

Trávení volného času dětí staršího školního věku

Bc. Adéla Grycová

Diplomová práce
2024



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

Akademický rok: 2023/2024

ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení:	Bc. Adéla Grycová
Osobní číslo:	H22791
Studijní program:	N0111A190013 Sociální pedagogika
Forma studia:	Prezenční
Téma práce:	Trávení volného času dětí staršího školního věku

Zásady pro vypracování

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.

Vymezení terminologie a teoretických východisek z oblasti volného času, pedagogizace prostředí a období staršího školního věku.

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

Realizace kvantitativního výzkumu formou dotazníkového šetření.

Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.

Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

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

Seznam doporučené literatury:

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

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

KAPLÁNEK, Michal, 2017. Volný čas a jeho význam ve výchově. Praha: Portál. ISBN 978-80-2621-250-8.

KRAUS, Blahoslav, 2001. Člověk – prostředí – výchova: k otázkám sociální pedagogiky. Brno: Paido. ISBN 80-7315-004-2.

PÁVKOVÁ, Jiřina, 2014. Pedagogika volného času. Praha: Univerzita Karlova. ISBN 978-80-7290-666-6.

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

Datum zadání diplomové práce: **11. prosince 2023**

Termín odevzdání diplomové práce: **19. dubna 2024**

Mgr. Libor Marek, Ph.D.
děkan



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

Ve Zlíně dne 11. prosince 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 19.4.2024

.....
D

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 nevdělečně 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 nahlášení veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě

pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.

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

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

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

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

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

3). Odprá-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 přihlídá k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.

ABSTRAKT

Diplomová práce se zaměřuje na trávení volného času dětí staršího školního věku. Teoretická část diplomové práce je rozdělena do dvou kapitol. První kapitola se zabývá volným časem a jeho funkcemi, smysluplném trávením volného času, volnočasovými aktivitami a institucemi pro zájmové vzdělávání. Druhá kapitola se zaměřuje na výchovu ve volném čase, na výchovu mimo vyučování, pedagogikou volného času a vlivem rodiny a prostředí na trávení volného času dětí staršího školního věku. Výzkumná část je orientována kvantitativně prostřednictvím dotazníkového šetření. Hodláme zjistit, jak děti staršího školního věku tráví svůj volný čas. Dále chceme zmapovat, do jaké míry děti staršího školního věku považují svůj volný čas za smysluplně strávený a jak často zažívají nudu. Dále je naším záměrem zjistit vliv blízkých lidí na trávení volného času dětí staršího školního věku. A na závěr chceme zjistit, zda děti staršího školního věku navštěvují zájmové kroužky. V závěru najdeme výsledky výzkumu, diskusi a doporučení pro praxi.

Klíčová slova: volný čas, výchova, volnočasové aktivity, smysluplnost, vliv.

ABSTRACT

The thesis focuses on the leisure time of older school-age children. The theoretical part of the thesis is divided into two chapters. The first chapter deals with leisure and its functions, meaningful leisure time, leisure activities and institutions for leisure education. The second chapter focuses on leisure education, out-of-school time education, leisure pedagogy and the influence of family and environment on the leisure time of older school-age children. The research section is quantitatively oriented through a questionnaire survey. We intend to find out how older school-age children spend their leisure time. Furthermore, we want to map to what extent older school-age children consider their leisure time to be meaningfully spent and how often they experience boredom. Furthermore, we aim to determine the influence of close people on older school-age children's leisure time. Finally, we want to find out whether older school-age children attend leisure clubs. Finally, we find the research results, discussion and recommendations for practice.

Keywords: leisure time, education, leisure activities, meaningfulness, influence.

Zde bych ráda poděkovala mé vedoucí práce Mgr. Elišce Suchánkové, Ph.D. za její odborné konzultace, podporu, vstřícnost a cenné rady. Nadále chci poděkovat mým respondentům, bez kterých by práce nemohla vzniknout.

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

OBSAH

ÚVOD.....	10
I TEORETICKÁ ČÁST	12
1 VOLNÝ ČAS.....	13
1.1 VOLNÝ ČAS A ŽIVOTNÍ STYL	16
1.2 FUNKCE VOLNÉHO ČASU	18
1.3 SMYSLUPLNÉ TRÁVENÍ VOLNÉHO ČASU.....	20
1.4 VOLNOČASOVÉ AKTIVITY	22
1.6 INSTITUTE PRO ZÁJMOVÉ VZDĚLÁVÁNÍ	27
2 OVLIVŇOVÁNÍ VOLNÉHO ČASU	32
2.1 PEDAGOGIKA VOLNÉHO ČASU	33
2.1.1 Pedagog volného času	35
2.2 VÝCHOVA VE VOLNÉM ČASE	36
2.3 VÝCHOVA MIMO VYUČOVÁNÍ.....	39
2.4 RODINA A JEJÍ PŮSOBNÍ VE VÝCHOVĚ VE VOLNÉM ČASE.....	41
2.5 VLIV PROSTŘEDÍ NA VÝCHOVU U VOLNÉHO ČASU	45
II PRAKTICKÁ ČÁST.....	47
3 DESIGN VÝZKUMU.....	48
3.1 CÍLE VÝZKUMU	49
3.2 VÝZKUMNÉ OTÁZKY A HYPOTÉZY	49
3.3 DRUH VÝZKUMU	50
3.4 VÝZKUMNÝ SOUBOR.....	51
3.5 VÝZKUMNÝ NÁSTROJ	51
3.6 ZPŮSOB ZPRACOVÁNÍ DAT	53
3.7 VÝSLEDKY VÝZKUMNÉHO ŠETŘENÍ.....	55
3.8 HYPOTÉZY	80
3.9 INTERPRETACE DAT	82
3.10 SHRnutí VÝSLEDKŮ	84
3.11 DISKUSE	86
3.12 DOPORUČENÍ PRO PRAXI.....	88
ZÁVĚR	90
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....	92
SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK.....	96
SEZNAM OBRÁZKŮ	97

SEZNAM TABULEK.....	98
SEZNAM GRAFŮ	99
SEZNAM PŘÍLOH.....	100

ÚVOD

Diplomová práce se zaměřuje na trávení volného času dětí staršího školního věku. Volný čas je doba, při které nemusíme plnit pracovní povinnosti a uspokojovat základní životní potřeby (Hájek, Hofbauer, Pávková, 2008). Volný čas je součástí našeho života (Kaplánek, 2010), proto kvalitu života nám ovlivňuje kvalita volného času (Hamřík, 2022).

Volný čas splňuje funkce zdravotní, sociální, výchovně – vzdělávací a preventivní (Pávková, 2014). Děti staršího školního věku se chceme zabývat proto, že mají více jak čtyři hodiny denně volného času a mnozí ho nedokážou vhodně využívat (Patočková, Čermák, Šafr, 2021). Z výzkumů MŠMT je patrné, že mládež ve věku 13-15 let chce trávit svůj volný čas v barech, restauracích, hernách atd. Zároveň se u nich začínají projevovat prvky násilí (vandalismus, výtržnictví) a dostávají se do prvního kontaktu s drogami (heroin, marihuana). Takové prožívání volného času se nepovažuje za kvalitní a smysluplné. Naopak všechny tyto činnosti vedou u mládeže ke vzniku sociálně patologických jevů a též asociálního chování, tedy k nespolečenskému a nerespektujícímu chování k ostatním lidem, které může přejít až k agresivitě. Dalším typickým znakem mohou být krádeže a záškoláctví (Volný čas a prevence u dětí a mládeže, © 2002). Všechny tyto ukazatele nás upozorňují na to, proč je důležité se zabývat volným časem.

V našem výzkumu se zaměříme na to, jak děti staršího školního věku tráví svůj volný čas. MŠMT uvádí, že děti a mládež čím dál více tráví svůj volný čas pasivně a preferují nenáročnou aktivitu (Volný čas a prevence u dětí a mládeže, © 2002). V souvislosti s tím nás bude zajímat, jaké zájmové kroužky a instituce navštěvují děti staršího školního věku. Zároveň jestli je nějaký kroužek, o který by děti měly zájem, ale není v jejich lokalitě dostupný. Pokud zjistíme, že nějaký takový kroužek je, chceme dát městu Vyškov doporučení. Taktéž chceme zjistit, zda dětem staršího školního věku někdo (rodiče, kamarádi, sourozenci apod.) ovlivňuje volný čas. Kaplánek uvádí, že je důležité, aby jedinec svobodně nakládal se svým volným časem, neboť svoboda ve volném čase je základním principem pedagogiky volného času (Kaplánek, 2017). Podle výzkumu jsou děti spokojeny se svým volným časem tehdy, když si v něm mohou dělat co chtějí. Jedná se o takové činnosti, které považují za důležité anebo kterých si cení. Přináší jim to radost, štěstí a spokojenost (Patočková, Čermák, Šafr, 2021). I jednotlivé styly výchovy v rodině ovlivňují děti ve výběru volnočasových aktivit. Zároveň nás bude zajímat, zda děti staršího školního věku zažívají nudu ve volném čase, popřípadě zjistit příčinu. Patočková, Čermák

a Šafr uvádějí, že děti a mládež zažívají nudu často z toho důvodu, že nevědí, co mají ve svém volném čase dělat (Patočková, Čermák, Šafr, 2021). Ve výzkumu se zaměříme i na smysluplnost ve volném čase. Chceme zjistit, zda děti staršího školního věku považují svůj volný čas za smysluplně strávený. Smysluplné trávení volného času může působit i jako prevence před negativními vlivy (Zelinová, 2012).

Naše jednotlivé cíle jsou propojené s teoretickou částí.

V teoretické části popisujeme volný čas spojený s životním stylem, funkce a aspekty volného času, smysluplnost volného času, dopady na nesmyslné trávení volného času, zájmové kroužky a instituce. Zabýváme se též výchovou ve volném čase a posuzujeme vliv rodiny a prostředí na trávení volného času dětí staršího školního věku.

Našimi cíli je zjistit, jak děti staršího školního věku tráví svůj volný čas, zda ho považují za smysluplně strávený, v jaké míře zažívají nudu, jestli navštěvují zájmové kroužky a kdo ovlivňuje jejich volný čas.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 VOLNÝ ČAS

Pod slovním spojením „volný čas“ si mnoho lidí představí právě tu dobu, kdy neplní své povinnosti a vybaví si, jak právě tento čas tráví. Ovšem samotná definice je mnohem komplikovanější (Pospíšil, 2023). Například Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy definuje volný čas jako takový čas, kdy si jedinec vybírá aktivity na základě nálady, pocitů, zájmů, a to zcela svobodně (Volný čas a prevence u dětí a mládeže, ©2002).

I významní autoři, jako jsou Průcha a kol., vytvořili definici volného času, avšak je považována za negativní, jelikož se opírají o takové činnosti, které do volného času nepatří. Definice zní: „Čas, s kterým člověk může nakládat podle svého uvážení a na základě svých zájmů. Volný čas je doba, která zůstane z 24 hodin běžného dne po odečtení času věnovaného práci, péči o rodinu a domácnost, péči o vlastní fyzické potřeby (včetně spánku)“ (Průcha, Walterová, Mareš, 2001). Pedagogický slovník popisuje volný čas jako dobu, v níž nesplňujeme povinnosti v rodině, nevykonáváme nutnou péči o sebe a nezabýváme se prací či učením (Kolář, 2012). Ve volném čase musí vždy probíhat svoboda, svobodná volba a dobrovolnost. Pokud tyto tři aspekty neprobíhají, nejedná se o volný čas (Vyhnálková, 2013). Volný čas je podmíněný rozvojem ekonomickým, kulturním, technologickým a vědeckým (Havziu, Rasimi, 2015).

Nahlédneme-li do historie, kupříkladu filozof Platón považoval volný čas za dobu, kdy může docházet k úvahám o státu, mýtech či historii anebo ke vzdělávání. Oproti tomu Aristoteles tvrdí, že volný čas je stejně tak důležitý jako válka pro udržení míru. Ve starověkých společnostech působil volný čas jako „pojítko“, které společnost drželo pohromadě a napomáhalo tak ke vzájemným osobním vztahům ve vytvořené komunitě (Pospíšil, 2023). Význam volného času a chápání jeho funkcí se měnilo podle sociálně kulturního – kontextu a podle ekonomické situace. Chápání volného času můžeme v 18. - 20. století vymezit do tří etap (Kaplánek, 2022).

V první etapě se volný čas chápe jako čas svobody, kdy byl volný čas byl žádán pro všechny občany. Jeho prostřednictvím mělo docházet k zapojení do společenského života a díky němu měl být vymezen i čas na vzdělávání (Kaplánek, 2022).

V druhé etapě se volný čas stává skutečností pro všechny občany včetně dělníků, nicméně se tak děje pouze ve vyspělých zemích.

Třetí etapa zasahuje až do současnosti, kdy vzniká požadavek a zároveň právo na volný čas pro všechny na této planetě. Volný čas se zde začíná prolínat se slovem „svoboda“. Volný čas je pro mnoho lidí právě ten čas, kdy mohou opravdu žít (Kaplánek, 2022).

Představitel francouzské sociologie volného času, Joffre Dumazedier, identifikoval čtyři základní vlastnosti při hledání definice volného času. Každá vlastnost je spojována s aktivitou, jež by se měla považovat za volnočasovou: osvobození (je na naší svobodné volbě, jak chceme trávit volný čas), nezištnost (při volném čase nevykonáváme aktivity pro dosažení zisku), hédonismus (ve volném čase nám aktivity přináší potěšení) a osobní charakter (volný čas nám nabízí možnost utéct ze stereotypu) (Pospíšil, 2023).

Jeden ze zakladatelů leisure science (angl. přeloženo věda o volném čase), John Neulinger (Spojené státy americké), rozlišil dva typy volného času: objektivní a subjektivní. V případě objektivního typu chceme uchopit časovou periodu, ve které se volnočasové aktivity odehrávají. Subjektivní volný čas se vymezuje na základě subjektivního prožívání jedince, volný čas jako stav mysli (Pospíšil, 2023).

Kanadský filozof Charles Taylor se zabývá pojetím ideálu autenticity. Říká, že při trávení volného času volíme takové činnosti, jež podporují naši autenticitu, a tak odrážejí naše nejhlubší touhy a volby. Novým mottem současného člověka se stává work-life-balance (angl. přeloženo rovnováha mezi pracovním a soukromým životem), kdy se snažíme dosáhnout rovnováhy mezi životem soukromým a pracovním, avšak stále je kladen větší důraz na osobní rozvoj ve volném čase (Svobodová, 2023).

Gilles Lipovetsky podotknul, že žijeme v době „paradoxního štěstí“. Snažíme se, abychom žili život autenticky a vybíráme si tak podle toho činnosti, které nám musí dávat smysl v rámci našeho rozvrhu vlastního života. Proces personalizace se zaměřuje na realizaci individuálního „já“, což je patrné v oblasti volného času, konkrétně se jedná o: vycházku s přáteli, sport, sledování televize, kino, turistiku, cestování (Svobodová, 2023).

V moderní a postmoderní době se na volný čas nahlíží jako na individualizovaný a komercializovaný, domov je brán jako privilegované sídlo pro zábavu a odpočinek. I přesto, že je volný čas v dnešní době individualizovaný a prosazuje se tedy tzv. individualismus, neznamená to, že by se člověk izoloval od kolektivu. I při vykonávání společné zábavy se jedná o individualismus v kolektivu, ve němž se snažíme dosáhnout své soukromé slasti (Svobodová, 2023).

Člověk ve svém volném čase touží po autentickém životě a dosáhnutí lidského štěstí. V moderní a postmoderní době dochází k osvobození od vnějších tlaků, avšak v souvislosti s tím pak stoupá míra vnitřní nejistoty, jež vede k znejistění na vlastní cestě (Svobodová, 2023).

To má za následek poptávku po koučinku v oblasti osobního života anebo rady pro šťastný život v knižní či audiovizuální podobě (Svobodová, 2023).

V případě volnému času lze vymezit tyto základní znaky:

- Je to doba, kdy na základě svobodné volby dělá člověk to, co chce. Vykonává takové činnosti, jaké chce, a ne ty, jež musí.
- Činnosti, které člověk zvolí a které vykonává mu přinášejí radost, potěšení a jsou pro něj příjemné.
- Činnosti, které člověk vykonává ve volném čase, slouží k odpočinku, rekreaci, k osobnostnímu rozvoji a obnově sil (Pávková, 2014).

Zájmové činnosti jsou taktéž důležité pro součást volného času, jakožto „koníčky, hobby“ apod. V souvislosti s volným časem do této oblasti řadíme i ztrátové časy, jako je např. cesta na zájmovou aktivitu. Do volného času nenáleží ty povinnosti, které člověk musí plnit bez ohledu na to, zda jsou mu příjemné, či nikoliv. Do povinností spadají povinnosti v zaměstnání, v domácnosti, péče o rodinu, uspokojování základních biologických potřeb atd. Ačkoliv to bývá obtížné, volný čas a povinnosti od sebe nejdou často zřetelně oddělit (Pávková, 2014).

Jsou i takové povinnosti, které člověk vykonává ve svém volném čase, jelikož mu aktivity přináší radost, uspokojení a je to pro něho určitá forma relaxace. Může se jednat o aktivity, jako jsou zahradničení, rybaření a chovatelství. Přináší nám tedy i hmotný efekt, nejen zábavu. Tento čas označujeme jako **čas polovolný** (Pávková, 2014). Dále rozlišujeme **čas pracovní**, který dospělý člověk využívá k výdělečné činnosti, avšak pro děti je to čas ke splňování školní docházky. A zmíníme ještě i **čas vázaný**, jenž obsahuje mimoškolní a mimopracovní povinnosti, mezi něž se řadí spánek, hygiena, konzumování potravy, příprava na vyučování, dojíždění do školy či práce atd. (Vyhnálková, 2013).

Jedině **čas volný** se nijak nevymezuje obsahem a časem. Není určená doba jeho realizace a nejsou vymezeny činnosti. Na volný čas se můžeme dívat z několika úhlů:

Volný čas, který je vázaný na jednotlivce (má individualizovaný charakter). Dále pak volný čas vázaný na společnost, volný čas vázaný na práci a volný čas, který je vázaný na ne – práci (zábava) (Duffková, Urban, Dubský, 2008).

1.1 Volný čas a životní styl

O volném čase někdy pojednáváme jako o synonymu životního stylu. Jedince často hodnotíme podle jeho volnočasových aktivit, hodnotíme tedy jeho životní styl (Janiš, Skopalová, 2016). Ovšem nelze zjednodušeně říct a posuzovat, že právě způsob trávení volného času určuje životní styl jedince. Životní styl se vymezuje jako nějaký způsob žití (jak se lidé stravují, zda cestují, kde pracují, jak se starají o děti, jak komunikují, rozhodují se atd.). Často se odvíjí od rodinného zázemí, životních podmínek, potřeb jedince, hodnot, zájmů, dovedností a schopností. Avšak velký vliv mají i ostatní faktory, jako jsou: pohlaví, věk, zdravotní stav, rodinný stav, zaměstnání, sociální struktura a typ bydliště (Duffková, Urban, Dubský, 2008).

Nutno podotknout, že tyto situace a podmínky mají vliv na životní styl, avšak jedním z dalších determinantů jsou i volnočasové podmínky. Mezi ně můžeme zařadit spektrum možností nabízených volnočasových aktivit, dále pak dostupnost volnočasových zařízení, rozsah volného času, jenž máme během dne k dispozici, a jakou máme možnost přístupu k informacím o volnočasových aktivitách (Kaplánek, 2022).

Právě volný čas je důležitý pro pozitivní socializaci a taktéž při utváření osobnosti a identity, a to zejména u mládeže. Pokud mladá generace sníží kvalitu péče o volný čas, následkem toho může dojít k negativním společenským jevům (Volný čas a prevence u dětí a mládeže, ©2002).

Dominantní postavení k možnostem trávení volného času u mládeže mají rodiče. Ti nejenže ovlivňují (často nezáměrně) výběr aktivit u svého dítěte, ale taktéž jsou jim vzorem svým každodenním životem a výchovným působením. Jestliže bude docházet ke kvalitnímu využívání volného času, může to vynahrazovat některé nedostatky školského systému a rodinného prostředí (Volný čas a prevence u dětí a mládeže, ©2002).

Pod vlivem životních podmínek a aktivit má každý člověk svůj individuální systém hodnot, kdy na volný čas pohlíží dle svého uvážení. Někteří jedinci považují volný čas za nesprávný a nepatřičný, neboť nejvyšší hodnotu přisuzují své práci, která je pro ně posláním. Proto mnozí nevyužívají svůj volný čas tak, jak by měli, protože je během

odpočinku trápí výčitky svědomí. Ideální rovnováhou je, když člověk vykonává své pracovní a jiné povinnosti, a zároveň bere v potaz svůj volný čas. Obě tyto oblasti mají totiž v životě každého člověka své významné místo (Pávková, 2002).

Mnoho lidí využívá svůj volný čas pro osobní prestiž (nákup drahých věcí, oblečení, aut atd.) místo toho, aby skutečně využívali svůj volný čas jako čas, kdy si mohou vytvářet nové zážitky. To se děje zejména proto, že mají tendenci srovnávat se s ostatními a žene je touha dosáhnout životní úrovně jiných lidí (Pávková, 2002).

Podle míry aktivity a úsilí lze posoudit jednání člověka ve volném čase. Například muž je vášnivý hokejista. Avšak místo toho, aby si zakoupil vstupenky na nějaké utkání nebo si šel sám zahrát, raději si sedne na gauč, zapne televizi a sleduje hokejové utkání (Pávková, 2002).

Sociální interakce je ve volném čase důležitým ukazatelem životního stylu. Někteří svůj volný čas tráví s přáteli, chodí na různé akce, do restaurace, na večírky atd. Naopak někteří mají rádi svůj klid a tráví ho samostatně, např. čtením knihy nebo procházkami. U dětí a jejich životního stylu ve volném čase hraje klíčovou roli rodina, neboť sledují své rodiče, jak tráví oni svůj volný čas. Rodiče jsou prvotními vzory, proto je děti napodobují a přebírají jejich životní styl a způsoby trávení volného času (Pávková, 2002).

Důležité je zmínit, že každá rodina funguje jinak, má rozdílné návyky, zvyky, názory apod. Každý si nějaký ten postoj, návyk a zvyk přebírá ze své původní rodiny do partnerského života, kde by měla probíhat tolerance, kompromis a rovnocennost. Proto je nezbytné, aby nedocházelo ke vzájemnému omezování partnerů v zájmových činnostech, jelikož to narušuje kvalitu jejich vztahů. Naše záliby nám mohou zároveň pomoci v nelehkých chvílích, neboť nám přináší radost a uspokojení. Pedagogické ovlivňování volného času souvisí s výchovou ke zdravému životnímu stylu (Pávková, 2002).

Životní styl můžeme převést do několika typických znaků:

- Kognitivní zhodnocení sebe sama a svého postavení ve světě.
- Způsob prožívání: Každý člověk má jinou kvalitu a intenzitu prožívání. K poruše zdraví může dokonce dojít tehdy, když člověk potlačuje své emoce.
- Vztah k práci, odpočinku a pohybové aktivitě: Seberealizace je jedna z nejčastějších a nejtypičtějších forem duševní regenerace, avšak i schopnost relaxovat je označována jako klíčový bod během odpočinku.

- Zvládání sociální interakce: Každý člověk by se měl nacházet v nějaké sociální síti, ve které se bude cítit dobře a v bezpečí. Avšak důležité je nestávat se na ní závislým a udržovat si tak stále svoji autonomii.
- Ego úroveň: Během náročných a těžkých životních situací je důležité mít kompetence pro jejich zvládání (Kraus, Poláčková, 2001).

Lidé se snaží udržet si zdravý životní styl, tedy zdravý způsob života. Pro tento cíl musejí dodržovat několik okruhů: respektovat svůj životní rytmus, zařadit během dne pohybový režim, duševní aktivitu, zvládat náročné životní situace a dodržovat racionální výživu a kvalitní životosprávu (Kraus, Poláčková, 2001).

1.2 Funkce volného času

Dumazedier (1962 in Hamřík, 2022) ve svém díle „Ver sune civilisation du loisir?“ rozlišuje tři hlavní funkce volného času, a to **relaxaci**, **zábavu** a **rozvoj osobnosti**. U relaxace považoval za důležité to, aby si člověk oddechl od každodenních povinností, jež mohou zapříčinit fyzickou a psychickou vyčerpanost, a zároveň si dopřál čas potřebný k zotavení z únavy po práci. Za cíl zábavy považoval především odstranění nudy a únik do jiného světa (Hamřík, 2022).

Toto uvolnění může probíhat skutečnými nebo projekčními činnostmi, jako je cestování, sportování, hraní her, návštěva kina, divadla apod. U rozvoje osobnosti člověk může provádět aktivity kulturní, sociální nebo rekreační, které přináší svobodu myšlení a umožňují se vzdělávat, tvořit a inovovat. Všechny tyto funkce mohou probíhat zároveň, ale taktéž samostatně či střídavě (Hamřík, 2022). Ideální je to tehdy, pokud jsou všechny tyto funkce vyrovnané. Zároveň se ideálním stavem mohou stát činnosti „opačné“. Například psycholog, který celý den pomáhá ostatním lidem, snaží se jim ukázat jejich cestu a usiluje o pochopení jejich psychické stránky, by se měl odpoledne zabývat manuálními činnostmi, nikoli činnostmi duševními, jako je např. četba knihy (Duffková, Urban, Dubský, 2008).

Německý sociolog a pedagog Horst Opaschowski rozdělil 8 základních funkcí volného času, avšak mluví o nich spíše jako o volnočasových potřebách. Jedná se o **rekreaci** (jedinec si má odpočinout, uvolnit se, zotavit se), **kompensaci** (v tomto případě jde zejména o rozptýlení a potěšení), **edukaci** (jedinec se vzdělává, učí, roste v něm zvědavost, dochází ke změně osobnosti a rozvoji osobnosti), **kontemplaci** (jedinec medituje, je v klidu, rozjímá, hledá a vytváří svoji identitu a individualitu, má čas sám na sebe),

komunikaci (jsou upevňovány sociální vztahy, je vyjadřována empatie a láska, jsou sdíleny zážitky atd.), **integraci** (vytvářením skupin, ve kterých cítíme bezpečí, sounáležitost a uznání, dochází k sociálnímu učení, hraní her a provádění společných rituálů), **participaci** (pro tuto funkci volného času je typická iniciativa, solidarita, angažovanost a spoluzodpovědnost) a k **enkulturaci** (zde dochází k účasti na kulturním životě, taktéž k řešení problémů a rozvíjení fantazie) (Hamřík, 2022). Můžeme zmínit ještě dalších pět funkcí, které jsou formulovány spíše z pedagogického hlediska: zdravotně hygienická, seberealizační, formativně výchovná, společenská a preventivní (Kratochvílová, 2004).

(Kratochvílová in Knotková, 2022) konkrétně definuje jednotlivé funkce. Zdravotně hygienická (jedinec relaxuje a odreaguje se), seberealizační (jedinec rozvíjí svoji osobnost a své zájmy), formativně výchovná (jedinec formuje svoji osobnost pomocí vůle a rozvíjení své kreativity), společenská (jedinec vytváří nové sociální vztahy) a preventivní (jedinec musí kvalitně a smysluplně trávit volný čas, aby předešel rizikovému chování) (Knotková, 2022).

Aspekty volného času:

Mezi aspekty volného času řadíme hlediska politická, pedagogická a psychologická, sociologická a sociálně-psychologická a zdravotně-hygienická.

- Hledisko politické: Stát především pomáhá ve financování a zakládání zařízení pro volný čas dětí a mládeže. Taktéž se snaží pomáhat organizacím, spolkům a sdružením, které jsou zainteresovány v oblasti volného času pro děti a mládež. V neposlední řadě se snaží zaučit a připravit pedagogy pro tuto činnost.
- Hlediska pedagogická a psychologická: Činnosti ve volném čase by měly děti uspokojovat, přinášet jim radost, dát jim možnost navázat sociální vazby a poskytnout jim rozvoj pro seberealizaci. Zároveň musí být činnosti uzpůsobeny věku a individuálním potřebám dětí.
- Hlediska sociologická a sociálně-psychologická: Mezilidské vztahy se také vytváří během činností ve volném čase. Dochází tedy k socializaci jedince, a to díky vytvoření formálních a neformálních skupin.

- Hlediska zdravotně-hygienická: Zdravotní stav člověka ovlivňuje (pozitivně) kvalitní využívání volného času, proto se snaží podporovat jedince v jeho duševním a tělesném vývoji (Pávková, 2002).
- Hledisko ekonomické: V ekonomickém hledisku se hodně zaměřujeme na finanční prostředky, které jsou vloženy do volnočasových aktivit určených občanům. Za nejrozsáhlejší odvětví světového hospodářství se považuje průmysl volného času (Pávková, 2002).

Všechny tyto aspekty se prolínají a ovlivňují. Nelze je od sebe oddělit (Pávková in Janiš, 2009).

Aspekty lze rozdělit i na kvantitativní a kvalitativní. Kvantitativní: množství (času), které v rámci volného času můžeme využívat. Kvalitativní: činnosti, které ve volném čase provozujeme (Róžański, 2020).

1.3 Smysluplné trávení volného času

Pro mladé lidi neexistuje důležitější čas, než je právě ten volný (Havziu, Rasimi, 2015). Všechny funkce volného času přispívají ke spokojenosti života jedince, neboť funkce jako jsou relaxace, zábava, rekreace, edukace atd. přináší spokojenost, štěstí a celkové zdraví. Při kvalitním využívání volného času se náš život stává plnohodnotným a smysluplným. Kvalitní volný čas může tedy přispět k celkové kvalitě života (Hamřík, 2022). Kvalitně trávený volný čas ovlivňuje i zdravotní stav (jeho duši a tělesný vývoj) jedince, a to pozitivně (Pávková, 2002).

Iwasaki (2007 in Hamřík, 2022) určil několik mechanismů, které se podílí na kvalitě života vzhledem k volnému času: wellbeing (angl. přeloženo blahobyt) neboli životní pohoda a pozitivní emoce, volný čas jako čas pro seberozvoj, rozvoj identity a sebevědomí ve volnočasových aktivitách, kdy prostřednictvím volnočasových aktivit dochází k sociálním a kulturním vztahům a vazbám. Všechny tyto mechanismy můžeme chápat ve dvou rovinách, a to v pozitivní i negativní. U pozitivní dochází ke zlepšení dobrého stavu, avšak v negativní naopak k nápravě špatného stavu. Iwasaki později rozpracoval konceptuální rámec, v němž přihlíží ke vztahu mezi smysluplností života a volným časem. Podle něj má volný čas vliv na smysluplnost života, a to v oblasti radostného života, propojeného života, objeveného života, vyrovnaného života a nadějeplného života (Hamřík, 2022).

- **Radostný život** – jedinec by měl prožívat pozitivní emoce, pocity, štěstí, radovat se ze života a užívat si přítomné okamžiky.
- **Propojený život** – jedinec by se měl propojovat s kulturou, vírou, komunitou a přírodou. Volný čas by měl chápat jako prostor, kde se utváří sociální vztahy a kontakty.
- **Objevený život** – jedinec by měl poznávat sám sebe a zároveň něco nového, uplatňovat kreativitu a mít čas na seberozvoj a seberealizaci.
- **Vyrovnaný život** – jedinec by měl být vyrovnaný, v harmonii, v rovnováze a chápat volný čas jako příležitost ke změně a zvolnění/úpravě tempa.
- **Nadějný život** – volný čas jako čas, kde posilujeme zvládání stresu, posilujeme odolnost, vyrovnáváme se s traumatem a udržujeme si naději a posilujeme naši autenticitu (Hamřík, 2022).

Nesmyslné trávení volného času

Smyslné trávení volného času je velmi důležité, protože může působit i jako prevence před negativními vlivy. Pokud žák nic nezajímá a zažívá často nudu ve svém volném čase, může ho následně využívat k negativním, nevhodným činnostem. Též může podlehnout vlivu špatné party, a to v podobě užívání drog, záškoláctví, vandalismu a celkově k nesprávnému sociálně nepřijatelnému chování (Zelinová, 2012). Podle reprezentativního výzkumu v ČR (2021) bylo zjištěno, že děti často podléhají nudě, protože si neumí dobře naplánovat svůj čas. Taktéž se nepouštějí do nových věcí a nechtějí začít chodit do nových kroužků, neboť strach z neúspěchu je odrazuje a zastrahuje (Patočková, Čermák, Šafr, 2022).

Volný čas nám nepřináší vždy jen radost a uspokojení, ale může působit i jako prostor pro negativní pocity, problémy, úzkosti, strasti a rizika. To je způsobeno tím, že mnoho dětí nemá s kým trávit svůj volný čas, nevědí, co dělat ve volném čase, mají málo volného času, často zažívají nudu, nejsou spokojeny, jak tráví svůj volný čas, anebo nemají dostatek prostředků, jako jsou peníze a příležitosti a nemohou tak své plány ve volném čase realizovat. Volný čas se proto může stát časem ohrožení, neboť mladí (ale i dospělí) lidé s ním mohou zacházet jako s prostorem pro experimentování s drogami, jako s prostorem pro šikanu, vandalismus apod. Velký vliv má zde i rodina, která nejeví zájem o to, jak dítě tráví svůj volný čas (Pávková, 2002).

Pokud tedy dochází k nesmyslnému trávení volného času, může dojít k rizikovému chování, mezi které např. řadíme:

Záškoláctví: Tímto se rozumí takový jev, kdy žák nedojde do školy, neúčastní se vyučování, a to úmyslně bez omluvitelného důvodu (Průcha, Walterová, Mareš, 2003). Žáci tak nejčastěji činí proto, že se snaží o nějaké dobrodružství, o nějaký experiment, anebo mají tendence utéct před problémy ve škole. **Vandalismus:** Jedná se o ničení a poškozování věcí a majetku. **Závislostní chování:** Jedinec užívá návykové látky (alkohol, cigarety), avšak nejčastěji takové, které jsou nelegální (drogy). Taktéž se mohou stát závislými při nadměrném užívání PC nebo závislými na nakupování. **Rizikové chování na internetu:** Otevírání nevhodných a nelegálních stránek, taktéž otevírání spamů a časté velké trávení času online. **Lhaní** (společností není moc vnímáno jako rizikové). **Agresivita. Šikana, kyberšikana a násilné chování, kriminální jednání** (např. krádeže). **Extremismus:** Řadí se sem různé subkultury, jako je punk, techno, metal anebo divácké, ekologické a náboženské násilí (hooligans) (Nielsen Sobotková a kol., 2014).

1.4 Volnočasové aktivity

Volnočasové aktivity mají stále nesystematické třídění a s tím i souvisí i jejich metodologická nejednotnost. Existují sice nějaké kategorie a klasifikace, avšak ty nám často neposkytují detaily. Jednotlivé činnosti tedy nelze rozkódovat a taktéž nelze průběžně sledovat zájem o jednotlivé činnosti či aktivity (Pospíšil, 2023).

V knize *The Idea of Leisure* profesor Robert A. Stebbins klasifikuje volnočasové činnosti podle charakteru vykonávaných volnočasových aktivit. Aktivity dělí na příležitostné, vázané na projekt a na činnosti, které jsou vykonávány s vážným zájmem (Pospíšil, 2023).

Mezi aktivity příležitostné se řadí aktivní a pasivní zábava, relaxace, hry, společenské konverzace, pohybové činnosti atd.

Mezi aktivity vázané na projekt se řadí činnosti jednorázové a příležitostné.

A aktivity, které se vykonávají s vážným zájmem, spadají do třech kategorií: dobrovolnictví (zaměřené na lidi, rostliny, prostředí, živočichy apod), amatérské činnosti (ve vědě, umění, sportu a zábavě), koníčky (kutilství, sporty, hry, zájmové aktivity apod) a bezplatné práce (např. poskytování poradenství, příležitostná výpomoc a řemeslné práce) (Pospíšil, 2023).

Typy volnočasových aktivit

Volnočasové aktivity se neustále rozrůstají a obohacují. Můžeme je rozdělit do následujících skupin. Duffková, Urban, Dubský (2008) uvádějí:

- **Kulturní aktivity:** Návštěva divadel, koncertů, galerií a muzeí či malování (u malování se jedná o perceptivní činnost – člověk sám něco vytváří)
- **Sportovní aktivity:** Adrenalinové sporty, procházky, fotbal, gymnastika, plavání atd. Sportovní aktivity nejvíce provozují mladí lidé.
- **Sociální aktivity:** U sociálních aktivit jde především o sociální kontakty, mezilidské vztahy a setkávání se s přáteli, rodinou atd., které probíhají společnou návštěvou kavárny, baru, vinotéky apod.
- **Vzdělávací aktivity:** Tento typ aktivit nelze často oddělit od aktivit kulturních. Do vzdělávacích aktivit můžeme zařadit: sebevzdělávání (četba knihy, literatury a informací na internetu), institucionalizované vzdělávání (univerzita třetího věku).
- **Veřejné aktivity:** Můžeme sem řadit demonstrace a protesty, avšak jedná se i o takové aktivity jako například účast ve veřejných záležitostech a řešení problémů skupinové nebo lokální komunity.
- **Rekreační a cestovatelské aktivity:** Cestování za cílem odpočinku a relaxace.
- **Manuální aktivity:** Včelaření, rybaření, modelářství atd. (Duffková, Urban, Dubský, 2008).

Volnočasové aktivity mají své metody, které se dělí na slovní, soutěžní, metoda praktické činnosti, metody her, metody hodnocení a metody názorného poznávání předmětů a jevů.

- **Slovní metoda** obsahuje přednášky, rozhovory, diskuze, besedy a vysvětlování.
- **Metoda soutěžní** je nejoblíbenější a velmi funkční. Důležité je vybrat takovou hru ve které mohou děti vynikat svými intelektuálními a manuálními dovednostmi.
- **Metoda praktické činnosti** probíhá instruktáží, ukázkou a procvičením a díky tomu mohou žáci získat nové dovednosti, schopnosti, vědomosti a poznatky.
- **Metoda her** je považována za zábavnou metodu, ale ne vždy pedagogům a žákům vyhovuje, jelikož vyžaduje speciální přípravu a organizační schopnosti.
- **Metoda hodnocení** má motivační funkci, proto by zde mělo docházet ke chválení.

- **Metody názorného poznávání předmětů a jevů** mají u žáků podpořit schopnost pozorovací (Vymazal, © 2012)

V průběhu volnočasových aktivit dochází i ke hře. Je to jedna z forem výchovy a vzdělávání, ale taktéž je to činnost, která ve člověku vyvolává tvořivost, city, motivaci, radost, napětí, fantazii atd. Hry mohou rozvíjet sebevědomí a emocionalitu, ale rovněž aktivitu a motivaci. Existuje několik typů her: komunikačně-socializační hry, dále pak hry, jejichž prostřednictvím se žák učí relaxovat, hry na sebeuvědomění, hry na rozvoj autoregulace apod. (Zelinová, 2012). U hry je důležité, aby docházelo k prožitku a seberealizaci. Dítě i dospělý dosahují u hry sebepoznání a stávají se tak produktivními, vnitřně silnými a tvořivými (Čertík, Fišerová, 2009). Hra také podporuje vývoj dítěte, jeho zdravý růst, samostatnost, sebeúctu, rozvíjí respekt k ostatním a podporuje jeho kreativitu (Torkildsen, 2005).

Bezpečnost u volnočasových aktivit

Při vykonávání volnočasových aktivit je důležité dbát na bezpečnost. Toto musí mít na paměti každý člověk (vychovatel, pedagog), který se stará o děti. Je pochopitelné, že při činnostech nelze vždy předejít úrazu, avšak všechna tato rizika nesmí být podceňována. Existuje několik pravidel, jež by se měla dodržovat: Pedagog/vychovatel nesmí s dětmi provozovat takové aktivity, na které nemá licenci. Nesmí přeceňovat síly dětí, měl by znát jejich úroveň. Pro aktivity by měly být zvoleny vhodné prostory. Měly by se volit takové aktivity, jež budou pro jedince přitažlivé a příjemné. Pedagog/vychovatel musí ovládat první pomoc. Měl by dohlížet na oblečení (zda je pro aktivitu vhodně zvolené) a na doplňky, které mohou dětem buď překážet, nebo přispět k možnému úrazu (náramky, řetízky, prstýnky, náušnice, piercingy apod). Žádné úrazy nesmí podceňovat (Janiš, 2009).

1.5 Zájmové činnosti

Zájmové činnosti jsou velmi důležité a ve sféře volnočasových aktivit mají vysoké postavení. Jejich prostřednictvím se totiž dítě může seberealizovat, poznávat své potřeby a uspokojovat je, dosahuje sociálních kontaktů a může tak být součástí sociální skupiny. Během našeho života se nám zájmy utváří a mění a díky tomu se můžeme stále rozvíjet a objevovat naše schopnosti. Pokud jsme při nějaké činnosti úspěšní, motivuje nás to dosahovat dalších cílů a být v tom taktéž úspěšní. Při výběru volnočasových aktivit je důležitý princip dobrovolnosti, aby během jejich realizace mohlo docházet k odpočinku, relaxaci a zábavě (Pávková, 2014). K zájmům, které vykonáváme, si rovněž vytváříme i

citové pouto. Proto jedinec, který vykonává zájmové činnosti, dokáže vyvinout úsilí i v případě nejtěžších překážek.

Zájmové činnosti mají své cíle, metody, formy a obsah. Zájmová činnost má vlastnost aktivačně-motivační, funkci výchovnou a vzdělávací. Při zájmových činnostech jsou nastavené přiměřené výchovné cíle. U obsahu je důležité brát v potaz věk jedinců, jejich potřeby a přání a jejich zaměření v zájmových činnostech. Metody mohou být u zájmových činností prováděny slovně (rozhovor, vyprávění, přednáška), názorně (předvádění, pozorování) a prakticky (např. popis vlastního zážitku či předvádění doplněné popisem) (Knotková, 2022). Zájmy a zájmové činnosti můžeme rozdělit do několika kategorií:

- Zájmové činnosti aktivní: Jedinec se do činností aktivně zapojuje, např. při provozování sportu.
- Zájmové činnosti receptivní: Aktivita jedince je velmi nízká, avšak i to není vždy špatně (např. u čtení knihy či u poslechu hudby). Oproti aktivní činnosti se tedy jedná o to, že jedinec neprovozuje aktivně sport, ale pouze jej sleduje v televizi.
- Zájmové činnosti hluboké a povrchní: Za kvalitní činnosti se považují činnosti hluboké.
- Zájmové činnosti krátkodobé a dlouhodobé: Za kvalitní činnosti se považují činnosti dlouhodobé.
- Zájmové činnosti žádoucí: Do těchto činností se řadí zájem o kulturu, sport, vědu a společenské dění.
- Zájmové činnosti nežádoucí: Mezi ně náleží zájem o alkohol, drogy, gambling atd. (Pávková, 2014).

Do oblastí zájmových činností se řadí činnosti společenskovední, esteticko-výchovné rukodělné, technické, přírodovědné, tělovýchovné a sportovní a práce s PC.

- Činnosti společenskovední: U těchto činností je důležité, aby jedinci dodržovali tradici a znali tak i historii a taktéž aby měli poznatky/znalosti o společnosti a měli jazykové vzdělání (Knotková, 2022). Důležitým prvkem je i podporovat jedince v utváření pozitivních mezilidských vztahů v rámci rodiny, mezi vrstevníky apod., ale taktéž je motivovat k pozitivnímu přístupu k handicapovaným jedincům (Pávková, 2014).

- Činnosti esteticko-výchovné: U těchto činností se snažíme rozvíjet kreativitu a fantazii, a to např. v oblasti divadla, keramiky či malování (Knotková, 2022). Proto můžeme esteticko-výchovné činnosti rozdělit na dramatické, literární, hudební a výtvarné (Pávková, 2014).
- Rukodělné činnosti: Jedinec je schopen manuálních činností, rozvíjí si jemnou motoriku a umí pracovat s postupem, a to i s konstrukčním postupem, jako je šití či vaření.
- Technické činnosti: U technických činností stejně jako u rukodělných činností je stěžejní to, aby jedinec rozvíjel jemnou motoriku, avšak taktéž se zaměřoval na detail a přesnost (Knotková, 2022). Dalším prvkem je motivovat jedince ke spolupráci ve skupině (Pávková, 2014).
- Přírodovědné činnosti: Zde je důležité, aby měl jedinec vztah k přírodě, měl o ní znalosti a získával dovednosti. To může přispět k tomu, že se z takového jedince stane například dobrý chovatel či rybář.
- Tělovýchovné a sportovní činnosti: Jedinec by měl rozvíjet svoji fyzickou zdatnost, obratnost a rychlost (Knotková, 2022). Mezi tyto činnosti může být zařazena například gymnastika, tanec, atletika či sportovní hry (Pávková, 2014).
- Práce s PC: Zájmová činnost, která je zaměřena na práce s počítačem. Sice se jedná o činnost vyznačující se nejkratší dobou trvání, avšak v dnešní době je důležité ovládat práci s počítačem a umět programovat.

Do forem zájmových činností řadíme: příležitostné (besedy, exkurze), pravidelné (kroužky, oddíly), táborové (soustředění, příměstské tábory), osvětové (prevence, přednášky), individuální práce (olympiády či vzdělávání jedinců, kteří mají specifické potřeby) a otevřená nabídka spontánních činností (jedná se o aktivity spojené s různými svátky, jako jsou Vánoce, Den dětí, pálení čarodějnic atd.) (Knotková, 2022).

1.5.1 Veřejně prospěšné činnosti

Veřejně prospěšné činnosti mají svoji podstatu v dobrovolnosti. Lidem, kteří je vykonávají, nejde o materiální uspokojení, ale o vnitřní uspokojení a radost, že mohou pomoci jednotlivcům či skupinám, které to potřebují. Veřejně prospěšné činnosti se řadí do činností příležitostných. Důležité je si tyto činnosti naplánovat a organizačně zajistit, materiálně zabezpečit, sledovat jejich průběh, kontrolovat je a hodnotit. Pomáhat můžeme

nejen neznámým lidem, ale také lidem, jež známe (rodina, kamarádi, spolupracovníci). A dokonce i lidem, kteří patří do naší skupiny a jde nám o jejich prospěch. Do veřejně prospěšných činností spadají činnosti typu: osvětové a kulturní činnosti, zakoupení drobného dárku, péče o prostředí, péče o jednotlivce, již potřebují naši pomoc (senioři, nemocní, handicapovaní) či pomáhání lidem, které zasáhla nějaká přírodní či ekologická katastrofa (k tomuto účelu pak slouží například sbírka peněz, potravin či oděvů) (Pávková, 2014).

1.5.2 Odpočinkové a rekreační činnosti

Žáci by po výuce měli mít možnost odpočívat a rekreovat se. Pokud jsou unavení, je vhodné zvolit takové odpočinkové činnosti, které nebudou psychicky ani fyzicky náročné. Zároveň je žádoucí, aby vykazovali i nějaký pohyb, neboť během vyučování ho mají nedostatek a nejsou svalově zatíženi. Nedodržování těchto činností může vést k neurotickému projevu, poruše či ke zhoršení ve škole. Všechny odpočinkové a rekreační činnosti mohou probíhat individuálně, skupinově, hromadně, spontánně a organizovaně. Do odpočinkových a rekreačních činností spadají činnosti typu: četba knihy, sledování TV, práce s PC, společenské hry, procházky, vycházky, vyprávění, rozhovor, pěstitelské práce, hry na hřišti, hry v přírodě, běh, cvičení v posilovně, návštěva lanového centra atd. I u těchto činností je nutné dbát na princip dobrovolnosti, na přání a potřeby dítěte a vytvářet bezpečné, pohodové a pozitivní klima (Pávková, 2014).

1.6 Instituce pro zájmové vzdělávání

Za nedílnou součást celoživotního vzdělávání považujeme zájmové vzdělávání, které je ukotveno v zákoně č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon) Důležité je zmínit, že během zájmového vzdělávání nedosáhneme nového stupně vzdělání. Zájmové vzdělávání rozvíjí jedincovu osobnost a vede k získávání nových dovedností, schopností a znalostí. Rozlišujeme u něj funkci preventivní, výchovnou, vzdělávací, kulturní, zdravotní a sociální (Zájmové vzdělávání, © 2024).

Školská zařízení pro zájmové vzdělávání: školní klub, školní družina, středisko volného času.

- **Školní klub** navštěvují zejména žáci druhého stupně základní školy, avšak může ho navštívit i žák prvního stupně. Školní kluby nabízí žákům zájmové vzdělávání

jedné nebo několika škol. Vše se řídí podle vzdělávacího programu každé školy, jenž vychází z individuálních zájmů a potřeb žáků. Školní kluby navštěvují žáci, kteří nechodí do školní družiny a nejsou v ní zapsáni (Školní kluby, © 2024). Mají více samostatnosti a volnosti než děti ve školní družině, a to díky respektování věkových zvláštností (Pávková, 2002).

- **Školní družina** taktéž poskytuje zájmové vzdělávání. Navštěvují ji zejména žáci prvního stupně základní školy (1.–5. třída), avšak může ji navštívit i žák druhého stupně. I zde se vše řídí podle vzdělávacího programu každé školy. Školní družina probíhá v době mimo vyučování a je určena k výchově, vzdělávání a k rekreačním, sportovním a zájmovým činnostem. Nemohou do ní chodit ti žáci, kteří navštěvují školní klub. Školní družina poskytuje žákům pocit bezpečí, neboť zájmové činnosti probíhají ve známém prostředí (Pávková, 2002).

Ve školních klubech a družinách jsou vychovatelé s žáky v každodenním kontaktu, mohou pravidelně komunikovat s rodiči, spolupracují se školou, jsou součástí pedagogické rady a pro své výchovné působení mají adekvátní kvalifikaci. Ve školním klubu i družině probíhají činnosti odpočinkové, zájmové, rekreační, sebeobslužné a veřejně prospěšné, všechny ale nelze zařadit do jednoho pouhého dne. Musejí se prolínat v průběhu týdne, a proto si vychovatelé na jeho začátku sestaví týdenní program (Pávková, 2002).

- **Středisko volného času** nabízí taktéž zájmové vzdělávání, a to ve více oblastech. Pomocí podpory a motivace se podílí na rozvoji osobnosti žáků, studentů a dospělých a umožňuje získat odborné kompetence. Na rozdíl od školních klubů a družin poskytuje středisko volného času aktivity pro všechny věkové kategorie. Činnosti, které střediska nabízejí, jsou vykonávány po celou dobu školního roku. Organizují otevřené kluby, kroužky, kurzy, tábory, spontánní aktivity a spolupracují při organizaci soutěží (Střediska volného času, © 2024). Středisko volného času se dělí na dva typy: stanice zájmových činností (zaměřeny na jednu oblast zájmového vzdělávání) a domy dětí a mládeže (zaměřeny na více oblastí zájmového vzdělávání) (Vyhnálková, 2013).

Školy a další školská zařízení

Mezi další školská zařízení můžeme řadit jazykové a umělecké školy, které náleží do výchovy mimo vyučování a poskytují specifické vzdělávání. Mezi další školská zařízení dle Vyhnálkové (2013) řadíme:

- „školská zařízení pro výkon ústavní či ochranné výchovy – dětské domovy, dětské domovy se školou, výchovné ústavy, diagnostické ústavy;
- školská zařízení pro preventivně výchovnou péči;
- školská výchovná a ubytovací zařízení – školy v přírodě, domovy mládeže, internáty“ (Vyhnálková, s. 56, 2013).

V těchto zařízeních dochází k výchovnému ovlivňování volného času. Všechna tato zařízení poskytují ubytování, a proto se jedná o celodenní výchovné působení. Jedincům nabízejí širokou škálu volnočasových aktivit. Pávková (2002) uvádí:

- **Domovy mládeže:** Domovy mládeže poskytují ubytování, stravování a výchovné působení pro žáky střední a vyšší odborné školy. O přijetí žáka do domova rozhoduje samotný ředitel, avšak pokud je domov součástí školy, rozhoduje o přijetí žáka ředitel školy. Žáci zde mají několik práv, povinností, ale i zákazů. Mezi zákazy patří: nekonzumovat alkohol, neužívat omamné látky, nehrát hazardní hry a nepoškozovat nábytek a zařízení domova. I zde vykonává činnost vychovatel, který je řazen mezi pedagogické pracovníky.
- **Dětský domov:** Dětské domovy zajišťují ústavní výchovu. Ta je určena pro děti ve věku 3–18 let, avšak výjimečně i do 26 let (studenti). Nacházejí se zde děti pocházející z afunkčního či dysfunkčního rodinného prostředí, avšak mohou zde pobývat i nezletilé matky se svými dětmi. Nejčastějším problémem dětí je tu adaptace, neboť trpí odloučením od rodiny. Ve volném čase navštěvují sportovní utkání, výtvarné výstavy, účastní se uměleckých soutěží, v létě jezdí na dovolené a v zimě na lyžařské zájezdy.
- **Dětský domov se školou:** V dětském domově se školou se nachází děti, které mají uloženou ochrannou výchovu nebo nařízenou ústavní výchovu. Mají závažné poruchy chování nebo duševní poruchu a potřebují výchovně-léčebnou péči.
- **Výchovný ústav:** Ve výchovném ústavu se nachází děti starší 15 let a mají nařízenou ústavní výchovu nebo uloženou ochrannou výchovu. Tyto děti taktéž trpí poruchami chování (Pávková, 2002).

Nestátní neziskové organizace

Nestátní neziskové organizace se věnují dětem a mládeži. Jsou klíčovým doplněním pro školská zařízení zájmového vzdělávání a volného času. Probíhá zde vytváření silných

osobních vazeb, jež mohou jedince provázet celý život. Snaží se děti motivovat a inspirovat ke smysluplnému využívání volného času. Autorka zdůrazňuje, že je důležité si uvědomit, že tyto zážitky a zkušenosti nelze zaplatit. Jedná se o zkušenosti, které jsou neocenitelné a život člověka velmi obohacují. I díky tomuto uvědomění může dojít k rozvoji osobnosti a k upevnění sociálních vazeb (Vyhnálková, 2013).

Mezi nejznámější spolky dětí a mládeže v České republice patří Junák, Pionýr, YMCA, Asociace křesťanských sdružení mládeže, Asociace turistických oddílů mládeže, Folklórní sdružení České republiky atd. (Vyhnálková, 2013). Pávková (2002) uvádí i Hnutí Brontosaurus a Duha.

- Junák: Tento spolek vznikl v roce 1911. Jedná se o českou skautskou organizaci, která dětem přináší radost a zážitky. Podporuje je k samostatnosti a sebedůvěře, učí je férovosti a vede k získávání kamarádů na celý život. Učí je, aby se dokázali postarat nejen sami o sebe, ale i o ostatní a rozvíjeli tak v sobě empatii (Proč se stát skautem, © 2024). V České republice založil Junáka A. B. Svojsík (Pávková, 2002).
- Pionýr: Vznikl v roce 1990 a jedná se o spolek pro děti a mládež, který působí ve volném čase a věnuje se výchovné práci (O pionýru, © 2024). Jedná se o sdružení, které je demokratické, samostatné, dobrovolné a nezávislé (Pávková, 2002).
- YMCA: Tato organizace vznikla v roce 1844 a řadí se tak mezi nejstarší organizace pro mládež na světě. Rozvíjí se zde osobní potenciál, talent a schopnosti. Jejím prostřednictvím jsou organizovány různé kroužky, tábory, oddíly atd. (YMCA – prostor pro objevování, © 2024). Název YMCA znamená „Young Mens Christian Association“, z angl. překladu „Křesťanské sdružení mladých lidí“ (Pávková, 2002).
- Asociace křesťanských sdružení mládeže: Tato asociace vznikla v roce 1997. Je určená pro děti a mládež a ve svých činnostech a aktivitách chce zohledňovat křesťanské zásady a principy (Konečný, © 2022).
- Asociace turistických oddílů mládeže: Vznikla v roce 1991, je též určena pro děti a mládež a zaměřuje se na turistiku a tábornictví (Asociace TOM, ©2024).

- Folklorní sdružení České republiky: Jedná se o sdružení zaměřené na rozvíjení lidových tradic a kulturních hodnot v oblasti tance, zpěvu a lidové hudby pro děti a mládež (Základní informace o FoS ČR, © 2024).

2 OVLIVŇOVÁNÍ VOLNÉHO ČASU

V první řadě si musíme ujasnit definici výchovy. Podle pedagogického slovníku je to záměrné cílevědomé jednání (dlouhodobé i krátkodobé) s cílem dosáhnout optimálního rozvoje člověka. Smyslem výchovy je taktéž optimalizace člověka a osobnosti a dosažení pozitivních změn v osobnosti. Součástí socializace člověka je právě výchova, kdy vždy probíhá interakce mezi vychovávaným a vychovatelem. Nositelem cíle je vychovatel a vychovávaný je aktivním dosahovatelem cíle. Během výchovy si vychovávaný osvojí soubor kvalit, jako jsou např. způsoby chování a soubor znalostí. Dochází i k osvojování různých společenských rolí, k přípravě pro aktivní život, k rozvoji osobnosti a sebevýchově. Mezi nejznámější dělení a styly výchovy patří: výchova autoritářská, demokratická a autoritativní (Kolář, 2012).

Jednotlivé styly výchovy souvisí s ovlivňováním ve volném čase.

Autoritářská výchova: V této výchově jsou nejčastěji realizovány příkazy, zákazy, tresty. Potlačují se potřeby a zájmy dítěte a jejich iniciativa. Nedochozí k oboustranné komunikaci, vřelosti a respektu. Přijímá se zde jen poslušnost a úcta k autoritě, avšak to má za následek sklony k agresivitě a závislostem, odpor k vychovateli, rodičům a zvýšenou submisivitu (Kolář, 2012). Pokud dítě není respektováno a ani nemůže vykonávat takové volnočasové aktivity, jaké by sám chtěl, může ho to vést k různým závislostem (Hofbauer, 2004).

Demokratická výchova: V tomto případě se jedná o naprostý opak výchovy autoritářské, jelikož zde dochází ke vzájemné spolupráci, úctě a respektu práv dítěte. Dítě přebírá odpovědnost za své jednání a není k ničemu nuceno. Probíhá tu tedy ideální vztah mezi vychovatelem a vychovávaným (Kolář, 2012). V tomto stylu výchovy může dítě vykonávat takové volnočasové aktivity, jaké sám chce, přináší mu to pocit radosti (Patočková, Čermák, Šafr, 2021).

Autoritativní výchova: Vychovatel zde uplatňuje svoji autoritu, avšak ta je přirozená, formální a získaná. Na děti jsou kladeny jasné požadavky, u nichž je předpokládáno jejich splnění, avšak všechny jsou přizpůsobeny věku a schopnostem dítěte. Vychovatel usiluje o pozitivní rozvoj vychovávaného. Vychovatel i vychovávaný zde mají jasné sociální role. Tento styl výchovy se často ztotožňuje s autoritářským stylem výchovy, avšak neprávem (Kolář, 2012).

2.1 Pedagogika volného času

Jednou z pedagogických disciplín je právě pedagogika volného času, která spadá i do společenských věd. Jako vědní obor se stále vyvíjí, avšak její počátky se řadí do 2. poloviny 19. století a 1. poloviny 20. století (Pávková, 2014).

Za zakladatele pedagogiky volného času je považován Joffre Dumazedier. Ten vnímal volný čas jako „*komplex aktivit mimo pracovní, rodinné a společenské závazky (i mimo biofyzickou péči o vlastní osobu), jimiž se jedinec zabývá ze své vůle, aby si buď odpočinul, pobavil se, nebo svobodně zdokonaloval svou tvůrčí kapacitu*“ (Janiš, Skopalová, s. 24, 2016).

Jako první požil pojem „pedagogika volného času“ Břetislav Hofbauer v roce 1968, kdy tento pojem převzal z Německa. V době normalizace nemohl Hofbauer publikovat a prosazovat pedagogiku volného času, proto se k tomuto pojmu vracíme až v roce 1989 po politických změnách. Poté postupně vznikala jako subdisciplína sociální pedagogiky a začala se koncipovat profese pedagoga volného času, jako instruktor, vychovatel, animátor a organizátor volnočasových aktivit (Kaplánek, 2022).

Pedagogika volného času se zabývá výchovou ve volném čase, cíli ve volném čase, prostředky a podmínkami výchovy ve volném čase a v neposlední řadě pedagogickým ovlivňováním ve volném čase. Pedagogika volného času je velmi rozmanitá i co se týče věkových kategorií. Nesoustředí se jen na nějakou konkrétní životní etapu člověka, ale na děti, mládež, dospělé i seniory. V nynější době můžeme o pedagogice volného času hovořit i jako o vědě volného času, neboť se zkoumá vznik a historie volného času v souvislosti s vývojem společnosti (Pávková, 2014).

Vývoj názorů na pedagogiku volného času se neustále měnil a mění. Dříve byl pro většinu institucí pro výchovu ve volném čase stát. Nyní se snažíme, aby docházelo ke sblížení obou systémů a vyvarovat se tak nedostatkům (Pávková, 2014).

Do činností pedagogiky volného času můžeme řadit např. chození na diskotéku, hraní na počítači, sledování televize, čtení knihy atd. Pedagogika volného času zkoumá všechny faktory, jež ovlivňují člověka ve volném čase a zkoumá, jak na něho působí.

Podle Kaplánka (2017) je základním principem pedagogiky volného času svoboda. Avšak Zelinová (2012) uvádí, že dle Pedagogického slovníku (1995) jsou základními principy: **autonomie činnosti** (vědomý výběr volnočasových aktivit, pohled na volný čas jako na

prostor k rozvíjení osobnosti a upevnění zdraví), **aktivita subjektu** (volný čas jako prostor pro rozvíjení tvořivosti), **orientace na sociální kontakty** (volný čas jako čas pro společné chvíle strávené s rodinou a kamarády), **spontánnost** (schopnost uvolnit se a být otevřený k novým věcem), **zábava** (mít zážitek a požitek z činnosti, mít radost) a **odreagování** (uvolnění a znovunabytí smyslu). Obsahovou strukturu pedagogiky volného času tvoří disciplíny:

- **Teorie výchovy mimo vyučování:** Probíhá v organizovaných výchovných zařízeních, kde zkoumá systém výchovy mimo vyučování a organizační strukturu. Jedná se o školské kluby, dětské domovy, domovy mládeže, školu v přírodě atd. Definuje osobnost výchovného pracovníka, metody, obsah, cíle, prostředky, formy atd. ve volném čase. **Výchova mimo vyučování:** Tento typ výchovy je řízen odborným pedagogem nebo kvalifikovaným trenérem. Výchova a vzdělávání jsou zde neformálního typu. Volný čas dětí a mládeže je v tomto případě ovlivňován v době, kdy nedochází ke vlivu rodiny a kdy v daný moment neprobíhá vyučování. Výchova mimo vyučování se vymezuje čtyřmi znaky: probíhá mimo vyučování a v době, kdy děti či mládež nejsou pod vlivem rodiny, probíhá ve volném čase a je institucionálně zabezpečená. Školní internáty, kluby, střediska, centra volného času atd. (výchovně-vzdělávací zařízení) může zřizovat právnická osoba, fyzická osoba, stát a církev (Zelinová, 2012).
- **Metodika výchovy mimo vyučování:** V různých typech zařízení a organizacích zde probíhá procesuální stránka výchovy. Definuje a zkoumá prostředky, metody, strategie, formy a podmínky výchovy mimo vyučování.
- **Dějiny pedagogiky volného času:** Probíhá zde zkoumání historie volného času a taktéž podmínek, za kterých dříve výchova ve volném čase probíhala.
- **Teorie výchovné práce v dětských a mládežnických organizacích:** V různých typech organizací (pro děti a mládež) se věnuje problematice výchovných a vzdělávacích činností.
- **Teorie výchovné práce v letních a zimních táborech:** Zabývá se metodikou výchovně-vzdělávacích a rekreačních činností dětí a mládeže, v souvislosti s organizací a obsahem v táborových zařízeních.
- **Teorie výchovné práce ve školách v přírodě:** Zaobírá se školou v přírodě v čase mimo vyučování a jejich podmínkami, obsahem a metodami.

- Teorie a metodika činností v rekreačních a turistických zařízeních: Zkoumá vliv těchto činností s ohledem na zdravý tělesný a duševní rozvoj osobnosti.
- Teorie řízení výchovy mimo vyučování: Zabývá se problematikou pracovníků, kteří řídí výchovu mimo vyučování, a to konkrétně používanými činnostmi, metodami apod.
- Metodologie a výzkum pedagogiky volného času: Zabývá se metodami výzkumu a jejich využitím pro teorii a praxi v oblasti pedagogiky volného času (Zelinová, 2012).

2.1.1 Pedagog volného času

Vychovatel i pedagog volného času vykonávají přímou výchovně-vzdělávací činnost jako pedagogičtí pracovníci (Hájek, Hofbauer, Pávková, 2008). Pedagog volného času má vliv na formování osobnosti dítěte, neboť zajišťuje různé formy a metody výchovy ve volném čase. Má na starosti zajišťovat pedagogická vyšetření, poradenské činnosti, tvořit preventivní programy, spolupracovat s odborníky (např. s pediatrem či psychologem) a v neposlední řadě zajišťuje konzultační, preventivní a primárně diagnostickou činnost (Pedagog volného času, © 2017). Pedagog volného času musí být pedagogicky i psychicky způsobilý a zároveň musí vykazovat vhodné charakterové a morální vlastnosti, jelikož velmi ovlivňuje svěřené jedince a klade tak na sebe velkou zodpovědnost. Mezi kompetence pedagoga volného času řadíme: kompetence oborové, pedagogické a didaktické, psychosociální a komunikativní, profesně a osobnostně kultivující (Podpora volnočasových aktivit, ©2012).

Pedagog volného času nejčastěji pracuje ve střediscích volného času a domovech dětí a mládeže. Mezi důležité vlastnosti pedagoga volného času patří empatie, vyrovnanost, spravedlivost, sebeovládání, altruismus, komunikativnost, odolnost, nekonfliktnost, smysl pro humor, optimismus, kreativita a zvládání těžkých a náročných situací. Mezi specifické požadavky řadíme adaptabilitu, flexibilitu, hravost, iniciativu, příjemné vystupování a pochopení pro druhé. Pedagog volného času obvykle zastává roli diagnostika, animátora, organizátora, koordinátora, administrátora, integrátora a poradce. Nejčastěji se může uplatnit ve výchově, ve vzdělávání, v cestovním ruchu, v poradenství, ve speciální pedagogice, v sociální práci, politice atd. (Knotková, 2022).

Zde jsou uvedeny rozdíly v práci učitele a pedagoga volného času:

Učitel	Pedagog volného času
Vztah k dětem je formálnější	Méně formální vztah k dětem
Převažují individuální formy práce	Převažují skupinové i individuální formy
Prostředí výuky je málo proměnlivé	Prostředí se často mění
Hodnotí známkou	Hodnotí slovně, spíš pozitivně

Tabulka 1 Odlišnosti v práci učitele a pedagoga volného času
(Knotková, 2022)

Pedagogické ovlivňování by mělo probíhat zejména u mládeže, jelikož potřebuje vedení, nemá dostatek zkušeností a neorientuje se ve všech oblastech zájmových činností. Avšak toto ovlivňování a vedení nesmí být násilné a nedobrovolné. S ohledem na věk dítěte a jeho mentální a sociální vyspělost probíhá míra ovlivňování volného času (Pávková, 2002).

2.2 Výchova ve volném čase

Ve volném čase je důležitá výchova, která vhodně využívá edukativní metody/prostředky (Němec a kol., 2023). Mezi tyto prostředky můžeme řadit: materiální prostředky, obsah výchovy, výchovné formy a metody a výchovné subjekty. Jsou charakteristické svým specifickým způsobem prožívání a intenzivní motivační schopností. Metody jsou systematické, smysluplné, cílené a promyšlené. Metoda je způsob, jak dosáhnout stanoveného cíle, a to pomocí několika hledisek: způsob předávání informací, podle míry aktivity vychovávaných a podle fáze výchovně-vzdělávacího procesu. Díky tomu můžeme rozlišovat metody slovní, názorné, aktivizující, receptivní atd. (Pávková, 2014).

Tyto činnosti provádí vychovatel nebo taktéž animátor, instruktor, pedagog, a to se svými svěřenci, kterými jsou děti, mládež i dospělí. Důležité je též vhodně zvolené prostředí pro rozvoj osobnosti jedince a pro vytváření sociálního klimatu, jež napomáhá k pozitivnímu rozvoji sociálních vazeb (Němec a kol., 2023). Pedagog se při svém působení snaží vytvořit výchovné cíle pro vychovávané osoby. Pro formulaci výchovných cílů musíme brát v potaz několik hledisek, jako je věk, druh činnosti a druh výchovné instituce (Pávková, 2014). Jakákoliv činnost, kterou se pedagog rozhodne s dětmi provést se musí opírat o výchovnou strategii.

Obecná didaktika a pedagogika se zabývají edukativními cíli pomocí rozmanitých škál. Výchovnými cíli chceme dosáhnout ideálního stavu pro rozvoj osobnosti jedince, a to díky využití vhodných metod a prostředků. Tento ideální stav je často vzdálený a nedosažitelný, neboť stav „ideální“ bývá mnohdy nereálný. Proto je důležité si nastavit dlouhodobý cíl, kterého dosáhneme pomocí dosažitelných krátkodobých cílů (Němec a kol., 2023).

Obecným cílem ve volném čase vzhledem k výchově je, aby jedinec dokázal smysluplně a rozumně využívat volný čas, oceňovat ho a naučit se s ním hospodařit. Kdybychom měli z obecných cílů vytvořit nějaké dílčí, jednalo by se například o podporu jedince v aktivních zájmech a též o jejich rozvíjení, kdy jedince vedeme ke smysluplnému a efektivnímu odpočinku, učíme ho uspokojovat jeho potřeby, pomáháme mu při výběru vhodné a účinné formy rekreace a v neposlední řadě ho motivujeme k tomu, aby sám sebe dokázal podporovat a chápal důležitost celoživotního vzdělávání (Pávková, 2014).

Jak už bylo řečeno, pro efektivní využívání volného času je důležité vhodně zvolené prostředí. Výchova se tedy v oblasti volného času odehrává v horách, lese, klubovně, na výletě, na táboře, v kroužku, laboratoři apod. Tyto prostředky a formy se mohou objevovat i ve školním prostředí, avšak nalézt je můžeme i v podobě lesních školek a škol. Za výchovné prostředky označujeme takové prostředky, které nám pomohou k dosažení výchovných cílů, a to pomocí hry, sdělovacích prostředků, školních pomůcek a rozmanitých vyučovacích metod (Němec a kol., 2023).

Ve výchovném procesu hrají svou roli rovněž vnitřní a vnější podmínky. Do těch vnitřních náleží věk a individuální zvláštnosti vychovávaných. Zde je důležité si uvědomovat, že pedagog má prostor pro individuální rozvíjení osobnosti jedince, jako jsou jeho schopnosti, zájmy a charakterové vlastnosti. Do vnějších řadíme prostor a materiální vybavení. K zjišťování těchto podmínek pedagog využívá pedagogicko-psychologické diagnostiky, a to rozhovor, pozorování a analýzu výsledků činností (Pávková, 2014).

Ve využívání volného času jsou, jak už jsme zmiňovali, důležité výchovné prostředky, díky kterým můžeme dosáhnout vznešených cílů pro své specifické vlastnosti: výzva a motivační schopnost, prožívání, odpovědnost za své činy, dobrodružství a tajemnost. Nejdůležitějším aspektem pro naše účely je převzetí odpovědnosti za své činy, jež přispívají ke zdravému rozvoji osobnosti, neboť činnosti zvolené jedincem vychází z jeho svobodné vůle a vlastního zájmu (Němec a kol., 2023).

Pávková (2014) uvádí, že mezi požadavky na výchovu ve volném čase můžeme uvést např. požadavek jednoty a specifičnosti vyučování a doby mimo vyučování, požadavek dobrovolnosti, požadavek pedagogického ovlivňování volného času, požadavek citlivosti, pestrosti, aktivity a seberealizace, požadavek sociálního kontaktu a zajímavosti a požadavek odpočinkového a rekreačního zaměření.

- Požadavek jednoty a specifičnosti vyučování a doby mimo vyučování: Tyto jsou odvozeny od požadavku dobrovolnosti a pedagogického ovlivňování volného času. Jedná se o společný cíl, a to rozvoj osobnosti dítěte, kdy je mezi oběma oblastmi důležitá spolupráce a respekt.
- Požadavek dobrovolnosti: Volný čas jako svobodná doba ke svobodnému výběru činnosti. Účast na volnočasových aktivitách je dobrovolná, nikoliv přikázaná.
- Požadavek pedagogického ovlivňování volného času: Vedení k racionálnímu využívání volného času pomocí nenásilné, cílevědomé a citlivé cesty podle Úmluvy o právech dítěte.
- Požadavek citlivosti: Jedná se o práci pedagoga s jednotlivcem či skupinami, kdy musí využívat citlivost, a to zejména v oblasti motivace a při výběru výchovných metod. Zde je i důležité vytvářet kladné a pozitivní emocionální zážitky (výchova zážitkem).
- Požadavek pestrosti: Požadavek pestrosti zejména spočívá ve střídání různých druhů činností, ale také v pestrém užívání různých metod a forem práce. Rovněž velmi záleží na vzájemném respektu, na respektu přání jednotlivců či skupin a v neposlední řadě je kladen velký důraz na potřeby účastníků.
- Požadavek aktivity: U požadavku na aktivitu jde zejména o aktivní činnost účastníků, a to v podobě plánování, realizace a hodnocení činností. Dochází i k podpoře samostatnosti a nápaditosti pomocí vedení pedagoga. Významným poznatkem je tu fakt, že důležitější je naučit děti se bavit, než je bavit.
- Požadavek seberealizace: Činnosti ve volném čase musí být takové, aby jedinec uplatnil své schopnosti, rozvíjel své vlohy, zažíval duševní pohodu a našel svůj prostor pro seberealizaci, jež se může povést i méně zdatným žákům.
- Požadavek sociálního kontaktu: Pro rozvíjení osobnosti a vývoj jedince jsou důležité citové vazby s přáteli a kamarády. Díky účasti na různých volnočasových aktivitách dochází k poznávání dalších lidí, ke vzájemné komunikaci a k osvojování různých rolí.
- Požadavek odpočinkového a rekreačního zaměření: Jedna ze základních funkcí volného času je umět odpočívat, regenerovat svoje svaly, nabrat potřebnou sílu a odstranit únavu (Pávková, 2014).

Opachowski (1997) sepsal několik potřeb, které je třeba uspokojovat během činností:

- Potřeba psychického uvolnění, odpočinku, spánku a rekreace
- Potřeba tvořit sociální skupiny a vytvářet sociální vztahy
- Potřeba tolerance a společenského uznání
- Potřeba rozptýlení a potěšení
- Potřeba komunikace, empatie a zábavy
- Potřeba poznávat nové věci
- Potřeba kreativního rozvoje atd. (Kavanová, Chudý, 2005).

Výchova ve volném čase úzce souvisí se vzděláváním, jež se rozděluje do tří rovin: formální, neformální a informální.

Formálním vzděláváním rozumíme takové vzdělávání, v němž jsou stanovené osnovy, cíle, obsah, prostředky a pravidla hodnocení. Tento typ vzdělávání probíhá ve vzdělávacích institucích a školách. Jedná se o vzdělávání povinné, jež není založeno na principu dobrovolnosti (Zelinová, 2012).

Neformální vzdělávání probíhá mimo vyučování, mimo školu a nemá pravidla hodnocení a osnovy. Po absolvování neformálního vzdělávání, například po semináři, školení či výcviku, můžeme obdržet certifikát (Zelinová, 2012). Neformální výchova má nejbližší k výchově ve volném čase (Hofbauer, 2004).

Informální vzdělávání probíhá doma, kdy se člověk samostatně vzdělává a v závěru tak neobdrží žádný certifikát. Samostatné vzdělávání může probíhat formou sledování televize, čtení knihy či časopisu, návštěvou divadel, výstav či kin (Zelinová, 2012). Informální výchova probíhá nesystematicky, neorganizovaně a nekoordinovaně (Hofbauer, 2004).

2.3 Výchova mimo vyučování

Výchovou mimo vyučování jsme se zabývali již v kapitole pedagogika volného času. Avšak nyní se této oblasti budeme věnovat důkladněji.

Každá osoba je jiná a jedinečná, rozvoj osobnosti se vyvíjí už u dítěte. Proto by rodiče, učitelé a vychovatelé měli používat takové výchovné prostředky, metody a formy, které se budou přizpůsobovat individuálním potřebám dítěte. Důležité je, aby bylo každé dítě po psychické a pedagogické stránce kvalitně diagnostikováno a mohlo tak docházet

k účinnému působení pedagoga a zdokonalování osobnosti dítěte. Učitel by měl znát metody a teorii výchovy, aby se z dítěte stal pozitivní, šťastný, výkonný a tvořivý člověk. Učitel musí být angažovaný, motivovaný a odolný vůči zátěži (Zelinová, 2012).

Důležitým faktorem pro rozvoj osobnosti dítěte je prostředí, ve kterém působí a ve kterém se tak socializuje. Člověk se postupem času individualizuje a stává se osobou s charakteristickými vlastnostmi, jež už má své zájmy, potřeby a cíle. Proto by měl proces individualizace a socializace ve výchově probíhat souběžně (Zelinová, 2012). Ve výchově mimo vyučování jde především i o to, aby vychovávající dokázali žáka připravit na školu a upevnit jeho hygienické a kulturní návyky (Pávková, 2002).

Mezi konkrétní cíle výchovy mimo vyučování patří: kognitivní oblast (kritické myšlení, kreativní myšlení, vědomosti), afektivní oblast (sociální zručnost, komunikační zručnost, postoj, občanský postoj a city), psychomotorická oblast (manuální zručnost, kreativita, hygienické návyky, kulturní návyky) (Zelinová, 2012).

Další cíle: Mezi společenské cíle patří rozvíjení osobnosti. K institucionálním cílům náleží požadavky, které reprezentují školské zařízení. A mezi specifické cíle řadíme rozvoj osobnosti v tom smyslu, aby jedinec dokázal reagovat, přijímat a akceptovat stanovené hodnoty. Tyto specifické cíle musí splňovat požadavky typu: kontrolovatelnost, jednoznačnost, konzistentnost, přiměřenost, respektování taxonomie cílů a vyjádření k výkonu žáka. Mezi důležité činnosti ve výchově mimo vyučování spadají: odpočinkové činnosti, rekreační činnosti, veřejně-prospěšné činnosti, zájmové činnosti, samoobslužné činnosti a příprava na vyučování. Ve výchově mimo vyučování považuje autorka v knize „Volný čas efektivně a tvořivě“ za stěžejní kultivaci, což dle ní znamená: „*Zdokonalování a rozvíjení osobnosti člověka s důrazem na seberozvoj*“ (Zelinová, s. 48, 2012).

Mezi kultivace patří: kompetence „učit se“, rozvíjení komunikačních a sociálních kompetencí, rozvíjení pozitivních emocí a citů, rozvíjení motivace žáků, seberozvoj žáků a tvořivost (Zelinová, 2012). Mezi další cíle a zároveň potřeby, na něž je kladen důraz, náleží např.: respektování dítěte, zapojení handicapovaného dítěte do společnosti, zachování principu dobrovolnosti, zakládání nových zařízení a nových institucí pro volný čas, podpora dětí v jejich aktivitě, kreativitě, spontaneitě a vytváření podmínek pro tyto činnosti dětí, do kterých je žádoucí zapojit i rodiče (Pávková, 2002).

Zelinová (2012) uvádí, že mezi funkce výchovy mimo vyučování patří:

- **Výchovně-vzdělávací funkce:** Děti se ve svém volném čase zabývají takovými činnostmi, díky nimž rozvíjí své myšlení, vědomosti a dovednosti. Snaží se porozumět příčinám a důsledkům věcí a procesů a pochopit vztahy. Prostřednictvím zájmových činností motivují žáky k učení a poznávání nových věcí, jejichž zásluhou dosáhnou seberealizace, uspokojení a pozitivního sebehodnocení.
- **Sociální funkce:** Zde se uskutečňují hlavně takové činnosti, které umožní probíhání procesu socializace u dětí a mládeže. Snaží se pomáhat například dětem ze sociálně znevýhodněného prostředí a kompenzovat jim tak nedostatky sociálních, psychologických a materiálních podmínek. Mezilidské vztahy a socializace jsou velmi významnou složkou, a to především u dětí. Obzvláště důležité je umět komunikovat, adekvátně se chovat ve společnosti, naučit se spolupracovat, soutěžit a poté přijmout výhru či prohru a zvládnout řešení konfliktů.
- **Zdravotní funkce:** V zařízeních pro výchovu mimo vyučování je důležité, aby docházelo ke střídání odpočinkových, pohybových a duševních činností. Jelikož děti tráví ve škole většinu času v lavicích, je nezbytné, aby poté pobývaly na čerstvém vzduchu a provozovaly nějakou sportovní aktivitu.
- **Preventivní funkce:** Preventivní funkce je velmi významná proto, aby nedocházelo k negativním vlivům, jako může být záškoláctví, užívání drog, alkoholu, kouření atd. Preventivní funkce se dělí na primární, sekundární a terciální (Zelinová, 2012).

2.4 Rodina a její působení ve výchově ve volném čase

Slovem „rodina“ se rozumí malá skupina, která je propojená citovými vazbami a pokrevními svazky (Kraus, Poláčková, 2001). Jak už jsme zmiňovali, právě rodině neboli rodiče mají svůj velký podíl na výchově a na utváření životního stylu dítěte (Pávková, 2002). Rodiče ovlivňují své děti, pečují o jejich zdraví, vytváří pro ně výchovné a socializační prostředí, podporují je a chrání. Navzájem se ovlivňují, avšak ne vždy pozitivně. Může docházet i k negativním vlivům a vzorům (Kraus, Poláčková, 2001).

Rodina má socializačně-výchovnou funkci, učí tedy své děti, jak se chovat ve společnosti, vede je k osvojování základních návyků a taktéž se snaží, aby se dítě dokázalo přizpůsobit sociálnímu životu. Dítě se v rodině musí cítit v bezpečí a cítit podporu, neboť i to má vliv na chování dítěte ve společnosti. Funkce, kterou má rodina a žádná jiná instituce ji

nedokáže v takové míře naplnit a nahradit, je funkce citová (Kraus, Poláčková, 2001). Rodina je zdroj pozitivních a negativních vlivů, jež ovlivňují volný čas dětí především svojí velikostí a úplností, a to i v případě že došlo k pozdějšímu zakládání rodiny (Hofbauer, 2004).

Dříve, tedy okolo roku 1990, se ženy a muži stávali rodiči přibližně ve věku 20–24 let. Dnes se stávají rodiči ve věku zhruba 29 let (Hasmanová Marhánková, Kreidl, Hubatková, 2012). Vzhledem k tomu, že se lidé v dnešní době stávají později rodiči, má to vliv na jejich sociální status, životní úroveň, úroveň bydlení a tím i jejich vybavenost v domácnosti, a to včetně potřeb pro volný čas (Hofbauer, 2004). Ženy nyní stávají matkami v pozdějším věku z toho důvodu, že budují svoji kariéru a snaží se vzdělávat. Proto ženy, které se stávají matkami „později“, dosahují vyššího stupně vzdělání. Mateřství považují za brzdu v jejich kariérním rozvoji. Mezi další důvody vedoucí ženy a muže k rodičovství v pozdějším věku patří: finanční znevýhodnění, omezení osobní svobody (považováno za klíčový důvod) a dopad na manželský vztah (vyčerpanost a méně sexuálního života). Jedná se o rozhodnutí, které je navždy a nelze vrátit. Jedinci se tedy obávají, že nebudou dobrými rodiči (Sobotková, 2001).

Rodiče by měli mít roli iniciátora a spoluorganizátora v aktivitách svých dětí, důležitá je jejich podpora. Neměli by je nutit k takovým volnočasovým aktivitám, které ony samy nechtějí vykonávat, a rozhodovat tak za ně. Avšak na druhou stranu je stejně tak důležité nenechat tomu volný průběh (Hofbauer, 2004).

Rodič nikdy nesmí odmítnout a ignorovat své dítě. Měl by si s ním povídat, poslouchat ho a trávit s ním čas. Má právo nesouhlasit s výběrem volnočasových aktivit dítěte, pokud se mu nelíbí chování dítěte během činnosti (Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, 2002). Rodiče by měli mít aktivní zájem o volný čas svých dětí, tedy aby ho využívaly smysluplně a bohatě. Zároveň aby se svobodně a dobrovolně rozhodly, jak chtějí nakládat se svým volným časem, a to za citlivého vedení rodičů (Hofbauer, 2004).

Pro dítě je důležité, aby s ním rodiče chodili na procházky, výlety, hráli s ním společenské hry, navštěvovali divadla, koncerty, jezdili na dovolené, setkávali se s příbuznými a přáteli a taktéž aby sledovali jejich potřeby, zájmy a nadání. V dnešní době se setkáváme s tím, že rodiče nezajímá, co jejich děti dělají ve svém volném čase. To je samozřejmě velmi špatně, neboť by měli svým dětem poskytovat dostatek času a naučit je tak využívat volný čas ke

svému rozvoji. Zároveň by je měli naučit využívat svůj volný čas smysluplně a různorodě (Hofbauer, 2004).

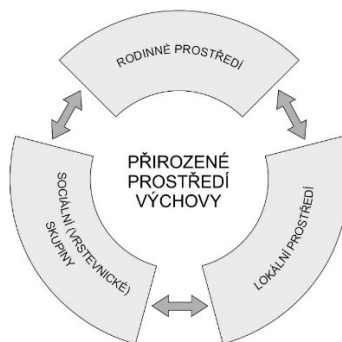
Rodiče často nedbají na volný čas svých dětí z toho důvodu, že nepovažují za důležité vědět, jak jejich děti tráví volný čas a kde ho tráví. Nemají dostatek financí na kroužky, které jejich děti chtějí navštěvovat, rovněž je omezuje časová vytíženost (Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, 2002). Další důvod může být ten, že matka či otec jsou samoživitelé. Je pro ně velmi těžké skloubit práci a rodičovství. Mají tak méně volného času na své děti a často nemají moc financí (Lundbäck, Fälth, 2019).

Podle výzkumu, který vydal Sociologický ústav (2022), bylo zjištěno, že existují rozdíly mezi rodinami s nižším a vyšším sociálním statutem v rámci využívání volného času. Děti, které pocházejí z rodin s vyšším sociálním statutem, více jezdí na dovolené a výlety než děti s nižším sociálním statutem. Zároveň z toho vychází zjištění, že děti s vyšším sociálním statutem tráví méně volného času pasivně než děti s nižším sociálním statutem. Provozují více pohybových, sportovních, kreativních a uměleckých aktivit. Navštěvují více kulturní zařízení, jako jsou divadla, galerie, muzea atd. (Patočková, Čermák, Šafr, 2022). Zároveň bylo zjištěno, že vzdělaní lidé mají méně volného času než lidé s nižším vzděláním, a to ve všech zemích (Engler, Staubli, 2008).

Nemělo by docházet k direktivnímu rozhodování o využívání volného času dětí, nebo je nepřiměřenému zaměstnávání, neboť důležitý je princip svobody a dobrovolnosti. Pokud jsou děti nepochopeny a nejsou respektovány jejich zájmy a potřeby, může to vést k různým závislostem. Nelze opomenout ani to, že ze strany rodičů může docházet k domácí šikaně, týrání dítěte a psychickému a fyzickému násilí (Hofbauer, 2004).

V roce 1998 bylo zjištěno, že k tělesnému týrání v České republice došlo v 631 případech, k psychickému týrání ve 192 případech a k sexuálnímu zneužívání v 593 případech. Důležité je zmínit, že existuje Úmluva o právech dítěte, dle platného znění: 104/1991 Sb. Úmluva o právech dítěte. Jedná se o dokument, který ochraňuje dětská práva (Hofbauer, 2004).

Jak už bylo zmiňováno, přirozené prostředí výchovy reprezentuje právě rodina.



Obrázek 1 Struktura přirozeného prostředí dítěte

Funkční rodina je tedy taková rodina, která respektuje potřeby svých členů a dítěti poskytuje zázemí. Zároveň plní funkci emocionální, morální, výchovně-vzdělávací, biologicko-reprodukční, socializační a sociálně-ekonomickou (Šafránková, 2019). Funkční rodina chce zapojovat své děti do volnočasových aktivit, aby rozvíjely svoji osobnost, získávaly nové přátele a učily se novým věcem (Patočková, Čermák, Šafr, 2021).

Dysfunkční rodina nespĺňuje všechny tyto funkce, avšak není nějak výrazně ohrožená. Mezi typy dysfunkční rodiny můžeme zařadit rodinu nezralou, přetíženou, ambiciózní, perfekcionistickou, autoritářskou, protekcionistickou, liberální a disociovanou. U dysfunkční rodiny je často nutná krizová intervence, jelikož je tu narušována socializace a výchova dítěte (Šafránková, 2019). U takového dítěte je potřeba probudit zájem o volnočasové aktivity a podpořit ho v seberozvoji (Patočková, Čermák, Šafr, 2021). Nefunkční rodina nespĺňuje téměř žádné funkce a je tak výrazně ohrožena, a to především ve výchově dětí (Šafránková, 2019). V této rodině je rodičům jedno, co jejich dítě ve volném čase dělá a nijak ho nepodporuje (Patočková, Čermák, Šafr, 2021).

Důležité je zmínit, že v rodině na dítě sice působí rodiče, ale velký vliv mají i sourozenci, a to především na jejich socializaci. Proto rodinu ovlivňuje i vztah sourozenců. Výchovu a socializaci dítěte ovlivňuje péče o zdraví v rodině, vzdělání rodičů, stabilita rodiny, **životní styl rodiny**, vliv médií a techniky na rodinu, ekonomické zajištění a kulturně-výchovné zázemí (Šafránková, 2019). Životní styl rodiny ovlivňuje kvalitu života jejich členů. Bývá často spojován se zdravím rodiny, se spokojeností s životem, s problémem smyslu života a s problémem autenticity (Kubátová, 2010).

Důležité je zmínit, že znaky současné rodiny se mění, což dokládá následující obrázek.



Obrázek 2 Současné znaky rodiny

2.5 Vliv prostředí na výchovu u volného času

Prostředí má vliv na proces výchovy, na vývoj osobnosti a na socializaci. Nepůsobí tedy na nás jen rodiče, učitelé, sociální skupina apod. Každé prostředí, ve kterém se nacházíme, na nás nějak působí. Prostředí se rozlišuje na jednotlivé typy, přičemž Kraus (2008) uvádí následující typologii:

- Převažující aktivity a podle povahy činnosti (např. prostředí pracovní, školské, obytné a rekreační).
- Velikost prostoru (mikroprostředí, makroprostředí, regionální a lokální prostředí).
- Osobnostní hledisko (exogenní a endogenní prostředí).
- Místo, kde žijeme (městske prostředí, velkoměstské prostředí, venkovské prostředí).
- Prostředí je tvořeno různými prvky a jevy (kulturní – společenské prostředí tvořené hmotnou a nemateriální lidskou aktivitou, sociální – hustota a rozmístění obyvatel, přírodní – tvoří živá a neživá příroda, prostředí umělecké a demografické).
- Prostředí působí na jedincovo zdraví (např. škodlivé prostředí, prospěšné zdravé prostředí).
- Na jedince působí i kvalita prostředí (optimální prostředí, jednostranné a mnohostranné prostředí – pestrost, a prostředí, které je na podněty chudé nebo přesycené – frekvence).
- Z hlediska podílu člověka (umělé, přirozené) (Kraus, Poláčková, 2001).

Jednotlivé typy prostředí ovlivňuje děti a mládež v trávení volného času. Například pokud dítě žije na vesnici, nemá takové možnosti jako dítě, které žije ve městě. Děti na vesnici

mají větší absenci v návštěvnosti kina, divadel, muzeí apod. (Patočková, Čermák, Šafr, 2021).

Z výše uvedených typologií působí na člověka, jeho rozvoj a socializaci nejvíce mikroprostředí, a to z hlediska velikosti. Důvodem je především intenzita a bezprostřednost působení. Přitom čím dál více nabývá na významu globální, tedy celosvětové prostředí. Nejvíce ohrožující prostředí, které má negativní vliv na rozvoj osobnosti jedince, je prostředí deviační (Kraus, Poláčková, 2001).

Na osobnost člověka tedy působí jeho rodinné prostředí, sociální prostředí, lokální prostředí a společnost včetně jejich norem, zákonů, institucí a mediální prostředí. Výchova může být prostředím ovlivňována záměrně i nezáměrně (Šafránková, 2019). Člověk je v interakci s životním prostředím, neboť na něj působí svými podněty. Ty ho následně ovlivňují, jedinec na ně reaguje a přizpůsobuje se jim (Kraus, Poláčková, 2001).

Každé prostředí vykazuje sociálně psychologickou a materiální stránku bez ohledu na jeho typ a úroveň. Sociálně psychologická stránka je ovlivněna lidmi, kteří se objevují v prostředí, a to konkrétně jejich věkem, pohlavím a vzděláním. Materiální stránku ovlivňují faktory, jako je technika a vybavení věcmi. Mnoho autorů předpokládá, že na formování osobnosti má vliv jen samotné prostředí. Oproti tomu anglický filozof John Locke toto tvrzení popírá a říká, že se člověk narodí jako nepopsaná deska (Kraus, Poláčková, 2001).

V prostředí je také důležitý proces adaptace člověka s ohledem na dané podmínky. Je třeba vyrovnat se s novými situacemi, jež mohou mít povahu přírodní a společenskou. To, jak se s tímto dokáže jedinec ztotožnit, záleží na jeho individualitě. Prostředí má funkci situační a výchovnou (Kraus, Poláčková, 2001). Prostředí působí na člověka silně tehdy, pokud je do něho intenzivně zapojen (Kolář a kol., 2012).

II. PRAKTICKÁ ČÁST

3 DESIGN VÝZKUMU

Ve výzkumu se zaměřujeme na volný čas dětí staršího školního věku.

Děti staršího školního věku mají v běžný den dvě až čtyři hodiny volného času (Patočková, Čermák, Šafr, 2022). V první řadě se zabýváme volnočasovými aktivitami, neboť sehrávají významnou roli v životě člověka a utvářejí osobnost jedince (Pávková, 2014). Zároveň je volný čas důležitý pro pozitivní socializaci (Volný čas a prevence u dětí a mládeže, ©2002).

Dalším stěžejním tématem se pro nás stává nuda. Jednou z funkcí volného času je zábava, jež slouží k odstranění nudy (Hamřík, 2022). Pokud jedinec zažívá ve svém volném čase přemíru nudy, může ho to vést k nevhodným činnostem. V reprezentativním výzkumu v České republice (2021) bylo zjištěno, že si děti často neumějí naplánovat svůj volný čas, a proto podléhají nudě (Patočková, Čermák, Šafr, 2022).

Dále se zabýváme zájmovými kroužky, jelikož chceme vědět, jak děti staršího školního věku tráví svůj volný čas a kde. V zájmových kroužcích a institucích dochází k zájmovému vzdělávání, které je součástí celoživotního vzdělávání. Získáváme nové schopnosti, znalosti a vědomosti (Zájmové vzdělávání, © 2024). Volný čas je pro mladé lidi nejdůležitějším časem (Havziu, Rasimi, 2015).

Významným tématem je rovněž smysluplnost. Život se stává plnohodnotným a smysluplným při kvalitním trávení volného času. K celkové kvalitě života jedince přispívá kvalitně trávený volný čas (Hamřík, 2022). Jako prevence před negativními vlivy může působit smysluplně trávený volný čas, proto je důležité to sledovat (Patočková, Čermák, Šafr, 2022). Podle Pávkové (2002) mnoho dětí nemá s kým trávit svůj volný čas a neví, jak jej trávit. Poté se volný čas stává prostorem pro negativní pocity (Pávková, 2002). Dalším důležitým tématem se pro nás stává ovlivňování volného času. V reprezentativním výzkumu v ČR (2021) bylo zjištěno, že volný čas dětí ve vysoké míře ovlivňují rodiče a kamarádi (Patočková, Čermák, Šafr, 2022).

Naš výzkum probíhal ve Vyškově. Naším záměrem je zjistit, v jaké míře děti staršího školního věku tráví svůj volný čas v zájmových kroužcích. Vzhledem k tomu, že toto téma považujeme za důležité a chceme reagovat na konkrétní potřeby dětí, mým výzkumným souborem jsou děti staršího školního věku z Vyškova. Mohu tak dát konkrétní zpětnou vazbu, doporučení, aby mohlo následně dojít ke změnám.

Vyškov nabízí spoustu volnočasových aktivit. Např. Maják – středisko volného času nabízí plno zájmových kroužků od dětského věku až po dospělé. Své využití tu najdou nadšenci pro sport (badminton, florbal, aerobic, zumba) a taktéž děti s uměleckým zájmem (flétna, kytara, klavír). Dále je zde možno navštěvovat keramiku, ekologicko-přírodovědný kroužek, jezdeckou školu atd. Ve Vyškově se nachází další zájmové instituce, jako jsou Junák, Dům dětí a mládeže, Základní umělecká škola a Piafa (Přehled organizačních složek, © 2024).

Mým zájmem je zjistit, zda je i přes tuto bohatou nabídku volnočasových aktivit některá aktivita nedostupná v blízké lokalitě. V případě, že se taková volnočasová aktivita objeví, seznámím město s problematikou a dodám doporučení.

3.1 CÍLE VÝZKUMU

Hlavním výzkumným cílem této diplomové práce je zjistit, jak děti staršího školního věku tráví svůj volný čas. Dalším cílem je zjistit, v jaké míře děti staršího školního věku vnímají svůj strávený volný čas smysluplným. Další cíl je zjistit, v jaké míře děti staršího školního věku zažívají nudu a jak ji zahání. Dalším cílem je zjistit, zda existuje rozdíl v zažívání nudy mezi dětmi staršího školního věku, které považují svůj volný čas za smysluplně strávený a dětmi staršího školního věku, které nepovažují svůj volný čas za smysluplně strávený. Dalším cílem je zjistit, zda blízcí lidé ovlivňují děti staršího školního věku v jejich trávení volného času. Další cíl je zjistit, zda existuje rozdíl ve vnímání volného času za smysluplný mezi dětmi staršího školního věku, kterým volný čas ovlivňují blízcí lidé a dětmi staršího školního věku, který si volný čas řídí samy. Poslední cíl je zjistit v jaké míře tráví děti staršího školního věku svůj volný čas v zájmových kroužcích a institucích a jaké kroužky nejsou v lokalitě dostupné.

3.2 VÝZKUMNÉ OTÁZKY A HYPOTÉZY

Hlavní výzkumná otázka:

- Jak děti staršího školního věku tráví svůj volný čas?

Vedlejší výzkumné otázky:

- **VO1** V jaké míře děti staršího školního věku vnímají svůj strávený volný čas smysluplným?
- **VO2** V jaké míře děti staršího školního věku zažívají ve svém volném čase nudu a jak ji zahání?
- **VO3** Existuje rozdíl v zažívání nudy mezi dětmi staršího školního věku, které považují svůj volný čas za smysluplně strávený a dětmi staršího školního věku, které nepovažují svůj volný čas za smysluplně strávený?

H1 *Děti staršího školního věku, které považují svůj volný čas za smysluplně strávený, zažívají méně nudu než děti, které nepovažují svůj volný čas za smysluplně strávený.*

- **VO4** Ovlivňují blízcí lidé děti staršího školního věku v jejich trávení volného času?
- **VO5** Existuje rozdíl ve vnímání smysluplnosti volného času mezi dětmi staršího školního věku, kterým volný čas ovlivňují blízcí lidé a dětmi staršího školního věku, který si volný čas řídí samy?

H2 *Děti staršího školního věku, kterým někdo řídí volný čas, považují svůj volný čas za méně smysluplně strávený než děti, kterým nikdo volný čas neřídí.*

- **VO6** V jaké míře tráví děti staršího školního věku svůj volný čas v zájmových kroužcích a jaké kroužky nejsou v lokalitě dostupné?

3.3 DRUH VÝZKUMU

Pro praktickou část diplomové práce jsme zvolili kvantitativní výzkum, který bude probíhat formou dotazníkového šetření. Kvantitativní šetření nám pomůže zkoumat skutečnost problému do větší hloubky v racionální obecnosti (Chráška, 2017). Za účelem zjištění, jak děti tráví svůj čas volíme dotazník z toho důvodu, že dojde k zachování anonymity a k vyššímu počtu dotazovaných (respondentů), které nám pomůžou k přesnějším a spolehlivějším datům týkající se problematiky trávení volného času dětí staršího školního věku. Dotazník nám pomáhá i k rychlému a efektivnímu získávání dat. Zároveň mohu dát městu Vyškov doporučení o poskytnutí takových zájmových kroužků, které si děti staršího školního věku ve své lokalitě přejí. Dotazník bude poskytnut v tištěné podobě. Na začátku budou informováni o účelu mého dotazníku.

3.4 VÝZKUMNÝ SOUBOR

Základní soubor tvoří **žáci druhého stupně základních škol**.

Dle školského zákona č. 561/2004 tvoří druhý stupeň základních škol i osmou a devátou třídu, na které se chceme zaměřit. Žáci druhého stupně spadají do období pubescence, které je taktéž nazváno jako dorostové období či dospívání. Zhruba od patnáctého až do dvacátého roka života nazýváme obdobím pubescence. Dochází k několika tělesným, psychickým a sociálním změnám. Snaží se vstoupit do tzv. dospělosti. U adolescentů a pubescentů často dochází k nevhodnému způsobu využívání volného času a může tak docházet k rizikovému chování. Např. ke záškoláctví, užívání drog, alkoholu apod. dochází často kvůli nedostatečné nabídce volnočasových aktivit (Labusová, © 2019). Adolescenti a pubescenti prochází obdobím nejistoty, hledají vlastní místo ve světě, začínají se více starat o zevnějšek, mají zájem o partnerský život spojený se sexuálními aktivitami a dochází k osamostatňování se (Etapy psychického vývoje: pubescence, adolescence, © 2023).

Výběrový soubor

Výběrový soubor tvoří žáci ve věku 14-15 let, kteří navštěvují školu ve Vyškově. Podle Městského úřadu se zde nachází 5 základních škol. Z toho 4 školy se mnou spolupracovali, jedna škola odmítla.

	Počet studentů 8. a 9. třída
ZŠ A	60
ZŠ B	92
ZŠ C	62
ZŠ D	89
Celkem	303

Tabulka 2 Struktura výběrového souboru

Aby výsledky byly validní, potřebujeme alespoň 80% účast, tedy 243 respondentů.

Způsob výběru

Výzkumný vzorek bude probíhat dostupným výběrem ve městě Vyškov. A to pomocí výběrů „průměrných jednotek“.

3.5 VÝZKUMNÝ NÁSTROJ

Výzkumný nástroj, který jsem v rámci našeho šetření zvolila je mnou vytvořený dotazník. V únoru v rámci pilotáže jsme rozdali čtyřem respondentům pilotní dotazník, na kterém

zjistíme, zda jsou otázky srozumitelné a jasné. Na základě připomínek a potřeb dotazník popřípadě upravíme.

Dotazník obsahuje celkově 19 položek, které tvoří otevřené, polouzavřené, uzavřené a škálové otázky. Na začátku dotazníku je úvod, který respondenty seznamuje se zaměřením dotazníku. Na vyplnění dotazníku mají respondenti 10–15 min. Mají tak dostatek času na promyšlení svých odpovědí.

Otázky č. 1, 2 jsou otázky uzavřené a zjišťují základní informace námi potřebné o respondentovi.

Otázky č. 3, 4 jsou škálové a zaměřují se na to, co respondenti nejraději a nejčastěji dělají ve svém volném čase.

Otázka č. 5 je taktéž škálová otázka a zaměřuje se na emoce u jednotlivých aktivit.

Otázka č. 6 je polouzavřená a zaměřuje se na zájmové kroužky ve Vyškově. Tímto tématem se zaměřují i otázky 7,8,10, které jsou uzavřené.

Otázka č. 9 je otevřená a zaměřuje se na nedostupné volnočasové aktivity v lokalitě.

Otázka č. 11 je uzavřená a zabývá se nudou ve volném čase. Tím se zabývá i otázka č. 12, která je polouzavřená a otázka č. 13, která je otevřená.

Otázky č. 14, 15 jsou uzavřené a zabývají se smysluplností ve volném čase.

Otázka č. 16 je otevřená a zabývá se ideálně stráveným volným časem.

Otázky č. 17,19 jsou uzavřené a zabývají se ovlivňováním volného času okolím. Tím se zabývá i otázka č. 18, která je škálová.

V dotazníku se nachází 5 oblastí: Způsob trávení volného času, smysluplnost volného času, nuda ve volném čase, zájmové kroužky a ovlivňování volného času. K oblastem přísluší každá otázka obsažená v dotazníku.

Způsob trávení volného času	Co děláš rád/a ve svém volném čase?
	Co nejčastěji děláš ve svém volném čase?
	Jak se cítíš po vykonání těchto aktivit?
	Popiš mi tvůj ideálně strávený volný čas.
Smysluplnost volného času	Myslíš si, že trávíš svůj volný čas smysluplně?
	Co je pro tebe nejdůležitější, aby tvůj volný čas splňoval a vnímal si ho tak za smysluplný?
	Myslí si tvé okolí (rodiče, kamarádi), že trávíš smysluplně svůj volný čas?
Nuda ve volném čase	Jak často zažíváš nudu ve svém volném čase?
	Proč zažíváš nudu?
	Jak zaháníš nudu?
Zájmové kroužky	Navštěvuješ ve Vyškově nebo okolí nějaký zájmový kroužek?
	Navštěvuješ nějakou zájmovou instituci?

	Pokud jsi uvedl/a u otázek č. 6, 7 „nenavštěvuji“, z jakého důvodu?
	Je nějaký kroužek, do kterého bys rád/a chodila, ale není ve tvé lokalitě dostupný?
	Navštěvuješ rád/a zájmové kroužky?
Ovlivňování volného času	Trávíš svůj volný čas více podle sebe nebo ti ho spíše někdo ovlivňuje?
	Kdo ovlivňuje tvůj volný čas?

Tabulka 2 Oblasti volného času

3.6 ZPŮSOB ZPRACOVÁNÍ DAT

Jednotlivé odpovědi od žáků jsme zaznamenali do programu Microsoft Office Excel a vytvořili v něm datovou tabulku, ve které jsme roztřídili jednotlivé odpovědi a hodnoty. V programu Microsoft Office Excel jsme i data vyhodnocovali. Mezi další způsoby vyhodnocení, které jsme použili, byla popisná statistika, čárkovací metoda, kódování, grafické znázornění. V neposlední řadě použijeme i statisticky-matematické metody, jako je Chí-kvadrát test. Ten nám pomůže k vyhodnocení hypotézy. Hypotéza je: „Ve vědecké oblasti tvrzení o předpokládaném či pravděpodobném zjištění (výsledku, poznatku), k němuž se má ve zkoumané oblasti dospět“ (Průcha, Walterová, Mareš, 2003). U testu Chí-kvadrát použijeme kontingenční tabulku a příslušný vzorec.

Úvodní otázky (věk a třída) jsme vyhodnocovali pomocí čárkovací metody. Získaná data jsme převedli do grafů.

Hlavní výzkumnou otázku, týkající se zjištění, jak děti tráví svůj volný čas, jsme vyhodnocovali pomocí popisné statistiky a kódování. Získaná data jsme převedli do grafů.

Díličí otázku (VO1) týkající se smysluplnosti ve volném čase, jsme zjišťovali pomocí popisné statistiky a získaná data jsme převedli do grafů.

Díličí otázku (VO2) týkající se nudy ve volném čase, jsme zjišťovali pomocí popisné statistiky a kódování. Získaná data jsme převedli do grafů.

Rozdíl mezi dětmi, které považují svůj volný čas za smysluplně strávený, zažívají méně nudy než děti a dětmi, které nepovažují svůj volný čas za smysluplně strávený (výzkumná otázka VO3) jsme zjišťovali pomocí Chí-kvadrátu.

Díličí otázku (VO4) týkající se ovlivňování ve volném čase, jsme zjišťovali pomocí popisné statistiky. Získaná data jsme převedli do grafů.

Rozdíl mezi dětmi, kterým někdo řídí volný čas a považují svůj volný čas za méně smysluplně strávený a dětmi, kterým nikdo volný čas neřídí (výzkumná otázka VO5) jsme zjišťovali pomocí Chí-kvadrátu.

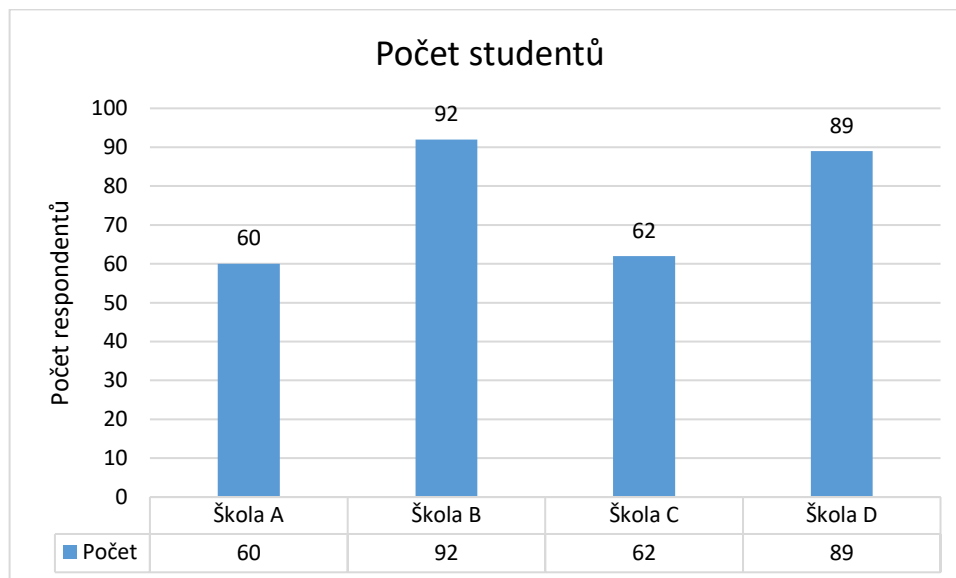
Poslední dílčí otázku (VO6) jsme zjišťovali pomocí popisné statistiky a kódování. Získaná data jsme převedli do grafů.

3.7 VÝSLEDKY VÝZKUMNÉHO ŠETŘENÍ

Na úvod si představíme naše respondenty. Budeme se zabývat jejich počtem, pohlavím a třídou.

Jak už bylo řečeno, výzkumu se účastnilo 303 respondentů. Spolupracovali se mnou 4 základní školy.

Počet studentů



Graf 1 - Počet studentů

Ve škole „A“ se účastnilo 60 dětí, tedy 19,8 % z celkového počtu.

Ve škole „B“ se účastnilo 92 dětí, tedy 30,6 % z celkového počtu.

Ve škole „C“ se účastnilo 62 dětí, tedy 20,4 % z celkového počtu.

Ve škole „D“ se účastnilo 89 dětí, tedy 29,3 % z celkového počtu.

Pohlaví

Pohlaví	Absolutní četnost	Relativní četnost
Dívka	163	53,8 %
Chlapec	140	46,2 %
Celkem	303	100 %

Tabulka 3 Pohlaví

Z celkového počtu 303 respondentů se výzkumu účastnilo 163 dívek a 140 chlapců. Dívky převažují o 7,6 %. Můžeme tedy uvést, že pohlaví jsou zastoupená v podobné míře.

Třída

Třída	Absolutní četnost	Relativní četnost
8. třída	141	46,5 %
9. třída	162	53,5 %
Celkem	303	100 %

Tabulka 4 Třída

Z celkového počtu se výzkumu zúčastnilo 141 respondentů z 8. třídy a 162 respondentů z 9. třídy. Respondentů z 9. třídy bylo o 7 % více než respondentů z 8. třídy. Můžeme tedy uvést, že třídy jsou zastoupené v podobné míře.

Nyní se budeme věnovat hlavní výzkumné otázce, vedlejšími výzkumnými otázkám a hypotézám.

Hlavní výzkumná otázka: Jak děti staršího školního věku tráví svůj volný čas?

Nejčastěji děti staršího školního věku tráví svůj volný čas odpočinkem (185 respondentů), sportováním (111 respondentů) a sledováním TV (101 respondentů). Ve svém volném čase naopak vůbec nečtou knihy či časopisy (77 respondentů) a nenavštěvují sportovní utkání (82 respondentů) (výsledky jsme shrnuli z grafu č. 2)

Děti staršího školního věku ve svém volném čase nejraději odpočívají (190 respondentů), sportují (161 respondentů) a nakupují v obchodních střediscích (114 respondentů).

Rádi sledují TV (177 respondentů), navštěvují divadlo, kino (167 respondentů) a chodí na procházky či turistiku (156 respondentů).

Neradi čtou knihy či časopisy (86 respondentů), navštěvují sportovní utkání (75 respondentů) a nakupují v obchodních střediscích (66 respondentů).

A velmi neradi čtou knihy či časopisy (76 respondentů), navštěvují sportovní utkání (50 respondentů) a nakupují v obchodních střediscích (31 respondentů). Jak můžeme vidět, odpovědi „neradi“ a „velmi neradi“ se ve vysoké míře podobají (Výsledky jsme shrnuli z grafu č. 3)

- Můžeme tedy konstatovat, že se výrazně neliší aktivity, které děti staršího školního věku dělají nejraději a nejčastěji.

Nejšťastnější jsou nejčastěji po odpočinku (211 respondentů) a po sportování (176 respondentů).

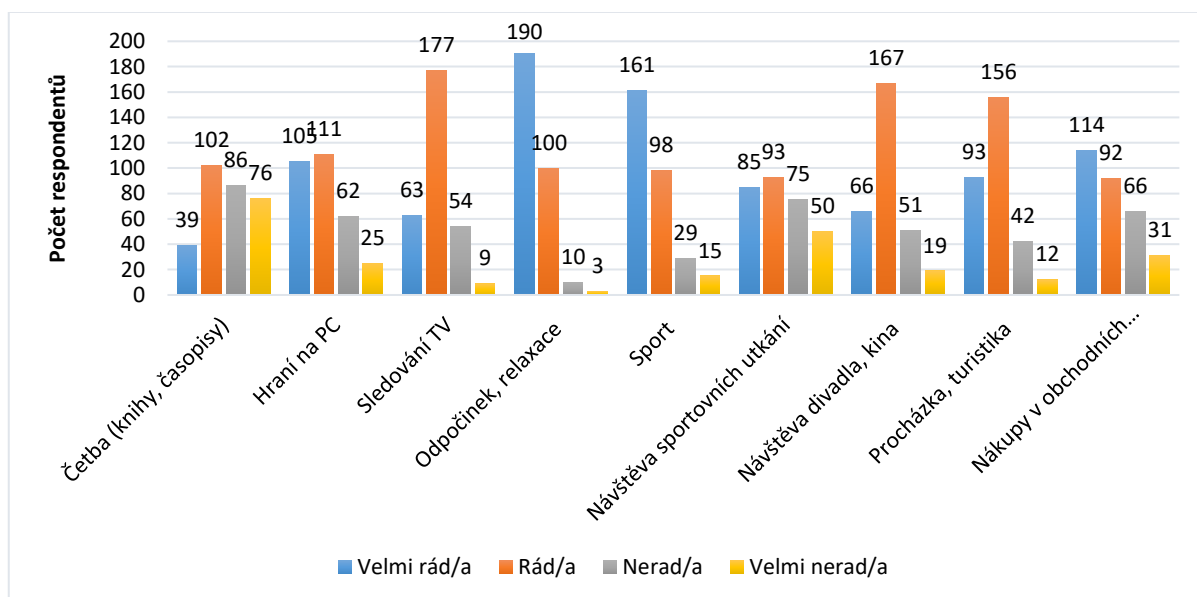
Šťastně se nejčastěji cítí po sledování TV (153 respondentů) a po procházce (124 respondentů).

Neutrálně se cítí po návštěvě sportovního utkání (79 respondentů) a po četbě knihy, časopisu (77 respondentů).

Méně šťastně se nejčastěji cítí po nákupu v obchodních střediscích (26 respondentů) a po návštěvě sportovního utkání (24 respondentů).

Nešťastně se nejčastěji cítí po četbě knihy, časopisu (56 respondentů) a po návštěvě sportovního utkání (30 respondentů). (Výsledky jsme shrnuli z grafu č. 4)

Při představě ideálně stráveného volného času se dětem staršího školního věku vybaví: Být venku s kamarády, sportovat, hrát na PC, sledovat TV, jít na procházku, spát, jet na výlet, být s rodinou, partnerem, být sám/a, být s pejskem, odpočívat, číst si knihy, hrát deskové hry, kreslit, tancovat, zpívat, učit se nové věci, vařit, navštívit kavárnu, hrát na hudební nástroj, rybařit, jezdit na motorce či nic nedělat.



Graf 2 Co nejraději děláš ve svém volném čase

U četby knih, časopisů označilo 39 respondentů (12,87 %) „velmi rád/a“. Položku „rád/a“ označilo 102 respondentů (33,66 %). Položku „nerád/a“ označilo 86 respondentů (28,38 %). A poslední položku „velmi nerád/a“ označilo 76 respondentů (25,08 %).

U hraní na PC označilo 105 respondentů (34,65 %) „velmi rád/a“. Položku „rád/a“ označilo 111 respondentů (36,63 %). Položku „nerad/a“ označilo 62 respondentů (20,46 %). A poslední položku „velmi nerad/a“ označilo 25 respondentů (8,25 %).

U sledování TV označilo 63 respondentů (20,79 %) „velmi rád/a“. Položku „rád/a“ označilo 177 respondentů (58,42 %). Položku „nerad/a“ označilo 54 respondentů (17,82 %). A poslední položku „velmi nerad/a“ označilo 9 respondentů (2,97 %).

U odpočinku, relaxace označilo 190 respondentů (62,71 %) „velmi rád/a“. Položku „rád/a“ označilo 100 respondentů (33 %). Položku „nerad/a“ označilo 10 respondentů (3,3 %). A poslední položku „velmi nerad/a“ označili 3 respondenti (0,99 %).

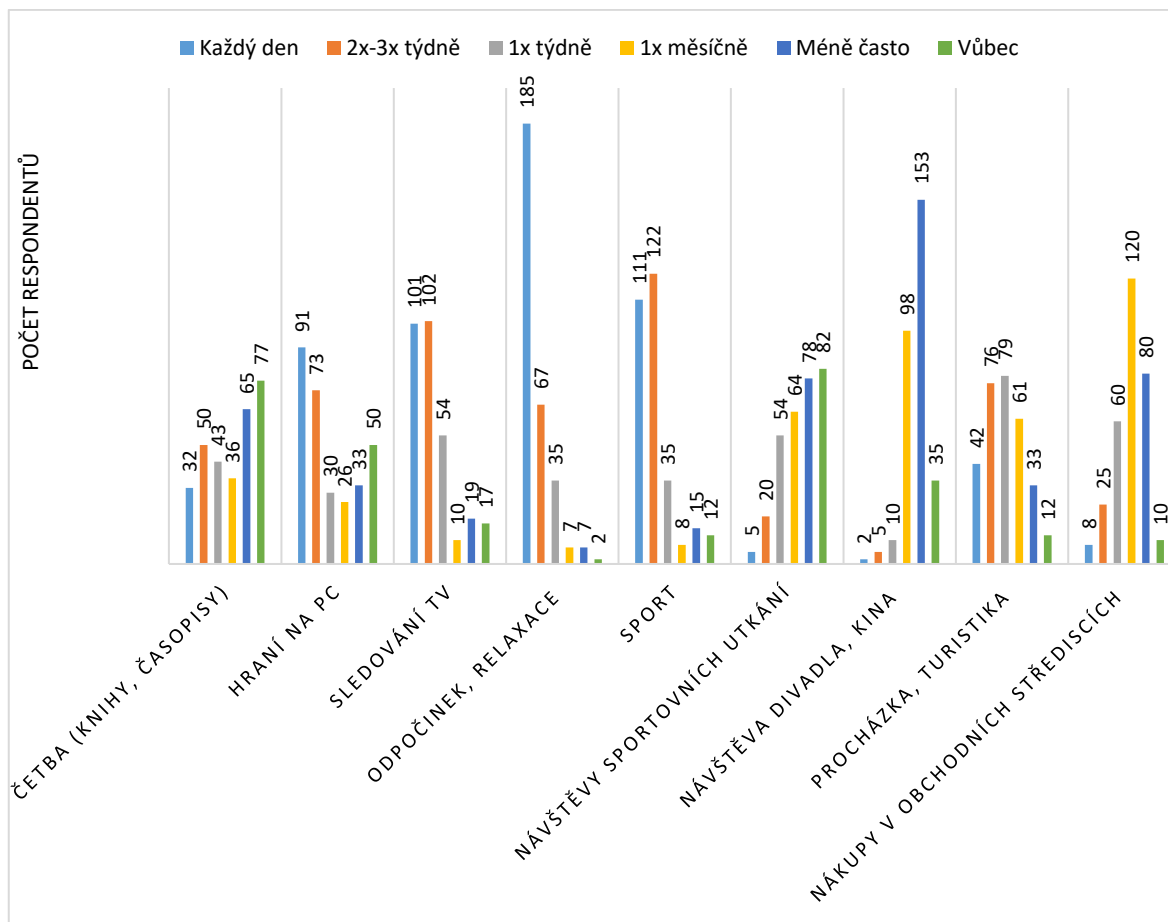
U sportu označilo 161 respondentů (53,14 %) „velmi rád/a“. Položku „rád/a“ označilo 98 respondentů (32,34 %). Položku „nerad/a“ označilo 29 respondentů (9,57 %). A poslední položku „velmi nerad/a“ označilo 15 respondentů (4,95 %).

U návštěvy sportovních utkání označilo 85 respondentů (28,05 %) „velmi rád/a“. Položku „rád/a“ označilo 93 respondentů (30,69 %). Položku „nerad/a“ označilo 75 respondentů (24,75 %). A poslední položku „velmi nerad/a“ označilo 50 respondentů (16,50 %).

U návštěvy divadla, kina označilo 66 respondentů (21,78 %) „velmi rád/a“. Položku „rád/a“ označilo 167 respondentů (51,12 %). Položku „nerad/a“ označilo 51 respondentů (16,83 %). A poslední položku „velmi nerad/a“ označilo 19 respondentů (6,27 %).

U procházky, turistiky označilo 93 respondentů (30,69 %) „velmi rád/a“. Položku „rád/a“ označilo 156 respondentů (51,49 %). Položku „nerad/a“ označilo 42 respondentů (13,86 %). A poslední položku „velmi nerad/a“ označilo 12 respondentů (3,96 %).

U nákupu v obchodních střediscích označilo 114 respondentů (37,62 %) „velmi rád/a“. Položku „rád/a“ označilo 92 respondentů (30,36 %). Položku „nerad/a“ označilo 66 respondentů (21,78 %). A poslední položku „velmi nerad/a“ označilo 31 respondentů (10,23 %).



Graf 3 Co nejčastěji děláš ve svém volném čase

U **četby (knih, časopisů)** označilo 32 respondentů (10,56 %) „Každý den“. Položku „2x-3x týdně“ označilo 50 respondentů (16,5 %). Položku „1x týdně“ označilo 43 respondentů (14,19 %). Položku „1x měsíčně“ označilo 36 respondentů (11,88 %). Položku „Méně často“ označilo 65 respondentů (21,45 %). A poslední položku „Vůbec“ označilo 77 respondentů (25,41 %).

U **hraní na PC** označilo 91 respondentů (30,03 %) „Každý den“. Položku „2x-3x týdně“ označilo 73 respondentů (24,09 %). Položku „1x týdně“ označilo 30 respondentů (9,9 %). Položku „1x měsíčně“ označilo 26 respondentů (8,58 %). Položku „Méně často“ označilo 33 respondentů (10,89 %). A poslední položku „Vůbec“ označilo 50 respondentů (16,5 %).

U **sledování TV** označilo 101 respondentů (33,33 %) „Každý den“. Položku „2x-3x týdně“ označilo 102 respondentů (33,66 %). Položku „1x týdně“ označilo 54 respondentů (17,82 %). Položku „1x měsíčně“ označilo 10 respondentů (3,3 %). Položku „Méně často“ označilo 19 respondentů, tedy (6,27 %). A poslední položku „Vůbec“ označilo 17 respondentů (5,61 %).

U **odpočinku, relaxace** označilo 185 respondentů (61,05 %) „Každý den“. Položku „2x-3x týdně“ označilo 67 respondentů (22,11 %). Položku „1x týdně“ označilo 35 respondentů (11,55 %). Položku „1x měsíčně“ označilo 7 respondentů (2,31 %). Položku „Méně často“ označilo 7 respondentů (2,31 %). A poslední položku „Vůbec“ označili 2 respondenti (0,66 %).

U **sportu** označilo 111 respondentů (36,63 %) „Každý den“. Položku „2x-3x týdně“ označilo 122 respondentů (40,26 %). Položku „1x týdně“ označilo 35 respondentů (11,55 %). Položku „1x měsíčně“ označilo 8 respondentů (2,64 %). A poslední položku „Vůbec“ označilo 12 respondentů (3,96 %).

U **návštěvy sportovních utkání** označilo 5 respondentů (1,65 %) „Každý den“. Položku „2x-3x týdně“ označilo 20 respondentů (6,6 %). Položku „1x týdně“ označilo 54 respondentů (17,82 %). Položku „1x měsíčně“ označilo 64 respondentů (21,12 %). Položku „Méně často“ označilo 78 respondentů (25,74 %). A poslední položku „Vůbec“ označilo 82 respondentů (27,06 %).

U **návštěvy divadla, kina** označili 2 respondenti (0,66 %) „Každý den“. Položku „2x-3x týdně“ označilo 5 respondentů (1,65 %). Položku „1x týdně“ označilo 10 respondentů (3,3 %). Položku „1x měsíčně“ označilo 98 respondentů (32,34 %). Položku „Méně často“ označilo 153 respondentů (50,49 %). A poslední položku „Vůbec“ označilo 35 respondentů (11,55 %).

U **procházký, turistiky** označilo 42 respondentů (13,86 %) „Každý den“. Položku „2x-3x týdně“ označilo 76 respondentů (25,08 %). Položku „1x týdně“ označilo 79 respondentů (26,07 %). Položku „1x měsíčně“ označilo 61 respondentů (20,13 %). Položku „Méně často“ označilo 33 respondentů (10,89 %). A poslední položku „Vůbec“ označilo 12 respondentů (3,96 %).

U **nákupu v obchodních střediscích** označilo 8 respondentů (2,64 %) „Každý den“. Položku „2x-3x týdně“ označilo 25 respondentů (8,25 %). Položku „1x týdně“ označilo 60 respondentů (19,8 %). Položku „1x měsíčně“ označilo 120 respondentů (39,6 %). Položku „Méně často“ označilo 80 respondentů (26,4 %). A poslední položku „Vůbec“ označilo 10 respondentů (3,3 %).

	Velice šťastně	Šťastně	Neutrálně	Méně šťastně	Nešťastně
Četba (knihy, časopisy)	62	92	77	16	56
Hraní na PC	102	98	60	13	30
Sledování TV	71	153	61	10	8
Odpočinek, relaxace	211	68	15	3	6
Sport	176	72	27	11	17
Návštěva sportovních utkání	84	77	79	24	39
Návštěva divadla, kina	111	122	43	15	12
Procházka, turistika	115	124	40	9	15
Nákupy v obchodních střediscích	110	80	69	26	18

Tabulka 5 Jaké emoce cítíš po vykonání těchto aktivit?

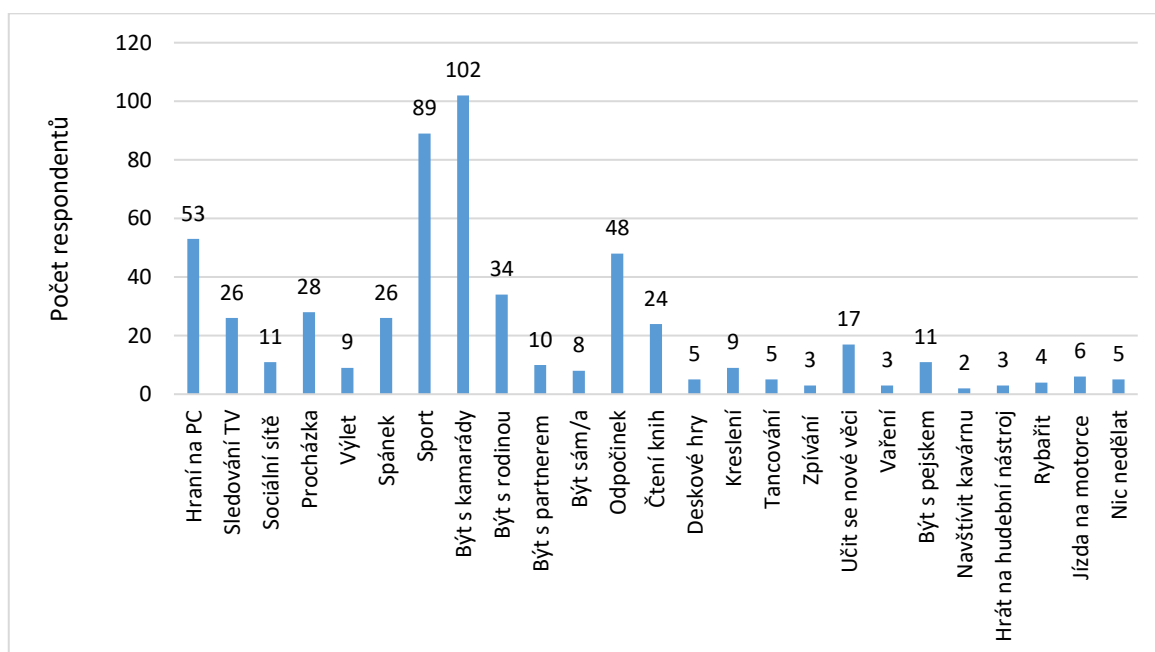
Emoci „**velice šťastně**“ dávali respondenti nejčastěji u odpočinku a relaxace, konkrétně 211 respondentů (20,25 %). Sport označilo 176 respondentů (16,89 %), procházky/turistiku označilo 115 respondentů (11,03 %), návštěvu divadla/kina označilo 111 respondentů (10,65 %), nákupy v obchodních střediscích označilo 110 respondentů (10,55 %), hraní na PC označilo 102 respondentů (9,79 %), návštěvu sportovních utkání označilo 84 respondentů (8 %), sledování TV označilo 71 respondentů (6,8 %) a četbu knih/časopisů označilo 62 respondentů (5,95 %).

Emoci „**šťastně**“ dávali respondenti nejčastěji u sledování TV, konkrétně 153 respondentů (17,27 %). Druhá nejčastěji označovaná položka je procházka/turistika, tu označilo 124 respondentů (14 %). Návštěvu divadla/kina označilo 122 respondentů (13,77 %), hraní na PC označilo 98 respondentů (11 %), četbu knih/časopisů označilo 92 respondentů (10,38 %), nákupy v obchodních střediscích označilo 80 respondentů (9 %), návštěvu sportovních utkání označilo 77 respondentů (8,69 %), sport označilo 72 respondentů (8,13 %) a poslední je odpočinek/relaxace, který označilo 68 respondentů (7,67 %).

Emoci „**neutrálně**“ dávali respondenti nejčastěji u návštěvy sportovních utkání, konkrétně 79 respondentů (16,77 %). Druhá nejčastěji označovaná položka je četba knih/časopisů, tu označilo 77 respondentů (16,35 %). Nákupy v obchodních střediscích označilo 69 respondentů (14,65 %), sledování TV označilo 61 respondentů (12,95 %), hraní na PC označilo 60 respondentů (12,74 %), návštěvu divadla/kina označilo 43 respondentů (9,12 %), procházky/ turistiku označilo 40 respondentů (8,49 %), sport označilo 27 respondentů (5,73 %) a odpočinek/relaxaci označilo 15 respondentů (3,18 %).

Emoci „méně šťastně“ dávali respondenti nejčastěji u nákupu v obchodních střediscích, konkrétně 26 respondentů (20,47 %). Druhá nejčastěji označovaná položka je návštěva sportovních utkání, tu označilo 24 respondentů (18,89 %). Četbu knih/časopisů označilo 16 respondentů (12,49 %), návštěvu divadla/kina označilo 15 respondentů (11,81 %), hraní na PC označilo 13 respondentů (10,24 %), sport označilo 11 respondentů (8,66 %), sledování TV označilo 10 respondentů (7,87 %), procházky/turistiku označilo 9 respondentů (7 %) a odpočinek/relaxaci označili 3 respondenti (2,36 %).

Emoci „nešťastně“ dávali respondenti nejčastěji u četby knih, časopisů, konkrétně 56 respondentů (27,86 %). Druhá nejčastěji označovaná položka je návštěva sportovních utkání, tu označilo 39 respondentů (19,4 %). Hraní na PC označilo 30 respondentů (14,92 %), nákupy v obchodních střediscích označilo 18 respondentů (8,96 %), sport označilo 17 respondentů (8,46 %), procházky/turistiku označilo 15 respondentů (7,46 %), návštěvu divadla/kina označilo 12 respondentů (5,97 %), sledování TV označilo 8 respondentů (3,98 %) a odpočinek/relaxaci označilo 6 respondentů (2,99 %).



Graf 4 Ideálně strávený volný čas

Respondenti, konkrétně 102 respondentů (18,53 %), uvedlo, že jejich ideálně strávený čas je **být s kamarády**. Poté 89 respondentů (16,45 %), uvedlo, že jejich ideálně strávený volný čas by probíhal **sportováním**. Třetí nejvíce psaná odpověď je **hraním na PC**. Tuto odpověď napsalo 53 respondentů (9,79 %). Čtvrtá nejvíce psaná odpověď je **odpočinkem**.

Tuto odpověď napsalo 48 respondentů (8,87 %). Pátá nejvíce psaná odpověď je **být s rodinou**. Tuto odpověď napsalo 34 respondentů (6,28 %). Šestá nejvíce psaná odpověď je **procházkou**. Tuto odpověď napsalo 28 respondentů (5,17 %). Sedmá nejvíce psaná odpověď je **sledováním TV**. Tuto odpověď napsalo 26 respondentů (4,8 %). Osmá nejvíce psaná odpověď má stejný počet respondentů, jako „sledování TV“, tedy 26 respondentů (4,8 %) a uvádějí **spánkem**. Devátá nejvíce psaná odpověď je **čtením knihy**. Tuto odpověď napsalo 24 respondentů (4,44 %). Devátá nejvíce psaná odpověď je **učením se nových věcí**. Tuto odpověď napsalo 17 respondentů (3,14 %). Desátá a jedenáctá nejvíce psaná odpověď je **sociálními sítěmi a být s pejskem**. Obě tyto možnosti napsalo 11 respondentů (2 %, dohromady 4 %). Mezi dalšími odpověďmi můžeme najít **být s partnerem** (10 respondentů, tedy 1,85 %), **výletem** (9 respondentů, tedy 1,66 %), **kreslením** (9 respondentů, tedy 1,66 %). Respondenti taktéž uváděli **být sama**. Tuto odpověď napsalo 8 respondentů (1,48 %). Další respondenti uvedli **jízdu na motorce**. Tuto odpověď napsalo 6 respondentů (1,1 %). Jako další možnost uvedli: **hraním deskových her** (5 respondentů, tedy 0,92 %), **tancováním** (5 respondentů, tedy 0,92 %), **nic neděláním** (5 respondentů, tedy 0,92 %), **zpíváním** (3 respondenti, tedy 0,55 %), **vařením** (3 respondenti, tedy 0,55 %), **hraním na hudební nástroj** (3 respondenti, tedy 0,55 %), **rybařením** (4 respondenti, tedy 0,74 %) a **navštívením kavárny** (2 respondenti, 0,37 %).

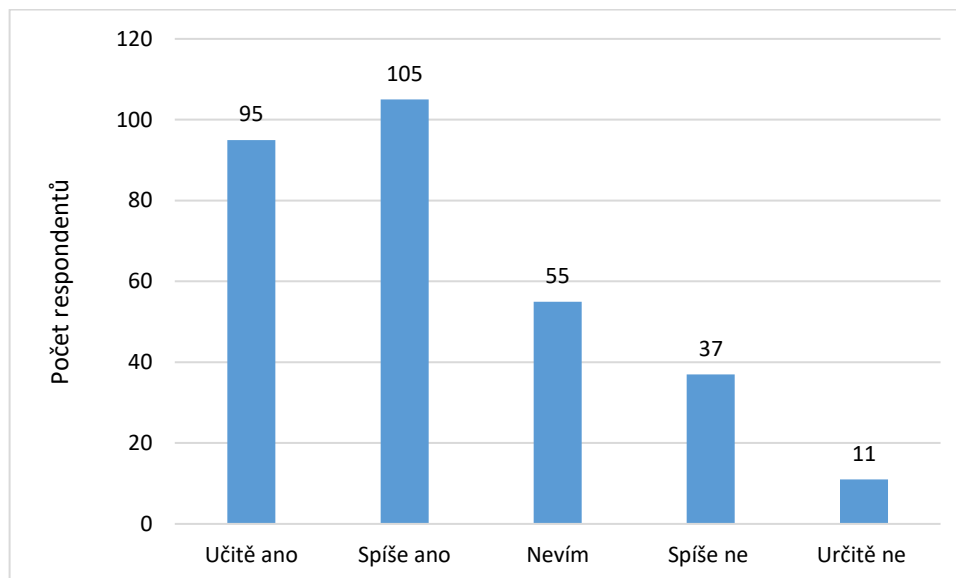
VO1 V jaké míře děti staršího školního věku vnímají svůj strávený volný čas smysluplným?

Děti staršího školního věku si ve vysoké míře myslí, že tráví svůj volný čas smysluplně. Toto tvrzení uvedlo 200 respondentů, což je 66 % z celkového počtu. Naopak 48 respondentů (16 % z celkového počtu) uvedlo, že si nemyslí, že tráví svůj volný čas smysluplně. Zbytek, a to 55 respondentů (18,15 % z celkového počtu) neví, zda tráví svůj volný čas smysluplně (výsledky jsme shrnuli z grafu č. 5).

Aby svůj volný čas vnímali jako smysluplně strávený, musí obsahovat převážně zábavu, pohyb a odpočinek. Mezi méně důležité funkce ve svém volném čase považují: hledání smyslu života a rozvoj osobnosti (výsledky jsme shrnuli z grafu č. 6).

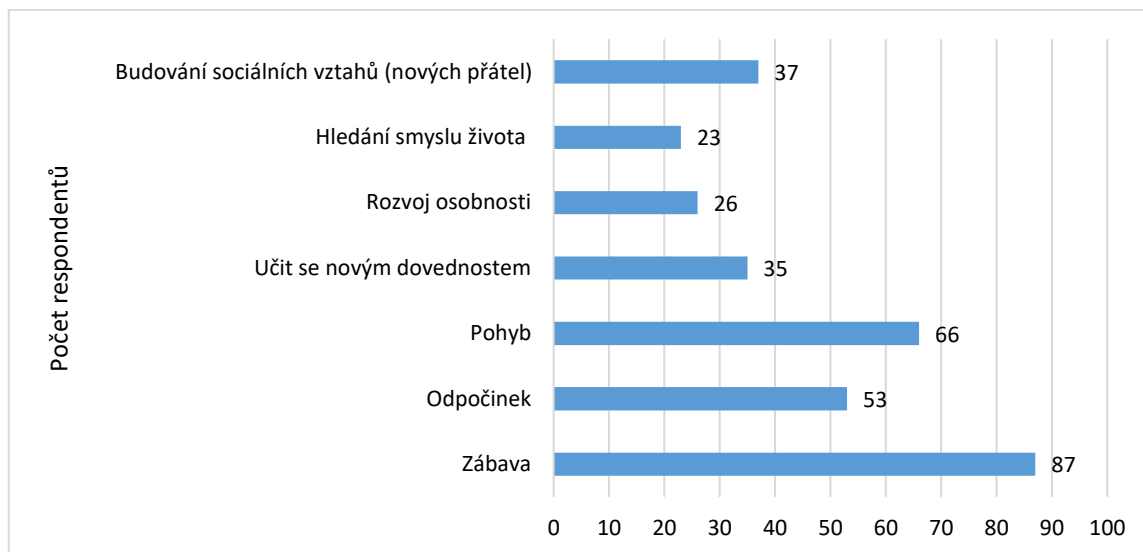
Zajímavým poznatkem je, že 134 respondentů (44,22 % z celkového počtu) neví, zda jejich okolí považuje jejich volný čas za smysluplně strávený. V podobné míře respondenti uvedli, že jejich volný čas považuje okolí za smysluplně strávený (84 respondentů, 27,72

%) a naopak, že jejich volný čas nepovažuje okolí za smysluplně strávený (85 respondentů, 28,05 %) (výsledky jsme shrnuli z grafu č. 7).



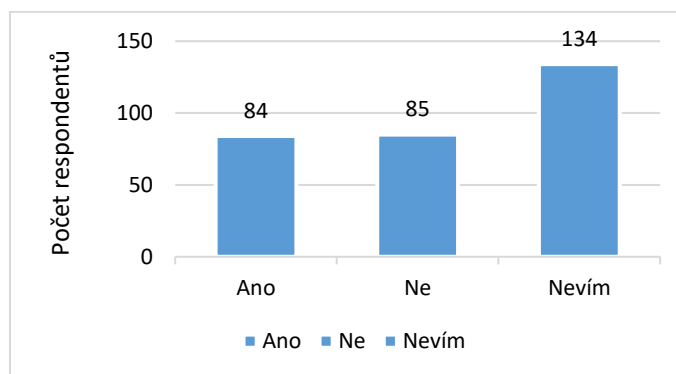
Graf 5 Myslíš si, že trávíš svůj volný čas smysluplně?

Nejvíce označovaná položka je „**Spíše ano**“. Tuto odpověď označilo 105 respondentů (34,65 % z celkového počtu). Druhá nejvíce označovaná položka je „**Určitě ano**“. Tuto odpověď označilo 95 respondentů (31,35 % z celkového počtu). Třetí nejvíce označovaná položka je „**Nevím**“. Tuto odpověď označilo 55 respondentů (18,15 % z celkového počtu). Čtvrtá nejvíce označovaná položka je „**Spíše ne**“. Tuto odpověď označilo 37 respondentů (12,21 % z celkového počtu). Nejméně označovaná položka je „**Určitě ne**“. Tuto odpověď označilo 11 respondentů (3,63 % z celkového počtu).



Graf 6 Co je pro tebe důležité, aby tvůj volný čas splňoval vnímal si o tak za smysluplný?

Nejvíce označovaná položka je „**Zábava**“. Tuto odpověď označilo 87 respondentů (26,6 % z celkového počtu). Druhá nejvíce označovaná položka je „**Pohyb**“. Tuto odpověď označilo 66 respondentů (20,2 % z celkového počtu). Třetí nejvíce označovaná položka je „**Odpočinek**“. Tuto odpověď označilo 53 respondentů (16,2 % z celkového počtu). Další nejvíce označovaná položka je „**Budování sociálních vztahů (nových přátel)**“. Tuto odpověď označilo 37 respondentů (11,3 % z celkového počtu). Další nejvíce označovaná položka je „**Učit se novým dovednostem**“. Tuto odpověď označilo 35 respondentů (10,7 % z celkového počtu). Mezi nejméně označované položky patří „**Rozvoj osobnosti**“, kdy tuto odpověď označilo 26 respondentů (8 % z celkového počtu). Nejméně označovanou položkou je „**Hledání smyslu života**“, kdy tuto odpověď označilo 23 respondentů (7 % z celkového počtu).



Graf 7 Myslí si tvé okolí, že trávíš svůj volný čas smysluplně?

Nejvíce označovaná položka je „Nevím“. Tuto odpověď zvolilo 134 respondentů (44,22 % z celkového počtu). Odpovědi „Ano“ a „Ne“ jsou rozlišné o pouhých 0,33 %. Odpověď „Ano“ označilo 84 respondentů (27,72 %) a odpověď „Ne“ označilo 85 respondentů (28,05 %).

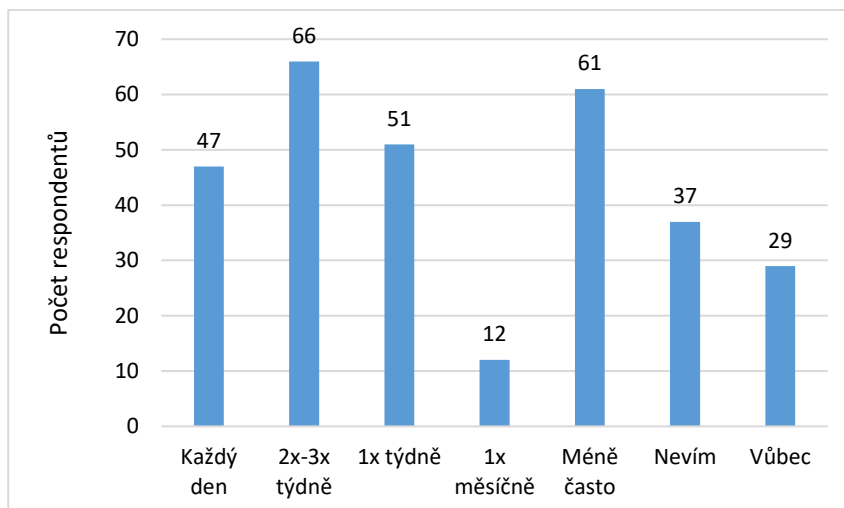
VO2 V jaké míře děti staršího školního věku zažívají ve svém volném čase nudu a jak ji zahání?

Respondenti ve vyšší míře zažívají ve svém volném čase nudu. Pokud sečteme odpovědi „Každý den, 2x-3x týdně a 1x týdně“ a zvláště odpovědi „1x měsíčně, Méně často, Vůbec“ a odpověď „Nevím“ vynecháme, můžeme tvrdit, že respondenti spíše zažívají nudu, než nezažívají. Tedy 164 respondentů (54,12 %) zažívá často nebo častěji nudu a 102 respondentů (33,66 %) zažívá nudu méně často nebo vůbec.

106 respondentů uvedlo, že nejčastějším důvodem, proč zažívají nudu je, že se jim nechce nic dělat. 88 respondentů uvedlo, že nemají s kým trávit svůj volný čas, a proto zažívají nudu. Zároveň 34 respondentů uvedlo, že se rádi nudí. A 34 respondentů neví, kde mají trávit svůj volný čas, a proto zažívají nudu. Ostatní uvedli jiné důvody, mezi které spadá: nemám co dělat (6 respondentů), nevím, co dělat (3 respondenti), deprese (3 respondenti), nic mě nenaplnuje (3 respondenti), jsem rád/a sám/a (3 respondenti).

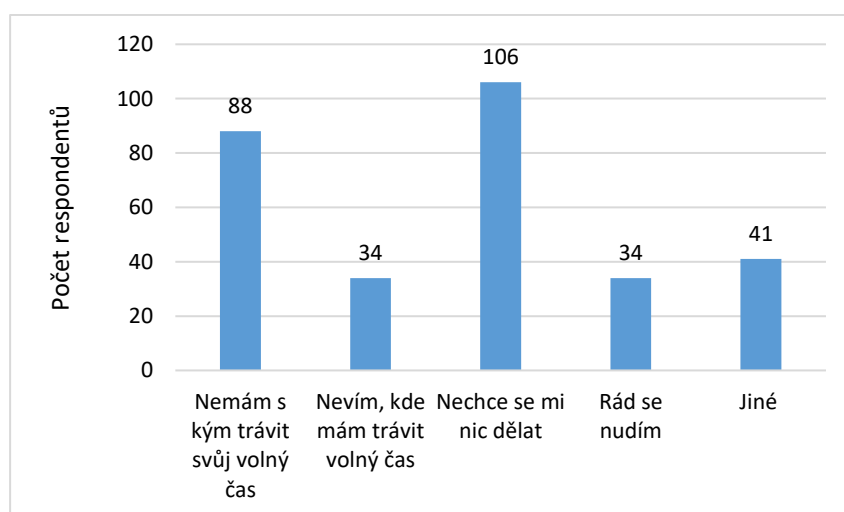
Mezi nejčastější uváděné aktivity, kterými děti staršího školního věku zahání nudu jsou: Hraním na PC (67 respondentů) sportováním (39 respondentů) používáním mobilního zařízení (33 respondentů), sledováním TV (27 respondentů), jít ven s kamarády (26 respondentů), procházkou (24 respondentů), čtením knihy (20 respondentů) apod. Zajímavým poznatkem je, že 30 respondentů uvedlo, že se nijak nesnaží zahánět svoji nudu. Naopak 17 respondentů jde raději cokoliv dělat, než aby zažívali nudu. Mezi další aktivity, kterými děti staršího školního věku zahání nudu, jsou: spánkem, sociálními sítěmi, hudbou, kreslením, úklidem, seberozvojem, jídlem, hraním na kytaru, voláním s kamarády, sledováním videí, vařením a tancováním.

Při průzkumu jednotlivých činností si můžeme povšimnout, že respondenti zahání nudu spíše pasivně nežli aktivně. Tedy 56,80 % respondentů zahání nudu pasivně a 43,20 % respondentů zahání nudu aktivně.



Graf 8 Jak často zažíváš nudu ve svém volném čase?

Nejvíce označovaná položka je „**2x-3x týdně**“. Tuto odpověď označilo 66 respondentů, tedy 21,78 % z celkového počtu. Druhá nejvíce označovaná položka je „**Méně často**“. Tuto odpověď označilo 61 respondentů, tedy 20,13 % z celkového počtu. Třetí nejvíce označovaná položka je „**1x týdně**“. Tuto odpověď označilo 51 respondentů, tedy 16,83 % z celkového počtu. Čtvrtá nejvíce označovaná položka je „**Každý den**“. Tuto odpověď označilo 47 respondentů, tedy 15,51 % z celkového počtu. Pátá nejvíce označovaná odpověď je „**Nevím**“. Tuto odpověď označilo 37 respondentů, tedy 12,21 % z celkového počtu. Šestá nejvíce označovaná odpověď je „**Vůbec**“. Tuto odpověď označilo 29 respondentů, tedy 9,57 % z celkového počtu. Nejméně častá odpověď je „**1x měsíčně**“. Tuto odpověď označilo 12 respondentů, tedy 3,96 % z celkového počtu.

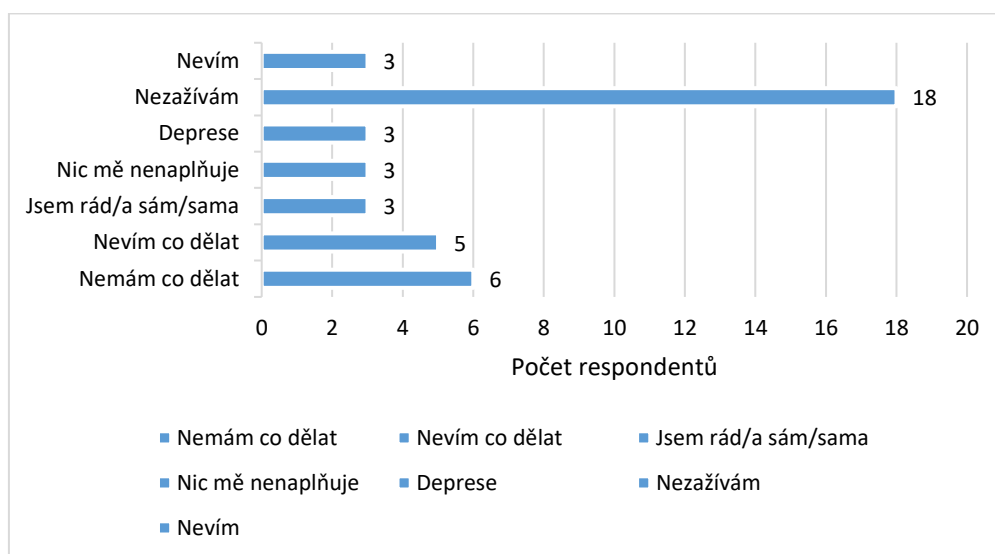


Graf 9 Proč zažíváš nudu?

Nejvíce označovaná položka je „**Nechce se mi nic dělat**“. Tuto odpověď označilo 106 respondentů, tedy 34,98 % z celkového počtu. Druhá nejvíce označovaná položka je

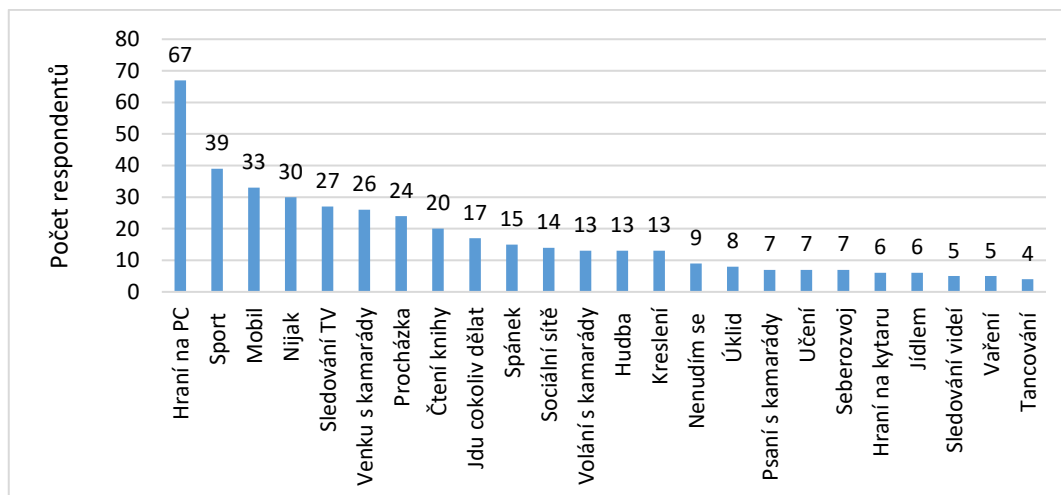
„**Nemám s kým trávit svůj volný čas**“. Tuto odpověď označilo 88 respondentů, tedy 29,04 % z celkového počtu. Třetí nejvíce označovaná položka je „**Jiné**“. Tuto odpověď označilo 41 respondentů, tedy 13,53 % z celkového počtu. Dalšími označovanými položkami jsou „**Nevím, kde mám trávit svůj volný čas**“ a „**Rád se nudím**“, které mají stejný počet odpovědí. Na obě položky odpovědělo 34 respondentů, dohromady 68. Tedy 22,44 % (11,22 % + 11,22 %) z celkového počtu.

Odpověď „Jiné“:



Graf 10 Proč zažíváš nudu - "Jiné"

U odpovědi „Jiné“ jsme získali 7 různých odpovědí. Nejvíce označovaná odpověď je „**Nezažívám**“. Tuto odpověď napsalo 18 respondentů (5,94 % z celkového počtu). Druhá nejčastěji psaná odpověď byla „**Nemám co dělat**“. Tuto odpověď napsalo 6 respondentů (1,98 %) z celkového počtu. Třetí nejčastěji psaná odpověď byla „**Nevím, co dělat**“. Tuto odpověď napsalo 5 respondentů (1,65 % z celkového počtu). Další odpověď byla „**Deprese**“. Tuto odpověď napsali 3 respondenti, tedy 0,99 % z celkového počtu. Další odpověď byla „**Nic mě nenaplnuje**“. Tuto odpověď napsali 3 respondenti (0,99 % z celkového počtu). Další odpověď byla „**Jsem rád/a sám/sama**“. Tuto odpověď napsali 3 respondenti (0,99 % z celkového počtu). Poslední odpověď byla „**Nevím, co dělat**“. Tuto odpověď napsali 3 respondenti (0,99 % z celkového počtu).



Graf 11 Jak zaháníš nudu?

První nejčastější odpověď je „**Hraní na PC**“. Tuto odpověď označilo 67 respondentů (16,12 %). Mezi další nejčastější odpovědi patří „**Sport**“. Tuto odpověď označilo 39 respondentů (9,4 %). Jako další nejčastější odpověď je „**Mobil**“. Tuto odpověď označilo 33 respondentů (7,95 %). Další odpověď je „**Nijak**“. Tuto odpověď označilo 30 respondentů (7,23 %). Mezi další odpovědi patří „**Sledování TV**“. Tuto odpověď označilo 27 respondentů (6,51 %). Mezi další nejčastější je „**Venku s kamarády**“. Tuto odpověď označilo 26 respondentů (6,3 %). Další odpověď je „**Procházka**“. Tuto odpověď označilo 24 respondentů (5,78 %). Mezi posledními nejčastějšími patří „**Čtení knihy**“. Tuto odpověď označilo 20 respondentů (4,82 %). Další odpověď je „**Jdu cokoliv dělat**“. Tuto odpověď označilo 17 respondentů (4,1 %). Mezi další patří „**Spánek**“. Tuto odpověď označilo 15 respondentů (3,61 %). Jako další odpověď je „**Sociální sítě**“. Tuto odpověď označilo 14 respondentů (3,37 %). Další odpověď je „**Volání s kamarády**“. Tuto odpověď označilo 13 respondentů (3,13 %). Další odpověď je „**Poslech hudby**“. Tuto odpověď označilo 13 respondentů (3,13 %). Mezi další odpověďmi je „**Kreslení**“. Tuto odpověď označilo 13 respondentů (3,13 %). Další odpověď je „**Nenudím se**“. Tuto odpověď označilo 9 respondentů (2,17 %). Další odpověď je „**Úklid**“. Tuto odpověď označilo 8 respondentů (1,92 %). Mezi další odpovědi patří „**Psaní s kamarády**“. Tuto odpověď označilo 7 respondentů (1,69 %). Další odpověď je „**Učení**“. Tuto odpověď označilo 7 respondentů (1,69 %). Další odpověď je „**Seberozvoj**“. Tuto odpověď označilo 7 respondentů (1,69 %). Mezi další méně časté odpovědi je „**Hraní na kytaru**“. Tuto odpověď označilo 6 respondentů (1,45 %). Mezi další méně časté odpovědi patří „**Jídlem**“. Tuto odpověď označilo 6 respondentů (1,45 %). Mezi nejméně časté odpovědi je „**Sledování videí**“. Tuto odpověď označilo 5 respondentů (1,2 %). Mezi druhou

nejméně častou odpovědí je „**Vaření**“. Tuto odpověď označilo 5 respondentů (1,2 %). Nejméně častá odpověď je „**Tancování**“. Tuto odpověď označili 4 respondenti (0,96 %).

VO3 Existuje rozdíl v zažívání nudy mezi dětmi staršího školního věku, které považují svůj volný čas za smysluplně strávený a dětmi staršího školního věku, které nepovažují svůj volný čas za smysluplně strávený?

Díky hypotéze H1 jsme mohli zjistit, že mezi dětmi existuje rozdíl a potvrdit tak HA (alternativní hypotézu).

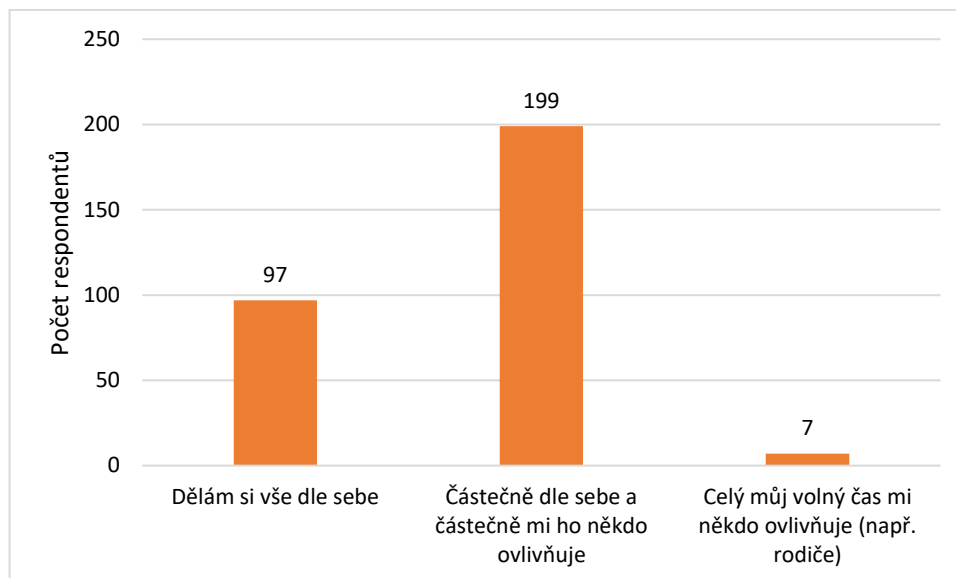
Naším výpočtem jsme tedy zjistili, že děti, které považují svůj volný čas za nesmyslně strávený se nudí více, než děti, které považují svůj volný čas za smysluplně strávený (viz. Tabulka č. 6)

VO4 Ovlivňují blízcí lidé děti staršího školního věku v jejich trávení volného času?

Dle výsledků, děti staršího školního věku ve vyšší míře tráví svůj volný čas částečně dle sebe a částečně jim ho někdo ovlivňuje. Tuto odpověď zvolilo 199 respondentů (65,68 %). Velký rozdíl můžeme najít mezi odpověďmi „dělám si vše dle sebe“ a „stále mě někdo ovlivňuje“. Všechno dle sebe si dělá 97 respondentů a pouhým 7 respondentům někdo řídí jejich celý volný čas (Výsledky jsme shrnuli z grafu č. 12)

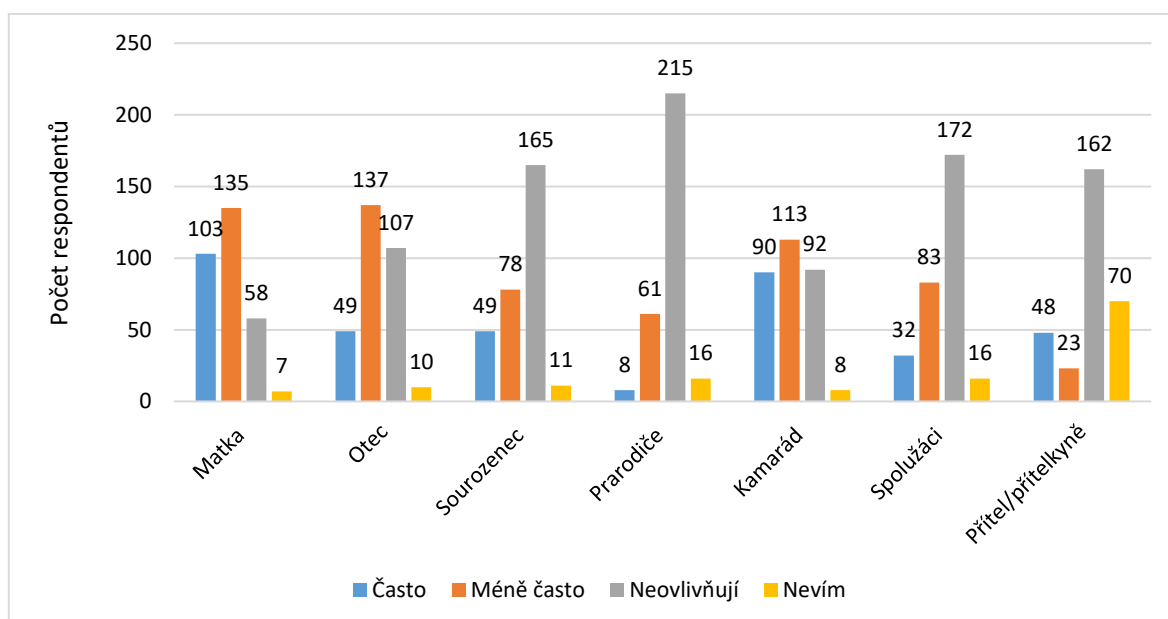
Volný čas dětí staršího školního věku je nejčastěji ovlivňován matkou (107 respondentů) a kamarády (90 respondentů). Hned poté je nejčastěji ovlivňován otcem (49 respondentů) a sourozencem (49 respondentů). Méně často dětem staršího školního věku ovlivňuje volný čas otec (137 respondentů) a matka (135 respondentů). Hned poté je méně často ovlivňován kamarádem (113 respondentů) a spolužákem (83 respondentů). Volný čas vůbec neovlivňují prarodiče (215 respondentů) a spolužáci (172 respondentů). Hned poté volný čas nejméně ovlivňuje sourozenec (165 respondentů). Zároveň nejčastěji u přítele/přítelkyně (70) nevědí, zda jim volný čas ovlivňují (výsledky jsme shrnuli z grafu č. 13).

Na závěr můžeme tedy říct, že blízcí lidé dětí staršího školního věku ovlivňují dětem jejich volný čas, a to nejvíce matka.



Graf 12 Trávíš svůj volný čas více dle sebe nebo ti ho spíše někdo ovlivňuje?

Nejvíce respondentů označilo odpověď „Částečně dle sebe a částečně mi ho někdo ovlivňuje“. Tuto položku označilo 199 respondentů, tedy 65,68 % z celkového počtu. Druhá nejvíce označovaná položka je „Dělám si vše dle sebe“. Tuto položku označilo 97 respondentů, tedy 32,01 % z celkového počtu. Pouze 7 respondentů, tedy 2,31 % označilo odpověď „Celý můj volný čas mi někdo ovlivňuje (např. rodiče)“.



Graf 13 Kdo ovlivňuje tvůj volný čas?

U odpovědi „Často“ získala nejvíce bodů matka, a to od 103 respondentů, tedy 33,99 %. Druhý, kdo získal nejvíce bodů je kamarád, a to od 90 respondentů, tedy 29,70 %. Třetím, kdo získal nejvíce bodů je otec a sourozenec, a to od 98 respondentů (49 + 49), tedy 32,34 % (16,17 % + 16,17 %). Pátým, kdo získal nejvíce bodů je přítel/přítelkyně, a to od 48 respondentů, tedy 15,84 %. Mezi nejméně označované patří spolužáci. Ti získali body od 32 respondentů, tedy 10,56 %. Posledním, kdo získal nejméně bodů jsou prarodiče. Ti získali body od 8 respondentů, tedy 2,64 %.

U odpovědi „Méně často“ získal nejvíce bodů otec, a to od 137 respondentů, tedy 45,21 %. Druhým, kdo získal nejvíce bodů je matka, a to od 135 respondentů, tedy 44,55 %. Třetím, kdo získal nejvíce bodů je kamarád, a to od 113 respondentů, tedy 37,29 %. Čtvrtým, kdo získal nejvíce bodů jsou spolužáci, a to od 83 respondentů, tedy 27,40 %. Pátým, kdo získal nejvíce bodů je sourozenec, a to od 78 respondentů, tedy 25,74 %. Mezi nejméně označované patří prarodiče, kteří získali body od 61 respondentů, tedy 20,13 %. Posledním, kdo získal nejméně bodů je přítel/přítelkyně, a to od 23 respondentů, tedy 7,59 %.

U odpovědi „Neovlivňují“ získali nejvíce bodů prarodiče, a to od 215 respondentů, tedy 70,95 %. Druhým, kdo získal nejvíce bodů jsou spolužáci, a to od 172 respondentů, tedy 56,77 %. Třetím, kdo získal nejvíce bodů je sourozenec, a to od 165 respondentů, tedy 54,45 %. Čtvrtým, kdo získal nejvíce bodů je přítel/přítelkyně, a to od 162 respondentů, tedy 53,46 %. Pátým, kdo získal nejvíce bodů je otec, a to od 107 respondentů, tedy 35,31 %. Mezi nejméně označované patří kamarád, který získal body od 92 respondentů, tedy 30,36 %. Posledním, kdo získal nejméně bodů je matka, a to od 58 respondentů, tedy 19,14 %.

U odpovědi „Nevím“ získal/a nejvíce odpovědí přítel/přítelkyně, a to od 70 respondentů, tedy 23,1 %. Druhým, kdo získal nejvíce bodů jsou spolužáci, a to od 16 respondentů, tedy 5,28 %. Třetím, kdo získal nejvíce bodů jsou prarodiče, kteří dosáhli stejného počtu jak spolužáci, tedy od 16 respondentů, a to je 5,28 %. Čtvrtým, kdo získal nejvíce bodů je sourozenec, a to od 11 respondentů, tedy 3,63 %. Pátým, kdo získal nejvíce bodů je otec, a to od 10 respondentů, tedy 3,3 %. Mezi nejméně označované patří kamarád, který získal body od 8 respondentů, tedy 2,64 %. Posledním, kdo získal nejméně bodů je matka, a to od 7 respondentů, tedy 2,31 %.

VO5 Existuje rozdíl ve vnímání smysluplnosti volného času mezi dětmi staršího školního věku, kterým volný čas ovlivňují blízcí lidé a dětmi staršího školního věku, který si volný čas řídí samy?

Díky hypotéze H2 jsme mohli zjistit, že mezi dětmi existuje rozdíl.

Naším výpočtem jsme tedy zjistili, že dětem, kterým někdo volný čas řídí, nepovažují svůj volný čas za smysluplně strávený. A naopak dětem, kterým nikdo volný čas neřídí, považují svůj volný čas za smysluplně strávený (viz. Tabulka č. 7)

VO6 V jaké míře tráví děti staršího školního věku svůj volný čas v zájmových kroužcích a jaké kroužky nejsou v lokalitě dostupné?

V první řadě začneme otázkou, zda děti staršího školního věku navštěvují rádi zájmové kroužky. S velkým potěšením, 176 respondentů (58,08 %) odpovědělo, že je rádi navštěvují. Pouhých 21 respondentů (6,03 %) odpovědělo, že neradi navštěvují zájmové kroužky. Zbýlý počet, tedy 106 respondentů (34,98 %) kroužky nenavštěvuje (výsledky jsme shrnuli z grafu č. 14).

Ve Vyškově děti staršího školního věku nejraději navštěvují kroužky sportovní (18 respondentů), hudební (18 respondentů) a jazykový (10 respondentů). Ve sportovním kroužku nejčastěji navštěvují florbal, v hudebním kytaru a v jazykovém angličtinu. Mezi méně navštěvované patří kroužky výtvarné (8 respondentů), taneční (9 respondentů), přírodovědné (6 respondentů) a technické (7 respondentů). Ve výtvarném kroužku nejčastěji navštěvují Ateliér výtvarka, v tanečním mažoretky a Free style with Elis, v přírodovědném airsoftový a ekologicko-přírodovědný kroužek a v technickém elektroniku (výsledky jsme shrnuli z grafů č. 15 a 16)

Mnoho respondentů uvedlo, že navštěvují jiný zájmový kroužek, než který byl v nabídce. Nejčastěji zmiňovaný je fotbal (24 respondentů) a volejbal (17 respondentů). Z celkového počtu můžeme uvést, že fotbal je ve Vyškově nejvíce oblíbený a navštěvovaný kroužek. Často byly zmiňované i jiné druhy sportů, např.: rugby (9 respondentů), atletika (8 respondentů), Ju-jitsu (8 respondentů), box (7 respondentů), plavání (6 respondentů),

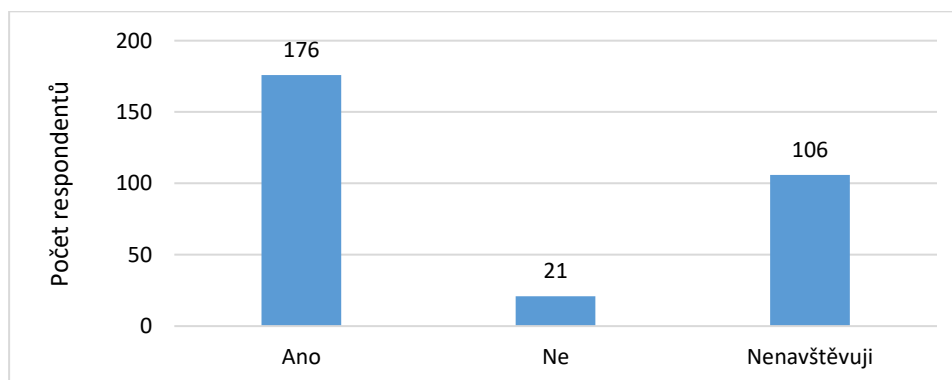
basket (3 respondenti), tenis (2 respondenti) apod. Z těchto výsledků můžeme uvést, že ve Vyškově převládají sportovní kroužky nad ostatními, a to o 77,69 % (výsledky jsme shrnuli z grafu č. 17).

O tento fakt jsme se mohli přesvědčit i v další otázce, kde respondenti uvedli sportovní oddíl jako nejnavštěvovanější zájmovou institucí. Hned druhou nejnavštěvovanější zájmovou institucí je Základní umělecká škola (36 respondentů) a třetí nejnavštěvovanější zájmovou institucí je Maják (středisko volného času) (32 respondentů). Mezi méně navštěvované patří Junák, Piafa a Dům dětí a mládeže (výsledky jsme shrnuli z grafu č. 18)

Mnoho respondentů (146) uvedlo, že nenavštěvují žádnou zájmovou instituci, kdy nejčastějším důvodem je, že nemají čas (54 respondentů) nebo je to nezajímá (47 respondentů). Méně časté odpovědi byly, že je to nebaví, to stojí moc peněz, nemají s kým zájmovou institucí navštěvovat anebo by je nikdo nepodporoval (to však uvedl jen 1 respondent) (výsledky jsme shrnuli z grafu č. 19)

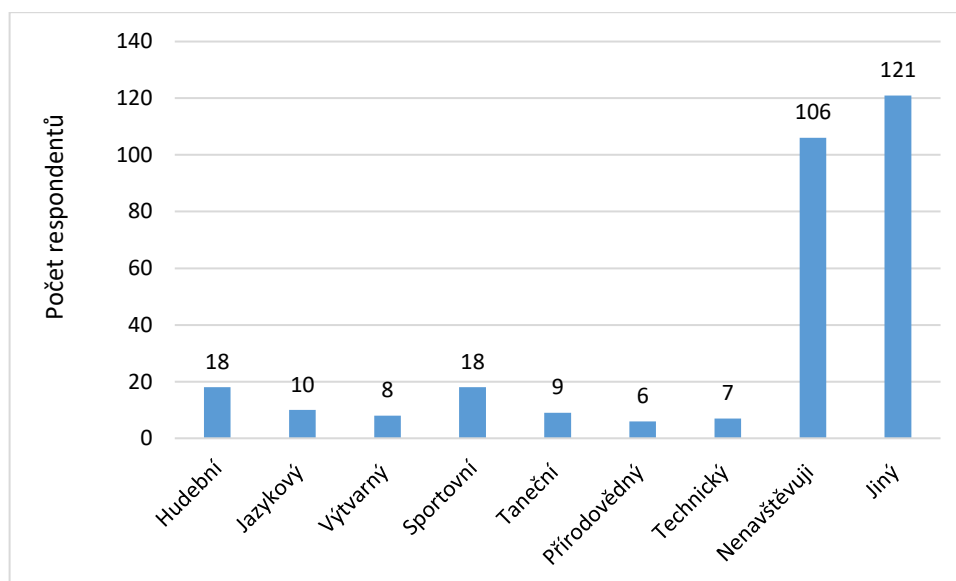
Kroužky, o které by respondenti měli zájem, ale nejsou ve Vyškově nebo okolí dostupné jsou: Motocross, programování, kurz lyžování, scootering, baseball, pool dance, enduro, kurz švédštiny, francouzštiny a čínštiny, politický kurz, bujinkan a rybářský kroužek.

Byly psané i jiné kroužky, avšak ty jsou ve městě Vyškov nebo okolí dostupné. Proto se domnívám, že město Vyškov nedostatečně informuje společnost o možnostech aktuálních zájmových kroužků. Nutno ale podotknout, že 234 respondentů, tedy 77,22 % uvedlo, že jim ve Vyškově nebo okolí žádný zájmový kroužek nechybí (výsledky jsme shrnuli z grafu č. 20)



Graf 14 Navštěvuješ rád/a zájmové kroužky?

Nejvíce označovaná položka je „**Ano**“. Tuto odpověď označilo 176 respondentů, tedy 58,08 % z celkového počtu. Na odpověď „**Ne**“ odpovědělo 21 respondentů, tedy 6,93 % z celkového počtu. Zájmové kroužky **nenavštěvuje** 106 respondentů, tedy 34,98 % z celkového počtu.



Graf 15 Navštěvuješ ve Vyskově nebo okolí nějaký zájmový kroužek?

Stejně jako nám vyšlo v předešlé otázce, 106 respondentů (34,98 %) zájmový kroužek **nenavštěvují**. Taktéž 121 respondentů (39,93 %) označilo, že navštěvují „**Jiný**“ zájmový kroužek, než který byl v nabídce. Zbytek se zařadil do zájmových kroužků, které byly v nabídce. Mezi dvě nejčastěji označované položky jsou „**Hudební**“. Tuto odpověď označilo 18 respondentů (5,94 %). Stejně tak byla označovaná položka „**Sportovní**“. Na tuto odpověď taktéž zareagovalo 18 respondentů (5,94 %). Další nejvíce označovaná položka je „**Jazykový**“. Tuto odpověď označilo 10 respondentů (3,3 %). Na další možnost „**Taneční**“ zareagovalo 9 respondentů (2,97 %). Další odpovědi jsme zaznamenali u položky „**Výtvarný**“. Zde zareagovalo 8 respondentů (2,64 %). Další označovanou položkou je „**Technický**“. Na tuto odpověď zareagovalo 7 respondentů (2,31 %). Na položku „**Přírodovědný**“ zareagovalo nejméně respondentů, a to 6 (1,98 %).



Graf 16 Navštěvuješ ve Vyškově nebo okolí nějaký zájmový kroužek?

V hudebním kroužku navštěvují respondenti nejčastěji klavír, konkrétně 9 respondentů (11,84 %). Poté klavír, 5 respondentů (6,58 %). Posledním kroužkem je kytara, označili 4 respondenti (5,26 %).

V jazykovém kroužku označilo 10 respondentů (13,16 %) Angličtinu hrou.

Ve výtvarném kroužku navštěvují respondenti nejčastěji Ateliér výtvarka, konkrétně 5 respondentů (6,58 %). Poté keramika, 2 respondenti (2,63 %). Posledním kroužkem jsou modeláři, označil 1 respondent (1,32 %). Do FIMO-Modelování nechodí žádný respondent.

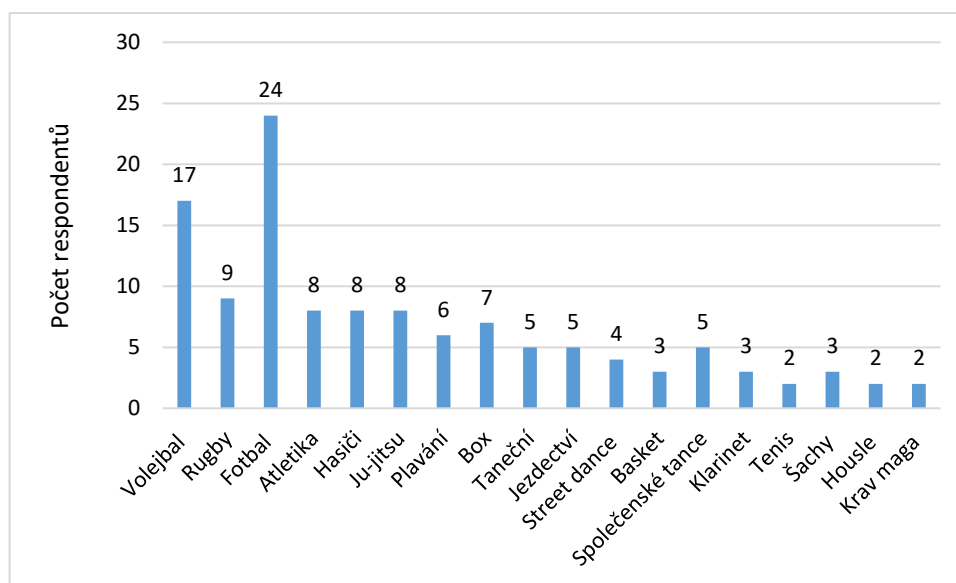
Ve sportovním kroužku navštěvují respondenti nejčastěji florbal, konkrétně 12 respondentů (15,79 %). Poté badminton, 3 respondenti (3,95 %). Dalším kroužkem je stolní tenis, 2 respondenti (2,63 %). Posledním kroužkem je discgolf, označil 1 respondent (1,32 %). Na biatlon nechodí žádný respondent.

V tanečním kroužku navštěvují respondenti nejčastěji mažoretky, konkrétně 2 respondenti (2,63 %) a Free style with Elis, taktéž 2 respondenti (2,63 %). Poté balet, označil 1 respondent (1,32 %), břišní tance, označil 1 respondent (1,32 %), gymnastika, označil 1 respondent (1,32 %), happy dance, označil 1 respondent (1,32 %) a zumba, označil 1 respondent (1,32 %).

V **přírodovědném kroužku** navštěvují respondenti airsoftový kroužek, konkrétně 3 respondenti (3,95 %) a ekologicko-přírodovědný kroužek, který označili taktéž 3 respondenti (3,95 %).

V **technickém kroužku** navštěvují respondenti nejčastěji elektroniku, konkrétně 4 respondenti (5,26 %). Poté youtubering-tvorba videa, označili 2 respondenti (2,63 %) a robotiku, označil 1 respondent (1,32 %).

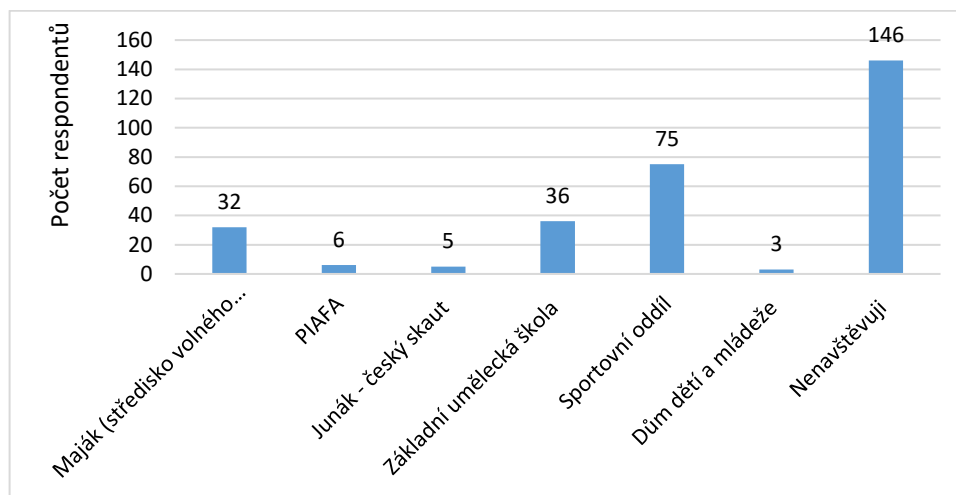
Odověď „Jiné“



Graf 17 Navštěvuješ ve Vyškově nebo okolí nějaký zájmový kroužek? - "Jiné"

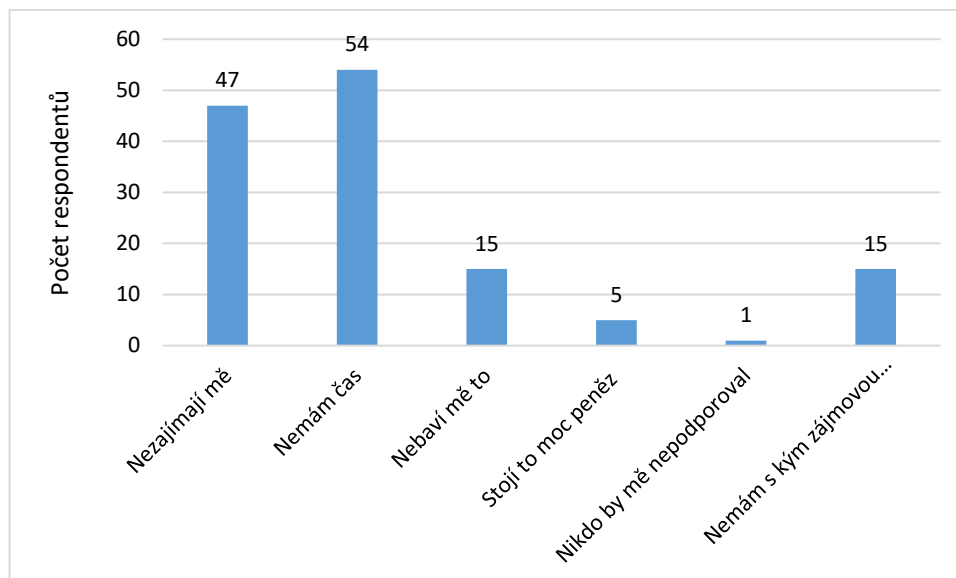
Nejvíce lidí navštěvuje **fotbal**, a to 24 respondentů (19,83 %). Poté hned **volejbal**, a to 17 respondentů (14,05 %). Dalším sport, který je respondenti navštěvován jsou **rugby**, a to 9 respondenty, tedy (7,44 %). Čtvrtou nejnavštěvovanější aktivitou je taktéž sport, a to **atletika**, kterou navštěvuje 8 respondentů (6,61 %). Na stejném žebříčku se umísťují i **hasiči**, které navštěvuje taktéž 8 respondentů (6,61 %) a hned vedle nich i sport **Jiu-jitsu**, které taktéž navštěvuje 8 respondentů (6,61 %). Jako další sport se zde objevuje **box**, který navštěvuje 7 respondentů, tedy (5,79 %). Další sport je **plavání**, které navštěvuje 6 respondentů, tedy (4,96 %). Do **tanečních** dochází 5 respondentů (4,13 %). Na **společenské tance** taktéž dochází 5 respondentů (4,13 %). Další zálibou respondentů je **jezdectví**, kam dochází 5 respondentů (4,13 %). Na **street dance** dochází 4 respondenti (3,31 %). Dalším sportem se zde nachází **basket**, kam dochází 3 respondenti (2,48 %). Respondenti taktéž navštěvují **klarinet**, konkrétně 3 respondenti (2,48 %). Jako další

položku máme **šachy**, kam dochází 3 respondenti (2,48 %). Posledními aktivitami jsou: **tenis, housle a krav maga**. Všechny tyto aktivity navštěvují respondenti po dvou členech, dohromady tedy šest (7,89 %).



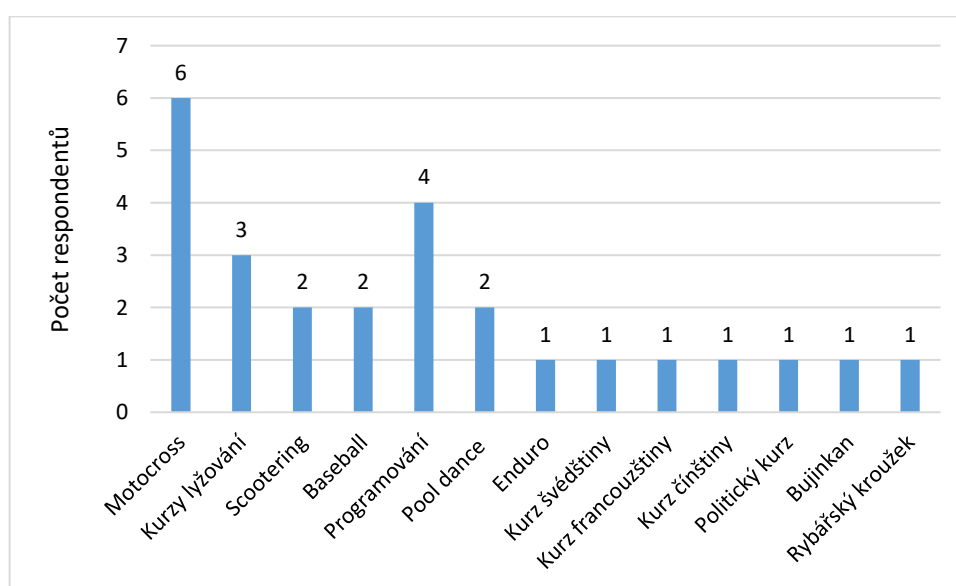
Graf 18 Navštěvuješ nějakou zájmovou institucí?

Nejvíce odpovědí jsme získali u položky „**Nenavštěvuji**“. Tuto položku označilo 146 respondentů (48,18 %). Pokud se zaměříme na konkrétní odpovědi, respondenti nejvíce navštěvují „**Sportovní oddíl**“. Na tuto položku zareagovalo 75 respondentů (24,75 %). Druhá nejvíce označovaná položka je „**Základní umělecká škola**“. Tuto odpověď označilo 36 respondentů (11,88 %). Třetí nejvíce označovaná položka je „**Maják (středisko volného času)**“. Tuto odpověď označilo 32 respondentů (10,56 %). Mezi méně časté odpovědi je označovaná „**Piafa**“. Tuto odpověď označilo 6 respondentů (1,98 %). Jako další nejméně označovaná položka je „**Junák**“. Tuto odpověď označilo 5 respondentů (1,65 %). Nejméně označovaná položka je „**Dům dětí a mládeže**“. Tuto odpověď označili 3 respondenti (0,99 %).



Graf 19 Z jakého důvodu nenavštěvuješ zájmové instituce?

Nejčastější odpověď respondentů je „**Nemám čas**“. Na tuto položku zareagovalo 54 respondentů (39,42 %). Druhou nejčastější odpovědí je „**Nezajímají mě**“. Na tuto položku zareagovalo 47 respondentů (34,31 %). Ve stejné míře jsou odpovědi „**Nebaví mě to**“ a „**Nemám s kým zájmovou instituci navštěvovat**“. Na obě tyto položky zareagovalo 15 respondentů, dohromady tedy 30 a to je 21,89 % (10,95 % + 10,95 %) z celkového počtu. Druhá nejméně častá odpověď je „**Stojí to moc peněz**“. Na tuto položku zareagovalo 5 respondentů (3,65 %). Pouze jeden respondent (0,73 %) odpověděl „**Nikdo by mě nepodporoval**“.



Graf 20 Je nějaký kroužek, do kterého bys rád/a chodila, ale není ve tvé lokalitě dostupný?

Na grafu vidíme napsané jednotlivé kroužky, které nejsou dostupné. Avšak 234 respondentů (77,23 %) uvedlo „Ne“. Nejvíce žádaný kroužek je **Motocross**, který napsalo 6 respondentů (1,98 %). Druhý nejvíce žádaný kroužek je **Programování**, který napsali 4 respondenti (1,32 %). Další žádaný kroužek je **Kurz lyžování**, který napsali 3 respondenti (0,99 %). Další kroužek je **Scotering**, který napsali 2 respondenti (0,66 %). Stejně tak 2 respondenti napsali **Baseball** (0,66 %). Dalším stejně žádaným kroužkem je **Pool dance**, který napsali taktéž 2 respondenti (0,66 %). Stejný počet, a to po 1 respondentovi (0,33 %) dostaly kroužky: Enduro, Kurz švédštiny, francouzštiny, čínštiny, Politický kurz, Bujinkan a Rybářský kroužek.

Jako další kroužky byly psány: Tanec (7 respondentů), Jezdectví (5 respondentů), Krasobruslení (3 respondenti), Box (5 respondentů), Dramatický kroužek (2 respondenti), Volejbal (3 respondenti), Keramika (2 respondenti), Ping pong (2 respondenti), Florbal (2 respondenti), Hokej (2 respondenti), Lukostřelba (2 respondenti), Šití (1 respondent), Šachy (1 respondent), Horolezectví (1 respondent), Taekwondo (1 respondent), Plavání (1 respondent), Kytara (1 respondent), Házená (1 respondent) a Basketball (1 respondent).

- Zde se nachází problém, neboť tyto kroužky jsou ve Vyškově a okolí dostupné.

3.8 HYPOTÉZY

Hypotéza H1

Děti staršího školního věku, které považují svůj volný čas za smysluplně strávený, zažívají méně nudu než děti, které nepovažují svůj volný čas za smysluplně strávený.

H0 – Mezi dětmi staršího školního věku, kteří zažívají nudu a považují svůj volný čas za smysluplně strávený a dětmi, kteří zažívají nudu a nepovažují svůj volný čas za smysluplně strávený neexistují významné rozdíly.

HA – Mezi dětmi staršího školního věku, kteří zažívají nudu a považují svůj volný čas za smysluplně strávený a dětmi, kteří zažívají nudu a nepovažují svůj volný čas za smysluplně strávený existují významné rozdíly.

	Nuda (ve VČ)	Smysluplnost (ve VČ)	Σ
ANO	113	200	313
NE	63	48	111
Σ	176	248	424

Tabulka 6 Hypotéza H1

Naše vypočítaná hodnota testového kritéria $\chi^2_{0,05} = 14,38$. Kritická hodnota při stupni volnosti 1 je $\chi^2_{0,05} = 3,84$. Z daného důvodu, kdy je hodnota testového kritéria větší, než kritická hodnota přijímáme alternativní hypotézu, která vyjadřuje, že mezi dětmi staršího školního věku, kteří zažívají nudu a považují svůj volný čas za smysluplně strávený a dětmi, kteří zažívají nudu a nepovažují svůj volný čas za smysluplně strávený existují významné rozdíly a nulovou hypotézu zamítáme.

Naším výpočtem jsme zjistili, že děti, které považují svůj volný čas za nesmyslně strávený se nudí více, než děti, které považují svůj volný čas za smysluplně strávený.

Všechny položky jsme vzali z dotazníku (otázka č. 11 a č. 14).

U otázky č. 11 (nuda) jsme sloučili možnosti a + b (každý den + 2x-3x týdně) a c + d (1x týdně + 1x měsíčně).

U otázky č. 14 (smysluplnost) jsme sloučili možnosti a + b (určitě ano + spíše ano) a možnosti d + e (určitě ne + spíše ne).

Hypotéza H2

Děti staršího školního věku, kterým někdo řídí volný čas, považují svůj volný čas za méně smysluplně strávený než děti, kterým nikdo volný čas neřídí.

H0 Mezi dětmi staršího školního věku, kterým někdo řídí volný čas a považují svůj volný čas za smysluplně strávený a dětmi, kterým nikdo volný čas neřídí a považují svůj volný čas za smysluplně strávený neexistují statisticky významné rozdíly.

HA Mezi dětmi staršího školního věku, kterým někdo řídí volný čas a považují svůj volný čas za smysluplně strávený a dětmi, kterým nikdo volný čas neřídí a považují svůj volný čas za smysluplně strávený existují statisticky významné rozdíly.

	Ovlivňování (ve VČ)	Smysluplnost (ve VČ)	Σ
ANO	97	200	297
NE	206	48	254
Σ	303	248	551

Tabulka 7 Hypotéza H2

Naše vypočítaná hodnota testového kritéria $\chi^2_{0,05} = 129,8$ Kritická hodnota při stupni volnosti 1 je $\chi^2_{0,05} = 3,84$ z daného důvodu, kdy je hodnota testového kritéria větší, než kritická hodnota přijímáme alternativní hypotézu, která vyjadřuje, že mezi dětmi staršího školního věku, kterým někdo řídí volný čas a považují svůj volný čas za smysluplně strávený a dětmi, kterým nikdo volný čas neřídí a považují svůj volný čas za smysluplně strávený existují statisticky významné rozdíly a nulovou hypotézu zamítáme.

Naším výpočtem jsme tedy zjistili, že dětem, kterým někdo volný čas řídí, považují svůj volný čas za nesmyslně strávený. A naopak dětem, kterým nikdo volný čas neřídí, považují svůj volný čas za smysluplně strávený.

Všechny položky jsme vzali z dotazníku (č. 14 a č. 17).

U otázky č. 14 (smysluplnost) jsme sloučili možnosti a + b (určitě ano + spíše ano) a možnosti d + e (určitě ne + spíše ne).

U otázky č. 17 (ovlivňování) jsme sloučili možnosti a + b (dělám si vše dle sebe + částečně dle sebe a částečně mi ho někdo ovlivňuje). Možnost c (celý můj volný čas mi někdo ovlivňuje) jsme s ničím neslučovali.

3.9 INTERPRETACE DAT

Hlavním výzkumným cílem bylo zjistit, jak děti staršího školního věku tráví svůj volný čas. Na základě toho jsme si stanovili dílčí výzkumné otázky, které se zaměřovaly na vnímání smysluplnosti ve volném čase, zažíváním nudy ve volném čase a jejím zaháněním, ovlivňováním volného času a zájmovými kroužky. Z výsledků jsme zjistili následující:

Při zjišťování, jak děti tráví svůj volný čas bylo zjištěno, že nejčastěji tráví svůj volný čas odpočinkem a zároveň je to i jejich nejoblíbenější způsob trávení volného času, neboť se po něm cítí velice šťastní. Odpočinek/relaxace je považován za jednu z funkcí volného času, neboť dětem přináší radost a uspokojení (Hamřík, 2022). Odpočinek nám prospívá

s našem životě. Je důležitý, jelikož v něm dochází ke znovustvoření a nemyslíme během něho na různé povinnosti. Měli bychom ho brát jako povinnost, na kterou si vymezíme čas (Sjödin, 2021).

Při zjišťování, v jaké míře děti staršího školního věku vnímají svůj strávený volný čas smysluplným bylo zjištěno, že děti staršího školního věku vnímají svůj čas za smysluplně strávený. K tomu, aby ho tak vnímali, je důležitá zábava ve volném čase. Naš život se stává smysluplným po kvalitně stráveném volném čase, neboť přispívá k celkové kvalitě života dítěte i dospělého (Hamřík, 2022). Při nesmyslně tráveném volném čase může docházet k negativním vlivům a k nemístnému chování, jako je záškoláctví, vandalismus apod. Zábava je jedním z principů pedagogiky volného času, jelikož během volného času je důležité pociťovat radost a mít nové zážitky (Zelinová, 2012). Zároveň slouží jako prostředek k odstranění nudy (Hamřík, 2022).

Při zjišťování, v jaké míře děti staršího školního věku zažívají ve svém volném čase nudu a jak ji zahání bylo zjištěno, že děti staršího školního věku zažívají ve svém volném čase nudu ve vyšší míře, kdy nejčastějším důvodem je, že se jim nechce nic dělat. Nudu nejčastěji zahání hraním na PC. Z celkových výsledků můžeme uvést, že nudu zahánějí spíše pasivně nežli aktivně. Pokud děti ve svém volném čase zažívají nudu, může je to taktéž vést k netaktnímu chování, stejně jak u nesmyslně tráveného volného času (Zelinová, 2012). Patočková a kol. uvádějí, že nejčastějším důvodem, proč děti zažívají ve svém volném čase je, že si neumějí dobře naplánovat svůj volný čas a zvolit si v něm vhodný program. Zároveň sdělují, že děti, kteří mají nižší sociální status tráví svůj volný čas spíše pasivně (Patočková, Čermák, Šafr, 2022). Jednání člověka ve volném čase můžeme zhodnotit dle jeho míry aktivity, kdy v dnešní době jedinec raději sedí doma a sleduje TV, hraje počítačové hry apod., než aby šel ven (Pávková, 2002).

Dále jsme zjišťovali, zda existují rozdíly v zažívání nudy mezi dětmi staršího školního věku, které považují svůj volný čas za smysluplně strávený a dětmi staršího školního věku, které nepovažují svůj volný čas za smysluplně strávený. Zjistili jsme, že existuje statisticky významný rozdíl. Děti, které považují svůj volný čas za nesmyslně strávený se nudí více, než děti, které považují svůj volný čas za smysluplně strávený.

Při zjišťování, zda ovlivňují blízcí lidé dětí staršího školního věku v jejich trávení volného času bylo zjištěno, že děti staršího školního věku ve vyšší míře tráví svůj volný čas částečně dle sebe a částečně jim ho někdo ovlivňuje. Nejčastěji dětem staršího školního věku ovlivňuje volný čas matka. Rodiče (v našem případě matka) by nikdy neměla své dítě

nutit k činnostem, které dítě samo nechce vykonávat. Pokud dítě není respektováno a nepochopeno, a zároveň nemůže vykonávat takové volnočasové aktivity, než by sám chtěl, může ho to vést k různým závislostem (Hofbauer, 2004). Proto by nemělo docházet k nadměrnému k nadměrnému ovlivňování volného času dětí.

Dále jsme zjišťovali, zda existují rozdíly ve vnímání smysluplnosti volného času mezi dětmi staršího školního věku, kterým volný čas ovlivňují blízcí lidé a dětmi staršího školního věku, který si volný čas řídí samy. Zjistili jsme, že existuje statisticky významný rozdíl. Dětem, kterým někdo volný čas řídí, nepovažují svůj volný čas za smysluplně strávený. A naopak dětem, kterým nikdo volný čas neřídí, považují svůj volný čas za smysluplně strávený.

Na závěr jsme zjišťovali, v jaké míře tráví děti staršího školního věku svůj volný čas v zájmových kroužcích a jaké kroužky nejsou v lokalitě dostupné. Bylo zjištěno, že děti staršího školního věku ve vyšší míře navštěvují zájmové kroužky, nejčastěji sportovní oddíl, a to fotbal. Důvodem, proč nenavštěvují zájmové kroužky je nejčastěji ten, že se jim nechce nic dělat. Kroužek, který není v lokalitě dostupný a je nejvíce žádaný je motocross. Zájmové kroužky jsou pro nás život důležité, neboť jsou součástí celoživotního vzdělávání. Zároveň se během zájmového kroužku (zájmového vzdělávání) u jedince rozvíjí jeho osobnost a může získat nové schopnosti a dovednosti (Zájmové vzdělávání, © 2024). Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy uvádí, že častým důvodem, proč děti nenavštěvují kroužky je skrz finanční situaci rodičů (Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, 2002). Toto tvrzení jsme v našem výzkumu mohli téměř vyvrátit, jelikož tento důvod uvedlo jen 5 respondentů ze 303.

3.10 SHRNUTÍ VÝSLEDKŮ

Hlavním cílem výzkumu bylo zjistit, jak děti staršího školního věku tráví svůj volný čas. Dalším dílčím cílem bylo zjistit, v jaké míře děti staršího školního věku vnímají svůj strávený volný čas smysluplným. Dále jsme zjišťovali, v jaké míře děti staršího školního věku zažívají ve svém volném čase nudu a jak ji zahání. Dalším cílem bylo zjistit, zda blízcí lidé ovlivňují děti staršího školního věku v jejich trávení volného času. Posledním dílčím cílem bylo zjistit, v jaké míře tráví děti staršího školního věku svůj volný čas v zájmových kroužcích a jaké kroužky nejsou v lokalitě dostupné. Taktéž jsme stanovili hypotézu H1, která měla zjistit, zda existuje rozdíl v zažívání nudy mezi dětmi staršího školního věku, které považují svůj volný čas za smysluplně strávený a dětmi staršího

školního věku, které nepovažují svůj volný čas za smysluplně strávený. Stanovili jsme si hypotézu i H2, která měla zjistit, zda existuje rozdíl ve vnímání smysluplnosti volného času mezi dětmi staršího školního věku, kterým volný čas ovlivňují blízcí lidé a dětmi staršího školního věku, který si volný čas řídí samy. Výzkum byl prověřován kvantitativní metodou, který probíhal pomocí dotazníkového šetření. Kvantitativní metoda nám pomůže zkoumat problém do větší hloubky (Chrásková, 2017). Jednotlivá data jsme sesbírali a zapsali do tabulky v Microsoft Office Excel. Použili jsme popisnou statistiku, čárkovací metodu, kódování a grafické znázornění a Test Chí-kvadrát, pro který jsme použili kontingenční tabulku a příslušný vzorec. Výzkumu se zúčastnilo 303 respondentů ze Základních škol z Vyškova. Spolupracovali se mnou 4 základní školy, jedna škola odmítla. Dotazník byl poskytnut v tištěné formě.

Pokud bychom měli jednoduše shrnout výsledky z výzkumného šetření, můžeme říct, že děti staršího školního věku nejraději a nejčastěji tráví svůj volný čas odpočinkem, neboť se po něm cítí velice šťastní. Svůj volný čas považují za smysluplně strávený, ale měl by obsahovat zábavu. Mnoho dětí staršího školního věku neví, zda i jejich okolí považuje jejich volný čas za smysluplně strávený. Ve svém volném čase zažívají často nudu, jelikož se jim nechce nic dělat. Nudu nejčastěji zahánějí hraním počítačových her. Taktéž jsme zjistili, že děti, které považují svůj volný čas za nesmyslně strávený se nudí více, než děti, které považují svůj volný čas za smysluplně strávený. Děti staršího školního věku ve vyšší míře tráví svůj volný čas částečně dle sebe a částečně jim ho někdo ovlivňuje. Volný čas jim nejvíce ovlivňuje matka. Dětem, kterým někdo volný čas řídí, nepovažují svůj volný čas za smysluplně strávený. A naopak dětem, kterým nikdo volný čas neřídí, považují svůj volný čas za smysluplně strávený. Děti staršího školního věku navštěvují zájmové kroužky, kdy nejoblíbenějším je sportovní oddíl, neboť v něm mohou hrát fotbal. Hypotéza H1: *Děti staršího školního věku, které považují svůj volný čas za smysluplně strávený, zažívají méně nudu než děti, které nepovažují svůj volný čas za smysluplně strávený.*

POTVRZENA.

Hypotéza H2: *Děti staršího školního věku, kterým někdo řídí volný čas, považují svůj volný čas za méně smysluplně strávený než děti, kterým nikdo volný čas neřídí.*

POTVRZENA.

3.11 DISKUSE

Výzkum na trávení volného času dětí staršího školního věku nám přinesl mnoho nových poznatků. Hlavním cílem bylo zjistit, jak děti staršího školního věku tráví svůj volný čas. Díky tomu cíli jsme zjistili, že děti staršího školního věku tráví svůj volný čas nejčastěji odpočinkem. Jedná se i o jednu z nejoblíbenějších aktivit ve volném čase, neboť se po ní cítí (na rozdíl od ostatních aktivit) nejvíce šťastní. Vzhledem k tomu, že MŠMT uvádí, že u dětí a mládeže ve volném čase převažuje pasivita a nicnedělání (Volný čas a prevence u dětí a mládeže, ©2002) jsme tento výsledek očekávali. Může se zdát, že odpočinek se u dětí a mládeže jeví jako něco negativního, avšak i ten nám v našem životě prospívá (Sjodin, 2021). MŠMT zároveň uvádí, že děti a mládež méně často sportují (Volný čas a prevence u dětí a mládeže, ©2002). Tento fakt můžeme v našem případě vyvrátit, neboť v našem výzkumu děti staršího školního věku hned po odpočinku rádi sportují.

Naším dalším zjištěním bylo, že děti staršího školního věku vnímají svůj volný čas za smysluplně strávený. Zároveň ale neví, zda jejich okolí považuje jejich volný čas za smysluplně strávený. Taktéž uvedli, že v jejich volném čase je velmi důležitá zábava. Dle výzkumu „Volný čas dětí staršího školního věku a jeho prožívání“ uvedlo 90 % rodičů, že považují volný čas jejich dětí za smysluplně strávený (Patočková, Čermák, Šafr, 2021). Zároveň výzkum „Volný čas ve výzkumném diskursu v konsekvencích témat sociální pedagogiky“ poukazuje na to, že děti kvalitně a smysluplně tráví volný čas podle toho, s kým ho prožívají (Kolaříková, Němec, ©2017). I samotná zábava je v jejich volném čase důležitá. Pro děti a mládež hraje zábava klíčovou roli ve volnočasových aktivitách (Patočková, Čermák, Šafr, 2021). Zajímavým zjištěním bylo, že v našem výzkumu 8 dětí uvedlo, že svůj volný čas nejraději tráví o samotě. Dle výzkumu „Volný čas ve výzkumném diskursu v konsekvencích témat sociální pedagogiky“ děti, které tráví mnoho času o samotě mohou mít sklony k depresím (Kolaříková, Němec, ©2017).

Naším dalším zjištěním bylo, že děti ve vyšší míře zažívají ve svém volném čase nudu, kdy nejčastější důvod je ten, že se jim nechce nic dělat. Nudu nejčastěji zahání hraním na PC. Výzkum „Volný čas ve výzkumném diskursu v konsekvencích témat sociální pedagogiky“ poukazuje na to, že děti ve volném čase zažívají často nudu, neboť nevyhledávají nové zážitky, které by rozvíjely jejich osobnost a nasbírali by nové zkušenosti (Kolaříková, Němec, ©2017). Zároveň výzkum „Volný čas dětí staršího školního věku a jeho prožívání“ uvedl, že nejčastějším důvodem, proč děti a mládež zažívají nudu je ten, že nevědí, co mají ve svém volném čase dělat a zároveň se bojí pouštět do něčeho nového, jelikož mají strach

z neúspěchu. Zároveň si neumějí dobře naplánovat svůj volný čas (Patočková, Čermák, Šafr, 2021). Jak jsme již uvedli, nuda nejčastěji zahání hraním na PC. Výzkum „Volný čas dětí staršího školního věku a jeho prožívání“ uvedl, že děti a mládež v běžný školní den tráví na mobilním zařízení, tabletu a počítači 2 h a 38 min. Mimo školní dny, tedy o víkendu, tráví na mobilním zařízení, tabletu a počítači 4 h a 2 min. Žáci 9. tříd digitálním médiím nejvíce podléhají. Nárůst závislosti na digitálních médiích se zdůvodňuje příčinou pandemie COVID-19, kdy děti nemohli navštěvovat zájmové kroužky a samotná školní výuka probíhala distančně (Patočková, Čermák, Šafr, 2021).

Dalším zjištěním bylo, že děti, které považují svůj volný čas za nesmyslně strávený se nudí více, než děti, které považují svůj volný čas za smysluplně strávený. Jak jsme již uvedli, výzkum „Volný čas ve výzkumném diskursu v konsekvencích témat sociální pedagogiky“ poukazuje na to, že děti smysluplně tráví volný čas podle toho, s kým ho prožívají. Pokud tedy neprožívají svůj volný čas s tím, s kým chtějí, podléhají nudě (Kolaříková, Němec, ©2017). V našem výzkumu jsme zjistili, že jejich ideálně strávený volný čas je s kamarády. Na toto poukazuje i výzkum „Volný čas dětí staršího školního věku a jeho prožívání“, který uvádí, že děti a mládež nejčastěji a nejraději tráví svůj volný čas s kamarády. Zároveň poukazuje na to, že děti a mládež dávají velkou přednost kamarádům před ostatními zájmy (Patočková, Čermák, Šafr, 2021). Iwasaki (2007 in Hamřík, 2022) říká, že aby jedinci zažívali životní pohodu a přispívali tak k celkové kvalitě života, musí docházet k sociálním vazbám (Hamřík, 2022). Můžeme se tedy domnívat, že pokud děti a mládež netráví svůj volný čas s kamarády, nepovažují ho za smysluplný, a proto podléhají nudě.

Dalším zjištěním bylo, že blízcí lidé dětí staršího školního věku ovlivňují jejich volný čas, a to nejčastěji rodiče (konkrétně matka). Výzkum „Zdroje informací a kritéria při výběru volnočasových aktivit“, uvádí, že většina rodičů ovlivňuje volný čas svých dětí, neboť jim chtějí zabránit v nudě. Zároveň mnoho rodičů zde sdělilo, že se dětem nesmí ve volném čase nechávat volnost a svoboda (Národní institut dětí a mládeže, ©2008). Výzkum „Volný čas ve výzkumném diskursu v konsekvencích témat sociální pedagogiky“ uvádí, že existují rozdíly v ovlivňování volného času dětí na základě vzdělání rodičů. Tedy rodiče, kteří mají vyšší sociální status a vzdělání ovlivňují více volný čas svých dětí, než rodiče s nižším sociálním statusem a vzděláním. Rodiče s vyšším sociálním statusem se více snaží zabránit nudě ve volném čase u svých dětí, proto mají potřebu ovlivňovat jejich aktivity a nařizovat jim, co mohou a nemohou dělat. Naopak rodiče s nižším sociálním statusem nechávají svým dětem ve volném čase volnost (Kolaříková, Němec, ©2017).

Dále jsme zjistili, že dětem, kterým někdo volný čas řídí, považují svůj volný čas za nesmyslně strávený. A naopak dětem, kterým nikdo volný čas neřídí, považují svůj volný čas za smysluplně strávený. Jak jsme již zmiňovali, ve výzkumu „Zdroje informací a kritéria při výběru volnočasových aktivit“ rodiče uvedli, že je nutné volný čas jejich dětí ovlivňovat, neboť pak zlobí. Dalším důvodem, proč je důležité dětem ovlivňovat jejich volný čas rodiče uvedli, že oni sami nejlépe ví, co je pro jeho dítě nejlepší. Pokud ale dochází k ovlivňování dětí v jejich volném čase a nevykonávají takové aktivity, než by si sami přáli, vede je to k problémům v chování. Zároveň pak nepovažují svůj volný čas za smysluplně strávený (Kolaříková, Němec, ©2017). Rodiče nikdy nesmí nutit své děti k volnočasovým aktivitám, které si oni samy nepřejí (Hofbauer, 2004).

Na závěr jsme zjistili, že děti staršího školního věku tráví ve vyšší míře svůj volný čas v zájmových kroužcích, a to nejčastěji ve sportovním oddíle, kde děti nejvíce navštěvují fotbal. Děti, které uvedly, že zájmový kroužek nenavštěvují, je nejčastěji z toho důvodu, že na něho nemají čas. MŠMT uvedlo, že o zájmové kroužky klesá zájem. Důvodem je ten, že v nich často není prostor pro relaxaci a pozitivní realizaci. Děti a mládež mají zájem spíše o neorganizovanou formu trávení volného času (Volný čas a prevence u dětí a mládeže, ©2002). Výzkum „Volný čas dětí staršího školního věku a jeho prožívání“ uvádí, že nejoblíbenějším sportem u chlapců je fotbal (Patočková, Čermák, Šafr, 2021). Toto tvrzení v našem výzkumu dopadlo stejně. Ve výzkumu „Volný čas ve výzkumném diskursu v konsekvencích témat sociální pedagogiky“ rodiče uvádí, že je pro ně důležité, aby jejich děti navštěvovaly zájmový kroužek, neboť se jim zde rozvíjí osobnost (Kolaříková, Němec, ©2017). V našem výzkumu děti staršího školního věku taktéž uvedly, že jim v okolí nejčastěji chybí kroužek motocross (taktéž bujinkan, baseball apod). Tímto se i zabýval výzkum „Volný čas ve výzkumném diskursu v konsekvencích témat sociální pedagogiky“, kde taktéž přišli na nedostatečnou nabídku volnočasových sportovních aktivit (Kolaříková, Němec, © 2017).

3.12 DOPORUČENÍ PRO PRAXI

Data, která jsem získala prostřednictvím dotazníkového šetření, nyní můžeme aplikovat do praxe a dát tak městu Vyškov zpětnou vazbu. Jak už jsme zmiňovali, šlo nám především o zjištění, jaké zájmové kroužky jsou ve Vyškově a okolí nedostupné.

Respondenti uváděli především kroužky, jako jsou motocross, scootering, bujinkan, baseball, pool dance, kurz lyžování, enduro a programování. Je zřejmé, že kurz lyžování

není vzhledem k poloze města Vyškov reálný. Naopak motocross, baseball, bujinkan, enduro a pool dance reálné jsou, a proto mohu doporučit založení těchto zájmových kroužků, neboť víme, že by o ně byl zájem. Děti staršího školního věku by se tím mohly rozvíjet v oblastech, které by je bavily a naplňovaly. Při bohaté nabídce volnočasových aktivit (a to především sportovních aktivit) může klesat nežádoucí chování u mládeže (MŠMT, 2002).

Byl zmiňován i kurz programování, na který chci zvlášť apelovat. Z výsledků výzkumu je totiž zřejmé, že město Vyškov nenabízí mnoho „moderních“ zájmových kroužků. Díky kurzům programování můžeme načerpat nespočet nových zkušeností a dovedností, což následně vede k lepšímu umístění na trhu práce.

Mezi další zmiňované kroužky náleží kurz švédštiny, francouzštiny a čínštiny. Z těchto výsledků můžeme uvést, že město Vyškov (a okolí) nenabízí mnoho jazykových kurzů. Učit se nové jazyky je pro nás, jako společnost, velmi důležité. Proto i zde bych chtěla navrhnout založení více jazykových kurzů.

Další zmiňovaný kroužek je politický kurz, kde by se děti staršího školního věku mohly dozvědět více informací o politickém světě a mohly se tak snáze zorientovat v aktuálním dění. Tento kurz je dle mého názoru velice zajímavý, proto bych i zde doporučila jeho založení. A to nejen pro děti staršího školního věku, ale pro všechny občany města Vyškov, aby byl dostupný pro všechny věkové kategorie.

Respondenti zmiňovali i zájmové kroužky, jako jsou tanec, jezdeckví, krasobruslení, box, dramatický kroužek, volejbal, keramika, ping pong, florbal, hokej, lukostřelba, šití, šachy, horolezectví, taekwondo, plavání, kytara, házená a basketball. Ovšem dle mého zjištění jsou tyto zájmové kroužky ve městě Vyškov a okolí dostupné. Vzhledem k tomu, že mnoho respondentů zmínilo zájmové kroužky, jež jsou dostupné, mohu říci, že město (a i školy) nedostatečně informuje o aktuální nabídce zájmových kroužků. Proto považuji za vhodné doporučení týkající se větší informovanosti v oblasti nabídky zájmových kroužků.

ZÁVĚR

V teoretické části diplomové práce jsme se zabývali volným časem dětí staršího školního věku.

V první části jsme se konkrétně zaměřili na volný čas, jeho definici od mnoha autorů, vznikem, rozdělením a základními znaky. Taktéž jsme se zabývali volným časem spojeným s životním stylem, funkcemi a aspekty volného času. Nadále smysluplností volného času, nudou ve volném čase a důsledky nesmyslně tráveného volného času spojenými s rizikovým chováním. Rovněž jsme věnovali pozornost zájmovým kroužkům a institucím a jejich rozdělení na školské a nestátní neziskové organizace. Soustředili jsme se též na volnočasové aktivity a jejich rozdělení na různé typy, zmínili jsme i bezpečnost u volnočasových aktivit, zájmových činností, veřejně prospěšných činností a odpočinkových/rekreačních činností.

V druhé části jsme se konkrétně zabývali výchovou a různými styly, pedagogikou volného času – její definicí a disciplínami. Zaměřili jsme se rovněž na osobnost pedagoga volného času a jeho vliv. Taktéž jsme poukázali na rozdíly mezi učitelem a pedagogem volného času. Věnovali jsme pozornost i výchově ve volném čase a jejím požadavkům, dále výchově mimo vyučování a jejími funkcemi. Zaměřili jsme se i na to, jakým způsobem ovlivňuje volný čas jedince jeho rodina. A v neposlední řadě jsme zmínili též vliv prostředí na výchovu.

V praktické části diplomové práce jsme si stanovili několik cílů, které jsme chtěli zjistit pomocí dotazníkového šetření. Hlavním výzkumným cílem bylo zjistit, jak děti staršího věku tráví svůj volný čas. Na hlavní výzkumnou otázku navazovaly dílčí cíle a hypotézy. První dílčí výzkumnou otázkou jsme chtěli poznat, do jaké míry děti staršího školního věku vnímají svůj strávený volný čas jako smysluplný. Druhou dílčí výzkumnou otázkou jsme chtěli zjistit, do jaké míry děti staršího školního věku zažívají ve svém volném čase nudu a jak ji zahání. Třetí dílčí výzkumná otázka byla řešena pomocí hypotézy H1 a jejím prostřednictvím jsme hodlali odhalit, zda existuje rozdíl v zažívání nudy mezi dětmi staršího školního věku, které považují svůj volný čas za smysluplně strávený, a dětmi staršího školního věku, které nepovažují svůj volný čas za smysluplně strávený. Čtvrtou dílčí výzkumnou otázkou jsme chtěli zjistit, zda blízcí lidé ovlivňují děti staršího školního věku v jejich trávení volného času. Pátá dílčí výzkumná otázka byla řešena pomocí hypotézy H2 a jejím cílem bylo stanovit, zda existuje rozdíl ve vnímání smysluplnosti volného času mezi dětmi staršího školního věku, kterým volný čas ovlivňují blízcí lidé, a

děťmi staršího školního věku, jež si řídí volný čas samy. Šestou dílčí výzkumnou otázkou jsme chtěli zjistit, do jaké míry tráví děti staršího školního věku svůj volný čas v zájmových kroužcích a jaké kroužky nejsou v lokalitě dostupné.

Děti staršího školního věku svůj volný čas nejraději a nejčastěji tráví odpočinkem, sportováním, sledováním televize a nakupováním v obchodních střediscích. Mnoho respondentů považuje svůj volný čas za smysluplně strávený, avšak většina neví, zda to tak chápe i jejich okolí. Aby svůj volný čas vnímali jako smysluplně strávený, musí obsahovat zábavu, pohyb a odpočinek.

Děti staršího školního věku spíše nudu nezažívají. Pokud však ano, pak je častým důvodem to, že se jim nechce nic dělat anebo nemají s kým trávit svůj volný čas. Nudu nejčastěji zahánějí hraním počítačových her, používáním mobilního zařízení či sportováním. Většina z nich zahání nudu spíše pasivně nežli aktivně. Dětem staršího školního věku ovlivňují jejich volný čas blízcí lidé, a to nejčastěji matka a kamarádi. Většina dětí staršího školního věku ráda navštěvuje zájmové kroužky. Nejnavštěvovanějším zájmovým kroužkem je fotbal a zájmovou institucí pak sportovní oddíl. Děti, které nenavštěvují zájmový kroužek, na to nemají čas, nebo je to nezajímá. V lokalitě není dostupný kroužek motokrosu, přestože je mezi respondenty nejvíce žádaný. Existují významné rozdíly mezi dětmi staršího školního věku, které zažívají nudu a považují svůj volný čas za smysluplně strávený, a dětmi, které zažívají nudu, ale nepovažují svůj volný čas za smysluplně strávený. Též existují statisticky významné rozdíly mezi dětmi staršího školního věku, kterým někdo řídí volný čas a považují jej za smysluplně strávený, a dětmi, kterým nikdo volný čas neřídí a vnímají jej jako smysluplně strávený.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

- [1] ČERTÍK, Miroslav, FIŠEROVÁ, Věra, 2009. *Volný čas, životní styl a cestovní ruch*. Vysoká škola hotelová v Praze. ISBN 978-80-86578-93-4.
- [2] DUFFKOVÁ, Jana; URBAN, Lukáš a DUBSKÝ, Josef, 2008. *Sociologie životního stylu*. Vysokoškolské učebnice (Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk). Plzeň: Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk. ISBN 978-80-7380-123-6.
- [3] HAMŘÍK, Zdeněk, 2022. *Volný čas dětí a mládeže: zábava, odpočinek a příležitost pro rozvoj*. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého. ISBN 978-80-244-6182-3.
- [4] HASMANOVÁ MARHÁNKOVÁ, Jaroslava; KREIDL, Martin a HUBATKOVÁ, Barbora, 2012. *Proměny partnerství: životní dráhy a partnerství v české společnosti*. Studie (Sociologické nakladatelství). Praha: Sociologické nakladatelství (SLON). ISBN 978-80-7419-142-8.
- [5] HÁJEK, Bedřich; HOFBAUER, Břetislav a PÁVKOVÁ, Jiřina, 2008. *Pedagogické ovlivňování volného času: současné trendy*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-473-1.
- [6] HOFBAUER, Břetislav, 2004. *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-927-5.
- [7] CHRÁSKA, Miroslav, 2016. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. 2., aktualizované vydání. Pedagogika (Grada). Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5326-3.
- [8] JANIŠ, Kamil, 2009. *Úvod do problematiky volného času*. Opava: Slezská univerzita v Opavě, Fakulta veřejných politik, Ústav pedagogických a psychologických věd. ISBN 978-80-7248-530-7.
- [9] JANIŠ, Kamil a SKOPALOVÁ, Jitka, 2016. *Volný čas seniorů*. Pedagogika (Grada). Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5535-9.
- [10] KAPLÁNEK, Michal (ed.), 2022. *Volný čas dětí staršího školního věku: vybrané výsledky výzkumu volného času a životního stylu dětí ve věku 11-15 let a jejich využití v pedagogice*. České Budějovice: Nakladatelství Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích. ISBN 978-80-7394-934-1.
- [11] KAPLÁNEK, Michal, 2017. *Volný čas a jeho význam ve výchově*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-1250-8.
- [12] KAVANOVÁ, Alica a CHUDÝ, Štefan, 2005. *Výchova a volný čas: vybrané kapitoly z pedagogiky volného času*. Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně. ISBN 80-7318-266-1.
- [13] KNOTKOVÁ, Alena, 2022. *Pedagogika volného času*. Hradec Králové: Gaudeamus. ISBN 978-80-7435-867-8.
- [14] KOLÁŘ, Zdeněk, 2012. *Výkladový slovník z pedagogiky: 583 vybraných hesel*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3710-2.

- [15] KRATOCHVÍLOVÁ, Emília, 2004. *Pedagogika voľného času: výchova v čase mimo vyučovania v pedagogickej teórii a v praxi*. Bratislava: Vydavateľstvo UK. ISBN 80-223-1930-9.
- [16] KRAUS, Blahoslav a POLÁČKOVÁ, Věra (ed.), 2001. *Člověk - prostředí - výchova: k otázkám sociální pedagogiky*. [1. vyd.]. Brno: Paido. ISBN 80-7315-004-2.
- [17] KUBÁTOVÁ, Helena, 2010. *Sociologie životního způsobu*. Sociologie (Grada). Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2456-0.
- [18] NĚMEC, Jiří, Michal KAPLÁNEK, Ivo JIRÁSEK, Markéta KOŠATKOVÁ, Richard MACKŮ, Dušan KLAPKO, Michal PAŘÍZEK a Petr SOJÁK, 2023. *Pedagogika volného času*. 1., elektronické. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 978-80-280-0461-3.
- [19] PATOČKOVÁ, Věra; ČERMÁK, Daniel; ŠAFR, Jiří, 2022. *Volný čas dětí staršího školního věku a jeho prožívání. Výsledky reprezentativního výzkumu v České republice 2021 (monitorovací studie)*. Praha. ISBN 978-80-7330-396-9
- [20] PÁVKOVÁ, Jiřina, 2014. *Pedagogika volného času*. V Praze: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta. ISBN 978-80-7290-666-6.
- [20] PÁVKOVÁ, Jiřina, 2002. *Pedagogika volného času*. Vyd. 3., aktualiz. Praha: Portál. ISBN 80-7178-711-6.
- [21] POSPÍŠIL, Jiří, 2023. *Hodnoty a volný čas: nové výzvy pro sociální pedagogiku a pedagogiku volného času*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 978-80-244-6236-3.
- [22] PRŮCHA, Jan; MAREŠ, Jiří a WALTEROVÁ, Eliška, 2003. *Pedagogický slovník*. 4. aktualiz. vyd. Praha: Portál. ISBN 80-7178-772-8.
- [23] SJÖDIN, Tomas, 2021. *Síla nicnedělání: co se děje, když odpočíváme*. Přeložil Vendula NOVÁKOVÁ. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-1741-1.
- [24] SOBOTKOVÁ, Irena, 2001. *Psychologie rodiny*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-559-8.
- [25] SOBOTKOVÁ, Veronika, 2014. *Rizikové a antisociální chování v adolescenci*. Psyché (Grada). Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4042-3.
- [26] SVOBODOVÁ, Zuzana (ed.), 2023. *Svobodný čas: pedagogika volného času jako výchova ke svobodě*. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum. ISBN 978-80-246-5474-4.
- [27] ŠAFRÁNKOVÁ, Dagmar, 2019. *Pedagogika*. 2. aktualiz. a rozšířené vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5511-3.
- [28] VYHNÁLKOVÁ, Pavla, 2013. *Základy pedagogiky volného času*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 978-80-86768-73-1.

SEZNAM ONLINE ZDROJŮ

- [29] *Asociace TOM*, ©2024. Online. Asociace turistických oddílů mládeže. Online. 2002-2024. Dostupné z: <https://www.a-tom.cz/asociace-tom/co-je-asociace-tom>. [cit. 2024-03-12].
- [30] ENGLER, Monika a STAUBLI, Stefan, ©2008. *The Distribution of Leisure Time Across Countries and Over Time*. Online. University of St. Gallen. Dostupné z: <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.1233842>. [cit. 2024-03-14].
- [31] *Etapy psychického vývoje: pubescence, adolescence*, ©2023. Studium psychologie. Online. Dostupné z: <https://www.studium-psychologie.cz/vyvojova-psychologie/6-pubescence-adolescence.html>. [cit. 2024-04-11].
- [32] HAVZIU, Besa a RASIMI, Teuta Ramadani, ©2015. *Leisure Time For Secondary School Students*. Online. Republic of Macedonia: State University of Tetova. Dostupné z: <https://doi.org/10.23947/2334-8496-2015-3-1-51-55>. [cit. 2024-03-14].
- [33] KOLAŘÍKOVÁ, Veronika a Jiří NĚMEC, ©2017. *Volný čas ve výzkumném diskursu v konsekvencích témat sociální pedagogiky*. Sociální pedagogika. Online. ISSN 1805-8825. Dostupné z: <http://dx.doi.org/10.7441/soced.2017.05.01.01>. [cit. 2024-04-16].
- [34] LUNDBÄCK, Birgitta a FÄLTH, Linda, ©2019. *Leisure-Time Activities Including Children with Special Needs: A Research Overview*. Online. Dostupné z: <https://doi.org/https://doi.org/10.3224/ijree.v7i1.03>. [cit. 2024-03-14].
- [35] *Přehled organizačních složek*, ©2024. Město Vyškov. Online. Dostupné z: <https://www.vyskov-mesto.cz/osp>. [cit. 2024-02-27].
- [36] KONEČNÝ, Michal, ©2020. *O nás*. ASOCIACE KŘESŤANSKÝCH SPOLKŮ MLÁDEŽE, Z. S. [AKSM]. Online. Dostupné z: <https://aksm.cz/o-nas/>. [cit. 2024-03-12].
- [37] *O pionýru*, ©2024. Pionýr. Online. Dostupné z: <https://pionyr.cz/o-pionyr/>. [cit. 2024-04-11].
- [38] *Pedagog volného času*, ©2017. Národní soustava povolání. Online. Dostupné z: <https://nsp.cz/jednotka-prace/pedagog-volneho-casu>. [cit. 2024-03-12].
- [39] *Proč se stát skautem*, ©2024. Skaut: Najít kamarády, zažít dobrodružství. Online. Dostupné z: <https://www.skaut.cz/skauting/proc-skauting/>. [cit. 2024-03-12].
- [40] RÓŻAŃSKI, Tomasz, ©2020. *Leisure Time of Older People in Light of Activity Theory*. Online. Nicolaus Copernicus University in Toruń. Dostupné z: <https://doi.org/10.12775/SPI.2020.1.007>. [cit. 2024-03-14].

- [41] *Střediska volného času*, ©2024. Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy [MŠMT]. Online. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/mladez/strediska-volneho-casu>. [cit. 2024-03-12].
- [42] *Školní kluby*, ©2024. Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy [MŠMT]. Online. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/mladez/skolni-kluby>. [cit. 2024-03-12].
- [43] TORKILDSEN, George, ©2005. *Leisure and Recreation Management*. Online. London: Routledge. ISBN 9780203477571. Dostupné z: <https://doi.org/10.4324/9780203477571>. [cit. 2024-03-14].
- [44] Volný čas a prevence u dětí a mládeže, ©2002. Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. Online. Dostupné z: <https://docplayer.cz/400498-Volny-cas-a-prevence-u-deti-a-mladeze.html>. [cit. 2024-02-15].
- [45] LABUSOVÁ, Eva. *Výzvy a nástrahy adolescence*, ©2019. Šance dětem. Online. Dostupné z: <https://sancedetem.cz/vyzvy-nastrahy-adolescence>. [cit. 2024-01-23].
- [46] *Zájmové vzdělávání*, ©2024. Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy [MŠMT]. Online. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/mladez/zajmove-vzdelavani-1>. [cit. 2024-03-12].
- [47] *Základní informace o FoS ČR*, ©2024. Folklorní sdružení České republiky. Online. Dostupné z: <http://archiv.fos.cz/tema/tema.phtml?id=1636&lng=0>. [cit. 2024-03-12].
- [48] *Zdroje informací a kritéria při výběru volnočasových aktivit*, ©2008. Národní institut dětí a mládeže. Online. Factum Invenio s.r.o. Dostupné z: <http://www.vyzkum-mladez.cz/zprava/1236593581.pdf>. [cit. 2024-04-16].
- [49] *ZŠ Boženy Němcové – centrum podpory žáků ze sociokulturně znevýhodněného prostředí: Podpora volnočasových aktivit*, ©2012. Online. VYMAZAL, Petr. Dostupné z: <https://portal.csicr.cz/Web/600146880/Clanek/292>. [cit. 2024-03-1].
- [50] *YMCA – prostor pro objevování*, ©2024. YMCA. Online. 2023-2024. Dostupné z: <https://www.ymca.cz/o-nas/>. [cit. 2024-03-12].

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

angl.	Anglicky
apod.	A podobně
atd.	A tak dále
č.	Číslo
ČR	Česká republika
h	Hodina
min	Minuta
MŠMT	Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy
např.	Například
PC	Počítač
s.	Strana
kol.	Kolegové

SEZNAM OBRÁZKŮ

Obrázek 1 Struktura přirozeného prostředí dítěte.....	44
Obrázek 2 Současné znaky rodiny.....	45

SEZNAM TABULEK

Tabulka 1 Odlišnosti v práci učitele a pedagoga volného času	36
Tabulka 2 Struktura výběrového souboru.....	51
Tabulka 3 Pohlaví	55
Tabulka 4 Třída.....	56
Tabulka 5 Jaké emoce cítíš po vykonání těchto aktivit?	61
Tabulka 6 Hypotéza H1	81
Tabulka 7 Hypotéza H2	82

SEZNAM GRAFŮ

Graf 1 - Počet studentů	55
Graf 2 Co nejraději děláš ve svém volném čase	57
Graf 3 Co nejčastěji děláš ve svém volném čase	59
Graf 4 Ideálně strávený volný čas.....	62
Graf 5 Myslíš si, že trávíš svůj volný čas smysluplně?	64
Graf 6 Co je pro tebe důležité, aby tvůj volný čas splňoval vnímal si o tak za smysluplný?	65
Graf 7 Myslí si tvé okolí, že trávíš svůj volný čas smysluplně?.....	65
Graf 8 Jak často zažíváš nudu ve svém volném čase?	67
Graf 9 Proč zažíváš nudu?	67
Graf 10 Proč zažíváš nudu - "Jiné"	68
Graf 11 Jak zaháníš nudu?	69
Graf 12 Trávíš svůj volný čas více dle sebe nebo ti ho spíše někdo ovlivňuje?.....	71
Graf 13 Kdo ovlivňuje tvůj volný čas?	71
Graf 14 Navštěvuješ rád/a zájmové kroužky?	74
Graf 15 Navštěvuješ ve Vyškově nebo okolí nějaký zájmový kroužek?	75
Graf 16 Navštěvuješ ve Vyškově nebo okolí nějaký zájmový kroužek?	76
Graf 17 Navštěvuješ ve Vyškově nebo okolí nějaký zájmový kroužek? - "Jiné"	77
Graf 18 Navštěvuješ nějakou zájmovou institucí?	78
Graf 19 Z jakého důvodu nenavštěvuješ zájmové instituce?.....	79
Graf 20 Je nějaký kroužek, do kterého bys rád/a chodila, ale není ve tvé lokalitě dostupný?	79

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha P I: Dotazník

PŘÍLOHA P I: DOTAZNÍK

Dobrý den, jmenuji se Adéla Grycová a jsem studentkou 5. ročníku magisterského studijního oboru Sociální pedagogika na Univerzitě Tomáše Bati ve Zlíně. Chtěla bych Vás požádat o spolupráci při vyplnění dotazníku, který je podkladem k mé diplomové práci na téma Trávení volného času dětí staršího školního věku. Dotazník je anonymní a poskytnuté údaje budou sloužit pouze pro účely mé diplomové práce. Jeho vyplnění trvá 10-15 min. Neexistují dobré a špatné odpovědi, každá odpověď je správná a cenná.

Předem děkuji za Váš čas.

1. **Jsi:** a) Chlapec b) Dívka
2. **Do jaké třídy chodíš?** a) 8. třída b) 9. třída
3. **Co děláš rád/a ve svém volném čase?**

	Velmi rád/a	Rád/a	Nerád/a	Velmi nerád/a
Četba (knihy, časopisy)				
Hraní na PC				
Sledování TV				
Odpočinek, relaxace				
Sport				
Návštěva sportovních utkání				
Návštěva divadla, kina				
Procházka, turistika				
Nákupy v obchodních střediscích				

4. **Co nejčastěji děláš ve svém volném čase?**

	Každý den	2x-3x týdně	1x týdně	1x měsíčně	Méně často	Vůbec
Četba (knihy, časopisy)						
Hraní na PC						
Sledování TV						
Odpočinek, relaxace						
Sport						
Návštěvy sportovních utkání						
Návštěva divadla, kina						
Procházka, turistika						
Nákupy v obchodních střediscích						

5. **Jak se cítíš po vykonání těchto aktivit?**

Četba (knihy, časopisy)					
Hraní na PC					
Sledování TV					
Odpočinek, relaxace					
Sport					
Návštěva sportovních utkání					
Návštěva divadla, kina					
Procházka, turistika					
Nákupy v obchodních střediscích					

6. Navštívuješ ve Vyškově nebo okolí nějaký zájmový kroužek?

A) Hudební

- a) Flétna
- b) Klavír
- c) Kytara

B) Jazykový

- a) Angličtina hrou

C) Výtvarný

- a) Ateliér výtvarka
- b) FIMO-Modelování
- c) Keramika
- d) Modeláři

D) Sportovní

- a) Badminton
- b) Biatlon
- c) Discgolf
- d) Florbal
- e) Stolní tenis

E) Taneční

- a) Balet
- b) Břišní tance
- c) Free style with Elis
- d) Gymnastika
- e) Happy Dance
- f) Mažoretky
- g) Zumba

F) Přírodovědný

- a) Airsoftový kroužek
- b) Ekologicko-přírodovědný kroužek

G) Technický

- a) Elektronika
- b) Robotika
- c) Youtubering – tvorba videa

H) Nenavštívuji

I) Jiný(ued').....

....

7. Navštívuješ nějakou zájmovou instituci?

- a) Maják – středisko volného času
- b) PIAFA
- c) Junák – český skaut
- d) Základní umělecká škola
- e) Sportovní oddíl
- f) Dům dětí a mládeže
- g) Nenavštívuji

8. Pokud jsi uvedl/a u otázek č. 6, 7 „nenavštívuji“, z jakého důvodu?

- a) Nezajímají mě
- b) Nemám čas
- c) Nebaví mě to
- d) Stojí to moc peněz
- e) Nikdo by mě nepodporoval
- f) Nemám s kým zájmovou instituci navštěvovat

9. Je nějaký kroužek, do kterého bys rád/a chodila, ale není ve tvé lokalitě dostupný? (pokud ano, napiš jaký)

.....

10. Navštívuješ rád/a zájmové kroužky?

- a) Ano
- b) Ne
- c) Nenavštívuji

11. Jak často zažíváš nudu ve svém volném čase?

- a) Každý den
- e) Méně často

- b) 2x-3x týdně
- c) 1x týdně
- d) 1x měsíčně
- f) Nevím
- g) Vůbec

12. Proč zažíváš nudu? (Vyber jednu odpověď)

- a) Nemám s kým trávit svůj volný čas
- b) Nevím, kde mám trávit svůj volný čas
- c) Nechce se mi nic dělat
- d) Rád se nudím
- e) Jiné.....

13. Jak zaháníš nudu?

.....

14. Myslíš si, že trávíš svůj volný čas smysluplně?

- a) Určitě ano
- b) Spíše ano
- c) Nevím
- d) Spíše ne
- e) Určitě ne

15. Co je pro tebe nejdůležitější, aby tvůj volný čas splňoval a vnímal si ho tak za smysluplný? (Vyber jednu a více odpovědí)

- a) Zábava
- b) Odpočinek
- c) Pohyb
- d) Učit se novým dovednostem
- e) Rozvoj osobnosti
- f) Hledání smyslu života
- g) Budování sociálních vztahů (nových přátel)

16. Popiš mi tvůj ideálně strávený volný čas.

.....

17. Trávíš svůj volný čas více podle sebe nebo ti ho spíše někdo ovlivňuje?

- a) Dělán si vše dle sebe
- b) Částečně dle sebe a částečně mi ho někdo ovlivňuje (např. rodiče)
- c) Celý můj volný čas mi někdo ovlivňuje (např. rodiče)

18. Kdo ovlivňuje tvůj volný čas?

	Často	Méně často	Neovlivňují	Nevím
Matka				
Otec				
Sourozenec				
Prarodiče				
Kamarád				
Spolužáci				

Přítel/přítelkyně				
-------------------	--	--	--	--

a)

19. Myslí si tvé okolí (rodiče, kamarádi), že trávíš smysluplně svůj volný čas?

a) Ano

b) Ne

c) Nevím