

Význam svobodné hry ve volném čase dětí

Bc. Gabriela Chybová

Diplomová práce
2023



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

Akademický rok: 2022/2023

ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení: **Bc. Gabriela Chybová**
Osobní číslo: **H21231**
Studijní program: **N0111A190013 Sociální pedagogika**
Forma studia: **Prezenční**
Téma práce: **Význam svobodné hry ve volném čase dětí**

Zásady pro vypracování

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.

Vymezení terminologie a teoretických východisek z oblasti hry dětí, volného času dětí a mládeže, hranice svobody a řízení volného času dětí.

Příprava metodiky empirické části, zpracování projektu výzkumu a stanovení výzkumného problému.

Realizace kvalitativního výzkumu formou polostandardizovaného rozhovoru.

Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.

Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

Forma zpracování diplomové práce: **tištěná/elektronická**
Jazyk zpracování: **Slovenština**

Seznam doporučené literatury:

- DANIŠOVÁ, Justina a Petr DANIŠ, 2020. Svobodná hra. Jak nechat vyrůst radostné, odolné a samostatné děti. Praha: Smart Press. ISBN 978-80-88244-17-2.
- GAVORA, Peter, 2006. Sprievodca metodológiou kvalitatívneho výskumu. Bratislava: Regent. ISBN 80-88904-46-3.
- HOFBAUER, Břetislav, 2004. Děti, mládež a volný čas. Praha: Portál. ISBN 80-7178-927-5.
- HOWARD, Justine a Karen MCLNNE, 2013. The essence of play: a practice companion for professionals working with children and young people. Abingdon, Oxon: Routledge, ISBN 978-0415678131.
- KAPLÁNEK, Michal, 2017. Volný čas a jeho význam ve výchově. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-1250-8.

Vedoucí diplomové práce: **Mgr. Eliška Suchánková, Ph.D.**
Ústav pedagogických věd

Datum zadání diplomové práce: **10. ledna 2023**
Termín odevzdání diplomové práce: **21. dubna 2023**

L.S.

Mgr. Libor Marek, Ph.D.
děkan

doc. Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.
ředitel ústavu

Ve Zlíně dne 10. ledna 2023

PROHLÁŠENÍ AUTORA DIPLOMOVÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním diplomové 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 ¹⁾;
- beru na vědomí, že diplomová práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji diplomovou 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 ²⁾;
- podle § 60 ³⁾ 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 ³⁾ odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – diplomovou 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 diplomové práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky diplomové práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

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

Ve Zlíně ...19.04.2023



Univerzita Tomáše Bati Fakulta humanitních studií

1) 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 nevýdělečně 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 nezasaňuje 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 jím 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 přihlídí k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.

ABSTRAKT

Diplomová práca je spracovaná na tému význam slobodnej hry vo voľnom čase. Teoretická časť obsahuje tri kapitoly. Prvá kapitola sa zaoberá vymedzením pojmu slobodná hra a jej prínosom pre dieťa vo všetkých stránkach rozvoja osobnosti. Druhá kapitola sa zaoberá postavením slobodnej hry vo voľnom čase detí. A tretia kapitola pojednáva o hranici medzi riadením a sebariadením vo voľnom čase. V druhej polovici našej práce sa nachádza praktická časť, ktorá bola spracovaná kvalitatívnym výskumom pomocou pološtandardizovaného rozhovoru, ktorý sa zameriava na objavenie hranice medzi riadením a sebariadením vo voľnom čase detí. Taktiež na poukázanie významu slobodnej hry detí v ich voľnom čase. A v neposlednom rade na poukázanie neustáleho plánovania voľného času detí prostredníctvom dospelých.

Kľúčové slová: hra, slobodná hra, voľný čas, riadenie, sebariadenie

ABSTRACT

The diploma thesis is elaborated on the topic of the importance of free play in free time. The theoretical part contains three chapters. The first chapter deals with the definition of the term free play and its benefit for the child in all aspects of personality development. The second chapter deals with the position of free play in childrens free time. And the third chapter discusses the boundary between management and self-management in free time. In the second hal, there is a practical part, which was processed through qualitative research using a semi-standardized interview, which focuses on discovering the boundary between management and self-management in children's free time. Also to point out the importance of children's free play in their free time. And last but not least, to point out the constant planning of children's free time by adults.

Keywords: play, free play, free time, management, self-management

POĎAKOVANIE

Chcela by som poďakovať vedúcej mojej práce Mgr. Eliška Suchánková, Ph.D. za podnetné a odborné rady, ktoré mi poskytla nielen počas konzultácií a v závere mojej tvorby ale i ktoré som od nej získala počas štúdia. Tiež ďakujem všetkým svojim informantom za ochotu, pomoc a poskytnutie podnetných informácií, bez ktorých by sa táto práca nezaobišla. Ešte raz veľmi moc ďakujem.

Prehlasujem, že odovzdaná verzia diplomovej práce a verzia elektronicky nahraná do IS/STAG sú totožné.

OBSAH

ÚVOD	10
I TEORETICKÁ ČÁST	12
1 SLOBODNÁ HRA A JEJ VÝZNAM	13
1.1 VYMEDZENIE POJMU HRA	13
1.1.1 Charakteristické znaky a vlastnosti hry.....	16
1.1.2 Druhy hier	19
1.2 PRINCÍPY SLOBODNEJ HRY	21
1.2.1 Pravidlá slobodnej hry.....	22
1.2.2 Rola dospelého v priebehu slobodnej hry	23
1.2.3 Prostredie a materiál pre slobodnú hru.....	23
1.2.4 Aktívne pozorovanie slobodnej hry	24
1.3 VÝZNAM SLOBODNEJ HRY	25
1.4 ROZVOJ DIEŤAŤA PROSTREDNÍCTVOM SLOBODNEJ HRY.....	26
1.4.1 Kognitívny rozvoj	26
1.4.2 Sociálny rozvoj.....	27
1.4.3 Pohybový rozvoj	27
2 VOĽNÝ ČAS	29
2.1 VYMEDZENIE POJMU VOĽNÝ ČAS.....	29
2.1.1 Funkcie a charakteristiky voľného času.....	31
2.2 FAKTORY OVPLYVNÚJÚCE VOĽNÝ ČAS	32
2.2.1 Rodina	32
2.2.2 Výchovné a vzdelávacie zariadenia	35
2.2.3 Rovesníci.....	36
3 HRANICA MEDZI RIADENÍM A SEBARIADENÍM VO VOĽNOM ČASE	38
3.1 RIADENIE VOĽNÉHO ČASU	40
3.2 SEBARIADENIE V SLOBODNEJ HRE	42
3.3 DOPADY RIADENIA VOĽNÉHO ČASU DETÍ.....	46
3.3.1 Odporúčania ako pristupovať k voľnému času detí	49
II PRAKTICKÁ ČÁST	51
4 VÝSKUM	52
4.1 VÝSKUMNÉ CIELE:	52
4.2 VŠEOBECNÉ A ČIASTKOVÉ VÝSKUMNÉ OTÁZKY:	52
4.3 DRUH VÝSKUMU:	53
4.4 POPIS VÝSKUMNÉHO SÚBORU	53
4.5 VÝSKUMNÝ NÁSTROJ	54

4.6	PRIEBEH VÝSKUMU A SPÔSOB SPRACOVANIA DÁT	56
4.7	VÝSLEDKY VÝSKUMU, ICH ANALÝZA A INTERPRETÁCIA	57
4.7.1	Výsledky a ich interpretácia z pohľadu detských informantov.....	58
4.7.2	Výsledky a ich interpretácia z pohľadu dospelých informantov.....	66
4.8	ZÁVERY VÝSKUMU.....	73
	ZÁVER	80
	ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY	82
	ZOZNAM PRÍLOH.....	87
	PRÍLOHA P I: UKÁŽKA ROZHOVORU S DIEŤAŤOM.....	88
	PRÍLOHA P II: UKÁŽKA ROZHOVORU S RODIČOM	89

ÚVOD

V celej škále podstaty je hra, ktorá sprevádza celý život dieťaťa už od narodenia. Niektorí by povedali, že dospelosťou končí, no nie je to tak, hra je každá činnosť, ktorá nám poskytuje odpútanie sa od reálneho sveta. Práve vďaka hre sa dieťa dokáže lepšie vyrovnávať so skutočným svetom. V hre si dieťa skúša rôzne situácie, varianty udalostí a role. V slobodnej hre o to viac, pretože si ju dieťa volí samo, samo sa v nej rozhoduje a má voľnosť upustiť uzdu fantázie, bez toho aby mu niekto do nej zasahoval. Význam slobodnej hry je v dnešných časoch málo presadzovaný, slobodná hra vo všeobecnosti je málo publikovaná aj ako pojem. Napriek tomu si myslíme, že má nezastupiteľnú úlohu vo formovaní a rozvoji osobnosti dieťaťa či po kognitívnom, sociálnom alebo fyzickom rozvoji.

Voľný čas, je časom na naše aktivity, relaxáciu, odreagovanie sa od každodenných povinností. Prepojenie, ktoré spája slobodnú hru a voľný čas je sloboda. Sloboda rozhodnúť sa kam chceme ísť, s kým a ako stráviť tento voľný čas. Avšak existujú určité faktory, ktoré na neho veľmi silno vplyvajú. Môžeme povedať, že sú to rodina, škola ale i rovesníci. Tieto faktory nemusia vplyvať negatívne, no už zasahujú do našich plánov a túžob, ktoré chceme uskutočniť. Tento proces je riadenie alebo plánovanie voľného času, presadzované najčastejšie rodičmi alebo školskými zariadeniami. Voľný čas majú deti tak moc naplnené práve školskými povinnosťami ale i rodinnými záležitosťami, že na ich záľuby a aktivity im už nezostáva veľa času. Preto sa v našej práci i vo výskume zameriavame na neustále plánovanie voľného času.

Naším najhlavnejším cieľom bolo objaviť hranicu medzi riadením a sebariadením vo voľnom čase detí. Táto hranica je vysvetľovaná na základe rozhrania medzi vnímaním slobodného trávenia voľného času a už riadeného voľného času. Táto hranica je udaná ako zasahovanie, udávanie príkazov a zákazov. Je to moment, kedy dieťa vníma už prekročenie alebo vstúpenie do ich voľného času bez dovolenia alebo s prerušením ich činnosti. Rodič by mal vedieť zvážiť, kedy je vhodné zakročiť a kedy nechať dieťaťu slobodu a voľnosť.

Na základe tohto všetkého sme koncipovali aj našu prácu, kde v teoretickej časti vymedzujeme slobodnú hru a jej základnú podstatu, ktorou je hra, jej druhy a charakteristiky. Ďalej sa zameriavame na význam slobodnej hry a jej všestranné prispievanie k rozvoju osobnosti. V druhej kapitole vymedzujeme už spomínaný voľný čas, kde rozoberáme jeho funkcie, znaky a taktiež postavenie slobodnej hry v ňom samotnom. A tretia kapitola definuje pojmy riadenie vo voľnom čase a sebariadenie v slobodnej hre, ktoré

sú nesmierne dôležité pre správne pristupovanie k voľnému času a slobodnej hre. Pomocou týchto poznatkov potom v praktickej časti popisujeme náš výskum, ktorý sme realizovali kvalitatívne za pomoci rozhovorov s detskými informantmi a rodičmi. Všetky ciele, ktoré sme si stanovili sa nám podarilo v ňom splniť. Pre objasnenie ako sme už vyššie naznačili naším hlavným cieľom vo výskume bolo objaviť hranicu medzi riadením a sebariadením, Taktiež poukázať na význam slobodnej hry vo voľnom čase a na neustále plánovanie voľného času dospelými. Prostredníctvom našej práce a výskumu v ňom realizovaného, chceme zdieľať nepredstaviteľný význam slobodnej hry v živote detí, na dôležité postavenie slobodnej hry vo voľnom čase, pretože čo je lepšie než slobodne robiť to čo ma baví a robí šťastným. A nakoniec najväčší prínos našej práce vidíme v objavení hranice medzi riadením a sebariadením, lebo vďaka nej sa lepšie stavíme k slobodnému hraniu, vieme kedy už dieťa vníma, že ho riadime. Prostredníctvom toho máme možnosť uvedomiť si to a neprekračovať túto hranicu ale nechať dieťa slobodne hrať.

Naša práca nás zaviedla k tomu, že dieťa potrebuje mať voľnosť, možnosť sa slobodne hrať, rozvíjať a samo sa rozhodovať. Takáto voľnosť je nesmierne dôležitá aby dieťa spoznalo svoje vlastné hranice, porozumelo svojej osobnosti našlo svoju hodnotu a sebadôveru. No v určitých chvíľach potrebuje aj správne usmernenie od dospelých aby sa nestalo, že dôjde k nešťastiu, zraneniu alebo, že by dieťa začalo kráčať po nesprávnej ceste, ktorá by viedla k problémom.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 SLOBODNÁ HRA A JEJ VÝZNAM

Hra je súčasť nášho života, formuje nás, ovplyvňuje nás už od útleho detstva. Vďaka hre sa učíme, zdokonaľujeme a rozvíjame svoju fantáziu. Hra nás vedie k slobode, rozhodovaniu a hlavne nás robí šťastnými.

1.1 Vymedzenie pojmu hra

Hra je koncept, ktorý napĺňa našu myseľ rozpormi, keď sa o nej snažíme rozmýšľať nevieme si presne určiť čo to tá hra vlastne je. Hra je vážna, no triviálnym spôsobom, hlboko, nápadito a spontánne, no zároveň je viazaná pravidlami a ukotvená v reálnom svete. Je to detinské, no zároveň je základom mnohých najväčších úspechov dospelých. Z evolučného hľadiska je hra spôsob, akým príroda zabezpečuje, že deti a iné mláďatá cicavcov sa naučia, čo musia robiť aby prežili, naučia sa vnímať realitu na základe skúšania a omylov. Z inej perspektívy je hra Božím darom, ktorý robí život na zemi hodnotným. Nie je ľahké definovať hru, ale treba sa o to pokúsiť, pretože definujúce charakteristiky hry sú silným ukazovateľom na vysvetlenie jej výchovnej sily. Vo všeobecnosti je čistá hra, činnosť, ktorá je na sto percent hravá a bežnejšia u detí ako u dospelých. U dospelých sa hravosť najčastejšie spája s inými postojmi a motívmi, ktoré súvisia so zodpovednosťou dospelých. (Gray, 2013)

No i tak, je treba povedať, že všetci sa príležitostne hráme, či dospelý alebo deti, všetci si vieme predstaviť aké je to hrať sa. Hra je predsa originálom každého jedinca a jej forma sa v čase a spoločnosti mení. Hra je základom detskej ale aj ľudskej sebarealizácie. Objavuje sa na základe vnútorného impulzu a odzrkadľuje podmienky v akých žijeme. (Kotátková, 2005) Hru je takisto, možné chápať ako formu činnosti človeka, ktorá sa od práce a učenia odlišuje. Na hru sa môžeme pozeráť z rôznych aspektov, ktoré obsahuje napríklad sociálny, kreatívny, motivačný, poznávací, pohybový, aspekt fantázie a mnohých ďalších. Zväčša majú hry podobu sociálnej interakcie, ktorá je sprevádzaná presnými pravidlami a na základe dohody medzi aktérmi alebo spoločenskými zvyklosťami. (Mareš et. al., 2003)

Sú naopak autori, ktorí tvrdia, že hra je nevyhnutná pre podporu učenia a životných vzťahov. Takáto činnosť, ktorá je iniciovaná dieťaťom ale zároveň podporovaná pedagógom alebo iným dospelým je dôležitým elementom v procese výučby. Chápu ju ako jednu z hlavných formatívnych aktivít detského sveta. A keď sa nad tým zamyslíme, je to tak, hra je hlavným zdrojom poznatkov, ktoré dieťa získava. Veď práve vďaka poznatkom a skúsenostiam z hry sa dieťa formuje, utvára samého seba a tým pádom sa pripravuje na

úlohu dospelého. Deti budú vždy tvoriť budúcnosť a ak budú správne a dobre pripravené na túto úlohu, môžu pomôcť k ďalšiemu pretváraniu sveta. Takéto hry nazývame didaktickými a najčastejšie sa nachádzajú vo výchovno-vzdelávacích inštitúciách. (Kostrub, 2003)

Vyššie uvedené definície sú len kvapka v mori oproti stovkám definícií, ktoré o hre existujú. No nám stále nie je známe presne čo do hry patrí a čo nie. Justina a Petr Danišovi (2020) uvádzajú, že väčšina autorov vo svojich definíciách uvedie päť kritérií, ktoré sú zoskupené z nasledujúcich charakteristík:

- Hra je braná ako príjemná, zábavná činnosť prinášajúca uspokojenie.
- Hra je slobodne zvolená, spontánna a dobrovoľná, vyžaduje si aktívne zapojenie jedinca a taktiež on sám ju riadi.
- Hra vychádza z vnútornej motivácie, pričom ju nemotivujú vonkajšie funkcie alebo ciele.
- Hra sa odlišuje od vážneho správania, je odtrhnutá od reálneho sveta, existuje v prenesenom slova zmysle, je nedoslovná, je ako sa to vraví „iba akože“.
- Hra si vyžaduje u jedinca aktívny a nestresový stav mysle.
- Hra obsahuje určitú štruktúru alebo pravidlá, ktoré nie sú pevne zakotvené.

Práve v tak uznávaných a opakovaných definíciách a popisoch tejto činnosti, môžeme nájsť jej slabé miesta. Vymedzenie hry ako príjemnej, slobodne zvolenej, osobne riadenej a vnútorne motivovanej činnosti, v ktorej ide hlavne o proces a nie o jej cieľ, je vidieť jej neuveriteľné zidealizovanie. Na tento fakt upozorňuje Fraser Brown, ktorý hovorí o tom, že aby sme docenili komplexnosť hry musíme sa pozrieť ako sa deti hrajú na ihrisku, na trávniku, kdekoľvek a kedykoľvek. Poznáme veľmi veľa podôb hry, kedy povieme, že sú zvolené deťmi ale nie slobodne, že sú riadené ale nie nimi samými, motivované ale nie vnútorne. Keď si uvedomíme tak dieťa zažíva aj chvíle kedy hru úplne samo neriadi a dokonca možno ani nechce tu hru hrať a radšej by robilo niečo iné, no kvôli tomu, že sa predsa len chce hrať s ostatnými a nechce sa vyčleniť z kolektívu, tak pristúpi aj na tento druh činnosti. Áno samozrejme, je tu aj možnosť odísť z hry, no deťom to často ani nenapadne. Alebo z hry nechcú odísť, lebo na odchod by potrebovali veľkú dávku odvahy aby povedali pred ostatnými, že sa k nim nechcú pripojiť. (Danišová, et al. 2020)

Treba v tomto prípade aj spomenúť, že hra vzniká a vyvíja sa pod vplyvom okolia no i vlastnej činnosti dieťaťa, ktorá je riadená dospelým napríklad rodičom, učiteľom alebo vychovávateľom. Takto je dieťaťu vštepovaný spoločenský obsah, pravidlá, normy a vzory správania. (Prevendárová, 2017)

Pravdou je, že hru či ako pojem alebo jej samotnú definíciu si častokrát až príliš moc idealizujeme, práve tým, že ju vymedzujeme len z toho pozitívneho, príjemného hľadiska. Hra môže byť z pohľadu dospelých vnímaná rôzne, môže byť špinavá, krutá, nebezpečná, plná strachu, nevysvetlených emócií a zvukov ale toto všetko sú prirodzené prejavy hry. Typickým príkladom je napríklad hra „Mäso“, ktorá funguje na princípe, že jedno z detí tomu druhému udiera po špičkách prstov čo najsilnejšie, pretože to tak najviac bolí. A zase sa potom hra obráti a vymenia sa a takto sa to opakuje až pokým to jeden zo slzami v očiach nevzdal. No keby ste deti prerušili, s tým, že sa bijú, tak by vám odpovedali, že je to len hra aj keď z pohľadu dospelých často nepochopená. Aj takýmto spôsobom sa môže dieťa rozvíjať a získať určité výhody do jeho budúcnosti, napríklad vytrvalosť, poznanie svojich hraníc, nevzdávanie sa a iné. (Danišová, et al. 2020)

Práve takáto hra je tou základnou prirodzenou hrou, ktorá sa odlišuje od riadenej hry prostredníctvom dospelých a nazývame ju voľnou alebo slobodnou hrou pri ktorej chce dieťa niečo spontánne preskúmať, overiť, vyskúšať, vytvárať a námet na túto činnosť si volí samo. Na základe vlastného rozhodnutia alebo spolu rozhodnutia s iným účastníkom si volí hračky, zástupné alebo doplnkové predmety, ktoré nahrádzajú hračky. Taktiež si volí miesto k hre a jeho úpravy, role a spôsob ich stvárnenia, podmienky a možnosti pre spoločnú činnosť s inými účastníkmi. (Koťátková, 2005) Úlohou slobodnej hry je rozvíjať a podporovať u detí hravosť. Slobodná hra je zdrojom chápania potrieb jednotlivých detí a je predpokladom pre úspešné zvládnutie prosociálneho správania a samostatnosti. Poskytuje dôležité informácie o vzájomných vzťahoch medzi deťmi a aj o deťoch samotných. Slobodná hra je sprostredkovateľom sebavzdelávania čiže prirodzeného a dobrovoľného učenia sa novým vedomostiam a poznatkom, ktoré je vnímané ako sebavzdelávanie. (Caitiová, et al. 1995).

Hra je jednou z troch základných foriem ľudskej činnosti, tie ostatné dve sú učenie a práca. S týmito činnosťami si je v mnohom podobná no i odlišná. Podobné sú si tieto činnosti v tom, že sú to zámerné, spoločensky podmienené činnosti, ktoré formatívno vplyvajú na rozvoj jedinca i celej spoločnosti. Zároveň ako sme už povedali sa i odlišujú a to

zase v tom, že hra je samoúčelná činnost' na rozdiel od učenia, ktoré je účelné pre jedinca. A práca je účelná hlavne pre spoločnosť. Hra nie je pre dieťa povinnosťou ako je učenie a práca ale je uspokojením jeho potreby činnosti. A keďže vieme, že každej činnosti je účelom dosiahnuť niečoho alebo na dosiahnuť zmenu stavu niečoho, tak musí byť sprevádzaná procesom sebaregulácie, čiže riadením seba samého alebo regulácie, prostredníctvom niekoho alebo niečoho. (Prevendárová, 2017)

1.1.1 Charakteristické znaky a vlastnosti hry

Hra ako sme už uviedli je vymedzená autormi práve v dôsledku, rôznych charakteristík a znakov. Avšak nie je jednoduché hru teoreticky definovať. Problémom je, že si pod pojem hra vkladáme až príliš veľa javov s rôznymi povahami. Profesor Brian Sutton-Smith (2001) udáva sedem dôvodov prečo je ťažké hru rozoznať. Prvým je, nejednoznačnosť odkazu, kedy nevieme čo nám tým chce dieťa zdieľať, pýtame sa, je to predstieraný zvuk pištole alebo výbuch sopky. Po druhé, nejednoznačnosť referenta, kedy sa zamýšľame či je potrebné vravieť, že má dieťa v ruke predmet alebo hračku. Ďalším je nejednoznačnosť zámeru, dieťa sa pýta, myslíte to vážne alebo to len predstierate. Podobný význam má aj dvojznačnosť zmyslu, pretože je ťažké niekedy odlíšiť či to zase naopak dieťa myslí vážne alebo je to nezmysel. Po šieste nejednoznačnosť prechodu, kedy nevieme kedy sa dieťa len hrá ako nám tvrdí alebo už je to cez čiaru a treba zakročiť. A posledným je nejednoznačnosť významu, čo je základom všetkého, lebo zisťujeme či je to hra alebo to nie je hra.

Aj napriek všetkým týmto nejasnostiam, sa stále prikláňajú autori k nasledujúcim znakom a vlastnostiam, vďaka ktorým ju dokážu identifikovať a definovať:

- Spontánnosť

V hre si vytvárame a stanovujeme svoje vlastné ciele a podmienky. Hra je činnosť spontánna, nenútená je založená na prirodzenom konaní jedinca. Dobrovoľne sa tejto činnosti venujeme prostredníctvom našej vnútornej motivácie. (Suchánková, 2014)

- Sloboda

Ako sme už načrtli, hra je dobrovoľná, hru si jedinec vyberá sám, hrá sa tak ako chce ako si sám zvolil, sám si ju riadi a sám ovplyvňuje ako bude hra prebiehať. Sloboda je

najdôležitejším znakom hry, robí hru hrou. Slobodne sa rozhodujeme či sa zúčastníme hry niekoho iného a či prijmeme jeho pravidlá. Ak sme do hry nútení, nemôžeme ju kedykoľvek prerušiť, odísť z nej alebo ukončiť ju tak hra prestáva byť hrou. (Gray, 2013)

- Koncentrácia

Ďalším typickým znakom je koncentrácia alebo inak povedané sústredenosť. Počas tejto činnosti sme koncentrovaní a nereagujeme na podnety z okolia. Hlavne detskí účastníci sú hrou tak pohltení a ponorení, že prerušiť ich počas hry je náročné. Dávajú do nej svoje najhlbšie emócie, nevnímajú čas ani priestor, nič čo nesúvisí z hrou nie je súčasťou ich pozornosti. (Suchánková, 2014) Dieťa je veľmi silno zaujaté činnosťou a prerušenie hry okolím je pre neho častokrát ešte náročnejšie než pre okolie, nechce ju opustiť, vyjadruje nesúhlas s jej prerušením. (Koťátková, 2005)

- Fantázia a predstavivosť

Fantázia pomáha deťom prekročiť prah detských možností, umožňuje im obohatenie a zapojenie ich predstáv a skúseností, utvára prepojenie medzi tým čo poznajú a tým čo si predstavujú. Táto schopnosť sa u detí objavuje pred 3. rokom. (Koťátková, 2005)

- Kreativita

Kreativita respektíve tvorivosť je neoddeliteľnou súčasťou hry, kedy dieťa utvára niečo nové, originálne a skonštruované na základe reálneho podnetu či situácie. Kreativnosť je veľmi rôznorodá od vytvárania nových slov a tvarov, slovných spojení, príbehov, telesné a pohybové prevedenie tvorivosti napríklad v tanci či priestorová tvorivosť pri skladaní kociek. (Koťátková, 2005)

- Zmysluplnosť a samoučelnosť

Sme zvyknutí, že hra má určitý cieľ, niečo čo musíme dosiahnuť. Zmyslom hry však častokrát nie je cieľ ale spôsob akým ho dosahujeme, čiže sa dá povedať pravým zmyslom hry je hra samotná. Hra je zmysluplná, utvára takzvaný vnútorný zmysel, ktorý sa rozvíja už od začiatku hry až po jej koniec. Počas hry skúšame nové možnosti, robíme chyby, jednáme impulzívne a častokrát sa nezameriavame na jej výsledok a nebojíme sa aký bude. Je to preto, že výsledok hry nie je pre nás tak dôležitý ako jej samotný priebeh. Dáva nám pocit naplnenia, pocit, že má nejaký zmysel, účel. Preto hovoríme, že hra je samoučelná. (Gray, 2013)

- Opakovanie

Ak sa dieťaťu daná hra páčila a už si ju vyskúšalo, tak sa k nej rado vracia. Opakuje si situácie a pocit s ňou prežitý, kde už sa vie orientovať a kde dochádza do zhody s ostatnými účastníkmi. Jedným z príkladov sú pohybové hry, ktoré rozvíjajú u dieťaťa určité zručnosti. Tento znak sa považuje za jeden z najdominantnejších znakov hry. (Koťátková, 2005)

- Prijatie rolí

Dieťa prijíma role z okolia, uvedomuje si a preskúmava jednanie a správanie druhých, ktoré je sprevádzané situáciami života napríklad povolanie. Dieťa odpozoruje tieto prvky správania a potom ich aplikuje do svojej hry podľa svojho záujmu a situácie. Súčasne skúma svoje skúsenosti a predstavy a overuje ich vo vzťahu k ostatným roliam. (Koťátková, 2005)

- Obsahuje pravidlá

Každá hra má určité pravidlá aj napriek tomu, že je založená na dobrovoľnosti a spontánnosti. Niektoré pravidlá nie sú vyslovené ale sú podvedome dané a prijímané. Hovoríme o pravidlách, ktoré si my sami tvoríme a bez ktorých by častokrát ani hra nebola možná. V hre prijímame a dodržiavame určité pravidlá a podľa nich jednáme a to vyžaduje vynaložiť určité vedomé úsilie. Pri hre s inými účastníkmi, prijímame ich pravidlá a konáme tak aby to bolo pre všetkých správne. Pokiaľ nám pravidlá hry nevyhovujú a nestotožňujeme sa s nimi, hru môžeme kedykoľvek ukončiť a opustiť. Pravidlá sú v hre vnímané ako určitá istota, niečo čo nám dáva oporu ako jednať, učia nás k sebaovládaniu. (Gray, 2013)

Autor Peter Gray (2013) uvádza, že hra má rôzne charakteristiky, avšak všetky sa dajú zredukovať na týchto hlavných päť:

- hra je činnosť, ktorú si zvolíme sami a sami si ju riadime;
- hra je činnosť, pri ktorej sú prostriedky cennejšie ako ciele;
- hra má štruktúru alebo pravidlá, ktoré nie sú diktované fyzickou nevyhnutnosťou, ale vychádzajú z hráčov z ich mysle a vôle;
- hra je imaginatívna, nedoslovná, určitým spôsobom oddelená od „skutočného“ alebo „vážneho“ života;
- hra zahŕňa aktívny, bdely, ale nestresovaný stav mysle.

No i napriek všetkým charakteristikám a znakom, je si treba uvedomiť, že hru nejde presne vymedziť a možno sa ani nikdy nebude dať presne definovať, práve kvôli jej širokému spektru vnímania, prežívania a obohacovania osobnosti. Až príliš často si ju idealizujeme, čím potvrdzujeme názor Fräsera Browna, že hranie sa nie je možné len ak bude spĺňať všetky tieto vyššie uvedené charakteristiky ale, že hranie sa má pre dieťa oveľa širší význam. (Danišová, et al. 2020) Preto sa viac prikláňame k psychologickému chápaniu hry, ktoré nie je odvodené od znakov hry. Toto vymedzenie je od M. Vágnerovej (1999), ktorá označuje hru ako prostriedok na vyrovnanie sa s realitou, ktorá prináša mnohé problémy z poznávacieho alebo emocionálneho hľadiska. Dieťa sa totiž v tejto dobe musí prispôbovať svetu a realite s ním spojenou. No práve prostriedok ako je hra mu umožní správať sa podľa svojich predstáv a prispôbiť si život a jeho úskalia k svojim potrebám a to mu pomôže vyrovnať sa aj s ťažkými situáciami podľa seba. Predošlé vymedzenie hry, je teda možné priradiť aj k definícií slobodného, prirodzeného hrania sa dieťaťa.

1.1.2 Druhy hier

Prostredníctvom množstva hier sa môže dieťa rozvíjať nie len pre daný moment ale aj pre ďalekú budúcnosť. Hry nám umožňujú sa naučiť fungovať samostatne, sebarozvíjať, socializovať, zvládať a analyzovať naše emócie, motivovať sa, odreažovať sa od stresu a situácií, ktoré sú pre nás záťažové. Tieto hry nemusia byť aplikované len pomocou sprevádzajúceho dospelého ale tieto hry deti hrajú aj za úplne spontánnych situácií. (Zelinová, 2007)

V pedagogických publikáciách je množstvo rozdelení hier, my sa ich pokúsime objasniť podľa základných rozdelení:

- **Podľa počtu hráčov**

Keďže už samotný názov rozdelenia napovedá, pôjde v tomto rozdelení buď o hru individuálnu, čiže sa hráme sami alebo o hru skupinovú niekedy nazývanú aj kolektívnu, kedy je viac účastníkov hry. Avšak poznáme aj hru párovú, kedy sa hráme vo dvojici. (Suchánková, 2014)

- **Podľa časového hľadiska**

Z časového hľadiska delíme hru na krátkodobú a dlhodobú. Krátkodobá hra prebieha v každodennom rytme, sú to hry ktoré sa dejú za veľmi krátky čas a častokrát nemajú nijakú nadväznosť. Dlhodobá hra má naopak dlhý priebeh a nadväzuje na ňu pokračovanie, častokrát aj do ďalšieho dňa, či dokonca je to herný plán vytvorený na mesiac a viac. (Suchánková, 2014)

- **Podľa prostredia, kde sa realizuje**

Prostredie, tiež určuje ako sa hra bude členiť a to na vonkajšie respektíve exteriérové a vnútorné hry teda interiérové. Vonkajšie hry sú realizované mimo prostredia domov teda na ihriskách, na lúke, na ceste a na iných miestach. Naopak vnútorné hry sú realizované v uzavretom priestore, doma v izbách a miestnostiach ako je napríklad telocvična. (Lynch, et al. 2020)

- **Podľa pohlavia**

Hry rozdelené podľa pohlavia sú jednoznačne delené na dievčenské a chlapčenské. (Lynch, et al. 2020)

- **Podľa druhu vedenia hry**

Na základe vedenia hry je rozdelená aj slobodná hra, ktorá môže byť označovaná aj ako spontánna. Je to hra, ktorá vychádza zo záujmu dieťaťa a jeho potrieb, prostredníctvom vnútornej motivácie. Je to hra, kedy si dieťa samo volí čo chce robiť, volí si pomôcky respektíve hračky a aj miesto kde sa bude hrať.

Opakom spontánnej hry je hra vedená, je to hra do ktorej zasahuje dospelý a to aj v prípade, že zo začiatku bola hra spontánna. Vedená hra sa označuje preto, lebo hlavnú rolu hrá osoba, ktorá určuje pravidlá, rozhoduje kde sa bude realizovať. Sú to najčastejšie hry založené na ponuke učiteľa respektíve dospelého a majú určité vzdelávacie alebo výchovné ciele. Poznáme však aj hry navodené, a to sú činnosti, ktoré pedagóg ponúkne a sám deti k tejto činnosti motivuje. (Suchánková, 2014)

Ale taktiež poznáme aj iné členenie hier na základe toho čo obsahujú. Jednou z takýchto hier je dramatická hra, niekedy označovaná aj ako námetová. Hovoríme o nej vtedy, ak si dieťa na základe nejakej udalosti, osoby, či podnetu, vytvorí fiktívny príbeh. Môže byť inšpirované napríklad rodičmi (hra na mamu), médiami ale aj rozprávkami (hra na Šípkovú Ruženku). (Lynch, et al. 2020)

Ďalšou hrou je hra kreatívna tiež prezývaná aj konštruktívna. Sem zaradíme hru so stavebnicami, kockami, pieskom či plastelínou. Ide o hru kedy sa dieťa nebojí použiť materiál čo má k dispozícii aj za rizika, že sa zašpiní. (Danišová, et al. 2020)

Jednou s veľmi dôležitých hier, ktoré sa spájajú s útlým detstvom je symbolická hra v ktorej dieťa uspokojuje svoje základné citové a intelektuálne potreby. Vďaka symbolickej hre sa vyrovnáva so sociálnym a fyzickým prostredím a pokúša sa mu porozumieť. Môžeme ju vidieť, keď dieťa chytí do ruky palicu a vraví, že je to meč. (Lynch, et al. 2020)

Pre našu prácu veľmi dôležitá je aj sociálna hra. Je to činnosť, kedy dieťa skúma pravidlá, spoločnosť, zúčastňuje sa hry s druhými, utvára si priateľstvá a svoju vlastnú skupinu do ktorej chce patriť. (Danišová, et al. 2020)

Samozrejme je ešte veľmi veľa hier ako sú pohybová, fantazijná hra, kedy si dieťa predstavuje vymyslené svety, komunikatívna hra spojená s tvorbou slov a skúmaním možností jazyka a mnohé iné hry. (Danišová, et al. 2020)

1.2 Princípy slobodnej hry

Deťom ku hrám stačí málo, samozrejme bez neštruktúrovaného voľného času to nejde. Skutočná slobodná hra je pre deti nenahraditeľná. Náš dnešný uponáhľaný svet, dáva deťom mnoho príležitostí no zároveň ich oddiaľuje od ich slobodného rozhodnutia. Mali by mať nárok podieľať sa na plánovaní a rozhodovaní o svojom živote. Takisto ovplyvňovať a riadiť čo budú kedy robiť a ako. Slobodnú hru preto vidíme ako každú hru, ktorú dieťa pokladá samo za hru a je ním samým zvolená a riadená. (Danišová, et al. 2020)

Každá vec má určité princípy a výnimkou nie je ani slobodná hra. Tieto princípy sú potrebné na to aby sme pochopili ako pracovať so slobodnou hrou a ako ona samotná funguje.

Kým prejdeme ku konkrétnym princípom slobodnej hry je potrebné sa zamerať na všeobecné metodické zásady hier pri zaradovaní do výchovy a vzdelávania aby sme vedeli rozoznať, kedy ide o riadenú hru z vonka alebo vnútornú hru, ktorú si dieťa zvolilo samé:

- Najprv je potrebné objasniť na ktorú funkciu hra pôsobí, ktorú funkciu prevažne rozvíja, napríklad pôsobí na socializačnú funkciu, pomáha dieťaťu sa lepšie začleniť do kolektívu, uvedomiť si určité zásady a pravidlá spoločnosti.
- Po druhé treba si uvedomiť komu ideme hru ponúknuť a pre koho je určená, pretože každá hra nie je vhodná pre každého, napríklad pri agresívnych deťoch si budeme dávať pozor, akú hru môžu hrať, hlavne v oblasti súťaženia
- Po tretie je potrebné sledovať a kontrolovať mimopoznávacie procesy u detí, ako poradca môžeme tieto reakcie ovplyvňovať alebo naopak nechávať samovoľne pôsobiť, môžeme si s deťmi stanoviť pravidlá alebo ich nechať slobodne hrať, učiť deti k sebeovládaniu, a po každej hre môžeme s dieťaťom vyhodnotiť aká hra bola, čo na neho pôsobilo a ako hru vnímal a ako vnímal seba.
- Nakoniec rozhodnúť na základe našich skúseností, ako hra pôsobila na osobnosť detí a či ju zopakovať alebo už sa tejto hre vyhnúť. (Zelinová, 2007)

Vyššie uvedené metodické zásady nám umožňujú pochopiť ako sa na to díva pedagóg, ktorý bude riadiť hru z vonka a ovplyvňovať hru tak aby korešpondovala s jeho dosiahnutím cieľu respektíve cieľov. Áno ako sa v uvádza v odseku tri, je možné byť len pozorovateľom hry a nechať deti slobodne sa hrať a na konci alebo počas priebehu objasniť o akú hru išlo a kam smerovala, či aké pocity dieťa počas nej zažívalo. No do slobodnej hry dieťaťu nezasahujeme, neurčujeme mu ako, kedy a s čím sa bude hrať. (Zelinová, 2007)

1.2.1 Pravidlá slobodnej hry

Pravidlá sú neoddeliteľnou súčasťou každej hry dokonca aj slobodnej hry. Pravidlá v dynamickej skupinovej hre sú veľmi dôležité pre sociálne učenie detí. Tieto pravidlá sa týkajú vytvárania a prijímania určitého spoločného poriadku, ktorý dovoľuje súčasne slobodu i bezpečnosť. Kvôli zachovaniu bezpečnosti je dôležité stanoviť pravidlá slobodnej hry. Umožní zachovať bezpečné prostredie, pomôže ujasniť povinnosti a práva detí.

Deti by mali tieto pravidlá spolu vytvoriť, prijať a rešpektovať. Pokiaľ ich deti porušia, je potrebné to s nimi prediskutovať a nájsť cestu k tomu, aby sa táto situácia vyriešila a zároveň došlo k pochopeniu a možno aj k spoluvytváraniu nových pravidiel, aby lepšie korešpondovali s detským presvedčením. (Koťátková, 2005) Zároveň poznáme aj pravidlá, ktoré nie sú vyslovené ale podvedome ich prijímame. Vtedy môžeme povedať, že sú to pravidlá, ktoré my sami vytvárame a bez ktorých by hra nebola možná. (Gray, 2013)

1.2.2 Rola dospelého v priebehu slobodnej hry

Sebavzdelávanie prostredníctvom hry a skúmania si vyžaduje obrovské množstvo neplánovaného času – času na to, čo človek chce robiť, bez nátlaku, úsudku alebo zasahovania od autorít. Tento čas je potrebný na nadväzovanie priateľstiev, hranie sa s nápadmi a materiálmi, prežívanie a prekonávanie nudy, poučenie sa z vlastných chýb a rozvíjanie vášní. Je potrebné aby sme uznali, že mladí ľudia potrebujú skúmať a hrať sa sami, aby sa stali aj oni neskôr kompetentnými dospelými. (Gray, 2013) Rola dospelých v hre zahŕňa aj spôsob ako budú komunikovať s dieťaťom počas hry. Dospelí musia komunikovať s deťmi verbálne aj neverbálne. Počas hry sa dospelí potrebujú naladiť na neverbálne podnety, aby pochopili, čo si deti myslia a čo cítia. Pre niektoré deti môže byť nemožné komunikovať tieto myšlienky a pocity verbálne. Pokiaľ ide o verbálnu komunikáciu, dospelí sa musia zapojiť do dialógu, ktorý dáva dieťaťu zmysel. Ide nad rámec používania slovnej zásoby, ktorej dieťa rozumie. Hracie podnety sú neverbálne aj verbálne. Neverbálne signály sú signály, ktoré deti komunikujú prostredníctvom akcií, dotykov a výrazov. Naopak verbálne signály sú prostredníctvom slov, ktoré by mali dospelí chápať a vedieť sa pozrieť na detskú hru a jej prejavy z perspektívy dieťaťa a účastníka hry. (Howard, et al. 2013)

1.2.3 Prostredie a materiál pre slobodnú hru

Dospelí by mali deťom vytvoriť priestor na hranie. Musí to byť priestor, ktorý má dobré zdroje a dokáže vyhovieť potrebám a túžbam detí. Musí mať rôzne vybavenie a materiály, ktoré môžu deti inšpirovať pri hre. Priestor na hranie, kde sa deti cítia pod kontrolou, môžu vyjadrovať svoje rozhodnutia a cítiť pocit sviežosti. Niektoré herné priestory môžu deťom umožniť úplnú kontrolu vo výbere a slobode, zatiaľ čo iné priestory na hranie môžu byť viac

obmedzené. Ak deťom poskytneme určitý pocit kontroly, možnosti výberu a slobody, stále im to umožní cítiť sa hravo a pristupovať k činnostiam ako pri hre. (Howard, et al. 2013)

Herný priestor ako už vyššie spomíname je veľmi dôležitou podmienkou slobodnej hry a s ktorého nedostatkom sa stretáva väčšina materských škôl. Optimálny priestor sa pohybuje od 1,5 do 2 m na dieťa. Pokiaľ je tento optimálny priestor zachovaný, neznižuje sa rozsah sociálnej interakcie medzi deťmi, ak klesá, vzniká nebezpečenstvo agresívneho a antisociálneho správania. Veľmi významné sú tiež zákutia pre individuálnu hru či hru vo dvojiciach alebo trojiciach, a to nielen v interiéri, ale aj v exteriéri. Svoje opodstatnenie má aj priestor na relaxáciu, ktorý slúži na odpočinok, počúvanie hudby či prezeranie kníh. (Opravilová, 2004) Sebavzdelávanie tiež vyžaduje priestor – priestor na túlanie sa, na únik, na skúmanie. Tento priestor by mal v ideálnom prípade zahŕňať celý rad terénov relevantných pre kultúru, v ktorej sa človek vyvíja. Dospelí by mali veriť svojim deťom, že použijú dobrý úsudok pri rozhodovaní, ako ďaleko by sa mali odvážiť od ostatných do potenciálne nebezpečných oblastí. Môžu preskúmať okolité lesy, polia a neďaleký potok, ísť kamkoľvek, kam chcú, aby sa venovali svojim záujmom, pokiaľ dajú ostatným vedieť, kam idú, a prijímú primerané bezpečnostné opatrenia. (Gray, 2013)

1.2.4 Aktívne pozorovanie slobodnej hry

Pri voľných hrách môžeme svoju pozornosť zamerať na celú skupinu detí, ale aj na jednotlivcov. Môžeme sa zamerať na prvky rozvoja ako v oblasti kognitívnej, tak aj pohybovej, sociálnej či emocionálnej. Poznatky a porozumenie, dieťaťom získané prostredníctvom pozorovania sú nevyhnutné aj pre jeho následnú výchovu a vzdelanie či v rodinnom prostredí alebo výchovno-vzdelávacom. Dieťa v predškolskom veku je na začiatku utvárania vzťahu k sebe samému a utvárania svojho sebapojatia, a preto je potrebné využívať pri pozorovaní slobodných hier nedirektívne prístupy prostredníctvom akceptácie, empatie, autenticity a facilitácie. (Koťátková, 2005)

Pedagogická diagnostika je každodennou súčasťou práce pedagóga. Jej podstatou je pozorovanie dieťaťa v rôznych situáciách a analýze výsledkov jeho činnosti. Vychádza zo znalosti dieťaťa, jeho rodinného prostredia a zdravotného stavu. Z pozorovaní si pedagóg utvára osobitý individuálny pohľad na každé dieťa, ktorý je dôležitým základom pre voľbu vhodných metód prístupu a správania pre toto dieťa. (Opravilová, 2004)

1.3 Význam slobodnej hry

Význam hry ako takej je veľmi podstatný a to nielen pre rodičov, pedagógov ale aj pre samotné deti, určuje ich, dotvára ich a pripravuje im cestu do skutočného života. Slobodná hra dodáva do hry práve najväčší význam a to slobodu, slobodu hrať sa s kým chceme, ako chceme a s čím chceme. Nezávisí od riadenia niekoho iného ale od nás. Môžeme ju vidieť u detí, keď skáču do kaluží po daždi, keď modelujú z hliny postavičky. A aj keď prídu tieto hry pre nás možno nezmyselné, dávajú dieťaťu možnosť pokusu a omylu, slobody, uvedomenia si svojej voľby a následné prijatie jej následkov.

Slobodná hra je často vnímaná ako bezúčelná, teda bez hlbšieho zámeru, a tak dochádza často k znižovaniu jej hodnoty. Je vnímaná ako činnosť, ktorá je určená pre zvyškový čas v ktorom sa len vyčkáva kým budú všetky deti spolu a možno začať so skutočným rozvojom. Toto podceňovanie voľnej hry býva častokrát už v predškolskom veku a to vedie k tomu, že je deťom tento spôsob aktivity vytýkaný, niekedy aj upieraný. A možno preto sa u detí tak často vyvíja prvá nechuť na školu a učenie, ktoré sú spájané s neradosnými povinnosťami. Dokonca sa v súčasnosti môžeme stretnúť s deťmi, ktoré sa nevedia voľne hrať, hoci oplývajú najrôznejšími poznatkami. (Caiatiová, et al. 1995) A toto sa deje práve preto, že slobodná hra býva s pribúdajúcim vekom často dospelými považovaná za zbytočné strácanie času a to hlavne v oblastiach výchovných a pedagogických zariadeniach, kde hra je predstavovaná ako činnosť, ktorá má naplňovať nejaké didaktické zásady a má viesť k jasnému a zreteľnému výsledku. Avšak základom slobodnej hry je umožnenie dieťaťu sa hrať a to je nevyhnutné pre aktívnu sebarealizáciu. Sebarealizáciu si dieťa volí na základe úrovne svojho rozvoja, svojho záujmu, tempa, schopností a skúseností začleňovať do nich predmety, osoby a javy a samotný svet. A tak sa dostávame k názoru, že by mala mať slobodná hra v materskej škole prednosť pred vzdelávacími aktivitami. (Koťátková, 2005)

Hra významne pôsobí na život dieťaťa, ako v oblasti kognitívnej, tak i v oblasti sociálnej. Jej silným spúšťačom je radosť z činnosti v takej forme a v takom rozsahu v akom sa nachádza úroveň zrelosti dieťaťa. Dieťa hru realizuje vedome, za účelom aby sa niečo naučilo, aby si skúsilo určité role ale podstatné je, že to robí preto, že ho to zaujíma a teší, chce niečo konkrétneho preskúmať a na základe toho sa niečo naučí a získa vďaka tomu nové skúsenosti. (Koťátková, 2005)

No úpadok voľnej hry a karieristický prístup k detstvu si vyžiadali krutú daň. Voľná, slobodná hra je prostriedkom prírody ako naučiť deti, že nie sú bezmocné.

Oddelené od dospelých, ju deti skutočne ovládajú a môžu si precvičiť svoje presadzovanie. Vo voľnej hre sa deti učia robiť vlastné rozhodnutia, riešiť vlastné problémy, tvoriť a dodržiavať pravidlá a vychádzať s ostatnými ako rovnocenní a nie ako poslušní alebo rebelujúci podriadení. (Gray, 2013)

1.4 Rozvoj dieťaťa prostredníctvom slobodnej hry

Na rozvoj dieťaťa prostredníctvom slobodnej hry sa častokrát zabúda. Dospelí si nevedomujú význam a dôležitosť slobodnej hry a prispenia k tomu aby sa dieťa osamostatnilo a jednoduchšie aplikovalo jeho skúsenosti v budúcnosti pri jeho práci aj v osobnom živote. Avšak ak sa k tomuto rozvoju nedáva patričný význam, tak sa môže stať, že deti už len čakajú na úlohu od dospelého, ktorú dokážu rýchlo splniť, ale samostatne nie sú schopné si na základe vlastnej voľby činnosť slobodne vybrať. Môže sa stať, že dieťa bude pomimo detskej skupiny a nedokáže sa začleniť a nadviazať vzťah s rovesníkmi, nieto sa presadiť. Ich kognitívne znalosti bývajú často na veľmi vysokej úrovni, ale nedostatočné sociálne zručnosti im nedovoľujú, aby ich dokázali v praxi slobodne využiť. (Caiatiová, et al. 1995)

Hravosť (pud hrať sa) slúži na vzdelávacie účely, ktoré dopĺňajú zvedavosť. Zatiaľ čo zvedavosť motivuje deti k hľadaniu nových vedomostí a porozumenia, hravosť ich motivuje precvičovať si nové zručnosti a kreatívne ich využívať. (Gray, 2013)

1.4.1 Kognitívny rozvoj

V rámci slobodnej hry ako vývojového základu poznávania a učenia, môžeme pozorovať opakovanej snahy aplikovať získané poznatky a skúsenosti, postupne analyzovať úroveň vznikajúcich vzťahov, vhodných a nevhodných postupov pri realizácii činnosti. Taktiež môžeme zaznamenať vnútorné predstavy plánu a jeho postupné naplňovanie s hodnotením výsledku alebo produktu na základe svojich vnútorných kritérií. (Kotátková, 2005)

V hrách sa rozvíja myslenie dieťaťa. Popri manipulácii s predmetmi si začína uvedomovať ich vlastnosti, vzájomné vzťahy. Myslenie sa prejavuje zmysluplným využitím predmetov v hrách. To môžeme pozorovať už u celkom malých detí, skôr ako začnú hovoriť. Myslenie detí úzko súvisí s rozvojom reči a komunikácie. (Lynch, et al. 2020)

1.4.2 Sociálny rozvoj

Sociálny rozvoj je v tejto oblasti chápaný ako rozvoj vzťahov medzi jedincami navzájom ale taktiež aj medzi jedincom a konkrétnymi spoločnosťami. Prítomnosť sociálnych znakov ako sú vzťahy, sú v hre dôležité, menia sa a vyvíjajú. Dieťa si stále viac uvedomuje, že jeho individuálny rozvoj je spojený so záujmom o iné deti a tak ich vyhľadáva ku hre. Počas tohto procesu sa utvára ich sociálne správanie a to prostredníctvom vnímania, rešpektovania a prijímania druhého. S tým samozrejme úzko súvisí uvedomenie si, že aj ja musím niečo urobiť preto, aby som bol inými vnímaný, rešpektovaný a prijímaný. A túto skutočnosť budem zase očakávať od druhých. (Koťátková, 2005)

Detská hra je pre deti tak isto dôležitá a významná ako je pre dospelých pracovná činnosť. Hra je pre dieťa veľmi zásadná a prínosná činnosť a preto ju s veľkou intenzitou realizuje. Hra plní niekoľko úloh. Jednou z nich je vznik nových priateľstiev aj veľa vysokoškolských študentov si spomína na priateľstvo a konkrétne zážitky z hier s rovesníkmi už z materskej školy a mladšieho školského veku a veľmi presvedčivo ich uvádzajú ako dôležité atribúty detstva. (Koťátková, 2005)

V sociálnej hre sa deti učia, ako vyjednávať s ostatnými, ako potešiť ostatných a ako modulovať a prekonávať hnev, ktorý môže vzniknúť z konfliktov. Voľná hra je tiež prostriedkom prírody, ktorý pomáha deťom objaviť to, čo milujú. Vo svojej hre si deti vyskúšajú množstvo aktivít a zistia, kde sú ich talenty a záľuby. Žiadnu z týchto lekcií nemožno vyučovať verbálnymi prostriedkami; možno ich naučiť len skúsenosťou, ktorú poskytuje voľná hra. (Gray, 2013)

1.4.3 Pohybový rozvoj

Dieťa je už od narodenia podnecované k pohybovému rozvoju či svojou motiváciou alebo prostredníctvom motivácie od druhých. Dieťa vo svojich začiatkoch pohyb vyhľadáva, je to pre neho hra na skúšanie, na zistenie svojich možností. Poznáme deti, ktoré sú hypermotorické a bez pohybu nevedia fungovať, veľmi aktívne ho vyhľadáujú. Ak je takéto dieťa nesprávne pochopené, môže to mať za následok hľadanie pohybu v problémových činnostiach. Takéto deti by práve mali byť stimulované pohybovými hrami, umožniť im pohyb pre ich následný rozvoj. Naopak poznáme deti hypomotorické, ktoré sa do činnosti spojených s pohybom až príliš málo angažujú a bývajú často šikanované alebo nesprávne

nálepkované za lenivé. Tieto deti sa pohybovo rozvíjajú inak v inom tempe a treba nájsť spôsob pohybu, ktorý ich bude baviť a naplňať. Najčastejším prípadom sú deti s normálnym motorickým vývojom, kedy sa primerane stavajú k aktivitám a činnostiam. Voľné pohybové hry poskytujú každému typu dieťaťa taký typ záťaže, na ktorom sa dieťa samo podieľa a ktoré je adekvátne k jeho telesnému rozvoju. Dieťa sa telesne rozvíja najčastejšie práve hravými aktivitami, kedy si samo neuvedomuje ale určuje si svoje limity, spoznáva svoje telo a ako reaguje pri pohybe. (Kotátková, 2005) Pri energetickej hre vonku si deti zámerne dávajú miernu dávku strachu, keď sa hojdajú, šmýkajú alebo krúčia na zariadení na ihrisku, lezú na stromy alebo po zábradlí a tak sa učia ovládať nielen svoje telo ale aj svoj strach. (Gray, 2013)

2 VOLNÝ ČAS

Volný čas je pre každého z nás veľmi dôležitý, obzvlášť pre deti. Je to čas, kedy naberajú nové sily, oddychujú, tvoria, povoľujú uzdu svojej fantázie, vzdelávajú sa a robia mnohé iné veci. Avšak všetko toto robia z vlastnej vôle. Volný čas by mal byť čas, kedy máme slobodnú ruku nad sebou a nad tým čo budeme robiť a tak by sme mali viesť aj deti. Deti potrebujú svoj vlastný voľný čas, čas na robenie chýb, čas na skúšanie nových skúseností a zručností, čas na odpočinok ale aj čas na hranie.

2.1 Vymedzenie pojmu voľný čas

Čas je základná dimenzia, istota a šanca ľudského života. V jeho priebehu sa človek stretáva z jeho rôznymi podmienkami a vplyvmi či negatívnymi alebo pozitívnymi, ktoré môžu podporovať a stimulovať ľudské prežívanie alebo ho naopak brzdiť a znemožňovať. Časové vymedzenie ľudského života vyžaduje aby sa človek neustále usiloval o to, aby jeho čas bol plnohodnotne využitý. (Hájek, et al. 2008)

Definícia voľného času stojí na základe dvoch interpretácií z nemeckého pojmu *Freizeit* (v preklade voľný alebo slobodný čas), ktorý predkladá voľný čas kvantitatívne na základe oddelenia času od povinností. Pozerá sa na čas z objektívneho hľadiska.

A z interpretácie francúzskeho *loisir* v anglickom ekvivalente *leisure*, ktorý sa prekladá tiež voľný čas avšak slovo ako také neobsahuje časový aspekt, ale skôr kvalitatívne predkladá špecifickú povahu oblastí života, ktoré nie sú spájané s potrebou prežitia alebo povinností. Pozerá sa na čas zo subjektívneho hľadiska. Tieto dve interpretácie sa väčšinou prelínajú. (Kaplánek et al., 2017)

Voľný čas teda môžeme definovať z dvoch rozličných pohľadov respektíve prístupov a to sociologizujúci prístup a psychologizujúci prístup.

V rámci sociologizujúceho prístupu chápeme voľný čas ako čas, ktorý oddelíme od času zameraného na vykonávanie povinností ako sú napríklad práca, škola a taktiež na uspokojovaní potrieb ako sú jedenie, pitie, životné potreby človeka.

V rámci psychologizujúceho prístupu, chápeme voľný čas ako činnosť, voči ktorej jedinec zastáva určitý postoj a podľa toho aký prikladá k tejto činnosti význam. Je to subjektívne chápaný čas, ktorý jedinec vníma ako čas sám pre seba. (Babiaková et al., 2007)

Voľným časom nazývame to kedy človek vykonáva činnosť bez nejakého nátlaku a záväzku, ktorý vyplýva z jeho sociálnej role či statusu. Je to čas, ktorý nevyplýva z pracovnej povinnosti alebo z nejakej nutnosti rozvíjať sa či pre zachovanie svojho života. Pozitívnejšie ho však môžeme definovať ako činnosť do ktorej vstupujeme slobodne a s očakávaniami, vzbudzuje u nás príjemné pocity a prináša pozitívne zážitky a uspokojenie. (Hofbauer, 2004)

Podobne sa k pojmu stavajú autori J. Průcha, E. Walterová, J. Mareš (2001), ktorí voľný čas definovali ako dobu, kedy si môžeme slobodne vybrať svoje činnosti, ktoré robíme radi a dobrovoľne a tieto činnosti nám prinášajú pocit uspokojenia a uvoľnenia.

Voľný čas je časťou ľudského života, ktorá sa uskutočňuje mimo pracovnej doby (škola, práca) a mimo času do ktorého zahŕňame biofyziologické potreby človeka (spánok, jedenie, osobná hygiena...), chod rodiny, domáce práce, starostlivosť o deti, nutné cestovanie napríklad za prácou a ďalšie mimopracovné povinnosti, ktoré uskutočňujeme z nutnosti. Takže môžeme povedať, že voľný čas je čas, ktorý má človek k dispozícii po splnení týchto potrieb a povinností, teda doba počas, ktorej má priestor na sebazdokonaľovanie a sebarealizáciu. (Hájek, et al. 2008)

„ **Pod pojem voľný čas sa bežne zahrňuje:**

- *odpočinok,*
- *rekreácia,*
- *zábava,*
- *záujmové činnosti,*
- *záujmové vzdelávanie,*
- *dobrovoľná spoločensky prospešná činnosť,*
- *účasť na verejnom živote.*“ (Pávková, et al. 2002, str. 13)

Disciplínu, ktorá sa zaoberá voľným časom nazývame pedagogika voľného času. Pedagogika voľného času sa zaoberá prevažne porozumením voľnému času a jeho cieľmi, obsahom a postupmi výchovného zhodnocovania voľného času. Zaoberá sa taktiež organizáciami a inštitúciami, ktoré tieto aktivity praktizujú alebo pre tieto inštitúcie vytvárajú podmienky. Okrem všetkého sa zaoberá osnovami jeho ďalšieho vývoja prepracovanými na základe spoločnosti a odboru samotného. (Hájek, et al. 2008)

2.1.1 Funkcie a charakteristiky voľného času

E. Kratochvílová (2004) dala dohromady činnosti, ktoré voľný čas zahrňujú a v nich obsiahla veľmi dôležité funkcie:

- zdravotno- hygienická funkcia (práca, štúdium).

Podľa Babiakovej et al. (2007) táto funkcia je založená na dodržiavaní psychohygienických princípov a v striedaní rozličných foriem aktivít. Pod tým chápeme pravidelné striedanie pracovných činností a oddychu, taktiež striedanie povinných a dobrovoľných aktivít.

- sebarealizačná funkcia (uspokojenie záujmov a potrieb)

Pod touto funkciou sa chápe voľný čas ako priestor pre uspokojovanie a rozvíjanie individuálnych potrieb, záujmov a schopností človeka. Jadrom je ponuka záujmových činností, ktoré človek robí dobrovoľne, rád, podľa vlastného výberu a v ktorých má možnosť uplatňovať svoje túžby, predstavy a individuálne pohnútky. (Hanuliaková, 2020)

- formatívno- výchovná funkcia (výchovno-vzdelávací a sebvzdelávací proces)

Formatívno- výchovná funkcia vyjadruje jednotlivé možnosti pre formovanie osobnosti, jej potrieb, záujmov, schopností, návykov, rozvíjania motivácie, tvorivosti, výchovu mravných cností, pozitívneho vzťahu k hodnotám, kde pričleňujeme aj vzťah k voľnému času a k hodnotovým orientáciám. Základným cieľom je vytvárať vhodné podmienky na sebarealizáciu a rozvoj osobnosti vo voľnom čase. Táto funkcia je však obmedzená faktormi, akými sú vek, pohlavie, zdravotný stav a iné. (Hanuliaková, 2020)

- socializačná funkcia (socializácia sa prehľbuje a skvalitňuje)

Pod pojmom socializačná funkcia je možné uviesť aj jej iný názov a to spoločenská funkcia. Predstavuje socializáciu človeka, jeho aktívne začleňovanie do spoločnosti, kolektívu, do rôznych vzťahov a prijímania rolí, ktoré človek v živote zastáva. Vytvára podmienky na tvorbu vzájomných vzťahov prostredníctvom podujatí, výletov, hier, súťaží, besied, záujmových činností. Prostredníctvom socializácie existuje možnosť osvojiť si spoločenské normy, vzory správania ale aj možnosti sociálneho učenia v prirodzených a každodenných situáciach. (Hanuliaková, 2020)

- preventívna funkcia (zmysluplné trávenie voľného času)

Pozostáva z poskytovania rozličných zaujímavých ponúk na hodnotné využívanie voľného času v záujmovej a inej činnosti, pri zábave, rekreácii v spoločensky priaznivých podmienok a formách s možnosťami uplatnenia ambícií, osobných aspirácií, túžob. Je účinnou ochranou pred konzumným spôsobom života, ktorý spôsobuje negatívne spoločenské javy i nevyužitým trávením voľného času. (Hanuliaková, 2020)

2.2 Faktory ovplyvňujúce voľný čas

Faktory ako sú rodina, škola rovesníci alebo širší sociálny kontext hrajú kľúčovú rolu aj v súvislosti s reguláciou (riadením) a sebariadením (autoreguláciou) a tieto faktory môžu prispieť alebo naopak uškodiť. Zlyhanie sebaregulačných mechanizmov ako sú autoregulácia správania a autoregulácia emócií môže mať za následok výskyt problémov v školskom ale aj v rodinnom prostredí. No najväčšie riziko je u detí s veľmi málo podnetného prostredia a u detí s predispozíciou k rizikovému správaniu. Avšak s týmito pojmami sa budeme zaoberať až v nasledujúcej kapitole. (Hrbáčková, et al., 2018)

2.2.1 Rodina

Rodina je prvotným faktorom, ktorý zabezpečuje dieťaťu stret s voľným časom a jeho nasledovné chápanie a trávenie. Rodina je so sociologického hľadiska chápaná ako určitý spoločenský útvar. Je to malá primárna a neformálna spoločenská skupina, ktorá je hlavne charakteristická silnými citovými putami a tiež vzájomným intímnym spolužitím jej členov. V pedagogike môžeme rodinu definovať ako najstaršiu spoločenskú inštitúciu, plniacu viaceru funkcií a to socializačnú, ekonomickú, sexuálno-regulačnú, reprodukčnú, výchovnú a ďalšie. (Derková, 2018)

Rodina, však v modernej dobe prechádza krízou, jej funkcie môžu byť ohrozené, čo veľmi silným spôsobom vplýva na voľný čas detí. Rodiny, ktoré sú funkčné dávajú dieťaťu vhodný predpoklad na vývin a rozvoj.

Naopak rodiny dysfunkčné v ktorých zlyháva väčšina funkcií alebo dokonca všetky, bezprostredne vplýva na vývin a rozvoj dieťaťa, čo môže viesť v budúcnosti napríklad

k problémom so začlenením, v komunikácií a v inom. V takýchto rodinách je potrebná sanácia, aplikované opatrenia zvonku. (Prevendárová, 2017)

Medzistupňom sú rodiny problémové v ktorých síce zlyhávajú určité funkcie ale rodina je schopná samostatne si s nimi poradiť a dieťa významne neovplyvňuje na vývine a rozvoji.

No posledným typom sú afunkčné rodiny, kde je návrat do základného poslania rodiny už nemožný. Dieťaťu nielen osobitne škodí ale ho aj silno ohrozuje na živote. V tejto rodine dieťa nemôže ostať a tak býva buď odňaté do inštitucionálnej starostlivosti alebo do starostlivosti príbuzných. V takejto rodine je voľný čas trávený na uliciach, dieťa sa môže naučiť nevhodné návyky a nimi tráviť voľný čas. Deti sú v takýchto rodinách odstrčené na okraj a preto hľadajú ako tráviť voľný čas inde, čo môže mať za následok prejavy sociálnepatologického správania. (Derková, 2018)

Rodina je aj napriek, všetkým problémom, centrom socializácie a formovania dieťaťa v oblasti sociálnej, kognitívnej ale aj afektívnej:

- Rodina uspokojuje základné, primárne potreby dieťaťa jeho života. Do nich zahrňujeme uspokojovanie biologických, psychických potrieb, potrebu bezpečia a ochrany, potrebu lásky, no a taktiež aj stimuluje primerané množstvo a intenzitu podnetov, či tvorbu pravidelnosti a časového usporiadania...
- Rodina uspokojuje veľmi významnú potrebu spolupatričnosti, ktorej je zmyslom a podstatou mať niekoho na blízku, niekomu komu dôverujeme a s kým prežívame pocit, že niekam patríme.
- Rodina poskytuje dieťaťu už od útleho veku priestor na jeho aktívny prejav, sebarealizáciu a súčinnosť s inými. Dieťa má možnosť obohatenia seba ale aj druhých, v tvorbe svojej identity, svojho ja a zároveň aj porozumenie okolitému svetu.
- Rodina privádza dieťa do vzťahu k hmotným veciam, k ich hodnote a tiež k záujmu o domácnosť. Je dôležité aby si dieťa kultivovalo vzťah k hmotným a nehmotným veciam, k prostriedkom a materiálnym hodnotám rodiny.
- Rodina určuje počiatočné prežívanie seba samého v rámci gendrových rolí, dievča, chlapec. Vkladá do svojho sebapoňatia vzory ako sú matka, otec, teta, strýko ale aj babka a dedko.

- Rodina poskytuje dieťaťu bezprostredne pôsobiace vzory a príklady, či odpozorovaním rolí rodičov, príbuzných či iných. Vzory a príklady prežitím určitej situácie, vcítením sa do iných alebo konaní, napodobnením, dieťa si uvedomuje osobnosť druhého a tak chce byť aj on osobnosťou a formovať ju podľa vzoru.
- Dieťa je prirodzene a nenásilne zapájané do činností rodiny, najčastejšie hernej, pracovnej, záujmovej alebo rekreačnej. A dané činnosti majú potom vplyv na to akým spôsobom si zakladá, upevňuje a rozvíja vzťah k povinnosti, zodpovednosti, ohľaduplnosti a k úcte.
- Je miestom, ktoré otvára dieťaťu možnosť vstúpiť do medzigeneračných vzťahov a tým hlbšie preniknúť do chápania ľudí s rôznym vekom, založením a rôzneho postavenia. Vďaka vzoru rodičov, prarodičov, súrodencov odlišného veku, príbuzných a priateľov si utvára predstavu o spoločnosti a svetovej diverzite. Uvedomuje si diverzitu problémov, predstáv, konaní ale aj povinností spätých s vekom, príslušnosťou. A na základe toho sa vie naň kriticky pozerat' a vnímat' ho aj z iného uhlu.
- Rodina je pre deti a dospelých prostredím, kde si môžu dôverovať, navzájom si porozumieť, pochopiť a zveriť. Rodina pomáha v situáciách životnej krízy. Práve táto oblasť nadobúda veľký význam pri vstupe dieťaťa do výchovno-vzdelávacích zariadení, práve z dôvodu spoločného prežívania neúspechov, sklamaní a kríz. (Helus, 2007)

Všetky tieto oblasti neuveriteľným spôsobom vplyvajú na to akú bude prikladať dieťa dôležitosť na trávenie jeho voľného času. Na to akým smerom sa uberie, ako a s kým bude tráviť voľný čas. Ak je dieťa z rodiny, kde sa mu dostáva správny a vhodný pohľad na zvládanie konfliktov, na utváranie vzťahov a správania medzi sebou tak sa to značne ukáže na trávení jeho voľného času. Hlavne na tom ako si ho vie usporiadať, či vie povedať svoj názor, či bude vedieť, kedy je dôležitejšie vykonať povinnosť a kedy naopak je čas oddychu a čas pre seba samého. Veľakrát rodina nie je schopná umožniť a podporovať zapojenie detí do aktivít voľného času, ba dokonca im prístup k aktivitám vo voľnom čase sťaží alebo vôbec neumožní. Vplyv rodičov a celej rodiny na dieťa je obrovský a v mnohých oblastiach zásadný, predovšetkým výchovou a množstvom voľného času, ktorý svojim deťom sú rodičia schopní a ochotní venovať. Určitou výhodou či naopak nevýhodou je aj sociálne

postavenie rodiny alebo jej finančná situácia. Rodina je neodmysliteľným faktorom, ktorý vplyva na celú škálu prežívania voľného času ale aj vyberania si aktivít a činností vo voľnom čase. (Danišová, et al. 2020)

2.2.2 Výchovné a vzdelávacie zariadenia

Postupom času dieťa nadobúda určité povinnosti s ktorými je spájaný predškolský a školný vek. Dieťa sa vo vzdelávacích a výchovných zariadeniach stretáva so štruktúrou trávenia času, oboznamuje sa s jeho riadením a časovým poriadkom. V tomto období je pre dieťa dôležité ako trávi svoj voľný čas. (Pavková, 2014)

Škola je druhým základným pilierom, ktorý ovplyvňuje voľný čas. Je to výchovno-vzdelávacia inštitúcia, ktorá v určitom presne danom období života človeka pomáha výrazne rozvíjať všetky stránky jeho osobnosti. Škola má rozhodujúce postavenie pri rozvoji poznania, pri utváraní všeobecných ale aj špecifických schopností no taktiež aj zručností a návykov. Pôsobí zároveň aj na hodnotovú orientáciu na tvorbu sociálnych vzťahov ale aj na spôsob akým prežívať nejakú činnosť. Sila pôsobnosti na dieťa prostredníctvom školského prostredia je však v danej dobe presadzovaná skôr na výkon a dosahovanie úspešnosti než na dôležité oblasti, ktoré sú jej skutočnou podstatou. (Oberuč, 2019)

Moc školy ako faktoru pôsobiaceho na dieťa sa musí redukovať. V danej dobe je potrebné, hovoriť o tom, že v škole musí nastať typický moment zmäkčovania vzťahu hlavne medzi pedagógom a žiakom, ktorý je vnímaný ako príliš odosobnený a formálny. Tento proces zmäkčovania by mal pôsobiť nielen na výkon dieťaťa a zmäkčovaním foriem hodnotenia ale aj zmäkčovaním chápania školskej činnosti z pracovnej skôr na hravú alebo zážitkovú. Táto nová ideológia je paradoxne pri plánovaní konkrétnych reformných krokov limitovaná čo môžeme vidieť aj na súčasných legislatívnych reformných návrhoch, napríklad školského zákona. (Kaščák, 2008)

Školské družiny a školské kluby detí väčšinou existujú pri základných školách. Môžu však byť zriadené aj ako samostatné zariadenia pre žiakov viacerých škôl. V školskej družine a klube trávia deti značnú časť svojej doby po vyučovaní. Sú to zariadenia, ktoré ovplyvňujú veľkú časť detskej populácie v ich trávení voľného času. Hlavným poslaním je umožniť deťom odpočinok a dať im možnosť pripraviť sa na vyučovanie. Odpočinkom sa rozumejú pokojné činnosti, ale aj pohybové aktivity, ktoré kompenzujú nedostatok pohybu pri vyučovaní. Odpočívať môžu deti aj pri vhodných záujmových činnostiach. (Pavková, 2014)

Jedným z takýchto zariadení sú aj príznačne pomenované voľnočasové centrá. Je to zariadenie pre záujmové vzdelávanie. Stredisko poskytuje svoje služby deťom, žiakom, študentom aj dospelým osobám. Pracuje s jedincami vo veľkom vekovom rozmedzí a v heterogénnych skupinkách. Základnou formou činnosti väčšiny centier je pravidelná záujmová činnosť v záujmových útvaroch. Ponuka druhov záujmových činností vychádza z prání a potrieb účastníkov, z možností personálneho a materiálneho zabezpečenia ako sú vhodní vedúci a vhodné priestory. (Pavková, 2014)

Výchovné a vzdelávacie zariadenia usilujú aby vzdelávací systém viac napomáhal k dosiahnutiu a udržaniu základných politických hodnôt našej modernej spoločnosti, ktorými sú hlavne sloboda, bezpečnosť, spravodlivosť alebo efektivita a všetky tieto hodnoty sa snažia aj deťom vštepovať. Pri sústredení na tieto hodnoty sa však usilovali politici a reformátori presadiť určité vzdelávacie a výchovné štandardy. Tieto štandardy sa začali veľmi ambiciózne presadzovať, čím sa zvýšila aj ich náročnosť a vysoké požiadavky na deti. Aj keď sa môže zdať táto oblasť pre nás nepodstatná, pravdou je však úplný opak, pretože zvyšujúce požiadavky na deti, spôsobili, že majú menej času na svoje činnosti a aktivity. Tento tlak spôsobený školou, potom silno ovplyvňuje ich voľný čas, ktorý trávia učením a robením úloh. Toto všetko však pôsobí nielen na trávenie voľného času ale aj na psychiku detí, čomu sa budeme venovať až v ďalšej kapitole. (Dvořák, 2015)

Mimoškolská činnosť je hlavným spôsobom výchovy vo voľnom čase, lebo bezprostredne organizuje pre žiakov voľný čas. A to počas záujmových krúžkov a spoločenských organizácií, žiaci si počas nich formujú záujmy, ale svojím aktívnym správaním aj zručnosti, zvyky a dokonca si tiež zvykajú na organizovanie voľného času. (Czarnecki, 2009)

2.2.3 Rovesníci

V rámci života sa už od útleho detstva stretávame s rovesníkmi a inými ľuďmi, ktorí na nás pôsobia, ovplyvňujú nás aj k nášmu prospechu ale aj ku škode. Rovesníci sú najčastejšie osoby s ktorými trávi dieťa svoj voľný čas. Od tretieho roku sa deti hrajú obdobné hry ako predtým, ale vyhľadávajú blízkosť rovesníka. Vrchol potreby uplatňovať vzájomné vzťahy je v kooperatívnych hrách, kde sú už deti schopné komunikovať a porozumieť jeden druhému. Na základe spoločného záujmu, úzko súvisiaceho s realizáciou hry, sú deti schopné viesť dialóg, ktorý v bežných situáciách nie sú schopné uskutočňovať.

Rovesnícke skupiny vytvárajú mladí ľudia blízkeho veku a podobných záujmov, často rovnakého pohlavia a blízkeho sociálneho statusu. Také skupiny vznikajú najprv v mieste bydliska, neskôr sa dosah ich pôsobenia zväčšuje. (Hofbauer, 2004)

V rámci vyhľadávania rovesníkov a účastníkov pre naše aktivity sa prejaví princípy súperenia a spolupráce. Potreba súťažiť, vyniknúť či zaujímať významnejšiu úlohu je nám predurčená, ale princíp spolupráce sa musíme učiť a rozvíjať ho. Rovesníci sú pre to neoddeliteľnou súčasťou ovplyvňovania nášho voľného času a samotného nášho rozvíjania. (Kotátková, 2005)

Príslušnosť k takejto skupine poskytuje zázemie a ochranu, kompenzuje sociálnu a citovú depriváciu, dopomáha k vytváraniu sociálnych vzťahov a dodáva pocit bezpečia. Tieto podnety majú pre ich členov často taký istý význam ako obsah aktivity alebo činnosti, ktorú uskutočňujú. Rovesnícka skupina pomáha prekonávať sociálnu izoláciu a prispieva k ich socializácii a vďaka nej si dieťa osvojuje sociálne hodnoty. V niektorých prípadoch však môže pôsobiť úplne opačným smerom. Dôsledkom sa tak stáva antisociálne a delikventné správanie, kde dieťa nájde síce rovesnícku skupinu ale vo forme gangov alebo siekt. (Hofbauer, 2004)

Skupiny ako sú tieto silno pôsobia na deti vo voľnom čase a aj na to čo robia. No ako už sme spomínali, môžu byť tieto skupiny aj škodlivé, a preto je dobré ak by si rodičia primerane všímali kamarátov svojich detí. No často to býva práve naopak, že rodičia nemajú moc času a ani príležitosť skúmať s kým ich dieťa trávi čas. Je to spôsobené preťaženosťou v práci, že majú svoje partnerské problémy a podobne. Avšak je dobré si všímať kamarátov svojich detí, najlepší spôsob ako sa dozvedieť viac o kamarátoch svojho dieťaťa je porozprávať sa s ním. Úprimný a láskavý rozhovor, to je najlepšie ako dať dieťaťu najavo, že sa o neho zaujímate, že nám na ňom záleží. Dôležité je vedieť vybrať správny spôsob otázok a budovať tak v dieťati dôveru, je pravdepodobné, že akonáhle cíti dieťa dôveru, začne sa po čase zverovať aj samo. (Hajný, 2001)

3 HRANICA MEDZI RIADENÍM A SEBARIADENÍM VO VOĽNOM ČASE

Každá činnosť má svoju hranicu, kedy hovoríme o jej negatívnej alebo pozitívnej stránke. Riadenie alebo organizovanie má tiež takúto hranicu, ktorú sa snažíme nájsť. Snažíme sa uvedomiť si, kedy je organizácia času ešte správna a vhodná a kedy je už škodlivá a nevhodná pri utváraní osobnosti dieťaťa vo voľnom čase. Človek neustále počúva o vlastných hraniciach jeho osobnosti. Zamyslime sa teda nad tým či by sme nemali aj my poznať, kedy je už správne rozhodovať za seba samých a kedy je naopak správne nechať sa riadiť druhými.

Nato aby sme sa mohli viacej ponoriť v tejto kapitole do určenia hranice medzi riadením a sebariadením si musíme vymedziť určité pojmy ako sú riadenie a sebariadenie

Riadenie inak nazývaný aj management je veľmi široký pojem. Riadiť znamená “mať pod svojím vedením, ovládať, spravovať, regulovať, usmerňovať”. Management zahŕňa podľa Henriho Fayola určité manažérske, riadiace činnosti ako sú plánovanie, organizovanie, prikazovanie, kontrola, koordinovanie. My sa na riadenie alebo teda na konkrétnu činnosť riadenia budeme viac sústreďovať a tou je organizácia voľného času. (Czarnecki, 2009)

Mareš et al. (1996) rozdelujú štyri typy regulácie:

- Vonkajšia regulácia sa vyznačuje impulzom, inou osobou, ktorá vedie človeka k určitému konaniu, tým, že ponúka odmenu, alebo vzbudzuje strach z potrestania. Táto forma vonkajšej regulácie nedáva priestor pre autodetermináciu. Konanie prebieha na základe vonkajšej závislosti a tá je hlavným motivačným zdrojom regulácie. Napríklad, mal by som problémy ak by som domáce úlohy neurobil.
- Introjektovaná (vynútená) regulácia sa prejavuje tým, že človek je poverený nejakou úlohou, ktorú síce splní ale s ňou nesúhlasí a ani reguláciu vnútorne neprijíma. Tento typ regulácie ho núti prijať určité pravidlá a normy správania alebo požiadavky na výkon lebo jeho splnenie je podložené odmenou a nesplnenie sankciami. Keďže ani táto vynútená regulácia nie je vnútorne integrovaná s ja osobnosťou, tak nemôžeme hovoriť o autodeterminácii. Napríklad, mal by som zlý pocit keby som domáce úlohy neurobil.

- Integrovaná regulácia, ktorá je už vývojovo najvyššou reguláciou a formou najrozmanitejšej vonkajšej motivácie. Regulácia je už úplne v harmónii s jedincovou osobnosťou. Identifikuje sa už s ostatnými hodnotami a potrebami. Pokiaľ jedinec integruje regulačný proces, budú sa v jeho konaní prejavovať aj hodnoty a preferencie, ktoré sám uznáva. Takáto regulácia vedie k autodeterminovanosti čiže autonómií jedinca. Napríklad, je pre mňa dôležité aby som si robil domáce úlohy.
- Vnútna regulácia, autoregulácia je previazaná s vnútornou motiváciou a charakterizovaná záujmom o vlastnú činnosť. Od integrovanej sa líši práve tým, že súvisí s aktivitami, ktoré sú síce pre človeka dôležité ale nie osobne zaujímavé. Napríklad, celkom ma baví robiť si domáce úlohy.

S pojmom riadenia je spätý aj pojem sebariadenie alebo autoregulácia. Hagger et al. (2009) uvádzajú, že sebareguláciu je možné v širšom ponímaní chápať ako sklon človeka vložiť kognitívne, emocionálne a behaviorálne zdroje na dosiahnutie nami stanovených cieľov alebo výsledkov. Je to schopnosť vhodne regulovať svoje správanie, emócie ale aj kognitívne získavanie vedomostí, inak nazývané učenie. Zelina (2018), podáva vymedzenie podobne tak, že autoregulácia je sebariadenie, čiže riadenie sa vlastným svedomím, rozumom, presvedčením, nádejou, vierou. Následky zlyhania sebariadenia a sebakontroly vedú k strate seba samého, vyhoreniu, nedisciplinovanosti, neposlušnosti a nečestnosti, Takisto vedie ku klamstvám, problémom v správaní jednotlivca aj spoločností, teda vedie k sociálno-patologickým javom.

S touto schopnosťou sú späté aj iné pojmy ako sú sebareflexia, sebahodnotenie, sebavedomie a sebakontrola. Sebareflexia je uvažovanie nad sebou samým, pomáha človeku stať sa takým akým chce byť. Sebahodnotenie je spôsob akým sa vidíme my sami akým sa hodnotíme, vieme čo dokážeme a čo nie. Sebavedomie je zase uvedomovanie si svojej hodnoty, je to pocit emocionálnej istoty, bezpečia a sily, často býva spájaný s pojmom sebaúcta. (Staňková, et al. 2016) Sebakontrola sa týka potenciálu, ktorým je človek schopný zmeniť vlastnú reakciu, a za pomoci vynaloženého úsilia uviesť danú reakciu do vzájomnej ucelenosti so štandardmi ako sú ideály, hodnoty, morálne a sociálne očakávania. Sebakontrola slúži i na podporu udržania dlhodobých cieľov získaných práve zdrojmi sebaregulácie. (Baumeister et al., 2007)

3.1 Riadenie voľného času

V tejto podkapitole sa zameriavame na riadenie voľného času hlavne z pohľadu pedagógov a rodičov, teda hovoríme o regulácii prostredníctvom vonkajších zdrojov, ako sú aj spomínaný rodičia, pedagógovia ale i rovesníci či iné osoby. (Zelina, 2018) Za takýchto okolností hovoríme, že voľný čas je čas založený na seberealizácií a sebakulturácií, čo je rozvíjanie svojich skúseností ale taktiež aj svojej kultúrnej, spoločenskej aj hodnotovej bytosti. Úloha pedagóga spočíva v ovplyvňovaní voľného času, kde je nutné sa na toto vedenie pozerat' ako na citlivé sprevádzanie k rozumnému využívaniu voľného času. Avšak v tejto modernej dobe sa úloha pedagógov a rodičov, prostredníctvom nátlaku konzumnej spoločnosti zmenila. Rodičia ale aj učitelia namiesto sprevádzania dieťaťa sa presunuli do pozície, kedy ako vyspelejší a kritickejšie mysliace bytosti vedia čo je pre dieťa správne a ako by malo tráviť voľný čas. (Kaplánek, et al. 2017)

Toto zameranie na prístup výchovy z pozície autority, viedlo k tomu aby sa viac sústredili na výkon detí a to nielen v školskom ale už aj mimo vyučovania do všetkých druhov mimoškolských aktivít. V očiach mnohých dnešných rodičov a pedagógov nie je detstvo ani tak časom na učenie, ako skôr na budovanie životopisov. Školské známky a výkon v štandardizovaných testoch sa „počítajú“, rovnako ako formálne aktivity mimo školy zamerané na dospelých, najmä tie, ktoré prinášajú trofeje, vyznamenania alebo iné formy pozitívneho hodnotenia dospelými. Týmto spôsobom sú deti a dospievajúci navádzaní a vedení, ak nie sú dokonca tlačení, do športu organizovaného dospelými, mimoškolských hodín a dobrovoľníckych aktivít riadených dospelými. Dokonca aj malé deti, ktorých aktivity nebudú reálne na papieri, sú nasmerované na odrazové mostíky smerom k neskoršiemu, jasnejšiemu budovaniu životopisu. Tento nátlak vedie k poklesu záujmu o organizovanú, vedenú činnosť, ktorá nemusí vždy vyznievať z negatívneho hľadiska, pretože ako sme vraveli, usmerňovanie vo voľnom čase, môže dieťa viesť k jeho lepšiemu rozvoju osobnosti ak je primerane vedené. Avšak v tomto prípade, je na dieťa vyvíjaný taký prílišný nátlak, že dieťa môže dokonca zanevrieť voči všetkým organizovaným a vedeným činnostiam. (Gray, 2013) Takýto pokles záujmu o organizovanú záujmovú činnosť, úzko súvisí s vekom dieťaťa ako aj so sociálnym prostredím v ktorom dieťa vyrastá a ktoré je prostriedkom motivácie k organizovanej činnosti. Jeden z dôvodov tohto poklesu je zníženie atraktivity o riadenú a organizovanú činnosť, väčšina dospievajúcich sa nechce zaviazať do členstva v nejakom spolku, dokonca ani tým, že by sa pravidelne zúčastnili. Niekedy sa

takýto mladí ľudia označujú za „neorganizovanú mládež“. Avšak tento pojem, môže vzbudiť podozrenie, že určujeme ako by mala vyzerat' tá správna mládež teda „organizovaná“, ktorá sa takýchto činností zúčastňuje a utvára s nimi záväzok. Jedným z riešení tohto problému je potreba ponúkať deťom a mladým alternatívne aktivity, ktoré budú pre nich viac atraktívne pre ich trávenie voľného času. (Kaplánek, et al. 2017)

Ďalším dôvodom, prečo nastáva pokles záujmu o riadené voľnočasové aktivity je, že ich ponúkajú rôzne výchovné a vzdelávacie zariadenia. Organizovanú činnosť už predsa deťom ponúkame, v školách, školských kluboch, voľnočasových centrách a iných. Deti sú týmito ponukami tak presýtené, že stratia o ne záujem a naopak o to viac vyhľadávajú miesta, kde by sa mohli zhromažďovať slobodne, spontánne a hlavne neformálne. Deti a mladí potrebujú miesto, kde budú mať takzvané „otvorené dvere“, a kde môžu aplikovať neorganizovanú, slobodnú a spontánnu činnosť. Tento pojem môže viesť však k nesprávnemu pochopeniu, že pedagógovia alebo dospelí nemajú možnosť do tejto hry zasahovať iba ju jednoducho deťom umožniť. Spontánnu činnosť je jedna z hľadísk, ako sa môžeme pozerat' na slobodnú hru. (Kaplánek, et al. 2017)

So slobodnou hrou sa však na školách moc nepočíta, pretože je to len hra; na prihláške na vysokú školu na to nie je miesto, nie je presadzovaná ako iné organizované voľnočasové aktivity. Zvýšená váha vzdelávania a vnímaná potreba vytvárať deťom budúcnosť nie sú jedinými dôvodmi, prečo sa slobodná hra za posledné polstoročie tak málo objavuje. Rovnako vplyvný je neustály nárast presvedčenia dospelých, že hra bez dozoru je nebezpečná. Ak je dnes hrajúce sa dieťa unesené, obťažované alebo zavraždené cudzincom, médiá celú vec preženú tak, že obavy u dospelých sú nad mieru prehnané. Skutočná miera takýchto prípadov je nízka a dokonca aj klesá. No a práve strach býva najčastejší dôvod, ktorý viedol rodičov k tomu, aby obmedzili svoje deti vo vonkajších hrách. Ďalšie výrazné obavy, ktoré môžu byť reálnejšie, sú obavy z cestnej premávky a zo šikanovania ich detí. (Gray, 2013)

Momentálne stojíme na prahu rozhodnutí aké rodičia a pedagógovia urobia. Môžu sa podriať konzumnej spoločnosť, ktorá na nich tlačí zo všetkých strán a pristupovať k dieťaťu ako niekto kto vie ako deti smerovať a vychovávať ale v rámci prístupu výchovy z pozície authority, kde je zvykom jednosmerné pôsobenie na dieťa tiež nazývaného „transferu“. Alebo naopak vedieť sa obrnúť od spoločnosti a stať sa pedagógom a rodičom, ktorý si zvolil prístup sprevádzania dieťaťa, ktorý sa skôr prikláňa k zmyslu „ponuka

k prevzatiu“. V tomto zmysle je pedagóg a rodič chápaný ako sprievodca, ktorý dieťa upozorňuje na veci, ktoré by nemal prehliadnuť a pripravuje ho na podnetné situácie, umožňuje mu stret so svetom a vedie ho ako sa v ňom orientovať. (Kaplánek, et al. 2017) Pod formáciou žiaka, dieťaťa teda, nerozumieme jeho formovanie podľa predstáv učiteľa ale ako pomoc počas objavovania svojej vlastnej cesty v súlade s jeho individuálnymi možnosťami a schopnosťami. Konečným cieľom tohto formovania je zrelá, autentická socializovaná osobnosť s vnútornou integráciou. (Podmanický, 2012)

V tomto prípade formovania sa do tejto oblasti pričleňuje aj potreba uviesť rozdiel medzi slobodným hrami alebo riadeným hrami detí, pretože sú neoddeliteľne spojené s formovaním osobnosti. Zásadné je rozlíšiť pre akú formu hry sa chceme rozhodnúť, či chceme dieťaťu poskytnúť priestor pre slobodnú hru alebo riadenú, vedieť prečo a sledovať vyvážený pomer oboch týchto foriem. (Kořátková, 2005) V tomto pojatí sa teda obraciame na koncepciu personalistickej alebo progresívnej výchovy. Dieťa v nej nie je objektom na ktoré je pôsobené ale je skôr subjektom v interakcii s pedagógom, ktorý ho sprevádza. Dôraz je dávaný na autonómny rozvoj individuality dieťaťa. Výchova je v tomto zmysle chápaná ako organizácia podnetného prostredia, v ktorom je potrebná práve táto individualita. S tým súvisí aj individuálna aktivita jednotlivca ako je napríklad slobodná hra, ktorá môže byť podnecovaná nie však zvonku riadená. (Kaplánek, et al. 2017) S tým neoddeliteľne súvisí akú rolu zaujme dospelý, či bude v slobodných hrách, činnostiach vystupovať ako pozorovateľ, facilitátor alebo v rámci riadených hier, činností napríklad iniciátor, spoluhráč či organizátor. V riadených činnostiach je potrebné si uvedomiť aký pedagogický cieľ zastáva a k čomu dieťa vedie. (Kořátková, 2005)

3.2 Sebariadenie v slobodnej hre

Sebariadenie alebo inak nazývaná aj autoregulácia, znamená, že človek sa na základe svojej vlastnej snahy vymaňuje z procesu kedy je ovládaný a riadený druhými, a začína riadiť sám seba. Autoregulácia je úzko previazaná so sebaopojatím a sebaspoznávaním a sebaúctou. Toto všetko človeka vedie k autonómii. Kľúčom k sebariadeniu teda k autoregulácii je vzťah k sebe samému, súvisí to so spôsobom zdokonaľovať sám seba na základe našich predstáv a plánov. (Čáp a Mareš, 2007 in Suchánková, 2014)

Poznáme tri základné druhy autoregulácie a to autoreguláciu emócií, autoreguláciu správania a autoreguláciu učenia. Prvou, ktorou sa budeme zaoberať je autoregulácia emócií. Táto autoregulácia je o tom ako poznať sám seba a svoj vlastný emocionálny stav a to vytvára jej základ. Poznať vlastné nálady a pocity tak, aby človek ostal pokojný aj počas stresových situácií. Každý by sa mal naučiť ovládať svoju citovú stránku a svoje city a emócie a aby sa dokázal rýchlo zregenerovať po ťažkých negatívnych situáciách a pocitoch čo ich sprevádzajú. Taktiež aby vedel zvládať pocity spájané zo strachom a sklamaním, pretože tie často najviac zasahujú človeka. Sebariadenie, nie je faktorom pre jednu časť človeka ale je to sebariadenie seba celého či emocionálnej alebo kognitívnej stránky. (Zelina, 2018)

Autoregulácia je jedna z oblastí, ktoré patria k emocionálnej inteligencii, ktorá je úzko spätá s hrou ako takou. No a ešte väčšmi so slobodnou hrou, ktorej základnou črtou je sloboda. Táto hra je dobrovoľná, námetová a symbolická činnosť vyvolávajúca radosť, napätie i emocionálne vzrušenie. Zväčša je bez praktického účelu a má zmysel sama o sebe, preto je významný predovšetkým jej proces a nie jej cieľ alebo výsledok. Hra je založená na aktuálnom prežití daného prítomného okamžiku, hlavne z oblasti emocionálnej. Dôležité je jej vymedzenie priestorom, časom a pravidlami, ktoré sa musia dodržiavať, pretože inak hra prestáva fungovať. Ale všetky tieto pravidlá si určujeme sami, sami si ju riadime a sami ju ovplyvňujeme. (Zelina, 2018)

Psychológ Peter Salovey definuje emocionálnu inteligenciu cez charakteristiku jej piatich hlavných oblastí v ktorej sa nachádza aj sebariadenie. Prvou z oblastí je znalosť vlastných emócií, ktorá zahŕňa schopnosť sebauvedomenia. Schopnosť spoznať cit už od jeho začiatku. Dôležitosť, je v tom vedieť prečo sa cítime tak ako sa cítime, vie zaobchádzať so svojimi citmi. Dobré vie ako ich usporiadať, podľa významu a aj podľa ich mieri. Druhou z oblastí je samotné zvládanie emócií, jej predpokladom je rozvinuté sebauvedomenie. Nie je to len o tom poznať city a emócie ale aj vedieť narábať s nimi hlavne tak aby boli primerané danej situácii. City si nemôžeme vyberať, no máme v moci naučiť sa ako ich riadiť. Ďalšou je schopnosť sám seba motivovať. Sebamotivácia, je dôležitým faktorom pre emocionálne sebaovládanie. Do nášho života je potrebné zapojiť emócie najmä preto, aby sme nestratili motiváciu a vedeli sa zaradiť do života. Vysoká inteligencia z nás neurobí najlepšieho človeka, skutočný výkon vyžaduje výdrž, radosť z učenia, sebaistotu a schopnosť zvládať prekážky a vedieť ich prekonať. (Goleman, 2017)

Vnímavosť k emóciám iných ľudí je základnou ľudskou kvalitou, ktorou je empatia, ktorá podnecuje k rozvoju ďalších kvalít. Emocionálna komunikácia sa koná bez slov. Empatia je vnímať pocity iných vedieť sa do človeka vcítiť, podstatné je sústredene počúvať a uchopiť aj nevy povedané myšlienky a pocity. No a poslednou oblasťou je umenie medziľudských vzťahov, to samozrejme závisí na tom, či pozná podstatu empatie a vie ich použiť. Od toho ako vychádzame s druhými ľuďmi závisí od našej schopnosti budovať a pestovať si vzťahy, vedieť rozpoznať a riešiť konflikty, ktoré nastanú. (Goleman, 2017)

Ďalšou autoreguláciou je autoregulácia učenia v slobodnej hre, kde je chápaná ako proces riadenia vlastného učenia, pri ktorom učiaci preberá nad svojím vlastným učením kontrolu a zároveň je schopný tento proces regulovať, teda zhodnotiť a usmerniť. Takisto je schopný regulovať celkové jeho správanie na dosiahnutie učebných cieľov. (Hrbáčková, 2011)

S touto reguláciou úzko súvisí dobrovoľnosť ako proces, ktorý začína narodením dieťaťa a nekončí nikdy. Aj ako dospelí sa stále učíme, naberať nové skúsenosti, z ktorých sa niekedy poučíme a niekedy aj nie. Proces prirodzeného učenia nemožno zastaviť, kým sme nažive. Tento významný proces dobrovoľnosti je typickým charakteristickým znakom sebariadenia a samostatného rozhodovania. Na rozdiel ako to je u riadenia voľného času, tu si všetky aktivity vybralo dieťa samo. Nikto im nedal dôvod alebo úlohu, nikto nad ním nemá moc vo forme známok a hodnotenia, nemusí ich splniť v strese z nedodržania termínu, môže ich robiť kdekoľvek chce, nie iba na určenom mieste a s určenými pomôckami. Zapojenie rodiča do týchto aktivít je plne na rozhodnutí dieťaťa a samozrejme aj na rozhodnutí rodiča, či sa chce do aktivity dieťaťa zapojiť. (Staňková, et al. 2016)

Naproti tomu v škole deti nemôžu robiť vlastné rozhodnutia; ich úlohou je robiť, čo sa im povie. V škole sa deti učia, že dôležité sú výsledky. Dokonca aj mimo školy trávajú deti čoraz viac času v prostrediach, kde ich dospelí usmerňujú, chránia, starajú sa o nich, hodnotia ich, posudzujú, kritizujú, chvália a odmeňujú. Deti, ktoré sa cítili najviac pod tlakom svojich rodičov, aby dosiahli v škole najlepšie výsledky a boli často presúvané z jednej mimoškolskej aktivity do druhej, najčastejšie pociťujú úzkosť alebo depresiu. Zakaždým, keď deťom obmedzíme príležitosti na slobodnú činnosť, zvýšením ich času v škole alebo na iných aktivitách riadených dospelými, ešte viac znížime ich príležitosti naučiť sa ovládať svoj vlastný život, naučiť sa, že nie sú len obeťami okolností a iných. (Gray, 2013)

Samoriadenie v slobodnej hre, nie je len o dobrovoľnosti ale aj slobode sa niečo naučiť, mať možnosť pre niečo sa nadchnúť a rozhodnúť sa to urobiť bez zásahu, bez

ovplyvňovania. Samozrejme nesie to so sebou určité riziká avšak ak nenecháme dieťa si riadiť svoj voľný čas a svoju hru ako chceme docieľiť aby sa v budúcnosti samostatne o seba postaralo a samostatne sa rozhodovalo. Ľudia sú od prírody zvedavé a učentlivé bytosti, hra je pre nich prostriedkom učenia, ktoré prebieha nepretržite a v každej chvíli ľudského života. Učenie prebieha často nevedome alebo spontánne v závislosti od vzniknutej potreby sa niečomu naučiť; najprv je život a potom k nemu potrebné nástroje. Od rodičov to vyžaduje veľkú dôveru v dieťa, v jeho schopnosť naučiť sa všetko, čo mu v danej chvíli pripadá zmysluplné a vhodné, veď predsa sa naučilo samo a bez učebníc chodiť, hovoriť, liezť po preliezačkách, vytvárať fantazijné svety a mnohé iné. (Staňková, et al. 2016)

A poslednou je autoregulácia správania o ktorej hovoríme vtedy, keď žiak sám riadi svoje správanie prostredníctvom procesov ako je seba pozorovanie, sebahodnotenie a reagovanie na seba samého. S týmto pojmom sa spája aj autoregulácia prostredia, kedy hovoríme, že človek svojím správaním reaguje a vyrovnáva sa s podnetmi v prostredí. (Hrbáčková et al. 2018)

Aj v rámci psychológie sú znaky, ktoré posilňujú fyzické, psychické ale aj sociálne zdravie človeka. V rámci týchto znakov sa nachádza už vyššie spomínaná autoregulácia a schopnosť ovládať svoje správanie, ktorá je ďalším rozdelením autoregulácie. Konkrétne autori R. Atkinson et al. týchto 5 znakov opísali:

- Primerané vnímanie reality je podmienené učením a samotným vzdelaním, to rozvíja hodnotiace a kritické myslenie, ktoré pomáha k zlepšeniu posudzovania reality. Takýto ľudia primerane vnímajú skutočnosť a nechápu nesprávne čo ostatní hovoria a robia a nepreceňujú svoje schopnosti, vedia správne odhadnúť čo dokážu a primerane sa tak stavajú k úlohám, ktoré dostanú.
- Schopnosť ovládať svoje správanie, inak nazývaná aj autoregulácia je založená na schopnosti ovládať svoje agresívne správanie a konať rozhodnutia dobrovoľne. Samozrejme aj takýto ľudia sa môžu občas správať impulzívne ale vedia, že keď je to nutné, tak sa dokážu ovládnuť. Autoregulácia nie je len o kontrole seba samého ale aj o motivácií a vôli stanoviť si ciele svojho života a podľa nich sa slobodne rozhodnúť.
- Silno spätým znakom s autoreguláciou je aj sebaúcta a akceptácia. Takýto ľudia majú primerané sebavedomie a cítia sa byť ostatnými prijímaní takí akí sú

a prijímajú aj sami seba a svoje dostatky aj nedostatky. Vedia sa spontánne správať a rozhodovať sa slobodne a nepodrobovať sa názorom väčšiny.

- Neoddeliteľnou súčasťou je aj schopnosť vytvárať citové vzťahy s ostatnými ľuďmi a vnímať ich pocity. Rozvíjanie emocionálnej zrelosti, inteligencie, empatie a akceptácie, človek s týmito vlastnosťami je šťastnejší.
- Všetky tieto schopnosti vedú k ich uplatnení v činorodej aktivite. Majú radi život a všetky aktivity robia bez donútenia a požiadaviek, sú plne začlenení do bežného života. (Zelina, 2017)

Deti sú v dnešnej dobe náchylné na nudu, akonáhle sa oddelia od mediálneho sveta, je pre nich neuveriteľné nič nerobiť. Naopak podľa nášho názoru je dôležité nechať deti zažiť nudu. Z nudy vznikajú tie najúžasnejšie a najkreatívnejšie nápady. My rodičia máme tendenciu deťom neustále riadiť čas a vytvárať im vonkajšie stimuly no práve keď ich necháme napospas nude, môžu hľadať a nachádzať seba samých. Pomôžme deťom, aby verili, že môžu riadiť svoj život. Nechajme ich prevziať zodpovednosť za ich záležitosti, podporujme ich. Je dôležité aby poznali svoje silné a slabé stránky a rozhodovali sami za seba. Ukazuje sa, že ľudia, ktorí majú vnútornú kontrolu a vedia, že oni sú tí čo môžu niečo ovplyvniť bývajú šťastnejší i úspešnejší. Ľudia čo sú ovplyvňovaní vonkajšou kontrolou mávajú častejšie úzkosti a depresie. (Koucká, 2021)

3.3 Dopady riadenia voľného času detí

To čo k voľnému času vždy neodmysliteľne patrilo, hlavne v detskom veku bolo hranie sa. Čas dnešných detí je zaplnený množstvom organizovaných aktivít ako sú škola, krúžky, tréningy, no naopak majú veľmi málo spontánneho, neorganizovaného času na obyčajné hranie si, trávenie času s kamarátmi. Organizované trávenie voľného času nemôže nahradiť to jednoduché a prirodzené hranie sa detí. Ku hre odjakživa patrí spontánnosť, radosť, tvorba prostredníctvom fantázie a neodmysliteľný prvok ako je sloboda. Je to niečo čo sme už niekoľkokrát v práci spomenuli no o to viac dúfame, že bude tomu prikladaná dôležitosť. Nebudeme tvrdiť, že organizované aktivity a krúžky deťom nič nedajú a že riadenie voľného času je zlé, no ako sa vraví všetkého treba tak akurát. Chceme len poukázať na to, že deti by sa lepšie zabavili a odreagovali i bezpochyby efektívnejšie rozvíjali, ak by sa mohli úplne jednoducho hrať. (Koucká, 2021)

Príčiny stresov a psychických porúch sa delia na objektívne a subjektívne. Objektívne príčiny záťaže sú buď vo vonkajšom prostredí ako je hluk, nutnosť niekam dochádzať, nedostatok tepla, svetla a hlavných životných potrieb. Taktiež sú vo vlastnej životospráve, v nesprávnom dodržiavaní spánku, prílišnom zhone, mnoho drobných úloh, ktoré sa javia dohromady ako nezvládnuteľné. No a nakoniec sa dostávame ku podstate, prečo tieto príčiny spomíname. Nachádzajú sa aj v práci a v pracovnom či školskom prostredí, nahromadením veľkého množstva domácich úloh u detí, veľké množstvo povinností, učenie sa na skúšky a termíny, ktoré musia splniť. (Gáborová et al. 2008)

Je pochopiteľné, že chceme, aby sa deti vyvarovali určitým nebezpečným situáciám, ktoré môžu prežiť vo svojom voľnom čase. No nech sa snažíme akokoľvek, deti vždy vyhľadávajú aj činnosti spojené s radosťou a s určitou dávkou rizika či strachu. Samozrejme, že riziková hra prináša v sebe aj určitú dávku nebezpečenstva, no v značnej miere u detí prevyšujú prínosy takejto hry. Práve určitá dávka strachu prináša deťom pocit vzrušenia, avšak podstatné je spomenúť, že dieťa si musí samé určiť túto dávku. (Gray, 2020)

Činnosti takýmto spôsobom realizované, učia deti so strachom pracovať, analyzujú aký strach dokážu prekonať a kedy je múdre už skončiť a naopak počúvnuť svoj strach. Bojové činnosti a hry sú tiež v značnej miere rizikom avšak deti si nimi porovnávajú svoje sily bez toho aby chceli ublížiť svojmu protivníkovi. Občas sa stane, že sa dieťaťu nepodarí odhadnúť hranicu a nechcane niekomu ublíži alebo je jemu ublížené. Však z praxe vieme, že sa dieťa do takejto hry opätovne vracia, lebo chce prežiť opätovne zábavu a radosť, ktorú to sprevádzalo. Dieťa sa tak prirodzene naučí ovládať svoj hnev, strach a taktiež bude vedieť odpúšťať druhým. No naša spoločnosť takýmto činnostiam detí dôrazne bráni a tak zabráňuje deťom sa prirodzene naučiť ovládať aj tieto druhy emócií. (Koucká, 2021)

Postupom rokov sme sa stali svedkami veľmi veľkého nárastu riadenia voľného času detí a organizovanej činnosti a naopak, k obrovskému poklesu možnosti nechať deti sa voľne hrať bez dozoru dospelých. O to väčšmi sa začalo brániť deťom v činnostiach spojenými s rizikom a strachom. Je opodstatnené, že sa o deti bojíme a preto sa im snažíme čas vyplniť niečím iným, no prílišný strach dieťa len izoluje a bráni mu skúšať a objavovať svet, svoje hranice a taktiež seba samého. (Gray, 2020)

Ako sme už v práci spomínali, dospelí majú tendenciu deti chrániť a nedovoľovať im hrať sa vonku bez dozoru, pretože sa boja možného únosu dieťaťa, že ho nedajbože prejde auto alebo čo si o nich pomyslia iní, že zanedbávajú svoje deti a nestarajú sa o ne. Opak je však

pravdou, mnohé štúdie poukázali, že deti utrpia oveľa viac zranení pri organizovanej činnosti z dozorom dospelého ako pri neorganizovanej činnosti. Avšak je to úplne logické, pretože dieťa samo bolo pri všetkých jeho skúsenostiach a samo vedelo ako jeho telo reagovalo. Pravdou je, že dieťa vie práve samo najlepšie odhadnúť, čo zvládne a čo nie. (Koucká, 2021)

Niekedy sú to práve dospelý čo tlačia na deti a povzbudzujú ich aby zvládli a prekonalí niečo na čo sa sami deti necítia. A oni sa niekedy tak úpenlivo snažia naplniť potreby a túžby dospelých, že poslúchnu, čo môže mať za následok zranenie alebo stratu sebadôvery. V súčasnosti bohužiaľ medzi príčiny, ktoré deťom zabraňujú v neorganizovaných činnostiach zaradujeme aj také fenomény ako sú súťaživosť a potreba. Problémom je hlavne častý dôraz na výkon, vysoké ambície trénerov, učiteľov či dospelých a ich následnej vzájomnej rivalite. Pokiaľ dieťa nenaplní tieto požiadavky tak môže zažívať pocit zlyhania, menejcennosti, nepríjemné spomienky či odmietnutie to niekedy znova vyskúšať. (Koucká, 2021)

Prehnané túžby po pokroku a zdokonaľovaní sa stávajú práve zdrojom stresu a psychických porúch ako sú úzkosti a depresia. Súťaživosť vedie ľudí do činností, ktoré presahujú ich schopnosti. Kratochvílová (2010) poukazuje na dôležitý fakt, že človek sa môže sebarealizovať v záujmových aktivitách dvojakého charakteru, pozitívneho aj negatívneho. Pod negatívnym pojatím sebarealizácie chápe nevhodné protispoločenské konanie, napríklad za účelom získania uznania. Presne to je jeden z dopadov riadenia voľného času. Tlačenie detí do perfekcionizmu, prílišnej túžby vyhrať v hrách, môže dieťa vystaviť do obrovského rizika, že danú situáciu nezvládne. (Gáborová et al. 2008)

Výskyt duševných porúch súvisiacich so stresom u mladých ľudí za posledných päťdesiat rokov raketovo vzrástol. Jednou z príčin týchto porúch je prehnané tlačenie dospelých na školské povinnosti, neustále riadenie voľného času prostredníctvom voľnočasových aktivít a mimoškolských aktivít na ktoré často deti chodia nedobrovoľne alebo z nechutou. Taktiež je to prílišným tlačením rodičov a pedagógov na kariéru detí už v útlom veku, rodičia dávajú deťom veľmi málo slobody, buď zo strachu, že by sa im niečo mohlo stať ak budú vonku, obavy pred nepriaznivým vplyvom ich rovesníkov, obavy čo bude s nimi v budúcnosti, prílišným dôrazom na budúnosť, tak nenechávajú deťom možnosť voľby a samostatnosti. (Gray, 2011).

Prílišné tlačenie na deti, veľké množstvo úloh a povinností, organizovaných činností spôsobuje u detí zlé psychické rozpoloženie, lebo nemajú, kde svoje emócie filtrovať, kde si

odpočinúť, odreagovať sa a zveriť sa niekomu o svojich problémoch. V skutočnosti sú nárasty úzkosti aj depresie také veľké, že keď sa na to pozrieme, päť alebo až osemkrát viac mladých ľudí má dnes väčšiu pravdepodobnosť trpieť psychickými problémami ako pred päťdesiatimi alebo viac rokmi. Tieto nárasty sú prinajmenšom také veľké, ak nie väčšie, pre žiakov základných a stredných škôl ako pre vysokoškolákov. (Gray, 2011).

Z psycho-hygienického hľadiska je dôležitý už len samotný fakt, že existuje voľný čas. Pre psychické a fyzické zdravie pôsobí veľmi nepriaznivo, ak človek nemá vo voľnom čase dostatok možností na odpočinok, kompenzáciu záťaže, povinností, alebo ak má dlhodobý nedostatok voľného času a možnosti ho tráviť tak ako on sám chce. V nasledujúcom texte budeme, preto hovoriť ako by sme mali podľa nás k voľnému času detí pristupovať. (Babiaková, 2007)

3.3.1 Odporúčania ako pristupovať k voľnému času detí

Neexistuje presná definícia ako správne pristupovať k voľnému času detí, môžeme však povedať čo je podľa nás správne. Umožnime deťom, voľne sa hrať a nekontrolujeme ich stále. Podporíme ich v učení a získavaní si nových zručností a schopností. Dajme im podporu a možnosť utvárať si kamarátske vzťahy, sebadôveru a psychickú odolnosť. Nechajme ich rozvíjať ich schopnosť regulácie emócií, motorických schopností, samostatnosti, zodpovednosti, schopnosť orientácie v čase i priestore. Vedme deti k tomu aby sa dokázali sami za seba rozhodovať a nie byť za svoje rozhodnutia zodpovední, pokiaľ to nie je pre nich príliš náročné a zaťažujúce. (Koucká, 2021)

Taktiež nechajme deti sa spontánne a slobodne hrať, veď hra im dáva určité výchovné, životné lekcie ako sú:

- Jak prehrávať, vyhrávať a ovládať svoje emócie ako sú hnev, strach, túžba a iné...
- Taktiež ako byť súčasťou tímu ako spolupracovať, rozpoznať svoje hranice, podporovať úsilie ostatných, rozvíjať schopnosť empatie budovať vzťahy a socializovať sa.
- Taktiež umožňuje vydolovať z dieťaťa čo najviac a čo najlepšie, učí ich k zodpovednosti, vytrvalosti a sebaregulácii, ako zareagovať v kritických situáciách.

- Dáva im uvedomenie, že všetko čo človek robí dáva zmysel a že opakovaním a praxou sa každá skúsenosť a zručnosť zlepšuje. (Biddulph, 2006)

Pavla Koucká s Marianou Brussoni (2021) uvádzajú tri kľúčové faktory, ktoré sú zásadné pre zdravý vývoj dieťaťa. A tým sú dostatok času. Priestoru a slobody. Je treba aby rodičia ale aj iní dospelí poskytli deťom dostatok času na hranie. Mali by sme dávať dôraz na to aby čas na hranie nebol vytláčaný všetkým iným čo môže deťom narušiť ich deň a čas na samých seba. Taktiež dať deťom dostatok priestoru na to aby sa mohli hrať vonku. Zaistiť im vhodné a zaujímavé prostredie, kde budú mať dostatok podnetov, s ktorými môžu deti manipulovať a ktoré im umožňujú rozvíjať fantáziu. Nemyslíme tým presýtiť deti hračkami ale naopak dať im možnosť skúmať predmety ako sú kamienky, blato, piesok, listy, krabice a rôzne iné. A čo najdôležitejšie je dať deťom slobodu.

Dôležité je si uvedomiť si, že veľkou prekážkou k slobode detí sme práve my, dospelí a naša prítomnosť. Nebojme sa nechať deti hrať sa tak ako sami chcú, bez neustáleho pozorovania a dozoru aj keď to zahrňa určité riziko. Uvedomme si aká je pre nás, dospelých významná a dôležitá sloboda a možnosť robiť si čo chceme. Neodopierajme to deťom, nechajme ich slobodne a voľne behať, skákať, ušpiniť sa, hrať sa s kamarátmi bez okrikovania, hodnotenia a napomínania. (Koucká, 2021)

II. PRAKTICKÁ ČÁST

4 VÝSKUM

V našom výskume sa zameriavame na **význam slobodnej hry vo voľnom čase detí**. Peter Gray (2014) predkladá význam a dôležitosť slobodnej hry a ako veľmi je potrebné aby sa deti mohli slobodne hrať a mali túto možnosť nanajvýš v dobe, keď je náš čas riadený inštitúciami napríklad školou, rodinou alebo samotnou spoločnosťou.

Preto by sme svoju tému chceli viesť k zisteniu významu slobodnej hry vo voľnom čase detí. Aké množstvo času majú na slobodnú hru a zároveň poukázať na neustále riadenie ich voľného času, ktorí sa paradoxne nazývajú voľným aj napriek tomu, že je častokrát zaplnený naplánovanými aktivitami rodičov alebo krúžkami v škole. (Danišová, et al. 2020)

Budeme objavovať hranicu medzi plánovaním a riadením voľného času a slobody sa hrať, podľa svojho rozhodnutia.

Dôvodom, prečo chceme toto všetko zistiť je, ako sa môžeme vyhnúť neustálemu plánovaniu voľného času detí a pomôcť im aby mali lepší a slobodnejší rozvoj.

Slobodná hra pomáha sa deťom rozvíjať samostatne, prichádzať na nové riešenia a spoznávať slobodne svet. Tak ako uvádza „*Voľná alebo slobodná hra je neštruktúrovaná, dobrovoľná a dieťaťom iniciovaná aktivita, ktorá mu umožňuje rozvíjať imagináciu v procese objavovania sveta okolo.*“ (Danišová, et al. 2020)

4.1 Výskumné ciele:

Naším hlavným cieľom je objaviť hranicu medzi riadením a sebariadením vo voľnom čase detí. Zároveň chceme poukázať na význam slobodnej hry detí v ich voľnom čase. Naším východiskom je poukázať na neustále plánovanie voľného času detí prostredníctvom dospelých.

4.2 Všeobecné a čiastkové výskumné otázky:

Aký je význam slobodnej hry detí vo voľnom čase ?

Aká je hranica medzi riadením a sebariadením vo voľnom čase detí z pohľadu rodičov ?

4.3 Druh výskumu:

Význam slobodnej hry vo voľnom čase detí je téma, ktorú je potrebné skúmať do hĺbky. Je potrebné aby sme porozumeli slobodnej hre a jej významu a aký prínos má pre deti v ich voľnom čase. Práve z tohto dôvodu sme sa zamerali na pohľad a názor rodičov a detí na túto problematiku. Druh výskumu, ktorý nám to umožnil bol kvalitatívny výskum. Pre takýto druh výskumu sme sa rozhodli, práve z dôvodu aby sme získali detailnejšie informácie, ktoré by sme v kvantitatívnom výskume veľmi ťažko získavali. (Gavora, 2006)

Pre získanie dát sme si zvolili rozhovor konkrétne pološtandardizovaný rozhovor. Tento druh rozhovoru nám umožnil si pred pripraviť výskumné otázky ale zároveň aj nechať možnosť otvoreného získavania informácií na základe vyvinutej situácie. Počas získavania informácií sme mali možnosť používať zapisovacie zariadenie, diktafón pre jednoduchšie spracovanie dát, ktoré sa považuje za náročnejšie než v kvantitatívnom výskume. (Gavora, 2006) Na začiatku rozhovoru boli všetci informovaný o anonymite a zapisovaní záznamu, pomocou diktafónu

4.4 Popis výskumného súboru

Výskumný súbor tvoria deti mladšieho a staršieho školského veku a ich rodičia. Zvolili sme prostý zámerný výber. Podľa Miovskeho (2006) je táto forma definovaná ako výber informantov, spĺňajúcich dané kritériá. Kritériá výskumného vyšetrovania sme vymedzili nasledovne:

- Deti a rodičia s tradičnej rodiny
- Deti s dobrým rodinným zázemím
- Deti mladšieho a staršieho školského veku
- Rodičia ako vykonávatelia kontroly a riadenia voľného času
- Rodičia ako tvorcovia hranice medzi riadením a sebariadením

V našom výskume sa zaujíname o deti mladšieho a staršieho školského veku, pretože pre skúmanie významu slobodnej hry vo voľnom čase je potrebný psychický, kognitívny, sociálny a emocionálny vývin, ktorí týmto obdobiam prislúcha.

V týchto obdobiach dieťa vstupuje a absolvuje školskú dochádzku, čo nám objasní plánovanie voľného času detí z hľadiska školy a rodiny.

Taktiež v rámci sociálneho vyvinutia začína dieťa nadväzovať širšie sociálne väzby nie len s rodinou ale aj so svojím okolím, čo ovplyvňuje jeho vnímanie hry. Po kognitívnej stránke je dieťa v pomenovaných obdobiach schopné samostatne uvažovať a začína sa u neho rozvíjať logické myslenie, čo je dôležité aby sme sa od dieťaťa dozvedeli potrebné informácie o jeho trávení voľného času a hre. Zároveň v tomto období dieťa už chápe jednotlivé súvislosti spájané s realitou. (Končeková, 2004)

Podľa Piagetovej teórie v psychickom vývine detí, dochádza v mladšom školskom veku k prechodu od intuitívneho (názorného) myslenia ku konkrétnym operáciám, začína chápať identitu, zvratnosť, spojenie myšlienkových procesov. (Langermeier, et al. , 2006) Po stránke emocionálneho vyvinutia je dieťa vo fáze prechodu, kde sa jeho citová stránka viacej rozvíja čo ovplyvňuje jeho pohľad na hru a aj jej spôsob realizácie. (Končeková, 2004)

Všetky tieto aspekty nám pomôžu kvalitnejšie spracovať náš výskum. Výskumnú vzorku tvoria aj rodičia týchto detí, ktorí nám poskytnú ich perspektívu, respektíve pohľad na voľný čas a hru ich detí. Taktiež aj informácie ako vnímajú a pozorujú hranicu kontroly a sebariadenia vo voľnom čase detí.

Konkrétne sme zvolili 10 detských informantov rozhovoru z 5. a 6. ročníka tradičných škôl z dobrým rodinným zázemím a 6 informantov predstavujúcich rodičov detí. Rodičov detí sme si vybrali ako vykonávateľov kontroly a utvárania hranice voľného času detí a zároveň aj základných predstaviteľov ovplyvňovania slobodnej hry detí. Taktiež sme si zvolili rodičov daných detí ako informantov preto, aby sme mohli porovnať pohľad detí a ich rodičov na hranicu kontroly a slobody vo voľnom čase a taktiež pohľad na hru a voľný čas.

4.5 Výskumný nástroj

Výskumný nástroj, ktorý sme zvolili v rámci našej práce je pološtrukturovaný rozhovor pod, ktorí konkrétne spadá pološtrukturovaný rozhovor. V takomto type rozhovoru si výskumník pred pripravuje okruhy otázok a k nim základné otázky. Na rozdiel od štandardizovaného rozhovoru, má možnosť pripojiť nové otázky a prípadne sa dopýtať.

Osoby v kvalitatívnom výskume nazývame buď účastníci, participantí alebo informanti. My konkrétne budeme používať pojmy informanti a účastníci, pretože informant je osoba, ktorá dokonale pozná isté prostredie. (Gavora, 2006)

Rozhovor alebo z anglického originálu interview sa zakladá na priamom kladení otázok medzi výskumníkom a informantom, je to teda verbálna komunikácia. Rozhovor prispieva k zisteniam a pochopeniu postojov, názorov, motívov, očakávaní informantov na tému význam slobodnej hry vo voľnom čase detí. Prostredníctvom rozhovoru respektíve interview, podľa Gavoru (2006) výskumník spoznáva nové teórie a nové stránky problému, ktorý skúma alebo formuluje nové otázky na daný problém.

V polo-štandardizovanom rozhovore si vytvára výskumník najprv obsahový rámec alebo okruhy otázok pričom otázky bude prispôsobovať odvíjajúcemu sa rozhovoru. (Gavora, 2006) Na základe toho v rámci výskumných metód uvádzame aj okruhy otázok a ich podotázky, ktoré sme si vytvorili prostredníctvom požadovaných cieľov, ktoré sme získali pri rozhovore.

Základné okruhy otázok pre informantov/ rodičov detí boli formulované nasledovným spôsobom:

Hra

Čo považujete za hru ?

Ako by ste mi opísali hru, ktorá je slobodná ?

Aký význam má podľa vás slobodná hra detí ?

Voľný čas

Čo považujete za voľný čas?

Aká je podľa Vás hranica medzi riadením voľného času a slobodou nechať deti sa voľne hrať?

Hranica medzi riadením a sebariadením vo voľnom čase detí

Čo si pod touto hranicou predstavujete, keby ste ju mali opísať?

Čo považujete za kľúčové aby bola hra Vašich detí slobodná ?

Základné okruhy otázok pre informantov/deti boli formulované nasledovným spôsobom:

Hra

Čo považujete za hru ?

Ako by ste mi opísali hru, ktorá je slobodná ?

Čo považuješ za dôležité aby bola hra slobodná ?

Voľný čas

Čo si predstavíte, keď sa povie voľný čas ?

Ako trávite svoj voľný čas?

Myslíte si, že vám rodičia riadia voľný čas ?

Hranica medzi riadením a sebariadením vo voľnom čase detí

Čo považujete za slobodnú hru a čo už za riadenú hru ?

Máte veľa voľného času tak aby ste sa mohli slobodne hrať?

4.6 Priebeh výskumu a spôsob spracovania dát

Pre náš výskum sme si zvolili polo-štandardizovaný rozhovor. Rozhovor sme realizovali oddelene s rodičmi a deťmi. Pri rozhovore s rodičmi sa zameriavame na analýzu významu slobodnej hry detí vo voľnom čase a taktiež hranicu medzi riadením a sebariadením vo voľnom čase detí. Pri rozhovore s deťmi sa zameriavame na reguláciu voľného času. Taktiež zisťujeme ako si predstavujú deti hranicu riadenia a sebariadenia vo voľnom čase.

Rozhovory s informantmi prebiehali v príjemnom prostredí za použitia zapisovacieho zariadenia, diktafónu. Pred začatím rozhovoru bol všetkým informantom vysvetlený účel rozhovoru a boli požiadaní o súhlas s obstaraním záznamu. Tiež boli ubezpečení, že bude zachovaná ich anonymita.

Nasledovne sme dáta z rozhovorov prepísali. Keďže sme realizovali rozhovory z dvoch odlišných pohľadov tak sme ich aj oddelene spracovávali. Dáta sme spracovávali prostredníctvom postupu otvoreného kódovania, ktorý sa používa pri odkrývaní dát. Strauss a Corbinová (1999) považujú za podstatu otvoreného kódovania konceptualizáciu, smerujúcu k všeobecnému pomenovaniu javu a následnú kategorizáciu, pri ktorej zhlukujeme časti textu obsahujúce rovnaký jav do kategórií. Po dôkladnom preskúmaní rozhovorov sme začali vytvárať kódy. Všetky vytvorené kódy sme na základe ich spolunáležitosti, rozdelili do kategórií, ktoré udávame v nasledujúcej časti.

4.7 Výsledky výskumu, ich analýza a interpretácia

Pre vyhodnotenie výsledkov výskumu sme zhromažďovali informácie na základe odpovedí na dané otázky z rozhovorov a porovnávali ich s teoretickými východiskami mnohých odborníkov na danú problematiku. Jednotlivé rozhovory sme niekoľko násobne preštudovali. Pri analýze sme sa zameriavali na naše stanovené ciele a zároveň sme odpovedali na naše prieskumné otázky.

Položili sme na základe svojich okruhov otázky a vyšlo nám 6 kategórií u detských informantov a 6 kategórií u dospelých informantov.

Kategórie vytvorené na základe spracovania rozhovorov s detskými informantmi:

Šťastie a hra idú ruka v ruke

Slobodná hra očami detí

Dar slobodnej hry

Voľný čas očami detí

Nechajte to radšej na nás

Čas kedy to riadia oni a kedy ja

Kategórie vytvorené na základe spracovania rozhovorov s dospelými informantmi, respektíve s rodičmi:

Hra je zábava

Slobodná hra očami rodičov

Slobodná hra ako tvorca osobnosti

Čas bez povinností

Vyplňovať čas alebo nechať voľnosť

Prelom medzi riadením a sebariadením

Keďže sme v kategóriách uvádzali aj jednotlivé priame citácie informantov obsahujú nespisovnú, hovorovú slovenčinu. Na základe postupu otvoreného kódovania sme označili informantov špecifickým kódom – informant rodič 1 (IR 1) až informant rodič 6 (IR 6) podobne sme odlišili aj detských informantov – informant dieťa 1 (ID 1) až informant dieťa 10 (ID 10). Tieto kódy sú priradené k jednotlivým citáciám tak aby bolo zrejmé, ktorému informantovi patria. Následné výsledky budeme interpretovať v kategóriách.

4.7.1 Výsledky a ich interpretácia z pohľadu detských informantov**Šťastie a hra idú ruka v ruke**

Z výsledkov našich detských informantov sme zistili, že pohľad a spôsob ako vnímajú hru je práve v tom, čo ich baví a v tom, čo im prináša radosť a šťastie. Hra je pre nich spôsob dosahovania šťastia a úspechu, je to niečo čo ich naplňuje dobrými pocitmi. Hra je taktiež čas strávený s ľuďmi, ktorých majú radi, najviac sú spomínaný kamaráti. Tak ako jeden informant odpovedal: „*Hra je pre mňa niečo, čo ma dokáže zabaviť, dokážem šťastne tráviť voľný čas s ľuďmi, ktorých mám rada.*“ (ID8) Taktiež sme zistili, že hru vnímajú ako činnosť, ktorá je založená na dobrovoľnosti, na tom čo si oni sami zvolia, hru považujú za akúkoľvek činnosť, pre ktorú sa rozhodnú sami a pri ktorej im ubehne čas. Jeden z informantov uvádza, že hra je :“*...že sa zabavím, stratím čas, a že ma to teda baví no...aaa, že sa nenudím*“ (ID4) Pri otázke akoby charakterizovali hru, sme si vypočuli, ktoré činnosti zastupujú tento výraz: „*Takže no za hru považujem skákanie na trampolíne alebo stávanie,*

modelovanie z blata, piesku.“ (ID6) Ale taktiež sme dostali odpoveď: „*Pre mňa je hra, keď som na ihrisku a hráme futbal.*“ (ID1) Deti prevažne rovnako vnímajú hru, za hlavný prvok hry považujú šťastie, čo neopísateľne ide ruka v ruke s hrou.

Na základe zistení uvádzajú informanti, že hra ich niečo učí a v našom význame rozvíja a dáva im poznať, že nie vždy je všetko tak ako oni chcú, že je potrebné vedieť vyhrávať aj prehrávať. Tieto zistenia sú interpretované prostredníctvom príkladu dvoch informantov v konkrétnej hre: „*Napríklad schovávačka alebo človeče nehnevaj sa, učí počítat', používať svoje zmysly, vedieť prehrávať, že vždy nie je všetko podľa toho ako my chceme. Učí ma rozmýšľať, napríklad kam by si sa ty schovala.*“ (ID8) alebo „*No hra na schovávačku, je hra, ktorá precvičuje šikovnosť, kreativitu, rýchlosť a podľa mňa aj trochu trpezlivosť,*“ (ID6) Na základe toho môžeme povedať, že deti si silno uvedomujú, že hrať sa znamená učiť sa niečomu. Taktiež, že im poskytuje určitý zmysel a význam. „*Každá hra má nejaký zmysel, nejaký cieľ. Každá hra má nejaké ponaučenie.*“ (ID8)

Podľa týchto zistení, môžeme zhrnúť, že po prvé deti vnímajú hru prostredníctvom zábavy, pocitu šťastia a trávenia času s kamarátmi. Je to pre nich činnosť, ktorá ich baví a naplňuje. Uvedomujú si význam hry a aj to čo im hra ponúka i to v čom sa zdokonaľujú prostredníctvom hry. Samozrejme, je zřejmé, že pre každého je hra niečo iné, a že hru vnímajú práve skôr zo subjektívneho pohľadu.

Sloboda ako kľúč k slobodnému hraniu

Skôr než sme pristúpili k otázke, čo je pre nich slobodná hra tak sme zisťovali ako deti vôbec vnímajú pojem sloboda, chceli sme ich touto otázkou nasmerovať a pomôcť im lepšie uchopiť pojem slobodná hra. Pri otázke, čo je to sloboda sa deti prevažne zhodli na slove „voľnosť“ a slovnom spojení „robiť si čo chcem“. Slovo sloboda pre nich znamená byť voľný, dobrovoľne, slobodne sa rozhodovať a nebyť zviazaný pravidlami. „*Tak ja neviem asi voľnosť, dobrovoľnosť...že si slobodne robím čo chcem.*“ (ID3) Sloboda je nimi vnímaná aj z pohľadu zákona: „*Asi mať právo, robiť nejaké legálne veci...čo je protizákonné asi není slobodné.*“ (ID5) Avšak informanti upozorňujú aj na negatívne vnímanie tohto pojmu: „*Čas bez pravidiel a povinností.*“ (ID9) alebo „*Keď mi rodičia nič nezakazujú.*“ (ID7) Na základe vysvetlenia pojmu sloboda, sme usúdili, že deti na rozhraní mladšieho a staršieho školského veku už vedia veľmi dobre rozoznať, čo tento pojem znamená a chápu ho.

Slobodná hra očami detí

Po našom zistení, že pojem sloboda pre informantov nie je abstraktný, sme sa ich opýtali, čo si myslia, že je slobodná hra a ako by ju opísali. Mnoho z informantov, nám uviedlo, že je to pre nich ťažká otázka ale snažili sa nám odpovedať napríklad nasledovne: „*Hru, ktorá je slobodná by som opísala tak, že v tej hre môžem robiť čo chcem, pohybovať sa kam chcem, mať vlastné pravidlá.*“ (ID8) Slobodná hra pre nich predstavuje slobodné hranie bez pravidiel alebo s pravidlami, ktoré si určujú oni sami no i ako hru do ktorej ich nikto nenúti, neurčuje im čo majú robiť a ani im to nezakazuje. „*No hlavne nemáš tam veľa pravidiel, môžem robiť si čo chcem, rozhodnúť sa, že to chcem robiť...aaa, že mi nikto nič neprikazuje.*“ (ID3) Z pohľadu deského informanta číslo šesť, môžeme uviesť aj určité špecifické charakteristiky s ktorými si deti spájajú slobodnú hru, a čo uvádzajú, že v slobodnej hre potrebujú zažiť: „*Slobodná hra je taká, kde sa všetci rešpektujú, vypočujú si názor iných...hrajú férovo...no a sú aj šťastný a nič ich neobmedzuje.*“ (ID6) Avšak pri vyhodnocovaní našich zistení sme objavili aj inú perspektívu a to, že takáto hra neexistuje. „*Asi žiadna hra není slobodná teda...ja neviem...podľa mňa vždycky má nejaké pravidlá.*“ (ID5) Ak sa pozeráme na to z tohto uhľá, uvedomíme si, že z časti má dieťa pravdu, každá hra má nejaké pravidlá, no ako vieme, neznamená to, že slobodná hra nemôže existovať a ani informant si tým sám nie je istý.

Pri otázke akoby opísali svoju vlastnú slobodnú hru, sme sa dozvedeli, že častokrát nejde o to aká to je hra ale skôr o to akým spôsobom prebieha. „*No hlavne aby som tam nemal veľa pravidiel a keby som ich tam aj mal, tak by som si ich mohol sám vytvoriť...Hral by som sa vlastne dobrovoľne, slobodne a robil by som to čo ma baví bez toho aby som tam mal ľudí, ktorých tam mať nechcem.*“ (ID2) Zároveň dávajú do popredia aj jej priebeh uvádzajú, že ich slobodná hra by prebiehala spontánne bez nejakých podnetov a podľa toho by sa aj odvíjalo jej pokračovanie. „*No ...tak určite by mala nejaký voľný priebeh...že by som si ju ani ja sám nemusel riadiť a že by ...že by bola taká podľa toho jak by sa vyvíjala ...no a hlavne aby ma bavila..noo tak aby tam bol proste niekto s kým sa chcem hrať.*“ (ID 3) Veľmi podstatné je podľa nás i to, že si uvedomujú čo by chceli v slobodnej hre zažívať: „*Aby bola spravodlivá a rešpektovaná.*“ (ID 9)

Na základe zistení, môžeme zhrnúť, že detský informanti sú oboznámení s podstatou slobodnej hry, vedia čo takáto hra prináša a aj ako by mala prebiehať. Dokonca uvádzajú očakávania, ktoré by im mala slobodná hra priniesť a aj správanie, ktoré by ju malo

sprevádzať z okolia. Za takúto hru považujú i čítanie knihy, vyhratý zápas, hranie sa s panáčikmi. V rámci príkladu, chceme uviesť, ako nám konkrétnu hru opísalo jedno dieťa: „*Napríklad som sa hrala, že som nemala vlastnú rodinu ale prišla iná rodina, ktorá si ma zobrala k sebe a nejakým spôsobom mi dala vzdelanie, že som nebola hladná, dala mi radosť, lásku, a že som po čase zistila, že moji praví rodičia sú z iného sveta. Musela som sa rozhodnúť či budem žiť, s mojimi vlastnými rodičmi a rodinou alebo s mojimi kamarátmi alebo s rodinou, ktorá ma vychovala.*“ (ID 8) V tomto príklade, môžeme vidieť, že dieťa si hru slobodne zvolilo, vymyslelo a riadilo jej priebeh tak ako si ono samo zvolilo. Tiež môžeme odvodiť, že dieťa si tým spracovávalo určitú životnú situáciu a učilo sa vcítiť do pocitu iných i si samotné prežiť silné pocity a emócie. Podľa nášho názoru je to krásny príklad slobodnej hry. Na rozdiel od tohto príkladu sme zistili, že niektoré deti nemajú pocit, že by zažili detstvo a ani slobodnú hru: „*Žiadna nemám detstvo, teda aspoň... teda, jediné hranie, ktoré som mala tak bolo s legovými Eskimákmi, keď som nemala kamošov, že som sa proste hrala tak jednoducho.*“ (ID 5) Počas tejto odpovede, sme cítili z dieťaťa smútok a bolesť. Je veľmi ťažké počuť z úst dieťaťa odpoveď, že nemá žiadne detstvo. A to nás opäť privádza k tomu, že je potrebné spracovať takéto výskum a zistiť, prečo k takýmto situáciám nastáva. Jedno z vysvetlení bude uvedené v kategórii Zasahovanie dospelých.

Dar slobodnej hry

Kategória pojednávajúca o význame slobodnej hry je zároveň, kategóriou k objasneniu jedného z našich cieľov výskumu. Pri získavaní nasledovných informácií sme pokladali otázky, zameriavajúce sa na to čo im slobodná hra prináša a či pociťujú, že ich ovplyvnila.

Odpovede sa dost' zhodovali s tým ako slobodnú hru opisovali. Prevažne uviedli, že hra im dáva obrovské šťastie, zábavu, priateľstvá, slobodu a dobré pocity. „*No asi dobrý pocit bola by som rada, že som sa hrala s kamarátmi, že som sa mohla sama rozhodnúť...No a všeobecne takú radosť.*“ (ID 2) V menšom zastúpení sme dostali odpoveď, ako je trpezlivosť, rešpektovanie ostatných, kreativitu, rozvoj fantázie ale tiež i rozvoj empatie a fyzickej kondície. „*No určite kreativitu...zlepšenie slovnnej zásoby... aaaa určite, že sa mi vyvíja moja fantázia.*“ (ID 7) Taktiež: „*No ... trpezlivosť...rešpektovanie ostatných...určite zábavu...a aj rýchlosť.*“ (ID 6) Odpoveď, kde môžeme vidieť hlboký význam slobodnej hry uvádza jedno z dievčenských účastníkov rozhovoru: „*Vyrovnať sa s takou situáciou, keby*

sa taká situácia stala alebo vedieť sa vcítiť do ľudí, ktorým sa to stalo a ktorí niečo podobné zažili a možno aj ako im pomôcť.“ (ID 8)

Bohužiaľ, v našom prieskume sme zaznamenali aj negatívny dopad hry a to, že i hra môže priviesť dieťaťu do života traumy alebo nechť sa hrať: „*No asi traumy, lebo som nemala kamarátov a proste som sa hrala, iba tak sama.“ (ID 5)* Toto nás privádza k potvrdeniu, že každé dieťa je iné a inak vníma, slobodu a samotu. Pre náš výskum je dôležitý i takýto výsledok, pretože poukazuje na nedostatky a potreby dieťaťa v slobodnej hre.

Keď sme sa už, presnejšie spýtali na význam slobodnej hry a či vidia, že ich to nejak posunulo do budúcnosti, bolo nám uvedené, že štyria účastníci rozhovoru boli názoru, že slobodná hra pre nich nemá význam a nič im nedala aj napriek tomu, že v predošlej otázke odpovedali, čo im hra ponúka a čo im hra dala. „*Ani nie myslím si že... že moc mi to nedalo... Lebo nemám pocit, že by ma to nejak ovplyvnilo, podľa mňa som sa moc nezmenila.“ (ID 4)* Je teda na uvážení, či danej otázke nepochopili alebo nevedia porozumieť slovu význam. Ostatní účastníci nám uviedli, že slobodná hra má pre nich veľký význam a to už ako sme spomenuli v ich rozvoji osobnosti, vytváraní hodnôt, priateľstiev, menej traumatických zážitkov a psychických porúch či dokonca ich motivuje a pomôže im k lepšiemu osamostatneniu sa od rodičov, respektíve dospelých. „*Tak to je jasné, určite mi to dá dobré spomienky Kamarátov do budúcnosti...možno, že sa budem vedieť o seba postarať.“ (ID 1)* Takisto na prekonanie a zvládnutie životných udalostí a situácií, vedie ich k rešpektovaniu a pochopeniu druhých, dáva im ponaučenie a zmysel. „*No, že vďaka tej slobodnej hre si vytvorím dobré spomienky, lebo je tá hra riadená mnou a môže ma to potom nabudiť do vecí, do ktorých sa mi nechce. Určite si vyvíjam kreativitu, tým že si tú hru vytvorím ja a aj musím rozmýšľať nad svojimi pravidlami aby tá hra mala zmysel. Vďaka tomu, že si vytvorím a zahrám nejakú hru, tak mi to môže pomôcť potom v nejakej situácii, ktorá mi to bude pripomínať a budem ju môcť lepšie chápať a prekonať.“ (ID 8)*

Význam slobodnej hry je teda uvádzaný z pohľadu toho čo im hra ponúkla a ako jej priebeh zlepšil ich celkový rozvoj. Samozrejme tento rozvoj ako sme sa presvedčili má kladné aj záporné stránky.

Nechajte to radšej na nás

Zasahovanie dospelých bolo jednou z ťažších tém, kedy deti, podľa nášho názoru nevedeli presne určiť, či im do hrania dospelý zasahujú veľa alebo naopak málo. Väčšina uviedla, že im do toho dospelý zasahujú, prevažne rodičia. „*Ked' sa hrám na mobile tak mama a tato mi do toho zasahujú...inak neviem.*“ (ID 6) Zaznamenali sme i učiteľov, kamarátov a starších súrodencov. Dost' často bolo z ich strany zdôraznené, že to závisí od okolností a od situácie v ktorej sa nachádzajú. „*Podľa toho kedy. Napríklad doma, keď hráme nejakú hru tak to hrám s ostatnými členmi rodiny aj s dospelými aj s členmi čo nie sú dospelý. Ak nie dospelý tak kamaráti v mojom veku, brat sestra. Otec, mama, učiteľ ak je to v súvislosti so školou.*“ (ID8) Dvaja účastníci rozhovoru sa nám zdôverili s tým, že už sa nehrajú lebo buď ich rodičia alebo oni sami sa vnímajú ako dospelý: „*Áno, moji rodičia, ktorým príde, že je to nedospelé.*“ (ID 10) Alebo druhý variant: „*Ja už sa nehram ale áno zasahovali mi do toho a dost' často.*“ (ID 4) Z desiatich odpovedí nám dvaja informanti uviedli, že si nemyslia, že im dospelý zasahujú do ich hrania.

V súvislosti s touto otázkou sme sa spýtali i na to ako vnímajú, že im do hrania dospelý zasahujú. Najviac opakované boli slová ako prerušovanie, upozorňovanie a dávanie pravidiel. „*Že furt kecali, že ma nenechali... že mi hovorili, že takto sa to nemá no alebo, že to takto nefunguje.*“ (ID 4) Informanti vnímali tento zásah ako rozkazovanie a nenechanie ich hrať sa tak ako chcú, určovanie pravidiel, ktoré oni sami nechceli. „*No asi keď ma stále upozorňujú na niečo a nenechajú má hrať.*“ (ID 2)

Pri opýtaní sa prečo to tak dospelý podľa nich robia, sme sa dozvedeli: „*Nooo... väčšinou teda, lebo som si nesplnila povinnosti,*“ (ID 6) alebo „*Zakazujú mi tie veci lebo to nie je správne, napríklad, že nedodržujem pravidlá tej hry. Napríklad keď si vytvorím svoju hru ja sama, tak mi môžu začať hovoriť, že to tak nefunguje a že to tak nemôže byť.*“ (ID 8) Ako sme teda uviedli v osobitých príkladoch, najčastejšie boli vypovedané dôvody ako sú nesplnené povinnosti, nedodržiavanie pravidiel, ktoré vnímajú rodičia ako správne. Tiež boli spomínané názory v zmysle, že sú to rodičia tak majú na to právo alebo, že oni majú svoju pravdu a ich názory sú tie správne a dieťa sa má podľa nich riadiť no i názor, že by sa mali deti starať o dôležitejšie veci ako je hra. Samozrejme nepoznáme úplný kontext a stav v rodine a tak je ťažké posúdiť či je zasahovanie do aktivity dieťaťa oprávnené alebo naopak je to na úkor jeho slobodného hrania.

Každopádne zasahovanie, deti vnímajú negatívne, je to pre nich odtiahnutie od ich hry a toho čo ich baví. Nemajú radi ak to rodičia či dospelý robia, pretože im tak narúšajú ich slobodu a pocit, že si môžu rozhodovať o svojej činnosti sami.

Voľný čas očami detí

Voľný čas je pre deti veľmi dôležitým časom, je to pre nich priestor na oddych, rekreáciu, uvoľnenie sa a trávenie času aktivitami čo ich baví. Ako každé dieťa, trávia väčšinu svojho voľného času s kamarátmi vonku, krúžkami či hraním sa na počítačoch. Tento záver korešponduje s našimi výsledkami. Účastníci rozhovoru vidia voľný čas ako čas, kedy nemajú povinnosti, starosti ako čas na seba, čas, ktorý im nikto neriadi a nemajú v ňom pravidlá. „*Čas kedy nemám žiadne povinnosti... kedy mám čas tak pre seba, že si môžem robiť čo chcem.*“ (ID 2) „*No tak asi byť s kamošmi niekde vonku... niekde kde sa cítim dobre...že si môžem tak oddýchnuť a uvoľniť sa.*“ (ID 4) Ich pohľad na voľný čas, je vnímaný hlavne z perspektívy oddelenia voľného času a času na povinnosti či školu. Podľa analýzy ich vyjadrení, je možné usúdiť, že je pre nich potrebné a veľmi podstatné aby mali voľnosť a pocit, že majú nejakú chvíľu len sami pre seba, pre svoje vlastné záľuby, koníčky a taktiež, je možné usúdiť, že veľký význam kladú na oddych, uvoľnenie sa a naberanie nových síl do ďalšej aktivity.

Avšak stretli sme sa aj s vyjadreniami aké sme očakávali, účastníci pri otázke ako trávia voľný čas, neodpovedali iba aktivitami, ktoré si zvolia sami ale zahrnuli sem aj robenie si úloh, upratovanie či iné povinnosti v izbe alebo domácnosti. „*Vecami, ktoré ma bavia alebo sa stretávam s ľuďmi, ktorých mám rada. Ale niekedy to môžu byť aj veci, ktoré musím spraviť ako je napríklad upratovanie.*“ (ID 8)

Ako nám je už známe, deti v tomto svete plnom tlaku zažívajú veľký nátlak a zasahovanie do ich voľného času. Cítia sa byť obmedzované určitými požiadavkami spoločnosti, školy ale i rodičmi. Hlavne čo sa týka plnenia domácich úloh, učenia a trávenie času v škole či plnením domácich prác a povinností alebo trávením času na krúžkoch. „*Áno mám veľa vecí, ktoré ma obmedzujú vo voľnom čase....No napríklad, škola, úlohy a asi aj veci doma.*“ (ID 7) Ako činiteľov, ktorý toto obmedzovanie uskutočňujú, uvádzajú prevažne rodičov alebo výchovno-vzdelávacie zariadenia. „*Škola, domáce úlohy, krúžky, počasie, niekedy aj tí rodičia ma obmedzujú, niekedy aj celkovo rodina ale nie zas vo veľa veciach.*“ (ID 8)

Pri otázke, či vnímajú riadenie voľného času sme došli k záveru, že deti si uvedomujú riadenie času rodičmi no nemajú pocit, že by im ho veľa riadili. Samozrejme uvedomujú si hranice, ktoré im rodičia dávajú a vedia, že je to pre ich vlastné dobro. „*Ani nie väčšinou sa ma spýtajú kam chcem ísť a aj jaký krúžok chcem, hovoria mi, že to by mohlo byť ale nejak ma nenútiť.... No a kedy mi ho riadia, tak asi, keď máme nejaké rodinné aktivity alebo ideme do obchodu....hmmm asi vtedy.*“ (ID 3)

Zároveň však prevažná časť povedala, že nemajú moc voľného času, pretože ho majú veľmi vyplnený školskými a rodinnými povinnosťami. Z tohto rozporuplného názoru sme si potrebovali ozrejmiť, prečo to tak je. „*No chápem ich... nie vždy je všetko tak ako chcem ja.*“ (ID 6) Bolo nám vysvetlené, že deti vedia, že je potrebné niekedy obetovať svoj voľný čas na pomoc svojej rodine alebo na to aby boli viac vzdelané. Tiež, je z ich výpovedí zrejmé, že chápu, prečo to ich rodičia robia. Uvedomujú si, že im dané činnosti zakazujú, že im určujú vyhradený čas nato aby sa vrátili domov i že je to preto, lebo majú strach o nich. „*Ja si myslím , že je to aj tým , že sa o mňa boja... že niečo vyvediem... ale aj, že sa mi niečo stane vonku.*“ (ID 1)

Tak aby sme tieto výsledky správne interpretovali, musíme povedať, že deti vedia čo je voľný čas no majú ho veľmi málo vzhľadom na povinnosti či školské alebo rodinné. Zároveň si uvedomujú, že im rodičia riadia voľný čas no rešpektujú ich rozhodnutie aj keď ho vnímajú niekedy negatívne, lebo ich odvádza od činností a aktivít, ktoré oni sami chcú.

Čas kedy to riadia oni a kedy to riadim ja

Hranica medzi riadením a sebariadením, je veľmi ťažko opísateľná jedným slovom. Každý vníma hranicu niekde inde, a je ovplyvnená v závislosti na našej povahe a chápaní danej situácie. Deti vnímajú hranice intenzívnejšie a preto, sme sa ich pýtali, práve na hranicu medzi riadením a sebariadením ich voľného času. Väčšina nás privádzala, k odlíšaniu práve prostredníctvom pravidiel, ich určovania, zároveň prostredníctvom príkazov a zákazov. „*No asi keď už dostávam veľa príkazov a zákazov a že je tam teda veľa pravidiel a nemôžem si ja určiť čo chcem robiť.*“ (ID 3) Hranicu vnímajú ako prekročenie či vstúpenie do ich voľného času bez dovolenia alebo s prerušením, ktoré ich odviedlo od činnosti, ktorú realizovali. Taktiež vidia prelom medzi tým, čo chcú robiť a medzi tým, čo ich už niekto núti robiť. Je to vtedy, kedy ich už núti robiť veci navyše a niečo čo nie je ich rozhodnutie. Pre lepšie priblíženie uvádzame dva príklady, kedy informanti nevedeli opísať slovami túto

hranicu ale skôr nám ju predstavili príkladom: „*No citujem svoju mamu...Prečo zas oddychuješ?... celý deň nič nerobíš! Chod' upratať schody!. Tak toto je asi ten začiatok, kedy už nemám slobodu.*“ (ID 5) Druhým príkladom je: „*Nooo... keď ma rodičia nútia robiť veci navyše... hmm napríklad zložiť sušiak... hmm keď som dohodnutá, napríklad na 14:00 s kamarátmi a je 13:51... asi tak by som to vysvetlila.*“ (ID 6)

Otázka, ktorá nám tiež objasnila hranicu medzi riadením a sebariadením, bola či vedia odlíšiť slobodnú hru od riadenej hry. Pri tejto otázke sme sa snažili objasniť i to či nejaký rozdiel medzi týmito hrami vidia a či ho správne pochopili. „*Slobodná hra je podľa mňa, keď všetci sa rešpektujú...počúvajú názory ostatných aaa keď vyhovjú im a robia kompromisy ... Nooo a teraz riadená hra....to je, že rozhoduje len jeden...no a nevyhovie požiadavkám ostatných...aaaa všetko riadi tak ako sa mu to páči.*“ (ID 6) Slobodnú hru skôr opisujú ako bez pravidiel alebo s málo pravidlami, ktoré si určujú sami a robia čo chcú. A zase riadenú hru vnímajú s veľmi veľa pravidlami, ktoré sú im presne určené a tiež v nej niekto ovplyvňuje ich správanie i určuje im čo majú robiť. „*Slobodnú hru považujem tú hru, že mám vlastné pravidlá, môžem sa pohybovať kam chcem a môžem sa riadiť tými vlastnými pravidlami. A za riadenú hru považujem hru, kde mám pravidlá určené, takže to nie sú veci, ktoré by som chcela robiť ja a mám tam nejakého daného človeka, ktorý mi káže niečo robiť alebo stráži aby som pravidlá neporušovala.*“ (ID 8)

Hranica, ktorú sme v tejto kategórii rozoberali, je pre nás lepšie pochopiteľná, po zistení týchto výsledkov, a je zrejmé, že i detský informanti túto hranicu vnímajú, vedia ju určiť a uviesť príklad.

4.7.2 Výsledky a ich interpretácia z pohľadu dospelých informantov

Hra je zábava

Hra je neodmysliteľnou súčasťou detského sveta, a preto je potrebné aby bola vnímaná aj rodičmi. V tomto prípade sme sa pýtali rodičov na to čo vnímajú ako hru a čo naopak nevnímajú ako hru. „*Hra je zábava, keď sa bavíme, keď sme veselý. Čo nie je hra tak odchádza od činnosti niekto smutný, nahnevaný.*“ (IR 6) Hru berú ako činnosť, ktorá prináša zábavu a šťastie a má nejaký cieľ, zmysel. Opakom hry je pre nich to čo sa už týka vážnych situácií a človek od nej odchádza smutný alebo nahnevaný. „*Hra je pre mňa to keď sa zabavím, hra je pre mňa zábava. A čo už nie je hrou je, keď sa jedná o vážne veci ... keď sa*

jedná o životné situácie .. no keď je to zábavné tak to považujem za hru, napríklad karty, prechádzka... to kde sa jedna alebo rozhoduje o živote, tak to už nie je hra.“ (IR 5) Na základe toho môžeme určiť, že dospelý informanti vedia porozumieť podstate hry, zároveň si oni sami spomínajú aké je to hrať sa a čo samotná hra ponúka.

Slobodná hra očami rodičov

Slobodná hra je druh hry, ktorý je potrebný pochopiť a uvedomiť si jeho význam. V globálnom merítku, sme sa snažili prísť na to ako a či vôbec rodičia chápu spojeniu slobodná hra. *„Ja si predstavujem pod slobodnou hrou voľnosť pohybu... voľnosť prejavu a asi zábava.“ (IR 6) Pod takýmto slovným spojením vidia hlavne slobodu, nechať dieťa hrať podľa jeho predstáv, fantázie a pravidiel. Slobodnú hru vnímajú ako prejav osobnosti, rozvoja v mnohých oblastiach, pretože dieťa má v nej možnosť vnímať svet inak, odtrhnutý od reality. „Hra ktorá... do ktorej nevstupujeme my, dospelý to si predstavujem pod slobodnou hrou, jedine čo si myslím je, že by sme nemali do toho zasahovať ak to nie je vážne a no dbať na to aby si deti neublížili“ (IR 5) Jeden z účastníkov, nám ukázal aj technický pohľad na slobodnú hru a to z perspektívy počítačovej hry: „No napríklad z toho technického hľadiska, keď máš napríklad voľný svet môžeš sa kamkoľvek dostať, a zas naopak keď máš stanovený iba jeden cieľ a nemáš inú možnosť... Ale naopak slobodná je, keď môžeš ísť kamkoľvek a nemáš len presný cieľ. Ako v živote.“ (IR 2) Je to odlišná perspektíva na slobodnú hru než sme tradične zvyknutý. No práve z tohto dôvodu, je dobré vidieť, že rodič sa snaží uvedomovať, že slobodná hra je v tom čo sa dieťa rozhodne, v tom čo si dieťa zvolí a že i počítačové hry dávajú možnosť slobodného hrania sa.*

Ako sa odvíjal rozhovor, naskytlo sa načrtnúť, čo si myslia o slobodnej hre a ako na nich slobodná hra pôsobí. Veľa z nich skonštatovalo, že základ hry je práve často spomínaný rozvoj a význam. *„Myslím, že má význam lebo podporuje detskú kreativitu a fantáziu.“ (IR 4) Rovnako ako sa v určitých prvkoch zhodli tak sa aj v niektorých odlišujú, hlavne čo sa týka v určovaní pravidiel v slobodnej hre. „Ako rodič si myslím, že aj v slobodnej hre...by v nej mali byť nejaké pravidlá, určenie hraníc ... Mali by sa dodržiavať nejaké tie pravidlá, nemalo by to prejsť k ponižovaniu, strate sebadôvery, nerešpektovaniu jeden druhého.. Slobodná hra rozvíja ich zvedavosť a tvorivosť, no treba aby tento rozvoj bol pri prekročení hranice usmerňovaný.“ (IR 6) Nie úplne opačný ale dosť odlišný názor bol, že deti v slobodnej hre skúšajú svoje limity a nemajú ich určené niekým zvonka, naopak si tieto*

limity majú určit' sami. „*Myslím si, že je to lepšie, slobodná hra neurčuje limity deťom a ak aj áno určujú si ich sami podľa toho čo zvládnu.*“ (IR 1) Samozrejme však súhlasíme, že pri prekročení takej, hranice ako je napríklad ponížovanie je na zvážení, či si vie v situácií dieťa poradiť, ak je v role obete alebo či potrebuje pomôcť. A ak je v role aktéra, či je to situácia, kedy hrá nejakú rolu alebo už je to forma šikany, ktorú treba zastaviť. Slobodná hra má rôzne zákutia, no i tak vypäté situácie ako je ponížovanie a šikana si deti, niekedy skúšajú vo svojich hrách. A pre pozorovateľov je často ťažké odlíšiť či je to hra alebo reálna a vážna situácia.

Slobodná hra ako tvorca osobnosti

Ako ďalšiu otázku, ktorú sme informantom kládli bola či si myslia, že spôsob ako sa deti hrajú ich ovplyvňuje a či vidia význam v slobodnej hre. Na uvedenú otázku reagovali veľmi rýchlo, hneď zahlásili, že hra a jej spôsob určite silno ovplyvňuje deti i tiež, že v slobodnej hre vidia veľmi veľký význam. Najopakovanejšie sa nám objavoval všeobecný rozvoj a myslenie. „*Ovplyvňuje ich v myslení, rozmyšľaní, pocit víťazstva.*“ (IR 1) Dôležité je spomenúť, že nie samotná hra musí ovplyvňovať dieťa ale môže ho ovplyvňovať aj samotný fakt, že sa hrá a ako sa hrá. „*Určite áno je to dané tými hrami a ako ich hrajú preto im vyberám tak hry aby sa vedeli rozvíjať, je to na mojich deťoch vidieť ako sa ich koncentrácia pohybovo či technicky so zariadeniam zmenila. iPhone a iPod sú odporúčané aj pre deti s autizmom, pretože vďaka tomu sa vedia skontaktovať a zblížiť so svetom a prostredníctvom nich si utvárať vzťahy.*“ (IR 2)

Význam nevidia, levo v slobodnej hre ale aj vo všeobecnom hraní sa. Zdôrazňujú, že akákoľvek hra na dieťa veľmi silno vplyva a že má neopísateľné zastúpenie v živote každého dieťaťa. „*V slobodnej hre vidím veľký význam, deti sú silnejšie, ja neviem rozhl'adenejšie... každá hra pripravuje k životu... najprv sa napríklad hrajú s bábikami alebo s autičkami a neskôr sa približujú k reálnym veciam a k životným situáciám, takže áno deti ovplyvňujú hry.*“ (IR 5)

Slobodná hra alebo akákoľvek hra, dieťaťa je sprevádzaná jeho postupným rozvojom, podľa jeho záujmov, schopnosti kreativity a tvorby fantázie. Prevažná časť detí sa hrá a ak sa nehra dostáva sa do kritickej situácie, ktorá ho neovplyvňuje v dobrom zmysle ale skôr naopak dieťa môže byť silno poznačené. „*...napríklad 10 ročne deti sú schopné hrať šachy takže určite to má veľký podiel na tom ako sa deti vyvíjajú .*

90 % percent deti sa hrá a keď sa deti nehrajú či slobodne alebo všeobecne, tak sú tým určitým spôsobom poznačené hlavne citovo.“ (IR 5)

Všetci účastníci sa zhodli, že to čo hru ovplyvňuje je vlastne podstatou významu slobodnej hry a i hry ako takej. „Význam je to čo ich v tej hre ovplyvňuje, keď hrajú agresívne hry tak ich prejav bude agresia a keď hrajú hry o láske ... a o nejakých hodnotách tak ich to určite ovplyvňuje v kladnom prejave a to je pre mňa práve ten význam. To čo im tá hra ponúka, ako je rozvoj a učenie sa na základe skúšania v hre situácií, ktoré potom v živote zažijú a budú na ne potom tak aj reagovať.“ (IR 6)

Samotný význam vidia prostredníctvom slobodnej hry v sociálnom, fyzickom, emocionálnom a kognitívnom rozvoji. Pre dospelých informantov ako rodičov, je tento rozvoj u ich detí tým najhlavnejším čo môžu oni svojim deťom ponúknuť, keď ich nechajú sa samostatne voľne hrať. „No ja si myslím, že môže lebo tam sa tie deti hrajú, podľa určitých pravidiel, ktoré si sami určili, vzniká nejaká hierarchia, nejaká súhra, deti medzi sebou komunikujú v určitých tých svojich ... ako by som to nazvala asi v záujmoch... Takže určite sa rozvíjajú aj po psychickej stránke nielen po tej sociálnej.“ (IR 6) Zároveň: „aj rozvíjaním čo sa týka pohybovo, napríklad pri schovávačkách, naháňačka, preliezkami.“ (IR 1) Taktiež: „zistia čo prestrelili a čo nie a ukladajú si svoje pocity a myšlienky a vedia čo bolo dobre a čo bolo zle.“ (IR 2)

Čas bez povinností

Voľný čas je čas, kedy si človek môže odpočinúť, je to čas, ktorý má sám pre seba a sám sa rozhoduje čo s týmto časom bude robiť. Najčastejšie je chápaný ako oddelenie od času na povinnosti, prácu a školu. „Že som není v zamestnaní a venujem sa svojim deťom a manželovi, že mám čas bez povinností.“ (IR 3) „Voľný čas je niečo, čo robíš rád mimo svojho denného rituálu.“ (IR 1) Zhodneme sa s informantmi, že voľný čas je určený na to aby sme o ňom rozhodovali sami, aby sme relaxovali a činnosti robili s radosťou, chuťou, je to priestor na našu sebarealizáciu na robenie toho čo nás baví a naplňuje.

K voľnému času neobľomne patrí aj jeho riadenie a organizácia. Rodičia nevnímajú potrebu deťom prehnane riadiť čas, skôr sa prikláňajú ku kompromisom, ktoré sú založené na spoločnej dohode medzi dieťaťom a rodičom, no zároveň rodičia si uvedomujú potrebu deťom stanoviť určité hranice, limity a tým predísť k možným konfliktom či

nebezpečenstvám. Môžeme to vidieť v ich samotných výrokoch: „*Ja by som povedal, že tam je ten kompromis aj áno aj nie, je dobre ho vyplniť z časti lebo každé dieťa potrebuje aj čas pre seba, nemôžeš kontrolovať deti 24 hodín, čím je to dieťa staršie tým by malo mať väčší čas samo na seba.*“ (IR 5) „*Áno aj nie, pretože si myslím že v rámci stanovených pravidiel od do dokedy sa môže hrať... Napríklad budeš sa hrať iba do desiatej ako chceš a viac nie... Z pohľadu malých detí by mali mať určite riadený čas v rozvrhoch podľa režimu lebo napríklad ak si nejde ľahnúť tak môže byť mrzuté a nevrlé... Takže áno, treba im dať voľný čas ale treba mať na to nejaké pravidlá.*“ (IR 6)

Najbežnejší problém, prečo rodičia potrebujú deťom riadiť čas, sú povinnosti. Oni sami majú toho strašne veľa a nezvládajú všetky domáce práce a povinnosti s tým spojené. Rodičia potrebujú pomôcť aby aj oni sami mohli mať neskôr voľný čas pre seba. „*Ja si myslím, že do určitej miery som im čas riadil, lebo človek mal veľa povinností a potreboval pomôcť ale keď som mal možnosť pustiť tak som deti pustil sa hrať.*“ (IR 5)

Ďalším dôvodom je aby deti zmysluplne trávili svoj čas, rodičia potrebujú mať pocit, že im dajú niečo do budúcnosti, že budú rozhládenejšie a samostatnejšie. Budú mať záujmy, krúžky a vďaka nim rozvinú svoje talenty a schopnosti ale nechávajú časť riadenia a rozhodnutia na deťoch, nechcú ich do niečoho nútiť. „*Skôr som sa snažil aby ten čas deti zmysluplne využili.*“ (IR 5) „*Asi riadiť, lebo chcem aby mali krúžky aby sa v niečom rozvíjali ale zároveň chcem aby si to deti zvolili sami, na jednej strane je to niečo čo si výberu ale zas keď vidíme, že ich to baví tak ich k tomu vediem. Ale zas, keby vidím, že to dieťa nebaví tak ho do toho nútiť nebudem.*“ (IR 3)

No a v neposlednom rade hrá veľkú úlohu v riadení, strach. Strach, že sa dieťaťu niečo stane, že bude v nebezpečenstve alebo že prekročí vlastné hranice a ublíži sebe alebo okoliu. Tento strach je opodstatnený, dieťa by malo mať určitú hranicu, kedy sa mu stanoví časové limity, musí vždy oznámiť rodičom kam ide a s kým aby sa o neho nemuseli báť, no i mať režim čo sa týka životných návykov a fyziologických potrieb ako sú spánok, strava, pitný režim. Samozrejme je to už v rozpore či sa to týka voľného času alebo času ako takého. Rodičia to hlavne vnímajú z pohľadu veku dieťaťa a usúdenia, kedy si už dieťa vie samo zväžiť čo môže a čo nie. „*No mladšie deti určite potrebujú viac riadiť čas a do neho zasahovať lebo ich je treba viac kontrolovať a dávať na ne pozor. Mladším deťom je podľa mňa treba viac riadiť ten čas a naopak starším deťom by som sa snažil viac dať voľnosť a dať im viac zodpovednosti za to čo robia...No samozrejme, kde by si mohli deti ublížiť tak*

ich budeme kontrolovať, adekvátne k veku a k tomu čo robia, nemôžeme predsa pustiť deti hrať sa na skaly ale treba ich v tom zastaviť.“ (IR 5)

Vyplňovať voľný čas alebo nechať voľnosť

Vyplňovanie voľného času je adekvátne vnímané prostredníctvom riadenia času. Počas vyhodnocovania výsledkov, sme usúdili, že snaha o tento proces je kvôli tráveniu voľného času s rodinou alebo pre budúcnosť a rozvoj dieťaťa. Informanti vyplňujú voľný čas deťom mnohými výletmi, prechádzkami a aktivitami aby mohli s deťmi stráviť nejaký čas. Hlavne v mladšom veku, kedy deti ešte chcú a cítia potrebu tráviť s nimi voľný čas. *„Určite áno, vymýšľame rôzne výlety, hry, organizujeme spoločné aktivity.“ (IR 2)* Zároveň im vyplňujú voľný čas aby ho trávili zmysluplne ako sme už uviedli v predošlej kategórii ale aj preto aby u detí nenastali sociálno-patologické javy, čo v tejto dobe nie je nič neobvyklé. *„Myslím si, že je im ho je dôležité vyplňovať a riadiť, pretože deti by mali mať nejaké mantinely aby sa im v dospelosti nestalo to, že by sa proste spustili do zlých chodníčkov ale treba mať aj...aj určité medzery v tých mantineloch aby mali aj možnosť niečo dosiahnuť sami a aby mali v sebe zakódované, že niečo dosiahnu. Aj keď si ostatný niekedy myslia, že na to nemajú tak to není pravda.“ (IR 2)*

Súčasne si uvedomujú aj potrebu voľnosti, nechať deti sa rozhodovať samé, skúsiť si na vlastnej koži určité okolnosti a podmienky s nimi spojené. *„Asi by som chcel, aby si to dieťa aj vyplnilo svoj čas podľa seba.“ (IR 4)* Cítia, že voľnosť hrá v ich živote veľkú rolu a že bez nej dieťa nevie potom určitým veciam pochopiť a postaviť sa na vlastné nohy, konať vlastné rozhodnutia a prijímať ich následky. *„Deti potrebujú a musia mať voľný čas pre seba, kde majú čas, že sa rozhodujú sami. Nebudem im dávať čas, že musíš robiť toto a toto, kludne aj na počítači, čítanie knihy a tak ďalej... proste keď vieš, kde to dieťa je a čo robí tak treba nechať dieťaťu voľnosť, samozrejme nie až takú, že nevieme čo s ním je.“ (IR 5)*

Zasahovanie do voľného času, nemusí byť vždy vnímané negatívne, rodičia chcú svoje deti podporovať, rozvíjať a dať im pocítiť, že majú za niečo zodpovednosť. Že majú svoje práva no ale aj povinnosti, ktoré k nim prináležia. *„Aby sme im pomohli rozvinúť ich osobnosť, lebo ich chcem podporovať v tom čo ich baví, lebo vidím čo ich baví a podľa toho ich k tomu vediem a zasahujem im do toho.“ (IR 3)* V kontexte dôležitosti riadenia voľného času sme dostali takúto odpoveď: *„Áno je dôležité, čo by nebolo, práve pretože získavajú pocit zodpovednosti... učíte áno deti musia byť zodpovedné za určité veci.“ (IR 6)*

V rámci nášho úsudku z výsledkov, je vyplňovanie voľného času potrebné viac v staršom veku, kedy deti potrebujú viac usmerňovať, pretože už vnímajú okolitý svet, ktorí ich môže ovplyvniť v dobrom aj v zlom. No v rámci kontroly, je naopak treba dbať viac na deti v mladšom veku, informanti uvádzajú do 3-4 rokov, kedy ešte nevedia správne odlíšiť čo je pre nich nebezpečné. *„Iba do určitého veku je dôležité im dať voľnosť tak tri - štyri roky, od vtedy treba deti nejakým spôsobom smerovať a usmerňovať.“ (IR 4)* Taktiež, dôvod prečo vnímajú tento vek ako medzník je vplyv internetu a médií: *„Toto je strašne ťažká otázka lebo do voľného času vstupuje už aj internet....ale keby sa pozerám na počítačové hry s chce sa tam hrať slobodne tak by malo byť riadene teda od tých 3-4 rokov kedy sa už vie dieťa hrať s mobilom a u tých starších by som to kontrolovala aj obsahovo aj časovo ak sa pozerám na hru na internete ale ak sa budem pozerat' na hru voľne vonku tak tam by som deti moc neobmedzovali iba v rámci bezpečnosti.“ (IR 6)*

Prelom medzi riadením a sebariadením

Hranicu medzi riadením a sebariadením, označujú ako dobu, kedy už nad dieťaťom stoja, sledujú ho a kontrolujú ho. *„Hranicu vidím v tom aby sme tie deti mali natol'ko podkontrolou aby nedošlo k vážnym situáciám aby to slobodne mali význam, no samozrejme, kde by si mohli deti ublížiť tak ich budeme kontrolovať, adekvátne k veku a k tomu čo robia.“ (IR 5)*

Súčasne vnímajú túto hranicu aj s pohľadu bezpečnosti, pretože akonáhle nastane nejaká nebezpečná situácia alebo dôjde k ublíženiu tak do hry respektíve voľného času detí zasahujú a prerušujú ich v danej činnosti. *„Napríklad, keď niečo rozbijú alebo niekomu ublížia alebo keď ohrozia sami seba.“ (IR 4)*

Tento prelom, nie je opisovaný len z týchto dvoch hľadísk ale ja z hľadiska určovania deťom nejaké pravidlá, limity alebo spôsoby ako sa majú hrať. *„Ak už im do toho zasahuje rodič tak už sa presúva do riadenej hry a už to nie je slobodná hra. Napríklad nehraj sa s týmto ale s týmto.“ (IR 1)*

Hranicu však vnímajú aj z hodnotovej stránky, kde spoločnosť udáva určité hranice a spoločenské normy, ktoré rodič uznáva a chce ich vštepovať do povedomia dieťaťa. *„No keď by to prechádzalo do nejakého spoločenského tabu, že už je to nejak za hranicou spoločenských hodnôt tak treba dieťa na to upozorniť, že je to už za hranicou....Pretože sú hranice určené spoločnosťou ktoré sú akceptované a ktoré nie a tak preto aby neboli*

vyvrhelmi spoločnosti treba ich usmerniť aby vedeli odlišovať čo je dôležité a čo nie, a je potrebný aj duchovný život aby vedeli čo už je správne.“ (IR 2)

V rámci tejto hranice je taktiež dobré podotknúť už spomínanú vekovú hranicu 3-4 roky, kedy môžeme hovoriť o pomyselnom prelome medzi väčším dôrazom na kontrolovanie voľného času no slobodnejšieho prístupu k jeho tráveniu v mladšom veku a naopak menším dôrazom na kontrolu voľného času no silnejším prístupom k jeho usmerňovaniu vo vyššom veku.

Jeden z informantov nám dáva možnosť riešenia kontroly dieťaťa a no zároveň ponechanie ho voľne a slobodne hrať: *„Riadený čas sledovanie, že stojím nad nimi, keď už má dieťa pocit, že rodič stojí nad ním tak už to nie je čas slobodný... Môžem to dieťa kontrolovať ale je dobre aby dieťa nemalo pocit, že nad ním niekto stojí... napríklad prostredníctvom toho, že vieme kde je, s kým je alebo dohliadať nejak z diaľky alebo kde vieme, že je v takom kolektíve, kde sa o neho nemusíme báť, keď už ho napomíname a okrikujeme tak už to dieťa nemá slobodu dieťa by malo pociťovať slobodu.*“ (IR 5)

Pre zaujímavosť sme sa v rovine otázok, sústredili i na vnímanie zmeny voľného času oproti minulosti. Kde sa zväčša informanti zhodli na tom, že deti mali v minulosti viac riadený čas, pretože museli pomáhať na poliach, rodičom v domácnosti, mali určité povinnosti a veľmi málo času sami na seba. Naopak v tejto modernej dobe, majú deti viacej možností a slobody rozhodnúť sa. Odlišnosť vnímajú u detí na dedine a u detí v meste, kde ich ohraničuje voľnosť prostredia. Deti na dedine majú viac možností vonku a v meste naopak majú viac možností vo voľbe aktivít.

4.8 Závěry výskumu

Závěry výskumu uvádzame na základe predošlých výsledkov, ktoré sme interpretovali. V týchto výsledkoch sme sa dozvedeli, že rodičia i deti podobne vnímajú hru ako niečo čo im prináša radosť a šťastie. Tým pádom môžeme povedať, že hru prevažne vnímajú so subjektívneho hľadiska, čo im hra prináša. Naopak, to čo už pre nich nepredstavuje hru, sú vážne okolnosti a vážne veci alebo niečo čo je sprevádzané zlými pocitmi. Ako základné charakteristiky hry uvádzajú dobrovoľnosť, spontánnosť, pocity šťastia, niečo čo im umožňuje všeobecný rozvoj v sociálnej, kognitívnej či afektívnej oblasti. Tiež s ňou spájajú fantáziu, predstavivosť, kreativitu a určitú dávku pravidiel. Tieto charakteristiky

korešpondujú s odborným popisom vlastností hry v prvej kapitole, kde ich uvádzajú autori Suchánková (2014), Kořátková (2005) a Gray (2013).

Taktiež sme v našom výskume objasnili, že deti i rodičia vedia opísať slobodnú hru, poznajú jej podstatu, ktorou je sloboda. Sloboda zabezpečuje aby si účastník hry zvolil, ako bude hra prebiehať, kto do hry môže a kto nemôže vstúpiť, udávanie si vlastných pravidiel a je spätá s pocitom sebanaplnenia. Do popredia dávajú aby obsahovala vzájomné porozumenie, rešpekt a pochopenie. Informanti uvádzajú, rovnaké podanie slobodnej hry ako uvádza Kořátková (2005), že je to hra pri ktorej si dieťa skúša a vytvára svoje vlastné námety na prevedenie, túto činnosť si volí samo, a tak isto i predmety, ktoré bude v hre používať.

Z výsledkov vyplýva, že slobodná hra má veľký význam hlavne v rozvoji osobnosti, v spôsobe ovplyvňovania dieťaťa, motivuje ho k učeniu, sebapoznaniu, vytváraniu hodnôt ako je láska, šťastie, porozumenie, zodpovednosť a iné dôležité hodnoty. Význam preniká i do ovplyvňovania myslenia a následného rozmyšľania. Takisto ho môžeme vidieť ako ho poníma Kořátková (2005), vo vedení dieťaťa k hodnotám, rozvoji jeho osobnosti či po fyzickej, psychickej alebo kognitívnej stránke.

Avšak môže viesť i k pociťovaniu úzkosti a smútku a následnej traumy ak dieťa nemá naplnené svoje potreby a túžby. Načo sa odvoláva aj autorka Koucká (2021), ktorá uvádza, že dieťa potrebuje mať pocit slobody, voľnosti v trávení voľného času, a že nedostatok slobodného hrania môže u dieťaťa viesť k pociťovaniu depresie alebo úzkosti.

Hlboký význam je práve v tom čo dá slobodná hra dieťaťu do života, do jeho budúcnosti. Hra na dieťa veľmi silno vplyva deti sú vďaka nej rozhladenejšie, odolnejšie, silnejšie a pripravenejšie na ich každodenné strety s realitou.

V závislosti od našich informácií, so slobodnou hrou úzko súvisí i voľný čas a jeho riadenie, pretože slobodná hra je jednou z aktivít, ktoré deti vo voľnom čase uplatňujú. Voľný čas je najčastejšie chápaný ako oddelený od času na povinnosti, prácu a školu, takéto rozdelenie je v odborných publikáciách ponímané zo sociologizujúceho prístupu. No i z psychologizujúceho prístupu ho informanti uviedli ako činnosti spojené s radosťou, chuťou a priestorom na našu sebarealizáciu a robenie toho čo nás baví a čo máme radi. V tomto prístupe je voľný čas ponímaný, podľa toho akú mu prikladáme subjektívnu hodnotu. (Babiaková et al., 2007)

Voľný čas je vnímaný rodičmi a deťmi dosť podobne, je pre obidvoch dôležitým časom na oddych rekreáciu, na načerpanie nových síl do ďalších dní a povinností. Je to pre nich čas na trávenie vonku s kamarátmi, krúžkami, záujmami, čas bez starostí, povinností ako čas na seba, ktorí im nikto neriadi a neurčuje. Z pohľadu detských účastníkov je riadenie takéhoto času vnímané práve rodičmi, ale aj výchovno-vzdelávacími zariadeniami, prevažne školou. Na základe toho sa nám potvrdzuje prepojenie z odbornými textmi od Oberuča (2019) a manželov Danišových (2020), že rodina a výchovno-vzdelávacie zariadenia sú faktormi, ktoré ovplyvňujú a pôsobia na prežívanie voľného času detí. Ovpływňovanie a zasahovanie sa prejavuje ako množstvo školských úloh, krúžkov i všeobecne školských a domácich povinností. Zároveň však detskí účastníci uvádzajú, že im rodičia neriadia priveľmi voľný čas a aj to čo im riadia je brané s rešpektom, úctou a kompromisom.

Zo strany rodičov sú uvedené viaceré príčiny riadenia a zasahovania do voľného času detí. Sú to povinnosti, nie len zo strany toho, že ich dávajú ale aj z tej strany, že ich oni sami majú. A to je dôvod, prečo potrebujú sami pomôcť a zadávajú deťom domáce práce a povinnosti s nimi spojené. Ďalšou príčinou je potreba vyplniť deti aktivitami a činnosťami tak aby ho zmysluplne prežívali. Počas vyhodnocovania výsledkov, sme usúdili, že snaha o vyplňovanie voľného času je kvôli tráveniu času s rodinou alebo pre budúcnosť a rozvoj dieťaťa. Vyplňujú ho rôznymi výletmi, aktivitami, či organizovaním spoločných činností.

No a v neposlednom rade je ako príčina udávaný strach, ktorí ich poháňa k tomu aby deti viac kontrolovali a organizovali ich čas. Boja sa nebezpečenstva, ktoré deťom hrozí z ich okolia a že by vplyvom nesprávnych ľudí alebo situácií u nich nastali sociálno-patologické javy. Je oprávnené, že sa o deti bojíme a máme o ne strach ak ich nemáme pod kontrolou nuž preto sa im snažíme čas vyplniť niečím iným. Pravdaže prílišný strach o dieťa, ho len izoluje a bráni mu skúšať a objavovať nové miesta, svoje hranice a taktiež seba samého. (Gray, 2020)

No však uznávame, že ak budeme deti kontrolovať adekvátne k ich veku a budeme vedieť kde sú a s kým sú, tak je vhodné im nechať voľnosť. Najmä pre ich získanie zodpovednosti, uvedomenie si ich práv a povinností ale i pre možnosť rozhodnúť sa, podľa svojho úsudku, skúsiť si na vlastnom tele podmienky, ktoré život prináša. Kratochvílová (2010) nám chce odovzdať myšlienku, že ovplyvňovanie detí má pozitívny aj negatívny dopad, záleží od toho ako silno je presadzované a tiež akým spôsobom.

Prílišným tlakom zo strany školy i rodičov, dieťa v tejto modernej dobe stráca voľnosť, je ťahané do perfekcionizmu a dosahovaniu najlepších výsledkov čo potom dopadá tak, že majú veľmi málo voľného času alebo ho ani nemajú ako nám niektorí detský informanti uviedli. (Babiaková, 2007)

A najpodstatnejšími závermi, ktorými sa budeme venovať sú ohľadom hranice medzi riadením a sebariadením. Podobné rozdelenie, môžeme vidieť u Kapláňka (2017) na organizovanú a neorganizovanú činnosť. Pre oboch účastníkov rozhovoru je táto hranica prelomom, medzi voľným slobodným trávením času, čiže podľa seba samých a medzi riadeným trávením času, ktorý je určený inými. Túto hranicu opisujú ako rozkazovanie, prerušenie, ktoré tvoria zlom medzi týmito dvoma časmi. Najmä je tento prelom opisovaný z hľadiska určovania dieťaťu limity, pravidiel alebo spôsoby akými sa má hrať alebo tráviť voľný čas. Okrem iného hranicu medzi týmito pojmami tvorí aj vyššie spomínané zasahovanie, prekročenie alebo vstúpenie do voľného času, kedy dieťa už prestáva riadiť seba samého, svoje činnosti ale pociťuje zásah do jeho aktivít.

Za najlepšie riešenie, ktoré sme zaznamenali pri otázke riadenia voľného času niekým alebo niečím, je primeraná kontrola podľa veku ako ju určujú rodičia. V tomto prípade sa odvoláme na výrok informanta: „*No mladšie deti určite potrebujú viac riadiť čas a do neho zasahovať lebo ich je treba viac kontrolovať a dávať na ne pozor. Mladším deťom je podľa mňa treba viac riadiť ten čas a naopak starším deťom by som sa snažil viac dať voľnosť a dať im viac zodpovednosti za to čo robia...No samozrejme, kde by si mohli deti ublížiť tak ich budeme kontrolovať, adekvátne k veku a k tomu čo robia, nemôžeme predsa pustiť deti hrať sa na skaly ale treba ich v tom zastaviť.*“ (IR 5) Do troch respektíve štyroch rokov uvádzajú, že na dieťa by mala byť dbaná väčšia kontrola voľného času z hľadiska bezpečnosti ale zase slobodnejší prístup hrania sa vo voľnom čase. Naopak od troch či štyroch rokov je možné viac poľaviť v kontrolovaní dieťaťa z hľadiska bezpečnosti, avšak zosilniť prístup usmerňovania ako trávia voľný čas.

Za najlepší spôsob kontroly uznávajú, kontrolu, ktorá nie je vidieť. Rodičia vedia kde dieťa je, ako sa hrá respektíve ako trávi čas a s kým no nezasahuje a neprerušuje ho pokiaľ to nie je nutné. Súčasne vynakladá snahu aby dieťa nevedelo o tomto spôsobe kontroly a malo pocit, že je slobodné i že sa rozhoduje samé o všetkom. Tento spôsob opisuje aj autorka Košťátková (2005), ktorá ho určuje ako rolu facilitátora, teda pozorovateľa, ktorý len pozoruje činnosť dieťaťa a nezasahuje do neho.

Na záver by sme chceli uviesť, že rodičia aj deti si uvedomujú dôležitosť riadenia voľného času, uvedomujú si však i to, že aby človek dokázal fungovať potrebuje aj čas o ktorom bude rozhodovať sám aby mohol načerpať nové sily alebo sa odreagovať od problémov a povinností, ktoré ho čakajú v reálnom svete. Chápu hranicu medzi riadením voľného času a sebariadením, a vedia, že je veľmi úzka. Napriek predpokladom, ktoré sme mali pri robení tohto výskumu, si mladí rodičia začínajú uvedomovať význam sebariadenia u detí a aj význam ich slobodného hrania. Väčšina z rodičov takýto prístup začína naplňovať a snaží sa deťom neriadiť vo veľkej miere čas. Aj keď uznávajú, že je to veľmi ťažké, pretože do riadenia sú prevažne ťahané spoločenskými limitmi (škola, práva a povinnosti, zákony), ktorými musia deti usmerňovať aby boli prijaté do spoločnosti a neboli spoločnosťou vylučované.

5 ODPORÚČANIA PRE PRAX

Vďaka našim výsledkom v prieskume sme sa dozvedeli niekoľko nedostatkov, spojených s prípravou profesionálneho rodiča. Na základe odporúčaní od našich informantov sme i my sformulovali odporúčania, ktoré by mohli pomôcť na lepšie fungovanie prípravy v subjektoch

Slobodná hra je veľmi významným činiteľom v živote dieťaťa ale aj každého z nás, preto by sme odporúčali viac rozširovať toto povedomie. Slobodná hra predsa rozvíja u dieťaťa také zložky, ktoré sa veľmi ťažko získavajú iným spôsobom. Môžeme na dieťa aplikovať metodicko-výchovné zásady hry no nikdy nedosiahneme takého účinku ako má slobodné hranie sa detí. Ved' si to len zoberme, že dieťa ktoré sa naučí hrať slobodne, bude samostatnejšie, rozhodnejšie, bude si vedieť obhájiť svoj názor, vyskúša si rôzne životné situácie. Je smutné, že na tento význam slobodnej hry zabúdame. Preto odporúčame sprostredkovať tento význam prostredníctvom médií alebo prostredníctvom návštev stredných a vysokých škôl, pedagógmi ale i odborníkmi na túto problematiku.

Zároveň prostredníctvom workshopov poukázať na slobodnú hru, alebo vytvoriť v centrách voľného času miestnosti a prostredie, kde deti nebudú ovplyvňované dospelými a ani množstvom moderných hračiek. V takomto priestore by mohli mať deti možnosti, vytvárať, modelovať prostredníctvom prírodných materiálov, ktoré si sami zvolia. Upustiť uzdu svojej fantázie. A rodičia by naopak mohli byť pozorovateľmi, facilitátormi tejto činnosti. Učili by sa deťom do hry nezasahovať a nechať ich úplne slobodne a voľne sa hrať. Bolo by to určené napríklad pre rodičov, čo majú prehnaný strach, že sa dieťaťu vonku niečo stane, možno by videlo svoje štvorročné dieťa ako sa po páde z hojdačky dieťa postaví, opráša a ide sa hrať ďalej. A takáto situácia s jeho okamžitým zásahom by dieťaťu znemožnila sa ponaučiť, uvedomiť si svoje limity a vedieť si samé spracovať či sa udrelo vážne alebo je to v hranici, že sa môže hrať ďalej. Samozrejme, že treba usúdiť či sa nejedná o situáciu, kedy je nutný zásah rodiča, inak by mohlo dôjsť k zanedbaniu a veľkému ublíženiu na zdraví. No a práve k tomuto úsudku by sa v tomto prostredí mohol rodič naučiť. Naučiť sa ako byť facilitátorom, keď treba a naopak kedy zasiahnuť.

Odporúčali by sme to hlavne v mestách, kde je nebezpečná a veľmi frekventovaná doprava, kde sa naozaj rodič bojí dieťa vypustiť von. Zároveň by takéto miesta, mohli rodičom dať možnosť mať viac času aj pre samých seba, na svoje činnosti a záľuby.

Pretože, by rodič vedel, že je o takéto dieťa postarané, no i to, že mu je poskytnutá voľnosť objavovať prostredníctvom hry.

Taktiež z pohľadu plánovania a riadenia voľného času je potrebné viac vzdelávať pedagógov a vychovávateľov týchto voľnočasových centier či školských klubov, vo význame slobody vo voľnom čase a slobodného hrania sa. Pretože oni práve v týchto centrách musia zastávať aj pozíciu facilitátora a nielen iniciátora ako to často býva.

Taktiež na základe nášho úsudku vyvodeného z výsledkov, deti majú preplnené dni prevažne školskými povinnosťami. Je na zvážení či by sa nemalo viac tlačiť aby deti boli odbremenené veľkého množstva úloh zo strany pedagógov. No je nám jasné, že ani oni častokrát nemôžu za prehnané nároky a limity, ktoré stanovujú rámcové učebné plány a vzdelávacie štandardy. Predsa chceme aby sa deti vzdelávali s chuťou a nie z donútenia.

Riešenie vidíme v tom aby sme svoje rámcové učebné plány približovali k vyspelejším vzdelávacím krajinám ako je napríklad Fínsko. Vo Fínsku je pozícia učiteľov a ich profesia nadmieru spoločensky cenená. Fíni presadzujú ideu partnerstva a rovnosti a individuálnej podpory učenia a prospechu žiakov, a hlavne hodnotenie a oceňovanie žiakov orientované na ich samotný rozvoj. Dôvodom prečo je tak účinné vzdelávanie vo Fínsku je práve v podporovaní žiakov a samotných učiteľov. Celkovo je kladený dôraz na tzv. „wellbeing“ (blahobyť) žiakov a v súvislosti s tým, existuje celý rámec podpory. Školy nenavštevuje inšpekcia a deti nie sú prehnane hodnotené testami a skúškami ako v našom tradičnom vzdelávaní. Žiaci sú tam do siedmeho ročníka hodnotené slovne, nie známkami. Domnievame sa, že práve preto sú deti vyrastajúce vo Fínsku úspešnejšie a menej psychicky vyťažené. (Gavora, 2016)

Vidíme v tom riešenie, aby deti mali viac voľného času, boli menej zaťažené a zároveň by sme mohli docieľiť, že budú úspešnejšie a vzdelanejšie a hlavne budú mať chuť sa vzdelávať. A tým pádom by sme mohli o niečo znížiť psychické problémy ako sú úzkosti a depresie.

ZÁVER

Slobodná hra a voľný čas, sú neoddeliteľnou súčasťou života človeka a hlavne dieťaťa. Dieťa už od úplného začiatku čo uzrelo svetlo sveta má potrebu sa hrať, objavovať, vnímať svet okolo seba. A čo najviac chce to robiť samé, vidíme to na jeho prvých pádoch keď sa snaží po prvýkrát vstať na vlastných nohách. Na jeho prvých modrinách, keď sa naháňa so svojimi kamarátmi po ulici. Slobodná hra mu dáva presne to čo dieťa potrebuje, dáva mu možnosti objavovať svet, skúmať ho, pretvárať si ho na základe svojich predstáv a túžob, no to čo im najhlavnejšie dáva je sloboda. Sloboda rozhodnúť sa, naučiť sa prijať zodpovednosť za svoje činy, skúšať, vyhrávať ale i zlyhávať. A toto všetko robiť, pretože ich to baví a prináša šťastie.

No ako každá hra má aj svoje úskalia, kde deti podvedome učí o tom čo je správne a čo nie, kde sú ich limity. Dieťa je však ovplyvňované vzorom svojich rodičov, médiami ale i rovesníkmi a celou spoločnosťou, preto do slobodnej hry prináša aj vážne veci ako sú odlúčenie, prežitie smútku, hnevu, starostí a beznádeje. Slobodné hranie sa, deťom otvára bránu objavovať nepoznané a skúšať situácie, v ktorých sa môžu v budúcnosti ocitnúť a možno i lepšie reagovať na základe toho, že si to už v neformálnej činnosti predtým zakúsili.

Naším cieľom bolo poukázať na význam slobodnej hry vo voľnom čase detí a preto môžeme z určitostí povedať, že slobodná hra má obrovský význam. Hlavne na to ako sa deti budú v budúcnosti správať, ako budú reagovať v životných situáciách, hra ich sprevádza celým životom, nekončí v určitom veku ale je súčasťou každodenného života, rozvíja ich skúsenosti kognitívne ale i psychomotorické. Pomáha ich učiť a rozvíjať ich emocionálnu inteligenciu ako je empatia alebo emocionálna sebaregulácia svojich citov a emócií. Aj keď si to sami neuvedomujeme, každá hra nielen deťom ale aj nám dala určitý prvok, ktorý sme neskôr aplikovali do svojho života.

Naším ďalším cieľom bolo poukázať na neustále plánovanie voľného času detí prostredníctvom dospelých. Toto plánovanie vzniká na základe pohnútok a už zakorenených limitov našej spoločnosti. Deti majú plánovaný čas prevažne školskými zariadeniami, ktoré čerpajú nielen z bežného času detí v doobedňajších hodinách ale aj z voľného času detí, kedy musia plniť domáce úlohy, učiť sa na testy a písomky. Okrem týchto školských povinností, majú deti aj povinnosti voči rodine, kde pomáhajú z chodom domácnosti. Uvedomme si, že

už z tak preplneného dňa nemajú moc času sami na seba a na svoje aktivity a činnosti, ktoré tak veľmi potrebujú na nabratie novej energie a odreagovania sa. Z tohto dôvodu deti bývajú preťažené a nevládku a majú pocit úzkosti, strachu a depresie.

Našťastie si tieto fakty začínajú rodičia detí a mnohý iný dospelý uvedomovať a skúšajú deťom do voľného času nezasahovať a nechať ich sami sa rozhodnúť čo chcú robiť aj čo sa týka mimoškolských aktivít a krúžkov. Rodičia sa snažia o kompromis s deťmi a o vyváženosť. No však ak sa aj samotná spoločnosť a jej riadenie nezmení môžeme očakávať, že deti z úzkosťami a depresiami budú stúpať. Nie len kvôli plánovaniu času svojimi rodičmi ale kvôli preťaženosti a tlaku zo strany školy, spoločnosti a jej pravidiel a vysokých nárokov. Ako uvádzame v odporúčaníach, je potrebné dávať do popredia a hlásať o dôležitosti a význame slobody vo voľnom čase detí a poukázať na preplnenie dní činnosťami, ktoré sa od voľného času tak odlišujú.

Toto plánovanie času je práve jedným z prekročení tenkej hranice medzi riadením a slobodou respektíve sebariadením voľného času detí, ktorú objaviť bolo našim hlavným cieľom. Táto hranica je ako sme už spomínali veľmi tenká, je označovaná ako príkazy, zákazy, spoločenské normy a limity. Spôsoby jej prekročenia sú zasahovanie, udávanie pravidiel, kontrolovanie, rozhodovanie o činnostiach a ich spôsoboch stvárnenia vo voľnom čase. Podľa nás ju rodičia neoznačili takto len z pohľadu detí ale aj preto lebo aj oni sami vnímajú pokyny spoločnosti a jej tlak na nich. Je dôležité poznať túto hranicu aby sme vedeli kedy sme ju prekročili, uvedomiť si, že už deťom riadime voľný čas a zasahujeme im do neho. A aj uvedomiť si, že aj nám môže niekto takýmto spôsobom riadiť čas.

Čo musíme neoblomne pripomenúť je, že túto hranicu nie je vždy zlé prekročiť, lebo ak sa jedná o bezpečnosť a ochranu detí pred nebezpečenstvom, musíme súhlasiť, že je toto prekročenie správne. Mali by sme vedieť správne usúdiť na základe našich skúseností kedy je potrebné dieťa usmerniť v jeho rozhodnutí a činnosti. Kontrolovanie nie je zlou vecou ak ho nie je príliš. Treba si uvedomiť, že nehovoríme deti nekontrolovať ale skôr kontrolovať a usmerňovať s mierou tak aby dieťa malo stále pocit slobody. Dúfame, že nám práve objasnenie tejto hranice pomôže menej vstupovať a riadiť voľný čas detí. No môžeme len dúfať, že to pomôže sa aj celej spoločnosti lepšie pozerat' na voľný čas a slobodnú hru ako na zásadné prvky ovplyvňovania budúcnosti našich detí.

ZOZNAM POUŽITEJ LITERATURY

1. BABIAKOVÁ, Simoneta, Ján BRINDZA, Eva ĎUROŠOVÁ a Eva BALÁŽOVÁ. *Pedagogika voľného času a školské kluby detí. 1.* Banská Bystrica: Belanium, Pedagogická fakulta, Univerzita Mateja Bela, 2007, 88 s. ISBN 978-80-8083-431-9.
2. BIDDULPH, Steve. *Raising boys: Why boys are different – and how to help them become happy and well-balanced men.* Sydney: Finch Publishing, 2003. 188 s. ISBN 978-18-764-5150-9.
3. CAIATI, Maria, Světlana DELAČOVÁ a Angelika MÜLLEROVÁ. *Volná hra: zkušenosti a náměty.* Praha: Portál, 1994. Výchova dětí od 3 do 8 let. ISBN 80-7178-011-1.
4. DANIŠOVÁ, Justina a Petr DANIŠ, 2020. *Svobodná hra. Jak nechat vyrůst radostné, odolné a samostatné děti.* Praha: Smart Press. ISBN 978-80-8824-417-2.
5. DERKOVÁ, Jitka. *Rodina ako výchovné prostredie.* Bratislava: IRIS, 2018. ISBN 978-80-8200-034-7.
6. DVOŘÁK, Dominik, Karel STARÝ a Petr URBÁNEK. *Škola v globální době: proměny pěti českých základních škol.* Praha: Univerzita Karlova v Praze, nakladatelství Karolinum, 2015. ISBN 978-80-246-2977-3.
7. GÁBOROVÁ, Ľubica a Zuzana GÁBOROVÁ. *Psychohygienu.* Prešov: Prešovská tlačiareň, 2008. ISBN 978-80-8068-863-9.
8. GAVORA, Peter,. *Spríevodca metodológiou kvalitatívneho výskumu.* Bratislava: Regent. 2006. ISBN 80-8890-446-3.
9. GAVORA, Peter. *Školní vzdělávání ve Finsku. Pedagogicka Orientace Journal.* Praha: Česká pedagogická společnost, 2016, 26. ISSN 12114669.
10. GOLEMAN, Daniel. *Práce s emoční inteligencí.* Praha : Columbus, 2000, 378 s. ISBN 80- 7249-17-6.
11. GOLEMAN, Daniel, 2017. *Emocionálna inteligencia.* Bratislava: Citadella. ISBN 978-80-8182-086-1.
12. GOLEMAN, Daniel. *Emoční intelligence: [proč může být emoční intelligence důležitější než IQ].* Praha: Columbus, 1997. ISBN 80-85928-48-5.

13. GRAY, Peter. *He Decline of Play and the Rise of Psychopathology in Children and Adolescents*. American Journal of Play. Rochester, NY: The Strong. One Manhattan Square, 2011, 21 s. ISSN 1938-0399.
14. GRAY, Peter. *The Routledge Handbook of Designing Public Spaces for Young People: Risky Play- Why Children Love and Need It*. New York: Routledge, 2020, 448 s. ISBN 978-0-429-50561-4.
15. HÁJEK, Bedřich, Břetislav HOFBAUER a Jiřina PÁVKOVÁ. *Pedagogické ovlivňování volného času: současné trendy*. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-473-1.
16. HÁJEK, Bedřich, Břetislav HOFBAUER a PÁVKOVÁ, Jiřina. *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy výchovy mimo vyučování a zařízení volného času*. Vyd. 3., aktualiz. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-711-6.
17. HAJNÝ, Martin. *O rodičích, dětech a drogách*. Praha: Grada Publishing, 2001. 133 s. ISBN 80-247-0135- 9.
18. HANULIAKOVÁ, Jana. *Pedagogika volného času a výchova vo voľnom čase*. Dubnica nad Váhom: Vysoká škola DTI, Dubnica nad Váhom, 2020, 110 s. ISBN 978-80-8222-008-3.
19. HELUS, Zdeněk. *Dítě v osobnostním pojetí*. Vyd.1. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-888-0.
20. HOFBAUER, Břetislav. *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál, 2004. 176 s. ISBN 80-7178-927-5 .
21. HOWARD, Justine a Karen MCLNNES. *The essence of play: a practice companion for professionals working with children and young people*. Abingdon, Oxon: Routledge, 2013. ISBN 978-0415678131.
22. HRBÁČKOVÁ, Karla. *Rozvoj autoregulace učení studentů*. Praha: Hnutí R, 2011. ISBN 978-80-86798-18-9.
23. Humanum: *Międzynarodowe Studia Społeczno-Humanistyczne*. Varšava: Kolegium Edukacji Praktycznej, 2009. ISSN 1898-8431.
24. KAPLÁNEK, Michal, 2017. *Volný čas a jeho význam ve výchově*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-1250-8.

25. KAPLÁNEK, Michal, 2017. *Volný čas a jeho význam ve výchově*. Praha: Portál. ISBN 978-80-2621-250-8.
26. KAŠČÁK, Ondrej. *O moci školy a bezmocnosti dětí: On school power and powerlessness of children*. Studia paedagogica. Masarykova univerzita, Filozofická fakulta, Brno, 2008, 13. roč. ISSN 1211-6971.
27. KONČEKOVÁ, Luba. *Vývinová psychológia*. Prešov: vydavateľstvo Michala Vaška, 2014. ISBN 978-80-716-5945-7.
28. KOŤÁTKOVÁ, Soňa. *Hry v mateřské škole v teorii a praxi*. Praha: Grada Publishing, 2005. ISBN 80-247-0852-4.
29. KOUCKÁ, Pavla. *Odolné dítě: výchova k psychické odolnosti, samostatnosti a vytrvalosti*. Praha: Portál, 2021. ISBN 978-80-262-1842-5.
30. KRATOCHVÍLOVÁ, Emília. *Pedagogika voľného času: Výchova v čase mimo vyučovania v pedagogickej teórii a v praxi*. 1 vyd. Bratislava : Polygrafické stredisko UK Bratislava, 2004, 308 s. ISBN 80-223-1930-9.
31. LYNCH, Zuzana a Michaela VARGOVÁ. *Materská škola – dieťa, hra, učenie*. Banská Bystrica: Belanium, Pedagogická fakulta Univerzity Mateja Bela v Banskej Bystrici, 2020, 178 s. ISBN 978-80-557-1781-4.
32. MAREŠ, Jirí, František MAN a Ludmila PROKEŠOVÁ. *Autonomie žáka a rozvoj jeho osobnosti*. Pedagogika. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 1996, 5. ISSN 2336-2189.
33. MIOVSKÝ, Michal, 2006. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada. ISBN: 80-247-1362-4.
34. OBERUČ, Jaroslav. *Teória výchovy v procese výchovy a vzdelávania*. Dubnica nad Váhom: VŠ DTI, 2019. ISBN 978-8089732-81-4.
35. OPRAVILOVÁ, Eva. *Předškolní pedagogika II*. Vyd.1. Liberec: Technická univerzita v Liberci, 2004. ISBN 80-7083-786-1.
36. PÁVKOVÁ, Jiřina. *Pedagogika volného času*. V Praze: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2014. ISBN 978-80-7290-666-6.
37. PODMANICKÝ, Ivan. *Teória a prax etickej výchovy*. Trnava: Trnavská univerzita, 2012. ISBN 978-80-8082-550-8.

38. PREVENDÁROVÁ, Jitka. *Nové výzvy v psychologii*. Silůvky: Palma, 2017. ISBN 978-80-904620-0-7.
39. PRŮCHA, Jan, Eliška WALTEROVÁ a Jiří MAREŠ. *Pedagogický slovník*. 3., rozš. a aktualiz. vyd. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-579-2.
40. PRŮCHA, Jan, Jiří MAREŠ a Eliška WALTEROVÁ. *Pedagogický slovník*. 4. aktualiz. vyd. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-772-8.
41. STRAUSS, Anselm L. a Juliet CORBIN. *Základy kvalitativního výzkumu: postupy a techniky metody zakotvené teorie*. Brno: Sdružení Podané ruce, 1999. SCAN. ISBN 80-85834-60-X.
42. SUCHÁNKOVÁ, Eliška. *Hra a její využití v předškolním vzdělávání*. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0698-9.
43. SUTTON-SMITH, Brian. *The ambiguity of play*. London: President and Fellows of Harvard College, 2001. ISBN 0-674-00581-3.
44. VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie*. 2. vyd. Praha: Karolinum, 1999. ISBN 8071848034.
45. ZELINA, Miron. *Autoregulatívne učenie. Manažment školy v praxi: odborný mesačník pre školy a školské zariadenia*. Bratislava: Wolters Kluwer, 2018, 13(10), 2-5. ISSN 1336-9849.
46. ZELINOVÁ, Milota. *Hry pro rozvoj emocí a komunikace: koncepce a model tvořivě humanistické výchovy*. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-197-6.

Internetové zdroje:

1. 11 Types of Play for Overall Child Development. FirstCry Parenting - Planning, Pregnancy & Parenting Advice and Tips [online]. Copyright © 2010 [cit. 03.04.2023]. Dostupné z: <https://parenting.firstcry.com/articles/11-types-of-play-for-child-development/>
2. HRBÁČKOVÁ, Karla a Jakub HLADÍK. *Autoregulace žáku v závislosti na vnímaných projevech rizikového chování*. *Studia Paedagogica* [online]. 2018, vol. 23, iss. 1, s. 81-104. [cit. 2023-04-10]. ISSN 1803-7437. Dostupné z: <http://www.phil.muni.cz/journals/index.php/studia-paedagogica/article/view/1723>.
3. STAŇKOVÁ, Zdeňka, Michal KANDLER, Anna TŘEŠŇÁKOVÁ a Jiří KOŠÁREK. *Posouváme hranice vzdělávání - SvobodaUčení.cz* [online]. Copyright ©K [cit. 14.04.2023]. Dostupné z: <https://www.svobodauceni.cz/wp-content/uploads/2017/03/PruvodceSvobodouUceni.pdf>
4. ZELINA, Miron. *STUDIA SCIENTIFICA FACULTATIS PAEDAGOGICAE – UNIVERSITAS CATHOLICA RUŽOMBEROK* [online]. Copyright © [cit.06.04.2023]. Dostupné z: http://studiascientifica.ku.sk/wpcontent/uploads/2018/12/ssf_1_2017_new.pdf#page=20

ZOZNAM PRÍLOH

- PRÍLOHA P I: UKÁŽKA ROZHOVORU S DIEŤAŤOM
- PRÍLOHA P II: UKÁŽKA ROZHOVORU S RODIČOM

PRÍLOHA P I: UKÁŽKA ROZHOVORU S DIEŤAŤOM

8. Vek: 12

Pohlavie: dievča

- Ahoj.

ID 8: Dobrý deň.

- Kľudne ma môžeš volať Gabika a nemusíš mi vykať.

ID 8: Uhm dobre.

- Neboj, nebude to dlho trvať, len sa ťa spýtam pár otázok, ak nebudeš vedieť, kľudne sa ma spýtaj.

ID 8: Jasne, dobre.

- Tak na začiatok čo považuješ za hru ako by si ju charakterizovala? Napríklad hra na schovávačku, človeče nehnevaj sa, futbal alebo niečo iné na čo si spomenieš ?

ID 8: Nooo tak hra je pre mňa niečo čo ma dokáže zabaviť... dokážem šťastne tráviť voľný čas s ľuďmi ktorých mám rada... Vždycky v tej hre niekto prehrá a niekto vyhrá... No a ja si myslím, že pri každej hre sa zabavíš, robí ťa šťastným. Každá hra má zmysel nejaký cieľ. No aaa... každá hra má nejaké ponaučenie.

- A myslíš si, že ťa hra niečo naučí ?

ID 8: Áno určite napríklad schovávačka alebo človeče nehnevaj sa, no tak učí počítať, používať svoje zmysly, vedieť prehrávať... že vždy nie je všetko podľa toho ako my chceme. Učí ma rozmýšľať, napríklad kam by si sa ty schovala.

- Výborne a vedela by si mi povedať čo je pre teba sloboda?

ID 8: Asi môcť ísť kam chcem.... robiť čo chcem, mať voľnosť. → sloboda

- A teraz podľa toho ako by si mi opísala hru, ktorá je slobodná ?

ID 8: Hru, ktorá je slobodná, by som opísala tak...nooo, že v tej hre môžem robiť čo chcem, pohybovať sa kam chcem, mať vlastné pravidlá. slobodná hra

- Uhhh a vieš mi opísať ako by si chcela aby tvoja slobodná hra prebiehala. Alebo mi kľudne opíš akú slobodnú hru si sa hrala ?

ID 8: Napríklad som sa hrala, že som nemala vlastnú rodinu ale prišla iná rodina, ktorá si ma zobrala k sebe....noo aaaa nejakým spôsobom mi dala vzdelanie, že som nebola hladná, dala mi radosť, lásku....a že som po čase zistila, že moji praví rodičia sú z iného sveta....No aaa musela som sa rozhodnúť či budem žiť, s mojimi vlastnými rodičmi a rodinou alebo s mojimi kamarátmi alebo s rodinou, ktorá ma vychovala.

↓
príklad slobodnej hry => slobodná hra očami dieťa

PRÍLOHA P II: UKÁŽKA ROZHOVORU S RODIČOM

5. Vek: 35

Pohlavie: muž

- Dobrý deň. Ďakujem za Vaš čas a ochotu, že ste prišli. Nebude to dlho trvať. Nechcem Vás oberať o čas.

IR 5: Dobrý deň. Nie to je v poriadku, mám čas. Teda vyčlenil som si na to nejakú tu hodinku tak hádam to nebude trvať dlhšie.

- Nie určite nie. Ak Vám to teda nevádi ja by som už začala. Čo je pre vás hra a čo nie je hra alebo čo si pod ňou predstavíte? → hra je zábava

IR 5: No tak hra je pre mňa to keď sa zabavím, hra je pre mňa zábava. A čo už nie je hrou je, keď sa jedná o vážne veci ... keď sa jedná o životne situácie ... no keď je to zábavne tak to považujem za hru, napríklad karty, prechádzka ... to kde sa jedna alebo rozhoduje o živote tak to už nie je hra.

- Myslíte si, že spôsob ako sa deti hrajú ich ovplyvňuje? ak áno ako, ak nie prečo si to myslíte?

IR 5: Áno ovplyvňuje, sú kreatívnejšie.

- Čo to ta slobodná hra vlastne podľa Vás je? → slobodná hra očami rodičov

IR 5: Hra ktorá... do ktorej nevstupujeme my, dospelý to si predstavujem pod slobodnou hrou.

- Uhm, ďakujem a myslíte si, že takáto hra má nejaký význam? → význam

IR 5: Určite v slobodnej hre vidím veľký význam deti sú silnejšie ja neviem rozhladenejšie ... každá hra ich pripravuje k životu ... najprv sa napríklad hrajú s bábikami alebo s autičkami a neskôr sa približujú k reálnym veciam a k životným situáciám, takže áno deti ovplyvňujú hry. Keď si zoberiete hry pre deti tak sú najprv jednoduchšie a potom sú už založené na rozvoji myslenia ... napríklad 10 ročné deti sú schopné hrať šachy takže určite to má veľký podiel na tom ako sa deti vyvíjajú. 90 % percent deti sa hrá a keď sa deti nehrajú či slobodne alebo všeobecne tak sú tým určitým spôsobom poznačené hlavne citovo. → slobodná hra ako tvorca osobnosti

- Aha a čo si myslíte o slobodnej hre a aký je Váš názor na ňu?

IR 5: Čo si myslím že by sme nemali do toho zasahovať ak to nie je vážne a dbať na to aby si deti neublížili. → strach → zasahovanie

- Dobre, teraz prejdeme k iným druhom otázok a to čo považujete za voľný čas?

IR 5: Voľný čas, no to je čas pre seba, kde majú čas, že sa rozhodujú sami o tom čo chcú robiť. Že ich nekontrolujem.

čas bez povinnosti