivit v obci v rámci dle svých dovednostních kompetencí.

Další přání vyplývající z dotazníkového šetření se týkala možnosti cvičení pro ženy. Rozhodla jsem se provést kontrolní drobnou anketu s nabídkou „cvičení na míči“. Z celkového počtu 28 dotazníků odpovědělo 24 žen. Výsledky jsem předala místnímu zastupitelstvu k projednání s prosbou o schválení příspěvku na nákup míčů.

Zde poukazuji stručně na výsledky ankety. Anketu uvádím v příloze.

Zájem o cvičení	počet	(%)
Ano	11	46
Ne	4	17
Nevím, chtěla bych více informací.	9	38
	24	100

Tabulka č. 13 Výsledky ankety „Cvičení na míči“

Další požadavek se týkal přání dospělých více se dětem věnovat. V menším procentu se objevil zájem o ruční práce. Tyto 3 možnosti jsem se odvážila sama zrealizovat a popsat jejich průběh v následující části své praktické práce.

## 8 NÁVRH PROJEKTU, JEHO POPIS A FINANCOVÁNÍ

### 8.1 Název a popis projektu

#### „Návrh projektu na zlepšení volnočasových aktivit v obci Lipová“

Daný návrh projektu je zaměřen na oblast rozšíření nabídky volnočasových aktivit a spojen s dovybavením místního hřiště a tělocvičny. Dané volnočasové aktivity byly sestaveny dle přání občanů a dětí vyplývajících z dotazníkového šetření, a v rámci mých osobních možností tak, abych byla schopna veškeré aktivity sama vést a provádět.

Tento projekt bude přínosný pro všechny zúčastněné subjekty, kterými jsou:

- Děti a mládež
- Ženy a dívky
- Osoby různého věkového složení
- Iveta Kepáková (možnost sebevzdělávání, získání nových dovedností)

### 8.2 Cíle projektu

Cílem mého projektu je zlepšit využití volného času dětí, mládeže a dospělých dle jejich přání plynoucích z dotazníkového šetření.

Dílčí cíle:

- nabídnout dané aktivity tak, aby pro osoby zajímavé, časově a finančně přijatelné
- aby strávený volný čas probíhal aktivní formou
- zlepšit tím kvalitu života a spokojenost obyvatel
- pozitivní vliv na děti a mládež

### 8.3 Aktivity projektu

#### 8.3.1 Cvičení na gymnastickém míči s využitím prvků zdravotní tělesné výchovy

Se zdravotní tělesnou výchovou jsem se setkala při studiu na Vyšší odborné škole sociální a pedagogické. Zaujala mne natolik, že jsem se sama začala v této oblasti sebevzdělávat, a proto dnes mohu provádět tento typ tělesné výchovy jako cvičitel III. i II. třídy. V mé obci je již několik let snaha vést hodiny aerobiku. Toto cvičení bohužel využívají každý pátek



jen 4 ženy. Chtěla jsem tedy nabídnout místním ženám takový druh cvičení, který by vyhovoval i ženám středního věku, nejen těm mladým, a zároveň jsem nabídkou tohoto cvičení chtěla poukázat na jeho pozitivní zdravotní přínos. Na Univerzitě Tomáš Bati ve Zlíně jsem se následně více seznámila v rámci zdravotní tělesné výchovy s balanční cvičební pomůckou – velkým gymnastickým míčem, kterého se dá právě při tomto cvičení velmi dobře využít. Kondiční cvičení na velkém míči s propojením prvků zdravotní tělesné výchovy, jsem tedy jako sportovní volnočasovou aktivitu nabídla zdejším ženám. Níže rozebírám zdravotní tělesnou výchovu a velký gymnastický míč z teoretické stránky.

Zdravotní tělesná výchova je forma tělesné výchovy, určená jedincům zdravotně oslabeným tj. jedincům patřící do III. zdravotní skupiny podle zdravotnické klasifikace dle směrnic Ministerstva zdravotnictví (MZ ČR č. 3/1981). Do této třetí zdravotní skupiny patří jedinci s trvalými nebo dočasnými odchylkami tělesného vývoje, tělesné stavby a zdravotního stavu, které nedovolují provádět tělesnou výchovu v plném rozsahu jako lidem zdravým. Omezení se týká buď určitých cvičení, pohybových aktivit nebo míry zatížení.

Zdravotní tělesná výchova vyrovnává oslabení tam, kde ještě nedošlo k fixaci vady, choroba není chronická, stabilizuje oslabení, a zabraňuje zhoršování, kde již vyrovnání není možné (úkol zdravotní). Chce získat cvičence pro pravidelné provádění tělesné výchovy, pomáhá mu vytvářet adekvátní pohybový režim a vyrovnat se osobně s oslabením (úkol výchovný). Snaží se seznámit cvičence s vhodnými pohybovými aktivitami, jejich dávkováním právě se zřetelem na dané oslabení a rozšířit znalost o příslušném oslabení (úkol vzdělávací). (Adamírová et al., 2006)

Balanční, vratké, dynamické a statické funkční cvičení na velkém gymnastickém míči preventivně pomáhá léčit bolesti zad. Pravidelným cvičením se tyto bolesti zmírní a pomalu ustupují. Toto cvičení je fyzicky účinné, nenáročné, zábavné a má blahodárny vliv na celé tělo i duši. Nepřetržitě se procvičují hluboké stabilizační svaly v centru těla. Cvičením se svaly kvalitně uvolňují, protahují a posilují. Působením gravitace se jedinečně rozvíjí důležitá schopnost – obratnost, do kterého patří rovnováha a koordinace. Výběr a technika cvičení na míči se snadno přizpůsobí pohybovým schopnostem každého jedince všech věkových kategorií. Bederní páteř je díky cvičení na míči zafixovaná, ale paže a nohy jsou vysoce aktivní. Míč odlehčí přetížení zad vznikající jednostrannou dlouhotrvající pracovní aktivitou (Jarkovská, 2011).

### 8.3.2 Psychomotorické hry pro děti mladšího školního věku

S psychomotorikou tak jako se zdravotní tělesnou výchovou jsem se seznámila během studia na Vyšší odborné škole sociální a pedagogické. Uchvátila mě její jednoduchost, hravost, využití u všech věkových kategoriích, možnost skvělého a zábavného využití netradičních pomůcka věcí, které běžně denně vyhazujeme například do koše. Různými školeními, semináři, a víkendovými pobyty povětšinou v Praze a Brně se ze mě časem stal i cvičitel psychomotoriky III.třídy. Vzdělávací semináře v této oblasti nebývají až tak časté, proto se snažím v rámci sebevzdělávání pravidelně se účastnit každé akce. Psychomotoriku jako další možnou volnočasovou aktivitu v naší obci jsem se snažila nabídnout dětem mladšího školního věku, protože přání věnovat se více dětem vyplývalo z dotazníkového šetření. Pro ty, kteří psychomotoriku jako formu pohybové aktivity neznají, uvádím stručný přehled: „Psychomotorika je forma pohybové aktivity, která je zaměřená na prožitek z pohybu. Vede k poznávání vlastního těla, okolního světa i k prožitkům z pohybových aktivit. Ke svému působení využívá jednoduché herní činnosti, činnosti s náradím i náčiním, kontaktní prvky a prvky pohybové muzikoterapie včetně relaxačních technik“. (Blahutková, 2003, s. 4)

Je to forma aktivního odpočinku, je jednoduchá, záměrná a poutavá. Jejím cílem je bezděčné prožívání radosti z pohybu, ze hry a vytvoření tzv. bio – psycho - socio - spirituální pohody člověka. Psychomotorika jako pedagogický směr tedy vychází z holistického pojetí člověka, je založena na úzkém spojení mezi psychikou, motorikou, a tohoto vztahu pak využívá v pedagogickém procesu se snahou pomocí pohybu pozitivně ovlivňovat osobnost člověka (Adamírová et al., 2010).

Psychomotorické činnosti jsou využívány i u cvičení seniorů, mají velmi pozitivní vliv na duševní hygienu starších spoluobčanů. Psychomotorické hry se od běžných her odlišují zejména použitím netradičních pomůcek (vršky od PETlahví, kroužky na záclony, pivní tácky, přírodniny, aj.), ale i tím, že zde není vítězů ani poražených – vítězové jsou všichni, kteří se hry zúčastní. Psychomotoriku lze s úspěchem využívat i pro mimoškolní pohybovou aktivitu u dětí. Nemalou úlohu zde hraje i postavení pedagoga: ten se na cvičební jednotku pečlivě připravuje, ale v jejím průběhu není tak autoritativní. Témata navrhuje, ale pružně reaguje i na návrhy cvičenců. Při řešení úkolů zůstává v pozadí, ale radí a pomáhá dle potřeby. Samozřejmě zajišťuje bezpečnost. Významnou úlohu hraje v debatě o prožitcích po každém vyřešeném tématu – rozhovor usměrňuje, pomáhá dojít ke správným závěrům. Je trpělivý, důsledný a dokáže se vcítit do potřeb jedinců (Adamírová, 2006).

### 8.3.3 Ruční práce „Pletení z papíru“

Od malička mne lákají a baví různé ruční práce. Tuto techniku (kterou znám pouze několik měsíců i když sama o sobě existuje již několik let) jsem si ale oblíbila natolik, že jsem se sama rozhodla naučit se ji během extrémně krátké doby natolik dostatečně, abych ji mohla jako volnočasovou aktivitu nabídnout všem věkovým kategoriím, které mají chuť se něco nového naučit. Vyšívání a pletení dnešní mladé dívky nebaví, nikdo je to neučí, chtěla jsem proto nabídnout něco, co je v dnešní době moderní, levné, zábavné a hezké. Volnočasovou aktivitu zaměřenou na ruční práce jsem nechtěla omezit pouze na jednu techniku. Pletení z papíru ale zájemce nadchlo natolik, že od ní, ani ještě v současné době, nechtějí upustit, kladou nároky na další návody, tudíž se v projektu zabývám pouze jí, a pro zájemce, kteří ještě tento druh ruční práce neznají, vkládám níže uvedené informace.

Pletení z papíru je technika, při které se ručně vyrábí různé, zejména ozdobné výrobky. Je to méně známá technika velice podobná pletení z proutí. Nemá tak dlouhou tradici jako jiná řemesla. Jediný a zásadní rozdíl mezi papírovým a proutěným pletením je ten, že při papírovém pletení se používá, jak už název napovídá, papír, resp. papírové ruličky, a ne vrbové, nebo jiné pruty. Pletení potom probíhá stejně jako to z proutů. Velkou výhodou této techniky je, že je ekologická, protože nemusíme používat čistý nový papír, ale můžeme použít i staré popsané sešity, vyřazené papíry z kanceláře, časopisy, anebo nejčastěji používané noviny či zlaté stránky. Pokud správně zvolíme papír, nebo barvu, tak jsou výrobky z papíru téměř nerozeznatelné od výrobků z proutí. Dokonce po správném nalakování mají papírové výrobky oproti těm proutěným lepší pevnostní a mechanické vlastnosti. Třeba jejich lámavost je menší. Věcí, které se pomocí techniky pletení z papíru vyrábí, je celá řada. Od dekoračních výrobků: ozdoby na vánoční stromeček, andělíčky, baňky, řetězy, hvězdy, přes svícny, držáky, vánoční věnce, vánoční stromečky, až po obplétání různých lahví různými ornamenty. Pomocí této techniky se vyrábí spoustu krásných košů, košíků, krabic, květináčů, chlebníků i ošatek. Cokoliv, co nás napadne, se může pomocí pletení z papíru vyrobit. Samozřejmě neexistuje pouze jeden způsob pletení, to znamená, že podle typů výrobku musíme zvolit určitý postup a zakončení, kterým vyrobíme předmět přesně podle našich představ (dostupné z [www.majkysekpletenizpapiru.webnode.cz](http://www.majkysekpletenizpapiru.webnode.cz)).

Papírový pedig se může využít jako dekorace ve všech ročních obdobích. Tuto volnočasovou aktivitu jsem tedy pojala v tomto duchu, a snažila se od podzimu až doposud naučit zájemce vyrobit si dekorace k svátkům na toto období vždy navazující (od podzimní dekorace, adventu, vánočních svátků, a příchozího jara s velikonoční výzdobou).

## 8.4 Místo a doba konání realizace projektu

„Na základě výše zmíněného návrhu jsem se rozhodla tento projekt v obci Lipová realizovat“.

Průběh konání všech tři výše popsanych aktivit je spojen s jedním objektem, a to „místní tělocvičnou“. Snažím se tím zvýšit její častější využívání. Zájemcům byly nabídnuty dny, kdy se aktivity mohly konat. Den i časové rozmezí si tedy zájemci po vzájemné domluvě sami zvolili.

## 8.5 Časový harmonogram projektu

ETAPY	OBDOBÍ	ČINNOSTI
<b>1 – předprojektová část</b>	Listopad 2011	Výroba a vylepení informačních plakátů Zajištění chybějícího vybavení Vlastní osobní přípravy (studium literatury, sebevzdělávání, příprava prvních metodických materiálů do oblasti psychomotoriky, příprava dílčího časového rozvržení volnočasové aktivity „pletení z papíru“ Provedení a vyhodnocení ankety „Cvičení na gymnastickém míči“ a objednávka cvičebních pomůcek 1.zkušební zahájení dvou volnočasových aktivit (pletení z papíru a cvičení na míči)
<b>2 – projektová část</b>	Listopad 2011 Prosinec-březen	Realizace volnočasových aktivit „pletení z papíru“ a „cvičení na míči“ Realizace všech volnočasových aktivit
<b>3- poprojektová část</b>	Duben	Vyhodnocení úspěšnosti projektu

Tabulka 14 Časový harmonogram projektu

zdroj: vlastní zdroj

## 8.6 Potřebný rozpočet k realizaci projektu

Aktivita	Potřebný materiál (ks)	Cena (Kč)
<b>Cvičení na gymnastickém míči</b>	Velké míče 10 ks	3500,-
	Overbally 10 ks	600,-
	Podložky na cvičení 10 ks	900,-
<b>Psychomotorické hry</b>	Psychomotorický padák 1ks	600,-
<b>Ruční práce</b>	-	0,-
<b>CELKEM</b>		<b>5600,-</b>

Tabulka 15 Potřebný rozpočet k realizaci projektu

zdroj: vlastní zdroj

## 8.7 Financování projektu

Projekt je zatím financován z obecních zdrojů. Místní zastupitelstvo obce schválilo dotaci 10 000 Kč. Tyto dotace musely být vyčerpány nejpozději do konce prosince roku 2011. Případné další dotace a příspěvky na možný rozvoj volnočasových aktivit v rámci projektu se budou projednávat a schvalovat v příštím roce 2012. Dovybavení tělocvičny a dokoupení věcí, které si děti přály jak do místní tělocvičny, tak na velké hřiště, se rovněž bude projednávat v tomto roce.

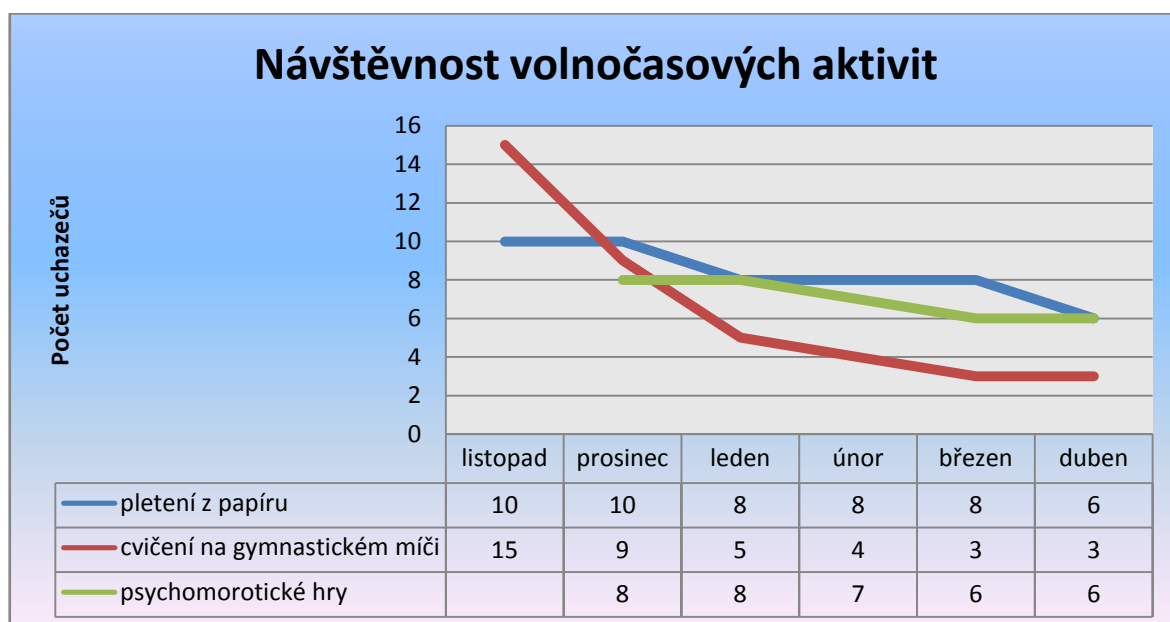
## 8.8 Dosavadní průběh projektu

První dvě volnočasové aktivity týkající se ručních prací a cvičení na míči jsem začala realizovat v polovině listopadu. Pro cvičení stačilo zpočátku objednat 10 míčů, protože někteří zájemci měli vyhovující míč doma. Návštěvnost prvních 3 hodin byla vysoká - 15 cvičenců byl pro místní malou tělocvičnu skoro maximum. Přestože bylo cvičení zaměřeno spíše pro dospělé ženy, chodili zde i děti, kterým maminky koupily vlastní míče. To mne velmi potěšilo. Taktéž prvotní společné setkání zájemců o „pletení z papíru“ bylo věkovým složením pestré. Nabídka psychomotoriky pro děti ještě neexistovala. Osobně jsem ale byla přesvědčená, že nabídkou tohoto druhu volnočasové aktivity pouze prostřednictvím letáku mnoho účastníků nezískám, protože neposkytne dostatečné informace. Rozhodla jsem se tedy s dětmi nabídku této volnočasové aktivity prezentovat rodičům při příležitosti rozsvícení vánočního stromu v Lipové, dne 18. 12. 2011, kde jsem stručně podala výklad

k teorii a uskutečnila krátkou praktickou ukázkou s psychomotorickým padákem. Při této příležitosti jsem se ještě sama rozhodla uskutečnit v zasedací místnosti Obecního úřadu výstavu výrobků „pletení z papíru“, které doposud účastníci této aktivity vytvořili. Tím jsem se snažila zvýšit počet zájemců. Období listopad – prosinec 2011 bych tedy stručně charakterizovala jako relativně úspěšné jak z hlediska spokojenosti účastníků, tak z hlediska počtu zájemců. Období prosinec 2011- únor 2012 byl z hlediska počtu účastníků kritický. Z následujícího grafu je patrné, že cvičení na míči poznamenalo prudký pokles účastníků.

Důvodem byla podle lidí velká zima v tělocvičně i přesto, že zde byla snaha před cvičením zatopit. Na zimu si ztěžovali i účastníci ručních prací. Psychomotorika vykazuje z grafu prozatímní stabilitu v návštěvnosti.

#### Graf návštěvnosti volnočasových aktivit



Graf 11

Následně z důvodu časové vytiženosti a rodinných důvodů, jsem byla nucena psychomotoriku pro děti vést pouze každý druhý týden.

Období březen 2012 – a počátek dubna 2012 zaznamenává s příchodem jara pokles volnočasová aktivita „pletení z papíru“. Účastníci oznamují, že na vesnici je na jaře třeba provádět venkovní práce a poukazují na nedostatek času. Přesto jsem se rozhodla udělat anketu, kde bych zjistila spokojenost a provedla případné změny. Anketu uvádím v příloze.

Výsledky ankety jsou následující:

Ankety se účastnilo celkově 8 respondentů. Z výsledků ankety vyplývá, že tato aktivita zaujala všechny účastnice. Všechny by se chtěly naučit ještě něco nového, přičemž dvě z nich zároveň oznamují, že v současné době nemají příliš čas. Polovině žen je jedno, kdy by se měla aktivita dále konat.

otázky	možnosti	počet
1) pletení z papíru	a) mne zaujalo	8
	b) mne nezaujalo	
2) Mám zájem se naučit něco nového	a) ano	6
	b) ne, základy jsou pro mne dostačující	
	c) ano, ale v současné době nemám čas	2
3) Ve kterém období by měla podle vás aktivita pokračovat?	a) v letním období	
	b) raději na podzim nebo v zimním období	2
	c) je mi to jedno	4
	d) v kterémkoliv období, ale spíše o víkendech	2
4) s vedoucím volnočasové aktivity jsem	a) spokojena	8
	b) spíše spokojena	
	c) spíše nespokojena	
	d) nespokojena	
5) Co byste chtěli na volnočasové aktivitě zlepšit?		
6) Bylo by pro vás přínosné, vytvořit si vlastní složku s návody?	a) ano	8
	b) ne, návody si pamatuju	

*Tabulka 16 Výsledky ankety „pletení z papíru“*

Některé mají přání obnovit tuto aktivitu opět spíše v podzimním období. Otázka č. 5 obsahovala volnou odpověď. Respondentky v ní uváděly, že jsou spokojené, chtěly by „vše při starém“, jedna z nich uvedla, že je v tělocvičně zima, 3 se nevyjádřily. Všechny účastnice by si chtěly pro sebe vytvořit svou vlastní složku s návody, ve které by měly dané postupy dobře a srozumitelně zaznamenané. Navrhují proto tedy vést tuto aktivitu spíše o víkendech a opět v podzimním období.

Děti při hrách oznamují, že by rády chodili na hry, ale spíše venku, kde je slunce. S tímto návrhem jsem ráda souhlasila. Počet zájemců o cvičení na míči se nezvýšil. Důvodem je nedostatek času, nevyhovující doba a den i přesto, že si jej účastníci stanovili sami. Budu tedy uvažovat o jeho zrušení nebo se pokusit změnit den konání.

## ZÁVĚR

V mé bakalářské práci jsem se zabývala zlepšením volného času pro obec Lipová prostřednictvím projektu obsahující tři volnočasové aktivity. Předpokládala jsem, že i na základě výsledků předvýzkumu, který vykazoval průměrnou spokojenost občanů v trávení volného času z hlediska oblasti sportovní i kulturní, je možno stále zlepšit nabídku, která v současné době na vesnici existuje. Úskalím mé bakalářské práce bylo pokusit se zrealizovat prioritní přání občanů vyplývající z dotazníkového šetření. Toho se mi bohužel nepodařilo dosáhnout. Zejména mě velmi mrzelo to, že nevyšla možnost mít v naší vesnici kluziště. Určitě by udělalo radost nejen dětem. Technické problémy, které brání v jeho realizaci, se ještě jednou pokusím projednat, protože si stále myslím, že nejsou tak velké, aby se společným úsilím nemohly překonat. Volný čas na vesnici byl tedy obohacen nabídkou tří nových volnočasových aktivit, které byly finančně nenáročné, aktivní, a aktuální. Na realizaci všech aktivit jsem se sama podílela. Vzhledem k tomu, že jsem projekt prováděla zcela sama, byla práce velmi časově náročná. Bylo nutno se neustále sebevzdělávat, a připravovat. Projekt samotný byl pro mě osobně velkým přínosem. Díky němu jsem mohla prakticky využít svých vědomostí, které jsem načerpala samostudiem. Dal mi možnost si zkusit, kde má moje osobnost slabiny, co mi jde lépe nebo naopak hůře, nebo co už raději nikdy nezkoušet. Projektu se nevyhnuly ani krizové situace, za které jsem nesla zodpovědnost, a vzal mi čas, který jsem mohla strávit se svým dítětem. Zároveň ale přinesl obohacení o nová přátelství jak pro mne, tak i pro ostatní účastníky včetně dětí. Celkový dojem je ovšem pro mne rozporuplný. Heslo „*Méně je někdy více*“ tuto rozporuplnost vystihuje. Chci tím říci, že pro obec bude pro příště možná přínosnější zrealizovat spíše menší zajímavou jednodenní akci pro děti a rodiče, než-li se snažit zavést další volnočasové aktivity, jejichž budoucnost je nejistá. Jsem ale přesvědčena, že se mi cíl práce podařilo splnit a zasadila jsem se tak o rozšíření možnosti v trávení volného času pro různé věkové kategorie a současně tak podpořila častější využívání stávající tělocvičny. Lipová je malá obec, neočekávala jsem tedy vysokou návštěvnost. Prioritní byl pro mne pocit spokojenosti účastníků. Sestavení obsahu daných aktivit a veškerá činnost s tím spojená mě velmi bavila a naplňovala. Velmi mne těší i to, že někteří lidé upřímně oceňují mou snahu, a že je dané volnočasové aktivity baví. Chtěla bych je i nadále provozovat a doufám, že se mi v budoucnu podaří splnit i další drobná přání, která lidé projeví.



**SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY**

ADAMÍROVÁ, Jiřina et al., 2006. *Zdravotní tělesná výchova. Speciální učební texty*. Praha: Česká asociace Sport pro všechny. ISBN 80-86586-15-4.

BARKER, Stephen a Rob COLE, 2009. *Projektový management pro praxi: Co nejlepší projektoví manažeři vědí, říkají a dělají. Osvědčené rady a tipy, jak úspěšně řídit projekty*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2838-4.

BLAHUTKOVÁ, Marie, 2003. *Psychomotorika*. Brno: Masarykova univerzita, Pedagogická fakulta. ISBN 80-210-3067-4.

GAVORA, Peter, 2000. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paido. ISBN 80-85931-79-6.

HÁJEK, B., B. HOFBAUER a J. PÁVKOVÁ, 2008. *Pedagogické ovlivňování volného času: Současné trendy*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-473-1.

HORZINKOVÁ, Eva a Vladimír NOVOTNÝ, 2010. *Základy organizace veřejné správy v ČR*, 2. upravené vydání. Plzeň: Aleš Čeněk s.r.o. ISBN 978-80-7380-263-9.

HRABALOVÁ, Simona, 2004. *Teorie a praxe rozvoje měst a obcí*. Brno: Masarykova Univerzita, Ekonomicko-správní fakulta. ISBN 80-210-3356-8.

HUDEČKOVÁ, H., M. LOŠŤÁK a A. ŠEVČÍKOVÁ, 2008. *Regionalistika, regionální rozvoj a rozvoj venkova*. Praha: Česká zemědělská univerzita v Praze, Provozně ekonomická fakulta. ISBN 978-80-213-1413-9.

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

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

JÁČ, Ivan et al., 2010. *Jedinečnost obce v regionu*. Příbram: Professional Publishing. ISBN 978-80-7431-038-6.

JANIŠ, Kamil, 2009. *Úvod do problematiky volného času*. Slezská univerzita v Opavě, fakulta veřejných politik v Opavě, Opava. ISBN 978-80-7248-530-7.

JARKOVSKÁ, Helena, 2011. *264 cvičení na velkém míči. Zásobník posilovacích a protahovacích cviků pro každého*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3820-8.

KÁŇA, Pavel, 2010. *Základy veřejné správy. Vybrané kapitoly veřejné správy pro studium žáků středních škol*. 3.doplněné a přepracované vydání. Ostrava: Montanex. ISBN 978-80-7225-319-7.

KRAUS, Blahoslav, 2008. *Základy sociální pedagogiky*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-383-3.

NEKUDA, Vladimír, 1995. *Zlínsko*. Brno: Vlastivěda moravská. ISBN 80-85048-57-4.

PÁVKOVÁ, J., et al., 2002. *Pedagogika volného času. Teorie, praxe a perspektivy výchovy mimo vyučování a zařízení volného času*. 3. aktualizované vydání. Praha: Portál. ISBN 80-7178-711-6.

PROVAZNÍKOVÁ, Simona, 2007. *Financování měst, obcí a regionů. Teorie a praxe*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2097-5.

PROCHÁZKA, Miroslav, 2012. *Sociální pedagogika. Historické kořeny, výchova, socializace a prostředí, výchovná prostředí, škola a sociální pedagogika*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3470-5.

RABUŠICOVÁ, Milada a Ladislav RABUŠIC, 2008. *Učíme se po celý život? O vzdělávání dospělých v České republice*. Brno: Masarykova univerzita, Filozofická fakulta. ISBN 978-80-210-4779-2.

SKALICKÝ, Jiří, Milan JERMÁŘ a Jaroslav SVOBODA, 2010. *Projektový management a potřebné kompetence*. Fakulta ekonomická západočeské univerzity, Plzeň. ISBN 978-80-7043-975-3.

SKUTIL, Martin et al., 2011. *Základy pedagogicko-psychologického výzkumu pro studenty učitelství*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-778-7.

SVOZILOVÁ, Alena, 2011. *Projektový management*. Vyd. 2. aktual. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3611-2.

ŠTEFÁNEK, Radoslav et al., 2011. *Projektové řízení pro začátečníky*. Brno: Press. ISBN 978-80-251-2835-0.

ŠTĚPANÍK, J., 2010. *Nejčastější chyby a omyly manažerské praxe*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2494-2.

ŠVEC, Štefan et al., 2009. *Metodologie věd o výchově*. Kvantitativně – scientické a kvalitativně – humanitní přístupy v edukačním výzkumu. Brno: Paido. ISBN 978-80-7315-192-8.

VEDRAL, Josef, et al., 2008. *Zákon o obcích (obecní zřízení), komentář*. Praha: C. H. Beck. ISBN 978-80-7179-1.

VILAMOVÁ, Šárka, 2005. *Čerpáme finanční zdroje Evropské unie. Praktický průvodce*. Praha: Grada. ISBN 80-2471194-X.

WOKOUN, René et al., 2011. *Základy regionálních věd a veřejné správy*. Aleš Čeněk s.r.o., Plzeň, 2011. ISBN: 978-80-7380-304-9.

### internetové zdroje

Zlínský kraj. *Dotace zlínského kraje*. [online]. ©2012 [cit. 2012-10.04]. Dostupné z: <http://www.kr-zlinsky.cz/docDetail.aspx?docid=181413&doctype=ART&nid=12250&cpi=1>,

Edotace.cz. *Katalog dotací*. [online]. ©2012 [cit. 2012-10.04]. Dostupné z: <http://www.edotace.cz/katalog-dotaci/-/volny-cas-a-cestovni-ruch-51/-/zlinsky-kraj-5801/-/>

Nadacevia.cz. *Fond místních iniciativ*. [online]. ©2012 [cit. 2012.10.04]. Dostupné z: <http://www.nadacevia.cz/cz/granty-a-podpora/vsechny-programy-nadace/fond-mistnich-iniciativ-2012>

Nadacedks.cz. *Granty 2012*. [online]. ©2012 [cit. 2012.10.04]. Dostupné z: <http://www.nadacedks.cz/granty>

Majkysekpletenizpapiru.webnode.cz. *Co je to pletení z papíru*. [online]. ©2012 [cit. 2012.10.04]. Dostupné z: <http://majkysekpletenizpapiru.webnode.cz/co-je-to-pleteni-z-papiru/>

**SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK**

aj.	a jiné
EU	Evropské unie
tj.	to jest
atd.	a tak dále
např.	například
tzv.	tak zvané
TJ	Tělovýchovná jednota
MS	Myslivecké sdružení
SDH	Sbor dobrovolných hasičů
ZO	Základní organizace
SZIS	Státní zemědělský investiční fond
ESF- OP LZZ	Evropský sociální fond – operační program Lidské zdroje a zaměstnanost
AČ	Absolutní četnost
RČ	Relativní četnost
$\Sigma$	Celkový počet

## SEZNAM OBRÁZKŮ

Obr. 1 Znak obecní pečeti.....	30
Obr. 2 obec Lipová.....	31

**SEZNAM TABULEK**

Tabulka 1 Získané dotace za období 2009 -2012.....	32
Tabulka 2 Složení výzkumného souboru.....	35
Tabulka 3 Věkové složení výzkumného souboru.....	35
Tabulka 4 Složení výzkumného souboru.....	36
Tabulka 5 Analýza dotazníku pro občany.....	37
Tabulka 6 Analýza dotazníku pro děti a mládež.....	37
Tabulka 7 Spokojenost občanů s nabídkou trávení volného času.....	38
Tabulka 8 Volné odpovědi k otázce č. 5.....	39
Tabulka 9 Výsledky průměrů k otázce č. 8.....	39
Tabulka 10 Volné odpovědi na otázku č. 11.....	41
Tabulka 11 Nedostatečně podporovaná zařízení a prostory v oblasti volného času.....	42
Tabulka 12 Způsoby trávení volného času u dětí.....	44
Tabulka 13 Výsledky ankety „Cvičení na míči“.....	47
Tabulka 14 Časový harmonogram projektu.....	52
Tabulka 15 Potřebný rozpočet k realizaci projektu.....	53
Tabulka 16 Výsledky ankety „Pletení z papíru“.....	55

**SEZNAM GRAFŮ**

Graf 1.....	38
Graf 2.....	39
Graf 3.....	40
Graf 4.....	41
Graf 5.....	41
Graf 6.....	42
Graf 7.....	43
Graf 8.....	44
Graf 9.....	45
Graf 10.....	46
Graf 11.....	54

## SEZNAM PŘÍLOH

Příloha PI: Dotazník pro občany

Příloha P II: Dotazník pro děti a mládež

Příloha P III: Anketa „Cvičení na míči“

Příloha P IV: Anketa „Pletení z papíru“

Příloha PV: Fotodokumentace



# PŘÍLOHA P I: DOTAZNÍK PRO OBČANY

## Vážení občané,

Jmenuji se Iveta Kepáková, a jsem studentkou třetího ročníku Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně.

Tento rok ukončuji své studium bakalářskou prací, která se zabývá návrhem projektu pro zlepšení volného času v naší obci. Proto vás prosím o vyplnění dotazníku, který se vám právě dostal do rukou. Vaše postoje k volnému času, náměty a připomínky mohou přispět ke zkvalitnění nabídky volnočasových aktivit v obci Lipová.

Dotazník je anonymní, a proto prosím o pravdivé vyplnění a navrácení.

Děkuji za Vaši ochotu a vynaložené úsilí.

Iveta Kepáková

### 1. Pohlaví

- Muž
- Žena

### 2. věk

18 – 20 LET	20-35 let	35-45let	45-60let	60-75let	75-více let

### 3. Jak jste v současné době spokojeni v nabídkou trávení volného času a využitím kulturních akcí ze strany naší obce?

.....

.....

.....

.....

.....

4. Nabízí Lipová dostatek příležitostí k trávení volného času a kulturního dění?

- Ano
- Ne
- Nevím

5. Kdybyste měli tu možnost, jaká jedna věc pro trávení volného času by v naší obci neměla určitě chybět?

.....

.....

6. Prosím zakroužkujte váš názor na následující tvrzení: „kulturní život v obci je vyhovující“

naprosto nesouhlasím    1    2    3    4    5    naprosto souhlasím

7. Chtěli byste trávit více aktivního času se svými dětmi, ale nemáte dostatek financí k jejich realizování (např. zájezdy do kina, divadla, na plavání atd.)?

- Ano
- Ne

8. Prosím zakroužkujte váš názor na následující tvrzení: „možnosti pro sport a volný čas jsou vyhovující“

naprosto nesouhlasím    1    2    3    4    5    naprosto souhlasím

9. Uvítali byste ze strany obce širší nabídku sportovního a kulturního využití?

- Ano
- Ne, stávající stav je dostatečný
- Nevím, nedokážu se vyjádřit

10. Klesá podle Vás na vesnici zájem o místní lidové a hudební zábavy ( např. o kácení a stavění máje, o fašanky, pochovávání basy, pravidelné vystoupení kapely Freedomridge aj.)?

- Myslím, že ano
- Ne, neklesá

11. Pokud si myslíte že „ano“, v čem je podle vás problém, co by se dalo zlepšit, změnit?

.....  
.....  
.....  
.....

**12. Jaká zařízení a prostory určené ke sportovním či různým oddechovým, a kulturním aktivitám nejsou v obci podle vás dostatečně podporovány:**

- Možnost sportování v zimě (např. kluziště na místních kurtech)
- Nabídka přednášek pro seniory, mládež, maminky na mateřské dovolené
- Pro děti 0 - 11 let využití a rozšíření venkovních herních prvků na dětském hřišti
- Nabídka sportovních aktivit pro ženy ( kondiční cvičení, možnost zumbly atd.)
- Nabídka sportovního vyžití pro muže (např.posilovna)
- Vybavení tělocvičny pro různé sportovní vyžití dospělých i dětí
- Zájezdy do divadla pro seniory či rodiny s dětmi
- Častější divadelní představení
- Možnost vyzkoušet si různé ruční práce, inspirovat se.

**13. Navrhněte prosím své vlastní návrhy a připomínky, kterými byste chtěli zlepšit kulturní a sportovní vyžití v naší obci:**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**14. Byli by jste ochotní si na vaše návrhy přispívat minimální finanční částkou? Pokud „ano“, napište prosím váš dobrovolný měsíční příspěvek.**

- Ano, byl/a bych pro .....Kč/měs.
- Ne, všechno by měla zaplatit obec

## PŘÍLOHA P II: DOTAZNÍK PRO DĚTI A MLÁDEŽ

### Dotazník pro děti a mládež

Vážení rodiče, součástí výzkumu je zjistit, jak jsou i vaše děti spokojení v oblasti trávení volného času a možnosti vyžití kultury v naší obci. Následující dotazník je proto určen pro děti a mládež. Prosím ty rodiče, mající děti mladšího školního věku, aby pomohli dětem při vyplňování dotazníku. Děkuji za ochotu a vynaložené úsilí.

1. Jsi: chlapec  dívka

2. Kolik ti je let? .....

3. Kterým sportovním aktivitám se ve svém volném čase věnuješ?

.....  
.....

4. Jsi spokojený/á s vybavením místní tělocvičny?

- Ano
- Ne

5. Pokud jsi na předchozí otázku odpověděl/a „ne“, pokus se napsat, co ti v tělocvičně schází, s čím si nespokojený/á, a co by sis přál/a, aby se do tělocvičny koupilo.

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

6. Jsi spokojený / á s vybavením místního hřiště a kurtů?

- Ano
- Ne

**7. Pokud jsi na předchozí otázku odpověděl/ a „ne“, pokus se napsat, co se ti na sportovním areálu nelíbí, co ti např. na hřišti schází a co by se podle tebe mohlo koupit nejen na hřiště, ale např. i na místní kurty.**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**8. Které oblasti by tě nejvíce zajímaly?**

- Kultura (možnost si zajet do divadla, kina, muzea atd.)
- Sport (možnost nabídky plavání v bazénu, sálové sporty)
- Venkovní sport (fotbal, volejbal, basketbal, paintball, cyklostezka pro kola nebo inline bruslení, skateboarding aj.)
- Zábava
- Ruční práce
- Jiné

**9. Pokus tráviš čas s kamarády, co většinou děláte? Vypiš prosím jednotlivé činnosti.**

.....  
.....  
.....  
.....

**10. Pokud jsi dívka, prosím odpověz na následující otázku:**

Přála by sis v místní tělocvičně např. aerobik, či jinou sportovní aktivitu?

- Ano
- Ne

**11. Jaká nabídka pro trávení volného času ti tu chybí?**

.....  
.....

**12. Chtěl/a by sis trávit více volného času s tvými rodiči? Pokud ano, napiš jak bys ho chtěl/a trávit?**

- Ne
- Ano

.....  
.....

**13. Kdyby záleželo jen na tobě, co bys chtěl v naší obci zařídit, nebo dokoupit, abys zde mohl lépe trávit svůj volný čas at' sám, nebo s přáteli?**

.....  
.....

**14. Pokud je ti více než 15let, prosím odpověz na následující otázky:**

• Jak by podle tebe měli vypadat místní zábavy, aby na ni tvoji vrstevníci a ostatní mládež ráda chodila?

.....  
.....  
.....  
.....

• Chtěl bys využít v naší vesnici v rámci svého volného času možnost přivydělat si, aby sis mohl pro sebe něco koupit?

Ano .....

Ne .....

## PŘÍLOHA P. III „ANKETA CVIČENÍ NA MÍČI“

Vážení občané, prosila bych o krátké vyplnění ankety, která je zaměřena na rozvoj volnočasových aktivit v obci.

Předem děkuji za její vyplnění.  
zdravotní Tv)



Iveta Kepáková (cvičitel III. a II. třídy)

### CVIČENÍ NA GYMNASTICKÉM MÍČI

- Cca 1,5 hodinové kondiční cvičení pro ženy propojující prvky Zdravotní tělesné výchovy a pilates s využitím fit-ballu.
- Fit-ball je velký gumový míč, a cvičení na něm je velmi šetrné protože minimálně zatěžuje klouby.
- Pozitiva cvičení na fit balu:
  - Zlepšuje fyzickou i psychickou kondici
  - Uvolňuje klouby
  - Posiluje hluboké svaly
  - Odstraňuje nesprávné pohybové návyky
  - Protahuje zkrácené svaly
  - Pobaví, osvěží a zklidní
- Proč zdravotní tělesná výchova: v dnešní populaci existuje čím dál víc jedinců s různými zdravotními problémy a obezitou. Cílem tohoto cvičení není dosahování výkonu, ale zdravotní efekt a pocit z lepší kondice (rozhýbat ztuhlé svalstvo potřebné pro správné držení těla) a přispět tím ke zmírnění často i bolestivých projevů degenerativních změn pohybového aparátu („Aerobik je sice bezva, ale hopsání“ není vhodné pro každého“). Jedná se o skupinu vyrovnávacích cvičení = cvičení uvolňovací, protahovací, posilovací, dechová, rovnovážná a relaxační. Metoda Pilates propracovává zádové, břišní a hýžděvé svalstvo a dlouhé štíhlé svaly.
- Cvičit budeme i s overbally (malé míče), činkami, nebo Thera Bandy (široké, dlouhé posilovací gummy).

VÁŽNÝ ZÁJEM O CVIČENÍ

ANO

NE

JEŠTĚ NEVÍM, CHTĚLA BYCH VÍCE INFORMACÍ

(uved'te prosím jakých)

GYMNASTICKÝ MÍČ DOMA MÁM

NEMÁM

Pozn: V případě většího počtu vážných zájemců je možno cvičení rozšířit o Bodystyling ( kombinace jednoduchých prvků aerobiku pro zahřátí organismu a posilování problémových partií ).

ZÁJEM ANO

NE

## PŘÍLOHA P. IV „ANKETA PLETENÍ Z PAPÍRU“

Vážení účastníci, do rukou se vám dostala anketa, která je jednou z částí mé bakalářské práce na Univerzitním institutu Univerzity Tomáš Bati ve Zlíně. Snažím se pomocí průzkumu zjistit, jaká je vaše dosavadní spokojenost ve vybrané volnočasové aktivitě.

Anketa bude využita pouze k účelům mé práce. Uvádějte prosím proto jen pravdivé odpovědi.

- 1) Pletení z papíru
  - A. Mne zaujalo, líbí se mi
  - B. Mne nezaujalo
- 2) Mám zájem se naučit ještě něco nového
  - A. Ano
  - B. Ne, základy jsou pro mě dostačující
  - C. Ano, ale v současné době nemám čas
- 3) Pokud jste na následující otázku zvolili možnost A nebo C, odpovězte prosím na následující otázku:  
Ve kterém období by měla podle vás aktivita pokračovat:
  - A. Letním období
  - B. raději na podzim v zimním období
  - C. je mi to jedno
  - D. v kterémkoli období, ale spíše o víkendech
- 4) S vedoucím volnočasové aktivity jsem doposud
  - A. Spokojen (a)
  - B. Spíše spokojen (a)
  - C. Spíše nespokojen (a)
  - D. Nespokojen (a)
- 5) Co byste chtěli na této volnočasové aktivitě zlepšit (např. jiné místo, dobu, podmínky, odbornost vedoucího,....)  
.....  
.....  
.....
- 6) Bylo by pro vás přínosné, vytvořit si vlastní složku s návody a postupy?
  - Ano
  - Ne, návody si pamatuju

---

\*hodící se odpověď prosím zakroužkujte.

Moc vám děkuji za Váš strávený čas nad vyplňováním ankety.

Iveta Kepáková (vedoucí volnočasové aktivity)



## PŘÍLOHA P. V. FOTODOKUMENTACE



*Volnočasová aktivita Pletení z papíru (tělocvična Lipová)*



*Volnočasová aktivita „Pletení z papíru (tělocvična Lipová)*



*Výstava Pletení z papíru na Obecním úřadě Lipová při příležitosti Setkání u Vánočního stromu 2011.*



*Ukázka psychomotoriky: kulturní sál OÚ Lipová (Setkání u Vánočního stromu 2011)*





*Ukázka psychomotoriky: kulturní sál OÚ Lipová (Setkání u Vánočního stromu 2011)*