

**MASARYKOVA UNIVERZITA
PEDAOGICKÁ FAKULTA**

KATEDRA PEDAGOGIKY

Studijní obor: Učitelství českého jazyka a literatury pro
základní školy, Učitelství dějepisu pro základní školy

Bc. Eva Šamánková

**VÝZNAM MIMOŠKOLNÍ VÝCHOVY PRO
PLNOHODNOTNÝ ROZVOJ DÍTĚTE**

Diplomová práce

Vedoucí práce: PaDr. Jan Štáva, CSc.

2011

*Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala samostatně,
s využitím uvedených pramenů a literatury.*

.....
podpis autora práce

*Poděkování:
Zde bych chtěla poděkovat vedoucímu práce, za hodnotné rady a
odborné vedení diplomové práce.*

OBSAH

ÚVOD	6
1. TEORETICKÁ ČÁST	9
1.1. CO JE TO VOLNÝ ČAS	9
1.2. ZÁKLADNÍ POJMY PEDAGOGIKY VOLNÉHO ČASU	11
1.3. ORGANIZOVANOST VÝCHOVNÉHO PŮSOBNÍ	15
1.4. ZÁJMOVÉ ČINNOSTI	17
1.5. SPORTOVNÍ A TĚLOVÝCHOVNÉ ZÁJMOVÉ ČINNOSTI	21
1.6. TRENÉR – PEDAGOG – VYCHOVATEL	24
2. PRAKTICKÁ ČÁST	26
2.1. PRAVIDELNÁ ZÁJMOVÁ ČINNOST	26
2.2. VÝZKUM	29
2.2.1. CÍL VÝZKUMU	29
2.2.2. STANOVENÍ HYPOTÉZ	29
2.2.3. METODY VÝZKUMU	30
2.2.4. PREZENTACE DOSAŽENÝCH VÝSLEDKŮ	30
2.2.5. INTERPRETACE A VYHODNOCENÍ STANOVENÝCH HYPOTÉZ	37
2.2.6. SHRUTÍ VÝZKUMU	38
2.3. PŘÍLEŽITOSTNÁ (TÁBOROVÁ) ČINNOST	40
2.4. VÝZNAM HRY	41
2.5. PRAKTICKÉ VYUŽITÍ HER V TÁBOROVÉ ČINNOSTI	41
2.5.1. TOUR DE FRANCE – Bory u Křižanova 2008	44
2.5.2. MISE MISSOURI – Račice-Pístovice 2009	48
2.5.3. POTTERHLÉ RAMZOVICE – Ramzová 2010	52
2.5.4. KOSMICKÝ SHOWLET – Bory u Křižanova 2010	53
2.5.5. OBELIXIÁDA – Ramzová 2011	56

2.6. SHRnutí VÝZNAMU A PŘÍNOSU PŘÍLEŽITOSTNÝCH ZÁJMOVÝCH ČINNOSTÍ.....	59
ZÁVĚR.....	61
RESUMÉ.....	63
SUMMARY	64
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	65
PŘÍLOHY	67

ÚVOD

Výchova dětí a mládeže mimo školní vyučování je nedílnou součástí výchovně vzdělávací soustavy.

Každý člověk se během svého života začleňuje do různých prostředí, kde se účastní zájmových aktivit mimo své pracovní povinnosti. Získává při nich praktické zkušenosti, ale také i teoretické informace. Učí se je poznávat a vzájemně spojovat, nacházet v nich možnosti, které podpoří jeho vstup do dalších nových oblastí.

Volný čas je již dnes významnou součástí a oblastí rozvoje osobnosti, sociálního začlenění, individuálních předpokladů nebo životních ambicí. Proto právě volný čas dětí a mládeže oprávněně přitahuje mimořádnou pozornost.

Nároky na zhodnocování volného času se postupem času nejenom zvýšily, ale staly i samozřejmými. Nadále je potřeba tuto oblast rozvíjet, dále inovovat a demokratizovat. Podmínkou je také, aby jednotliví činitelé nepůsobili izolovaně, nýbrž ve vzájemných souvislostech a propojení.

Přesto však i tento pozitivní vývoj ohrožují a oslabují negativní vlivy mezi mladou generací (sociální vylučování, drogové a jiné závislosti, násilí fyzické ale i psychické, jakým je šikana apod.). Právě rozvíjením pozitivních a omezováním těch negativních tendencí současného stavu je třeba výchovně zhodnotit volný čas.

Míra organizovanosti a zajímavosti náplně volného času je jedním ze základních kamenů dobrého a správného rozvoje dítěte. Pedagogické ovlivňování a výchovné působení na děti, na volný čas a na děti ve volném čase je stěžejním tématem této práce.

O významu a nepostradatelnosti volného času v životě již bylo hodně řečeno a napsáno. Již od J.A. Komenského, přes další myslitele, kteří obohatili svými názory význam volného času, jakými byli například T. Moore, T. Campanella, K. Marx a převážně sociolog J. Dumanizere, jsme se dnes dopracovali k samostatné vědní disciplíně Pedagogika volného času. V současné době v tomto oboru velmi významně publikují převážně J. Pávková, B. Hájek, B. Hofbauer či J. Sýkora a mnoho dalších. To vše a mnohem více mě utvrdilo v názoru, že plnohodnotně strávený volný čas dětí a mládeže je nedílnou součástí správného rozvoje všech složek osobnosti dítěte.

Ve své práci se zaměřuji převážně na zájmovou činnost dětí a mládeže ve volném čase, tedy na to, jaké mají děti možnosti v oblasti zájmové činnosti, jak a které jsou využívány a pokud možno zjistit příčiny proč. Zároveň chci využít svých vlastních zkušeností se zájmovou činností, a to přesněji s činností tělovýchovnou, sportovní a prázdninovou.

Sportovní a tělovýchovné zájmové zaměření považuji za jedno z nejlepších v nabídce volnočasových činností. Sport má správné předpoklady a nabízí vhodné možnosti výchovně ovlivňovat rozvoj osobnosti. To nejen po stránce fyzické (síla, rychlost), ale také po stránce psychické a sociální (duševní vytrvalost, navozování sociálních vazeb a situací) a v neposlední řadě i po stránce zdravotní.

Ve sportovní zájmové činnosti působím již více jak deset let. Zkušenosti a podněty, které jsem za tu dobu získala, se staly základem zaměření mé práce. Měla jsem také to štěstí, že v rámci povinné pedagogické praxe během studia jsem mohla poznat i některé své svěřence přímo za školními lavicemi. Bylo pro mě velkým přínosem a zjištěním konfrontovat své vlastní poznání těchto dětí ve škole a mimo ni, tedy ve sportovní činnosti, na závodech, soustředěních apod., porovnat jejich chování, vnímání, chápání, vystupování a jiné další projevy jejich osobnosti.

Jádro této práce je tedy věnováno především sportovní zájmové činnosti, možnosti jejího pedagogického ovlivňování a pozitivního vlivu na rozvoj celé osobnostní složky jedince.

První část této práce je zaměřena na teorii pedagogiky volného času a volnočasových aktivit. Obsah této části práce čerpá z dosavadních výzkumů a poznatků v oboru výchovného vlivu na volný čas dětí a mládeže. Jsou zde shrnuty základní funkce výchovy mimo vyučování a její institucionální zajištění za podpory státu, ale také různých neziskových organizací a občanských sdružení.

Druhá část práce je vystavěna na podložení teoretických informací a poznatků pomocí vlastních zkušeností a vědomostí z praxe. Osobní angažovanost v oblasti volnočasových zařízení mi dala možnost mnohé poznat a přiblížit se tak problematice a významu volného času.

Stěžejním bodem praktické části práce je výzkum v oblasti mimoškolních zájmů u sportujících dětí a mládeže. Výzkumné šetření je zaměřeno na význam sportu a jeho možnosti na výchovné působení v rámci zájmové činnosti ve volném čase.

Cílem práce je zjistit a postihnout míru důležitosti a také potřebu výchovně ovlivňovat volný čas a činnosti v něm. Dále také osvětlit a nabídnout možnosti právě pedagogického působení na děti a mládež mimo školní výuku. Převážně tedy sportovní činnosti, jako jednu z možností využití volného času, a jejich význam a vliv při výchově dětí.

Jedním z neméně důležitých přínosů této práce k problematice volného času je její zaměření právě na sportující děti a mládež. Mediálně a částečně i vědecky propagovaný názor o špatném či nedostatečném využívání mimoškolního času ukazuje tato práce v poněkud jiném světle. Sportující děti a mládež ve sportovních oddílech mají správně a dostatečně zorganizovaný volný čas. Díky sportu jsou vedeny ke zdravému životnímu stylu a mají možnost plnohodnotně rozvíjet téměř všechny složky své osobnosti.

1. TEORETICKÁ ČÁST

1.1. CO JE TO VOLNÝ ČAS

Základním pojmem této práce bude pojem *volný čas*, proto pokládám za nezbytné alespoň stručně nastínit jeho význam a také jeho neoddiskutovatelný vliv na výchovu dítěte.

Volný čas je možno chápat jako opak nutné práce a povinností. Jedná se tedy o dobu, kdy si své činnosti vybíráme svobodně. Děláme je tedy dobrovolně a rádi a také nám přinášejí pocit uspokojení a uvolnění.

Existuje několik různých definicí pojmu volný čas. Dá se říci, že co vědec, to jiná definice. Běžně činnosti ve volném čase zahrnují odpočinek, rekreaci, zábavu, zájmové činnosti, dobrovolné vzdělávání, dobrovolné společensky prospěšné činnosti. Z hlediska dětí a mládeže do volného času nepatří vyučování a činnosti s ním související, základní osobní péče (o zevnějšek a osobní věci), povinné činnosti spojené s chodem rodiny, domácnosti, výchovného zařízení včetně veškerých časových ztrát s tímto spojených.

Pedagogický slovník definuje pojem volný čas takto: „*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). Na výchovu a vzdělání ve volném čase je zaměřena pedagogika volného času*“¹.

Zájmy ve volném čase zpravidla vypovídají nejen o kognitivní, ale také o emocionální sféře osobnosti.

Existují různé pohledy na volný čas. J. Pávková rozlišuje z celospolečenského pohledu pět hledisek²:

- *Ekonomické hledisko, podle něhož je důležité, kolik prostředků společnost investuje do zařízení pro volný čas, zda a jakým způsobem se alespoň část nákladů vrátí.*

¹ Průcha, J., Walterová, E., Mareš, J. *Pedagogický slovník*, 4. aktualizované vydání. 5. vyd., Praha: Portál, 2008, s. 274.

² Pávková J. a kol. *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času*. 1. vyd. Praha: Portál, 1999. str. 17-20.

- Hledisko sociologické a sociálně-psychologické, které sleduje, jak činnosti ve volném čase přispívají k utváření mezilidských vztahů, zda pomáhají tyto vztahy kultivovat.
- Politické hledisko nutně uvažuje, jak a do jaké míry bude stát svými orgány zasahovat do volného času obyvatelstva, jaká bude školská politika, zda v rámci školské soustavy bude věnována patřičná pozornost i zařízením pro ovlivňování volného času.
- Ze zdravotně-hygienického hlediska je především sledováno, jak lze podporovat zdravý tělesný i duševní vývoj člověka. Zdravotníky zajímá uspořádání režimu dne, respektování křivky výkonnosti jedince, hygiena prostředí i sociálních vztahů, hygiena duševního života. Správné využívání volného času se pozitivně projevuje ve zdravotním stavu člověka.
- Pedagogická a psychologická hlediska berou v úvahu věkové i individuální zvláštnosti a jejich respektování ve volném čase.

V raném dětství jsou to rodiče, kteří volí a rozhodují o způsobu trávení volného času svých dětí. Zde je rozhodující postoj rodičů, jak, kde a proč bude jejich dítě trávit volný čas. Způsob a důvody o tom rozhodnout jsou subjektivní. Nejčastěji jde o to, co by si rodiče přáli, co bude pro dítě nevhodnější k jeho potřebám a schopnostem nebo také vliv vlastních rodičovských zájmů, potřeb a koníčků.

Okolo 10-12let začíná již dítě mít větší povědomí o tom co ho baví, co by chtělo dělat. Zde pak nastává situace, zda u činnosti, kterou mu v nižším věku zvolili rodiče zůstane, opustí ji, či prohloubí nebo obmění.

Kritickým obdobím bývá puberta, konkrétněji věk mezi 15.-17.rokem, kdy se mění životní i sociální podmínky dítěte. Dokončení základní povinné školní docházky, nástup na střední školu, jejíž druh je již do vysoké míry podmíněn právě rozhodnutím dítěte. Jakou má představu o svém budoucím povolání, jaké má záliby a preference. Změnou školy se mění sociální prostředí, noví učitelé, spolužáci, prostor, změna sociální role, postojů a názorů.

„O volném čase dětí se hovoří jako o rizikovém faktoru. Jeho množství relativně vzrůstá, avšak kvantita neznamena nárůst kvality. Zanedbání

pedagogického ovlivňování volného času by mělo nedozírné následky. Narůstající závislost mladé generace na drogách a hracích automatech jsou toho důkazem“³.

Ve své práci nechci podrobně řešit problémovost pubertálního věku a jeho dopad na trávení volného času, ale bezpodmínečně zastávám názor, že pokud dítě nemá dostatečně a plnohodnotně zajištěný volný čas (myšleno tedy dobu mimo školní výuku), je náchylné, pod vlivem současného dobového trendu, ke sklouznutí do tzv. „partiček“. V horším případě až do situací a kontaktů na hranici zákona (vandalismus, drogové závislosti, šikana, apod.). Jednoduše řečeno: poflakování se jen tak bez cíle s partou kamarádů po parcích nebo dokonce po hospodách, nemá a nemůže mít dobrý vliv na výchovu. Obdobně negativní vliv na rozvoj dítěte má také trávení neuvěřitelnou spoustu času před televizí či počítačem. Jedním z velmi aktuálních úkolů současné společnosti je těmto jevům zamezit, nabídnout dětem a mládeži kvalitní využívání volného času širokou nabídkou volnočasových aktivit. Potřeba těmto vlivům zamezit byla také podnětem k vytvoření samostatné vědní disciplíny Pedagogika volného času. Jejím hlavním úkolem je vychovávat děti k tomu jak svobodně, ale také smysluplně trávit volný čas, tak, aby nás tyto činnosti naplňovaly.

1.2. ZÁKLADNÍ POJMY PEDAGOGIKY VOLNÉHO ČASU

Pojetí volného času a příslušná terminologie prošly od minulého století do současnosti vývojem, v němž se objevilo několik přístupů. Někdy se pro označení stejného jevu a souboru jevů souběžně užívaly odlišné výrazy. Z jejich různorodosti vykryštovala označení, jež nakonec převládla také v dokumentech mezinárodních, zejména evropských institucí, kde se – vzhledem k jejich základním jednacím jazykům – uplatňují především v anglické a francouzské podobě.⁴

Pedagogika volného času je „*disciplína pedagogiky, zaměřená na výchovné a vzdělávací prostředky napomáhající autonomnímu a smysluplnému využívání*

³ Pávková, J. a kol. *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času*. 1.vyd. Praha: Portál, 1999. str.20

⁴ Hofbauer, B. *Děti mládež a volný čas*. 1.vyd. Praha: Portál, 2004, str.15

volného času dětí, dospívajících i dospělých; v mnoha zemích zároveň studijní obor. Nabývá na významu díky některým protikladným jevům: roste množství volného času jako času, se kterým může člověk nakládat podle své vůle, a zároveň se tento prostor tzv. průmysl volného času a hromadné sdělovací prostředky snaží využít pro různé formy manipulace, zbavující ho právě jeho charakteristického znaku – svobodného využívání; roste výskyt nežádoucích forem chování (agrese, delikvence, zneužívání návykových látek), způsobených nudou („vakuum“) ve volném čase; relativně častý je i chorobný návyk na práci a únik před volným časem (workoholismus) aj. Důraz ve využívání volného času se postupně přesouvá od funkcí odpočinkových přes orientované na spotřebu k orientovaným na zážitek (prožitek). Za hlavní principy současné pedagogiky volného času se považují (Opaschowski):

1. autonomie činnosti, uvědomělý výběr subjektu, pohled na volný čas jako prostředek rozvoje osobnosti, upevňování zdraví, volný čas jako výzva a úkol osobnosti;
2. aktivita subjektu, překonání pasivní konzumace, rozvoj kreativity;
3. orientace na sociální kontakt, společné prožívání volného času s rodinou a přáteli;
4. spontaneita, uvolněnost, otevřenost pro nové;
5. zábava, radost, prožitek z činnosti;
6. uvolnění, odreagování, prostor pro znovunalézání smyslu.

Významnou metodou práce současné pedagogiky volného času je animace.“⁵

V rámci pedagogiky volného času se využívá několik důležitých pojmů:

Výchova pro volný čas = „rozvíjení schopnosti žáků oceňovat volný čas jako hodnotu, využívat ho smysluplně a racionálně pro svůj rozvoj, plánovat a vybírat si vhodné činnosti. Vztahuje se k intelektuálním, estetickým, tvořivým a výrazovým činnostem; k participaci a diváctví, k rekreaci a relaxaci. Je součástí všeobecného vzdělávání orientovaného na rozvoj osobnosti. Je: 1. realizována formou mezipředmětových témat ve všeobecně vzdělávacích předmětech; 2. podporována v mimotřídních činnostech a mimoškolním vzdělávání.“⁶

Výchova mimotřídní zahrnuje aktivity realizované školou mimo povinnou školní výuku. Jedná se například o činnosti probíhající souběžně s učebními

⁵ Průcha, J., Walterová, E., Mareš, J. *Pedagogický slovník*, 4.aktualizované vydání. 5.vyd., Praha: Portál, 2008, s. 162.

⁶ Průcha, J., Walterová, E., Mareš, J. *Pedagogický slovník*, 4.aktualizované vydání. 5.vyd., Praha: Portál, 2008, s. 278.

osnovami, ale mimo třídu. Ačkoli je uskutečňována ve škole, je dobrovolná a doplňující (školní knihovna, školní časopis, žákovská samospráva apod.)

Výchovu mimoškolní reprezentuje činnost uskutečňující se mimo školu, např. ve sdruženích a zařízeních volného času, tzv. aktivita „poškolní“.

Moderní koncepce školního vzdělávání počítají s tím, že mimo třídy a školy by měla probíhat významná část školního vyučování, aby se škola otevírala dalším prostředím a učení se více propojilo s praxí. Proto byly tyto pojmy v šedesátých letech nahrazovány širším a věcně správnějším vymezením – výchova mimo vyučování. Ani tento pojem ještě nevystihoval vztah k volnému času, jehož součástí tato oblast byla. Jeho předností však bylo komplexní pojetí charakterizované rozhodováním samotného dítěte a mladého člověka o vstupu do aktivit a o účasti na nich, uskutečňováním volného času mimo bezprostřední vliv rodiny a mimo povinné vyučování, jeho realizace prostřednictvím specifických činností a institucí.⁷

Výchova ve volném čase – sem patří veškeré působení v časovém prostoru, který neslouží realizaci základních biologických potřeb ani školních nebo pracovních povinností. Dobrovolnost účasti na volnočasové činnosti umožňuje do výchovného procesu včleňovat samotné děti a mladé lidi jako jeho aktivní činitele a vytvářet tak nové možnosti a specifické způsoby jejich formování.

Výchova prostřednictvím aktivit volného času – směřuje jednak k utváření individuálních rysů účastníka činnosti, jednak k jeho působení mezi druhými lidmi. Východiskem i cílem aktivit je osvojovat si nové znalosti, dovednosti a kompetence „uvnitř“ oblasti volného času. Současně však volnočasové aktivity tuto oblast v mnohém překračují (např. přechodem od individuální zájmové orientace k volbě budoucího povolání, osvojováním zdravého způsobu života nebo hodnot demokratického občanství, veřejně prospěšnou činností).

Výchova k volnému času – zahrnuje reflexi samotného volného času, cílevědomé odkrývání a využívání obsahů činností a různých způsobů jeho využívání. Výchovu k volnému času lze tak právem pokládat za klíč k otevírání nových možností aktivit a rozvoje člověka, za motor, který celému úsilí dává potřebnou orientaci a dynamiku.

Posláním **pedagogiky volného času** je analyzovat dosavadní vývoj právě uvedených oblastí, vnášet do nich nové podněty a iniciativy a harmonizovat jejich

⁷ Hofbauer, B. *Děti, mládež a volný čas*. 1.vyd. Praha: Portál, 2004, str.15-16

řešení. Děti a mladé lidi vzdělávat a motivovat, aby se za pomoci dospělých a později i samostatně učili aktivity a realizační způsoby správně volit a zvládat, ve prospěch rozvoje jich samotných, jejich sociálního okolí, společnosti a přírody.⁸

Výchova formální je systémem aktivit uskutečňovaných ve školách nebo v odborných vzdělávacích zařízeních. Je zajišťována nebo podporována státem, věkově odstupňována od základního po vysokoškolské vzdělání, zakončení formálního stupně vzdělávání je potvrzováno dokladem o absolvování. Patří sem tradiční vzdělávání uskutečňované ve škole, dálkové studium na středních a vysokých školách, distanční vzdělávání zprostředkované médii na základě připravených programů. Patří sem mimo jiné i základní umělecké školy v oblasti zájmových činností esteticko-vzdělávacích.

Výchova informální (neboli také rozptýlená, získávání vědomostí a rozvoj osobnosti bez institucionálních začlenění) je učením vyplývajícím z každodenního kontaktu a zkušeností s rodinou, prací, přáteli, živelně vznikajícími skupinami vrstevníků, médii a vlivy dalších činitelů, kteří působí v blízkých životních prostředích. Může probíhat cíleně, obvykle je však toto působení nezáměrné, neorganizované, nesystematické a nekoordinované.

Výchova neformální je cílená a strukturovaná aktivita mimo formální výchovný systém (např. činnost v útvaru zájmové činnosti, jako je zájmový kroužek, umělecký soubor nebo sportovní družstvo, členství ve sdružení dětí a mládeže). Zpravidla neprobíhá ve škole nebo v odborném vzdělávacím zařízení a nebývá zakončena udělením osvědčení. Hlavním rozdílem mezi výchovou informální a neformální je skutečnost, že informální výchova je víceméně dána postavením dítěte a mladého člověka ve společnosti a neuskutečňuje se z jeho rozhodnutí. Neformální výchova od dítěte a mladého člověka naopak vychází, realizuje se prostřednictvím jeho dobrovolné činnosti a má nejbližší k výchově ve volném čase.

Vymezují ji tyto rysy:

- je součástí koncepce a praxe celoživotní výchovy a vzdělávání
- zahrnuje svobodu a dobrovolné rozhodování o účasti na aktivitách, jež poskytují nejen věcné a odborné znalosti a dovednosti, nýbrž také šířeji pojaté schopnosti, sociální kompetence a hodnoty
- obsahuje prvky demokratismu

⁸ Hofbauer, B. *Děti, mládež a volný čas*. 1.vyd. Praha: Portál, 2004, str.18

Význam neformální výchovy roste i proto, že systémy formální výchovy nemohou plně dostát všem dnešním výzvám a požadavkům na přípravu mladé generace. Neformální výchova tak přejímá doplňující, přesto však nezastupitelnou úlohu. Neformální výchova je na základě dosavadních zkušeností pokládána za jeden ze způsobů rozvoje demokratické společnosti a respektování práv člověka.

Pojmy vztahující se k volnému času tedy berou za svoje východisko oblast lidského života, pojmy výchova formální, informální a neformální, zdůrazňují různé aspekty a míru institucionalizace a organizovanosti výchovného působení. Oba přístupy odrážejí realitu, liší se zorným úhlem svého přístupu a oba jsou v tomto směru opodstatněné.⁹

1.3. ORGANIZOVANOST VÝCHOVNÉHO PŮSOBENÍ

V České republice dětem a mládeži nabízejí zájmovou činnosti nejčastěji střediska pro volný čas dětí a mládeže, školní kluby, školní družiny, školy, občanské iniciativy, církevní instituce a také komerční zařízení.

Institucionální zajištění volného času

Školy se na ovlivňování volného času podílí svými mimovyučovacími aktivitami, programy mimo vyučování například na školách v přírodě, výlety, akademii, apod.¹⁰

Vyhláška Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy č. 74/2005 Sb., o zájmovém vzdělávání rozděluje zařízení na střediska volného času, kam patří domy dětí a mládeže a stanice zájmových činností. Dále je dělí na školní kluby a školní družiny.

Střediska volného času jsou určena dětem, žákům, studentům, pedagogickým pracovníkům, popřípadě i dalším osobám. Zpravidla vykonává svoji činnost po celý školní rok, a to i ve dnech, kdy neprobíhá školní vyučování. Účastníkům zájmového vzdělávání mohou poskytovat metodickou, odbornou, popřípadě materiální pomoc. Pokud středisko nabízí celé spektrum volnočasových aktivit, nazývá se dům dětí a

⁹ Hofbauer, B. *Děti, mládež a volný čas*. 1.vyd. Praha:Portál, 2004, str. 18-20

¹⁰ více na www.msmt.cz

mládeže. Pokud se specializuje na konkrétní oblast zájmového vzdělávání, nazývá se stanice zájmových činností.

Školní družina je určena žákům prvního stupně základní školy v době mimo vyučování a v době školních prázdnin. Má funkci výchovnou, vzdělávací a rekreační a do jisté míry plní i funkci sociální. Její činnost pobíhá zejména v době po skončení vyučování, do konce pracovní doby rodičů, ale také před vyučováním (tzv. ranní družina). Je určena pro mladší věkové kategorie.

Školní kluby jsou na rozdíl od školní družiny určeny žákům druhého stupně základní školy a žákům víceletých gymnázií (nejvýše však do věku odpovídajícímu ukončení povinné školní docházky). Svojí činností odpovídají zhruba obsahu práce školní družiny, avšak jsou organizačně přizpůsobeny kategorii starších žáků. Jejich činnost je zaměřena zejména na zájmové aktivity provozované ve volném čase.¹¹

Hlavní funkce výchovy mimo vyučování¹²:

- výchovně-vzdělávací funkce je uskutečňována prakticky v každém dětském organizovaném kolektivu, kde vedoucí tohoto kolektivu se vždy snaží svým svěřencům předat vědomosti, dovednosti a návyky.
- zdravotní funkce, která je naplňována jednak vedením ke zdravému životnímu stylu, střídáním činností různého charakteru, pohybovou činností a napomáhá k získání a upevnění nezbytných hygienických návyků.
- sociální funkce - péče o děti během pracovní doby rodičů, vyrovnávání rozdílů mezi různými sociálními typy dětí, vytváření žádoucích sociálních vztahů
- preventivní funkce

Samotná volba způsobu, jak trávit volný čas, je u nižších věkových kategorií pouze relativní. Do značné míry závisí na vůli rodičů, eventuálně na působení školy a dalších subjektů. Pochopitelně se tato závislost postupem času s vyšším věkem dítěte zmenšuje.

Sociolog Joffre Dumazedier (1915-2002), který významně obohatil teorii volného času, rozlišuje tři složky volného času:

Složka relaxační, kam počítáme veškerý odpočinek, kromě toho, který je nezbytný pro biologicky podmíněnou obnovu našich sil, tedy zahálení, lenošení, a odpočinek všeho druhu, kromě fyziologicky nutného odpočinku.

¹¹ Hájek, Bedřich. *Děti, vedoucí, volný čas*. 1.vyd. Praha: IDM MŠMT, 2004, str. 33

¹² Hájek, Bedřich. *Děti, vedoucí, volný čas*. 1.vyd. Praha: IDM MŠMT, 2004, str. 37

Složka zábavy, do níž zahrnujeme především aktivní odpočinek, včetně tzv. receptivních činností.

Složka sebevzdělávací a vzdělávací, kde si děti rozšiřují svůj obzor vědomostí i své dovednosti. Patří sem činnost ve spolcích, občanských sdruženích a různých podobných organizacích.¹³

1.4. ZÁJMOVÉ ČINNOSTI

Zájmová činnost se chápe jako cílevědomá aktivita zaměřená na rozvíjení individuálních potřeb, zájmů a schopností. Zájmy často souvisejí s celkovým zaměřením jedince na činnosti a věci, které ho upoutávají.

V jednotlivých činnostech (kroužcích) dochází k uspokojování již existujících potřeb jedince. Nejde jen o uspokojování toho, co mě baví, ale jde o soustavnou práci (činnost), kde mladý člověk rozvíjí a prohlubuje své nadání a své dary, které mu byly dány, nebo díky určitým činnostem, které v sobě může ještě objevit. Jde tedy o emocemi doprovázené úsilí, vytrvalost a důslednost k dalšímu pozitivnímu rozvoji. Zájem o určitou aktivitu vychází z touhy po příjemné činnosti, ale také z potřeby naučit se zvládat situace.

Zájmové činnosti působí jako formy aktivního odpočinku, jelikož jsou vždy realizací osobní záliby dítěte. Na rozdíl od školního vyučování mají zájmové činnosti tyto specifika (podle J. Pávkové):

- dobrovolnost a samostatné rozhodování
- program závislý spíše na úrovni zájmu
- větší prostor pro individuální přístup
- relativní časová neohraničenost
- možnost realizace v motivačním prostředí

Rozvoj a prohlubování zájmů přispívají také ke zvyšování odborných dovedností a vědomostí. Existuje několik forem zájmového vzdělávání - pravidelné a příležitostné, v zařízení či mimo zařízení, individuální (např. práce s talentovanými jedinci) či skupinové a organizované nebo spontánní. Ve směrnících a pedagogické

¹³ Hájek, Bedřich. *Děti, vedoucí, volný čas*. 1.vyd. Praha: IDM MŠMT, 2004, str. 26-28.

praxi se průběžně objevují také pojmy, vyjadřující různou míru organizovanosti výchovného působení ve volném čase.

Činnost spontánní se uplatňuje individuálně nebo ve skupině podle aktuálního zájmu účastníků a je pedagogicky a výchovně ovlivňována nepřímo. Spontánní aktivity jsou přístupny všem zájemcům a nemají stanoven čas začátku ani konce. Pedagogický pracovník vystupuje jako rádce, konzultant nebo motivující činitel, jenž současně zajišťuje bezpečnost účastníků.

Zájmová činnost příležitostná zahrnuje organizování, jednorázové ale i cyklické - rekreační, oddechové nebo vzdělávací aktivity. Je časově ohraničena, přímo řízena pedagogem a současně umožňuje a podněcuje spoluúčast dětí a mládeže. Může probíhat v místním, regionálním, celostátním a mezinárodním měřítku.

Zájmová činnost pravidelná se uskutečňuje celoročně v pravidelných intervalech pod vedením kvalifikovaného vedoucího. Inspiruje vznik různých způsobů zájmových útvarů (kroužků, uměleckých souborů, sportovních družstev, aj.). Jejím cílem je osvojit si nové vědomosti, dovednosti a prohloubit kladný vztah k předmětu zájmu.¹⁴

Nejen míra organizovanosti, ale také druh zaměření odlišuje různé zájmové činnosti. Podle oboru zaměření se dělí na společenskovední, pracovně-technické, přírodovědné, estetickovýchovné (výtvarné, hudební, literárně-dramatické) a tělovýchovné.

Společenskovední zájmové činnosti zahrnují činnosti, které vedou jak k poznání aktuálního společenského dění, tak i některých historických souvislostí. Pěstují vztah k vlasti, k mateřskému jazyku, k demokratickým a humanistickým tradicím našeho národa. Základními oblastmi společenskovedního zaměření jsou výchova k vlastenectví, k partnerství či rodičovství, společenská výchova, sběratelství nebo také jazykověda.¹⁵

Zájmové činnosti pracovně-technické napomáhají k systematickému zdokonalování manuálních dovedností, obohacují vědomosti o technické poznatky i umožňují aplikaci těchto poznatků v praxi. Prostřednictvím mnohostranné činnosti se prohlubuje zájem žáků o tvořivou práci, o přiměřenou účast na řešení současných

¹⁴ Hofbauer, B. *Děti, mládež a volný čas*. 1.vyd. Praha:Portál,2004, str. 21

¹⁵ více viz Pávková J. a kol. *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času*.1.vyd.Praha:Portál, 1999. str. 98

problémů vědy a techniky. Pracovní-technické zájmové činnosti by měly podporovat přirozenou touhu dětí po aktivním uplatnění v oblasti techniky, rozvíjet jejich technické myšlení a představivost. Zájmovou aktivitu dětí významně ovlivnil rozvoj nových, společensky důležitých oborů (kybernetiky, elektrotechniky, elektroniky, výpočetní techniky apod.). Pracovní-technické zájmové činnosti tak přispívají k profesní orientaci žáků a seznamování s nejnovějšími odbornými poznatky. Přípravují je na úkoly, které je v dospělosti čekají.¹⁶

Přírodovědné zájmové činnosti vedou k prohlubování vědomostí o přírodě, pěstují vztah k její ochraně. Spontánního zájmu dětí o živou i neživou přírodu a citového vztahu ke všemu živému lze využít k formování pocitu morální odpovědnosti za ochranu přírody a k vytváření správných postojů k životním hodnotám. Nejčastější činností je pozorování přírody na vycházkách. S přibývajícím věkem stoupá zájem o specializované činnosti (rybářství, včelařství, pěstitelství apod.).¹⁷

Estetickovýchovné zájmové činnosti (výtvarné, hudební, literárně-dramatické) utvářejí a formují estetické vztahy dětí k přírodě, společnosti a jejím materiálním a kulturním hodnotám. Činnosti jsou zaměřeny na rozvíjení výtvarného, hudebního, literárního, dramatického a hudebně-pohybového projevu, na kulturu chování a výchovu vkusu, rozvoj tvořivosti.

Pro estetickovýchovnou zájmovou činnost jsou významné všechny aktivity, ve kterých se uplatňuje estetický vztah ke skutečnosti – kulturní akce, různé typy exkurzí, přehlídky činností apod. Zvláště významné jsou vlastní tvořivé aktivity. Tyto činnosti přinášejí nové a emocionálně cenné zážitky a stávají se i silným motivačním prvkem.¹⁸

Zájmové činnosti tělovýchovného, sportovního a turistického zaměření přispívají k fyzické zdatnosti a psychické odolnosti. Pravidelné provádění některé z těchto činností pomáhá řešit problém klesající tělesné zdatnosti dětí. Přiměřená pohybová aktivita je podmínkou zdravého vývoje.

Oblast tělovýchovy je pro děti přitažlivá a ze zdravotního hlediska potřebná. Pro všeobecný rozvoj pohybových schopností je nutná všestrannost. Význam je

¹⁶ Pávková, J. a kol. *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času*. 1.vyd. Praha: Portál, 1999. str. 98-99

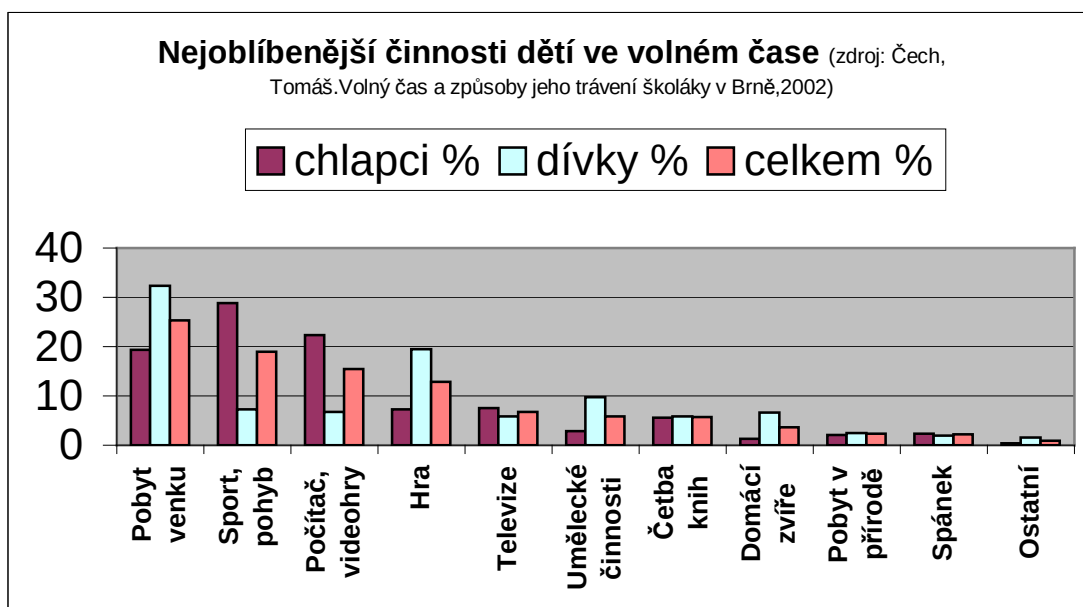
¹⁷ Pávková, J. a kol. *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času*. 1.vyd. Praha: Portál, 1999. str.99-100

¹⁸ Pávková, J. a kol. *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času*. 1.vyd. Praha: Portál, 1999. str.100

příkládán také činnostem, které možno realizovat v přírodě. Těmto požadavkům nejlépe vyhovuje turistika, která mimo jiné poskytuje také mnoho možností k plnění specifických úkolů všech výchovných složek. Některé činnosti se mohou úspěšně a efektivně vykonávat pouze ve spolupráci se zájmovými a sportovními organizacemi, občanskými sdruženími apod.¹⁹

V současnosti vyvíjí v České republice soustavnou sportovní nebo tělovýchovnou činnost více jak 20 000 lokálně působících klubů a jednot a více jak 150 sportovních svazů s celostátní působností. Občanská sdružení v tělesné výchově a sportu však hodnotí současné možnosti svého působení spíše kriticky. Zdůrazňují totiž, že bez podpory státu a obcí je spolková tělovýchova a sport vážně ohrožena právě zejména mezi mládeží.²⁰

Volba zájmové činnosti závisí na několika faktorech. Jedním z hlavních faktorů je pohlaví a věk dítěte. Zatímco děvčata preferují častěji esteticky zaměřené činnosti, u chlapců jsou to spíše tělovýchovné, sportovní či pracovně-technické činnosti. Nezbytně také způsoby a kvalita využívání volného času závisí na možnostech jednotlivých lokalit (městské části, nabídka škol, institucí pro volný čas) a dostupnosti sportovišť.

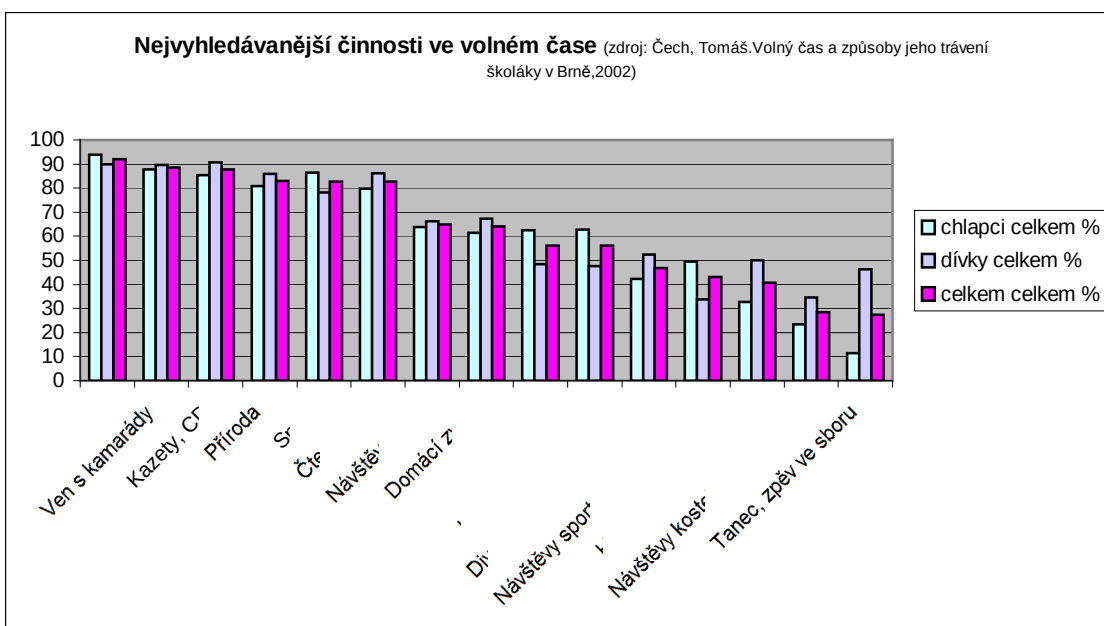


Výzkumy prokazují, že sport a pohybové aktivity stále patří mezi jedny z nejoblíbenějších činností ve volném čase. Bohužel to však neznamená, že by děti ve volném čase sport a pohybové činnosti aktivně vyhledávaly. Jak je patrné

¹⁹ Pávková, J. a kol. *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času*. 1.vyd. Praha: Portál, 1999. str.

²⁰ Sekot, A. *Sport a společnost*. 1.vyd. Brno: Paido, 2003, str.125

z příložených grafů, výzkumy prokazují, že mezi nejvyhledávanějšími činnostmi patří sport až na páté místo. Častěji tedy děti a mládež tráví více času u televize nebo venku s kamarády, ačkoli sport je uváděn jako druhá nejoblíbenější činnost.



Toto je jeden z mála problémů pedagogiky volného času a výchovy mimoškolní. Trendem současnosti je být nezávislý, a to nejen u dospělých, ale postupem času také u dětí. Problém v poskytnutí dětem a mládeži zajímavé, plnohodnotné, efektivní a případně vzdělávací trávení volného času tkví převážně v rodině – špatná výchovná funkce, vysoké nároky, ekonomická a finanční situace rodiny, ale také v pasivitě dětí či v nesprávném výběru činnosti.

Jedním z hlavních úkolů pedagogiky volného času je tedy poskytnout širokou nabídku dostupných a dostatečně přitažlivých činností pro děti a dospívající mládež.

1.5. SPORTOVNÍ A TĚLOVÝCHOVNÉ ZÁJMOVÉ ČINNOSTI

Kromě zdravé rodiny a rozumně vedené školy, jsou to také společenské organizace, včetně sportovních a tělovýchovných, které mají velký vliv na výchovu mladé generace. Cílem tělovýchovné zájmové činnosti je poskytovat dětem a mládeži co nejvíce pohybových podnětů, podporovat a soustavně rozvíjet jejich

pohyblivost, obratnost, postřeh, rychlost, rozvoj síly, rovnováhy, vytrvalosti a orientace. Vezme-li v úvahu také hru jako sport, rozvíjí se při ní tvořivost a nezištnost.

Jak je již výše uvedeno, sportovní a tělovýchovné aktivity patří u dětí a mládeže mezi nejvyhledávanější. Pohybové činnosti jsou vyhledávané mimo jiné těmi jedinci, kteří nevynikají v ostatních oblastech, nebo se potýkají s problémy (např. nízkým pracovním-technickým či estetickým nadáním). Pravidelné sportování a to i neorganizované podporuje získávání a osvojování si pozitivní sebedůvěry, vytrvalosti a zdravého životního stylu. Děti se učí odpovědnosti a osobnostní vyrovnanosti. Kolektivní sport nabízí možnost ke komunikaci, spolupráci, pomáhá překonat uzavřenost a bojácnost. Ačkoliv současná společenská situace nás nutí pohlížet na sport také z negativního hlediska (např. úrazovost), převážně u vrcholových sportovců (ekonomické náklady, podvody, dopingové aféry, apod.), jeho pozitivní projevy na rozvoj fyzický i osobnostní je neoddiskutovatelný.

Věřím, že pomocí, nebo spíše skrze sport můžeme dětem a mládeži dát více než jen rozvoj pohyblivosti a síly. Prostředí a skupina, která se s daným sportovním odvětvím pojí, ovlivňuje a napomáhá utváření osobnosti.

Děti patří k nejdůležitějším přispěvatelům k úspěchu sportu v současné době a to jak vlastní praktickou činností tak zároveň i jako diváci. Již v raném věku si děti začínají hrát a soutěžit, všeobecně jsou všechny sporty považovány za příznivě přispívající k fyzickému i mentálnímu rozvoji dítěte. Pomáhají učit se pravidlům a respektovat je, podporují rozvoj schopnosti soustředění, učí zodpovědnosti a budují sebedůvěru. Sportování nejsou jen rekordy, je to především příjemná činnost a zábava v kruhu přátel²¹.

Jedinec se v systému sportovního tréninku začleňuje do vztahů, které jsou sociálně významné a s nimiž on spojuje svůj osobní smysl, protože do těchto vztahů vstupuje na základě svého dobrovolného rozhodnutí a dobrovolně v nich setrvává.

Různé druhy sportů nabízejí různé možnosti výchovného působení. Je třeba odlišit pozitiva i negativa a podmínky kolektivních sportovních her či individuálních sportů. U kolektivních sportů (např. fotbal, hokej, basketbal aj.) závisí konečný výsledek na způsobu spolupráce celé skupiny, tedy týmová práce. Individualita jedince je podmíněna jeho schopností vyniknout ve skupině a zároveň respektovat

²¹ Perič, Tomáš. *Sportovní příprava dětí*. 1.vyd., Praha: Grada Publishing, a.s., 2004, str.18

zákonitosti fungování kolektivu a spolupráce. Výjimečně nadaný jedinec může při správném postupu svým talentem podpořit práci celé skupiny a posunout ji dále, k lepším výsledkům.

Na druhou stranu u individuálních sportů se může zdát, že podstata dobrého výkonu je pouze daná schopnostmi a možnostmi jednoho člověka. Pravda je však někde mezi, sportovec se utváří v tréninkovém kolektivu a je nezbytné, aby s tímto kolektivem spolupracoval. V tomto případě slouží kolektiv k podpoře individuálního a lepšího výkonu.

Jednoduše lze konstatovat, že u kolektivních sportů pomáhá jedinec povznesení celé skupiny, kdežto u individuálních sportů podporuje často kolektiv k vyšším výkonům jednotlivce. Tvorba jakéhokoliv kolektivu je vždy důležitá na správný a plnohodnotný rozvoj jednice.

Individuálním sportem, kde je zapotřebí dobrého kolektivního tréninku případně alespoň jednoho sparing partnera, je plavání. Jako sport je plavání mediálně a společensky propagované coby jeden z nejzdravějších pohybů podporující správné držení těla. Což však platí pouze na kondiční úrovni. U závodních a vrcholových plavců se postupem času projevují i zdravotní problémy, například s klouby, či jiné svalové indispozice. Plavání je výjimka potvrzující pravidlo. Ačkoliv se jedná o individuální sport, vytvářením kolektivních družstev na trénincích, podporuje (stejně jako ostatní sporty) kolektiv, týmovou práci a vytváří prostor pro vztahy, typické pro skupiny. Vztahy nejen v jednom tréninkovém družstvu, ale také vztahy s ostatními družstvy ať u v domovském oddíle či v konkurenčním.

Atraktivita pohybových aktivit ve vodě spočívá zcela jistě v odezvě působení vodního prostředí na náš organismus, ale je vázána i na obsah pohybového programu ve vodě. Při plavání dochází k rozvoji koordinaci pohybu, rovnoměrnému zatěžování všech svalových partií, správnému dýchání (rozšiřování plicní kapacity), celkovému prokrvování těla a převážně ke zdravému otužování těla. Všechny tyto dovednosti se učí praktikovat automaticky, cyklicky bez přímého uvědomování si těchto činností.

Již samotným vstupem na bazén se děti nenásilně učí k samostatnosti. Děti, a to i ty nejmladší, se musí sami převléct, osušit, vědět kde mají všechny svoje věci a hlídat si je. Následně také v případě účasti na závodech se požadavky samostatnosti postupně zvyšují. U starších, již zkušenějších závodníků, je patrná jejich samostatnost v každém nástupu na start. Dokáží si najít, ve které rozplavbě a na jaké

dráze startují, zjistit a najít si konkurenční závodníky a také odhadnout možnosti na výsledek a jejich umístění.

Při sportování (a to nejen při plavání) jsou děti-sportovci vedeni mimo jiné i k odpovědnosti. Jednou z možností jak jim ji vštípit, je například jejich povinnost vést si tréninkový deník, do něho si zaznamenávají nejenom náplň jednotlivých tréninků a soutěží, ale v neposlední řadě také jejich vlastní pocity a pohledy na dané tréninky a soutěže či závody. V ideálním případě by si do deníku měly zapisovat osobní pohled na to, co se jim povedlo, co nepovedlo, vlastní pocity a zážitky, ale také vnitřní názor na jejich úlohu a roli v kolektivu.

1.6. TRENÉR – PEDAGOG – VYCHOVATEL

Osobnost trenéra je podstatnou složkou v celém sportovním procesu. Vystupuje jako učitel, vychovatel, rádce a v ideálním případě také jako kamarád. Musí mít nejen odborné znalosti v daném sportovním odvětví, ale musí znát i základy pedagogiky a psychologie, obory bez kterých se neobejde, chce-li dobře a správně vést své svěřence. Musí vnímat jejich osobní harmonický růst a být ochoten věnovat čas. Čas nejen pro samotný sportovní trénink, ale především čas pro své svěřence, naslouchat jim, vnímat jak se projevují a umět s nimi jednat. Trenér učí své svěřence nejen sportovním dovednostem, ale také je vede k odpovědnosti (např. psát si tréninkový deník), podporuje jejich vytrvalost, motivuje je do dalších výkonů. Komunikuje se skupinou, ale také s jednotlivci zvlášť osobně. Správný trenér by měl své svěřence znát a rozumět jim, aby dokázal odhadnout jejich možnosti, případně odhalit problém dříve než ve skutečnosti nastane.

U sportovců je více než kde jinde potřebná vzájemná důvěra mezi sportovcem a jeho trenérem. Pomáhá jim překonat únavu, bolest, stresové situace, ale také vyrovnat se s neúspěchem. Z okruhu kvalifikovaných sportovních trenérů se také ozývají hlasy o nedostatečné přípravě do praxe v ohledu pedagogickém a psychologickém, například na problémy s kázní či motivací, nebo sociální a psychologické problémy²².

²² Výzkumné šetření sportovních trenérů na Fakultě sportovních studií

Kvalifikovaný trenér by měl vést trénink nejen s ohledem na zlepšení kondice, snížené hmotnosti, výkonnosti apod., ale také tak, aby předcházel úrazům. Musí vědět do jaké míry je sportovec připraven na požadovaný výkon a nemotivovat sportovce nebo sportovní kolektiv na výsledek, který není momentálně v jeho silách. Samozřejmě by měl umět pracovat i s případnými anatomickými abnormalitami, svalovými a šlachovými disbalancemi či různými přidruženými chorobami.

Důležitým úkolem trenéra je učit děti samostatnosti a zodpovědnosti v rozhodování. Mnoho trenérů chápe děti jako nesvéprávné (u těch nejmenších to platí), ale s přibývajícím věkem se situace mění. Proto by dobrý trenér měl podporovat chuť projevit se, diskutovat o možnostech, řešit problémy a být tvůrčím přínosem v družstvu. S přibývajícími roky dětí může trenér vhodně využívat různých pobídek a iniciativ, kterými děti postupně učí zapojovat se do procesu rozhodování a zodpovědnosti za tato rozhodnutí. Samozřejmě trenér musí pomáhat a radit i v mnoha oblastech mimo sport – škola, vztahy mezi kamarády, osobní problémy apod. Trenér by měl především učit děti dovednosti jak žít svůj život, jak být nezávislý, jak se poučit z omylu. Měl by se stát partnerem, který jim může pomoci ukázat jak překonávat problémy a jak se stát úspěšným členem společnosti.²³

Všemi dovednostmi ale hlavně svojí otevřenou autoritou se trenér stává nezastupitelnou součástí života sportovce, tedy i významným činitelem ve struktuře volnočasových aktivit.

²³ Perič, Tomáš. *Sportovní příprava dětí*. 1.vyd., Praha: Grada Publishing, a.s., 2004, str. 123-124.

2. PRAKTICKÁ ČÁST

O významu pohybových aktivit v běžném životě snad již není potřeba nikoho přesvědčovat. Sedavé zaměstnání, nevhodné stravovací návyky a pracovní stres, jsou téměř samozřejmými průvodci většiny dospělé populace. Ovšem setkáme se nejenom s nimi. Obezita, vysoký krevní tlak a vysoká hladina cholesterolu v krvi jsou často předzvěstí srdečně cévních potíží i mozkových příhod. A právě přiměřená pohybová aktivita může velké množství těchto negativních civilizačních chorob eliminovat nebo alespoň zmírnit jejich riziko²⁴.

Zaměřím se tedy přímo na svoji vlastní praxi v oblasti zájmové činnosti tělovýchovné a sportovní. Vzhledem k mým vlastním zkušenostem z mládí, kdy jsem ke sportu a pohybovým činnostem byla vedena, se sport a pohyb staly pro mě naprosto přirozenou a nezbytnou součástí života. Organizovaně naplánovaný volný čas mého dospívání byl základním kamenem, mého přesvědčení, o důležitosti a významu volnočasových aktivit převážně pro děti a mládež.

Z mnoha činností, které jsem během svého dětství a dospívání provozovala (hra na klavír, tanec, lyžování, volejbal, bruslení aj.), jsem se až do dospělého věku nejvíce a intenzivně věnovala plavání. Tím, že plavání je sport prostupující celou naší rodinou, jsem byla k trénování tak nějak předurčena. Od svých 14 let jsem začínala pomáhat pracovat s těmi nejmenšími dětmi (3-10let) v plaveckých kurzech. Postupně jsem získala kvalifikaci trenéra i rozhodčího III.třídy.

Během mé aktivní trenérské činnosti a postupně i pedagogického působení na děti a mládež jsem nasbírala již řadu informací, materiálů a zajímavých podnětů o významu sportu, jako jednoho z mnoha činitelů mimoškolní a zájmové výchovy.

Následující část práce je věnována právě významu sportu pro plnohodnotný rozvoj dětí a mládeže.

2.1. PRAVIDELNÁ ZÁJMOVÁ ČINNOST

Sport se stává jedním z významných fenoménů současné společnosti. Popularita, již dosahují špičkoví závodníci, pozornost, jaká je věnována významným

²⁴ Perič, Tomáš. *Sportovní příprava dětí*. 1.vyd., Praha: Grada Publishing, a.s., 2004, str.21-22

sportovním soutěžím v masových médiích a snaha o prosazení sportovců vlastní země na mezinárodním poli, jako jistá forma ukázky kvality státního systému, zvyšují ještě více tlak na jednotlivé závodníky, na jejich připravenost. Pro dosažení maximálních výkonů již dávno nestačí pouhé krátkodobé zaměření tréninku, ze sportovní přípravy se stává dlouhodobý proces, který začíná již v relativně nízkém věku.

Z těchto důvodů existuje speciální oblast tréninkového procesu, která se nazývá sportovní příprava dětí. Jejím hlavním rysem je přípravný charakter, ve kterém se budují základní kameny stavby zvané vrcholový výkon. Protože děti nejsou malí dospělí, do dospělosti se vyvíjejí, měl by si trenér klást nejen otázky co a jak trénovat, ale také proč trénovat, jaký je smysl sportovní činnosti v dětském věku. Měl by se vyznat v tom, co je přiměřené danému věku, jaké činnosti mohou děti rozvinout či naopak poškodit. Nelze přehlížet ani otázky, kdy s tréninkem začít a jak mají vypadat první kroky mladých sportovců.

Trénink dětí nevychází z filosofie tréninku dospělých, kterou je znalost dávkování zatížení. Má úplně nová východiska, spočívající především v nácviku a rozvoji pohybových dovedností a schopností. U dětí by měl být trénink zaměřen na to, kolik dovedností a v jaké kvalitě zvládnou, jak jsou šikovné a v neposlední řadě také to, jak je sportování baví a těší. Děti si potřebují především hrát, bavit se a čím jsou menší, tím více. Trénink by se měl zaměřovat nejen na oblast rozvoje pohybových schopností a dovedností, ale také na prožitek dětí, radost z pohybu, atmosféru kamarádství a společných dobrodružství, které mohou přinést úžasné vzpomínky na celý život. Proto se trenéři dětí musí orientovat v celé řadě oborů.²⁵

Zajímavost tréninků je základem motivace do dalšího zapojení dítěte do dané aktivity. Je nezbytná tedy pestrost, časté obměny a zaměření tréninků tak, aby povzbudily zvědavost a zájem dětí o daný sport vůbec.

Účast na trénincích je pravidelnou celoroční činností. Několikrát do týdne absolvují sportovci jedno až dvouhodinové tréninkové jednotky. Prochází tak celoročním plánem tréninku - při plavání například od vytrvalostních, technických, rychlostně vytrvalostních až po rychlostní tréninky.

Plavání je celoročním sportem, nikoliv sezónním (jako například hokej). Sportovní sezóna tak pravidelně začíná na konci měsíce srpna nebo začátkem září.

²⁵ Perič, T. *Sportovní příprava dětí*. 1. vyd., Praha: Grada Publishing, a.s., 2004, str. 18-19

Téměř u všech výkonnostních úrovní²⁶ dětí se začíná vytrvalostními, delšími až dlouhými plaveckými tratěmi. Jedná se o jakési rozplavání, zvyknutí si na vodu, plavecké pohyby, ale převážně na správnou plaveckou polohu těla na vodě u všech plaveckých stylů. Toto vytrvalostní období se svojí délkou liší u jednotlivých výkonnostních úrovní. Zpravidla však trvá cca jeden měsíc. Následuje období technických cvičení, nácviky a opravy chyb. Jedná se o klíčové tréninkové období. Zvládnutí správné plavecké techniky je základem správného plavání. Délka tohoto období se příliš určit nedá. Prakticky čím mladší plavci jsou, tím je toto období pro ně delší. Rychlostně vytrvalostní a rychlostní tréninková období se pak týkají již jen závodních plavců.

Nejen, že se děti na trénincích učí plaveckým způsobům, technice a vytrvalosti, učí se také spoustě sociálních dovedností. Bazén, podobně jako třeba tělocvična plná dětí, je velice hlučným místem, tudíž není jednoduché udržet pozornost ať už na trenéra či na vlastní práci a úkol. Obzvláště také v kombinaci s komunikací okolních dětí a trenérů. Vyžaduje se tu od dětí vysoká soustředěnost na to, co mají skutečně dělat.

Každodenní trénink není jen přípravou fyzickou, ale také psychickou. Děti se učí vytrvalosti nejen plavecké ale hlavně psychické, čímž je myšleno zvládat a také překonávat například únavu a bolest. Psychicky se tak připravují na nadcházející výkony. Učí se zvládat stresové situace a to převážně na závodech.

Sportovní plavecký trénink a soutěžení nejen že prohlubuje plaveckou gramotnost v primární i následné úrovni, ale poskytuje dětem a mládeži další hodnoty. Celoroční tréninková činnost je tedy základním kamenem v získávání a postupném budování všech zmíněných dovedností a návyků. Pro celkový a plnohodnotný rozvoj a podporu získaných zkušeností a kontaktů je vhodné ho nadále rozšiřovat pomocí příležitostných činností, realizovaných například pomocí sezónních soustředění nebo výletů. Jejich realizace a organizace podporuje větší zakořenění a osvojení si (případně přijmout za vlastní) vštěpované dovednosti. Pomineme-li sportovní zaměření soustředění, jejich cílem je především rozvoj jiných osobnostních složek – mimo pohyb a fyziku, také na intelekt, paměť, rozum, schopnost komunikovat a v neposlední řadě také na sociální vazby a schopnost orientovat se v nových situacích.

²⁶ týká se zdokonalovacích, kondičních a závodních úrovní, výjimkou je základní plavecká výuka

2.2. VÝZKUM

Pro ověření svých názorů a přesvědčení o významu volného času a také sportu na plnohodnotný rozvoj dítěte jsem provedla dotazníkový průzkum mezi dětmi, se kterými spolupracuji nebo které potkávám v rámci plaveckých kurzů. Pracovala jsem tedy pouze s dětmi, kteří mají sport (alespoň plavání) jako minimálně jednu součást výplně volného času. Získala jsem celkem 55 vyplněných dotazníků, s poměrným zastoupením respondentů závodních i rekreačních a také pohlaví a věku, tímto lze považovat výzkum za reprezentativní. Formu a sestavení dotazníku naleznete v příloze.

2.2.1. CÍL VÝZKUMU

Cílem výzkumu je získání informací k využívání volného času dětí a mládeže v rámci sportovního zaměření. Hlavním cílem výzkumu bylo porovnat rozdíly a odlišné vnímání u závodních sportovců a u rekreačních sportovců.

V teoretické části jsem se zabývala problematikou volného času a možnostmi jeho trávení a organizace. Také sportem a jeho významem pro zdravý životní styl a dobré návyky. Úkolem výzkumu bylo také zjistit to, jak se děti k volnému času staví, případně co pro ně znamená. Ve výzkumu jsem se chtěla zaměřit na využívání volného času a význam sportu ve volném čase.

2.2.2. STANOVENÍ HYPOTÉZ

Po prostudování dostupné literatury jsem si při vytváření dotazníku stanovila následující základní hypotézy pro tento výzkum.

Hypotéza 1.

„Děti a mládež se věnují sportovním činnostem dobrovolně.“

Hypotéza 2.

„Dětem a mládeži způsob trávení volného času vybírají rodiče.“

Hypotéza 3.

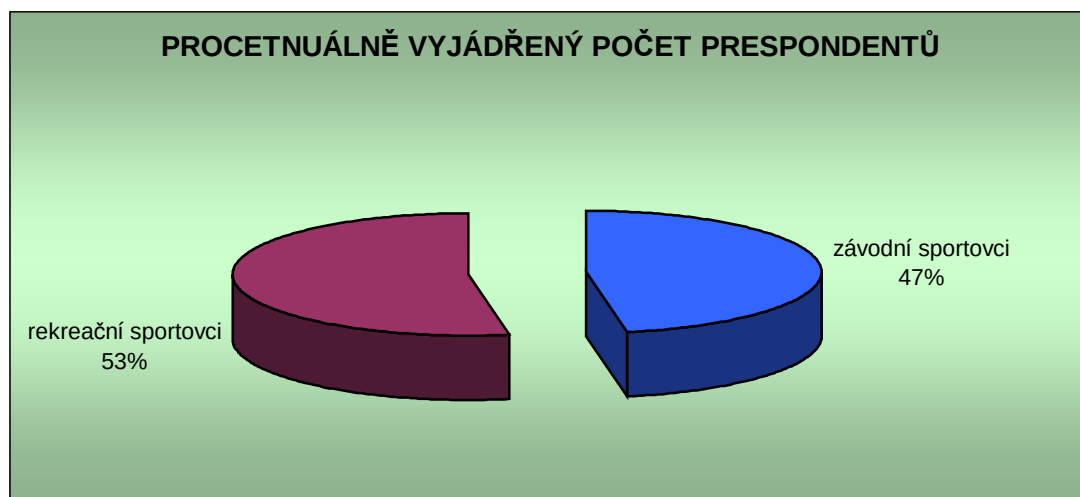
„Naplánovanou organizaci svého volného času děti a mládež přijímají negativně.“

2.2.3. METODY VÝZKUMU

Hlavní metodou výzkumu byla metoda dotazníková. Pro potřeby výzkumu byl vytvořen jeden druh dotazníku, kde byly přesně formulovány otevřené i uzavřené (polouzavřené) a dichotomické otázky. Celkem osm otázek s nabídkou možností odpovědi zjišťuje postoje respondentů ke sportování ve sportovním oddíle a k zájmovým aktivitám ve volném čase vůbec. Posledních pět otázek, opět s nabídnutými odpověďmi, se zaměřuje na sportovní soustředění a jejich přínos.

2.2.4. PREZENTACE DOSAŽENÝCH VÝSLEDKŮ

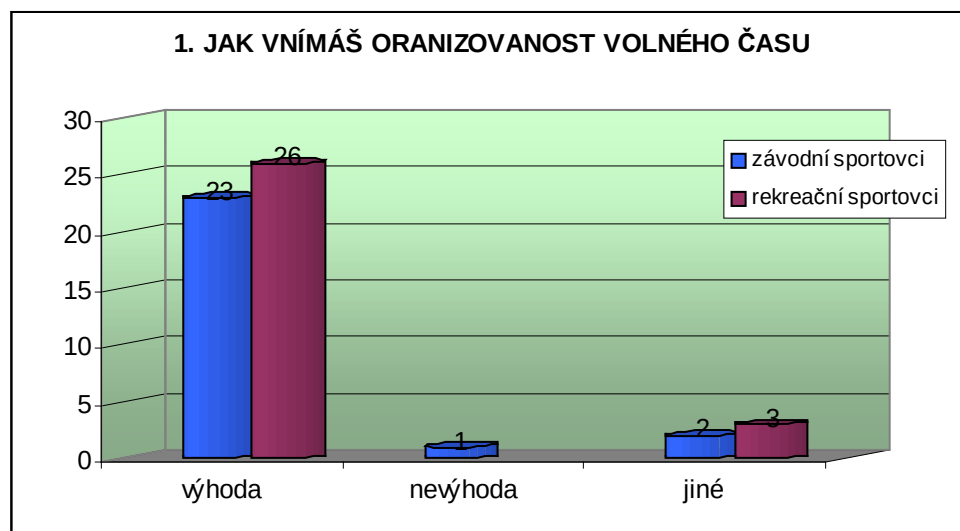
Celé znění dotazníku přikládám v příloze. Celkový počet respondentů byl 55, z toho 26 závodních sportovců a 29 rekreačních sportovců, tedy těch, co navštěvují kurzy základní, zdokonalovací či kondiční.



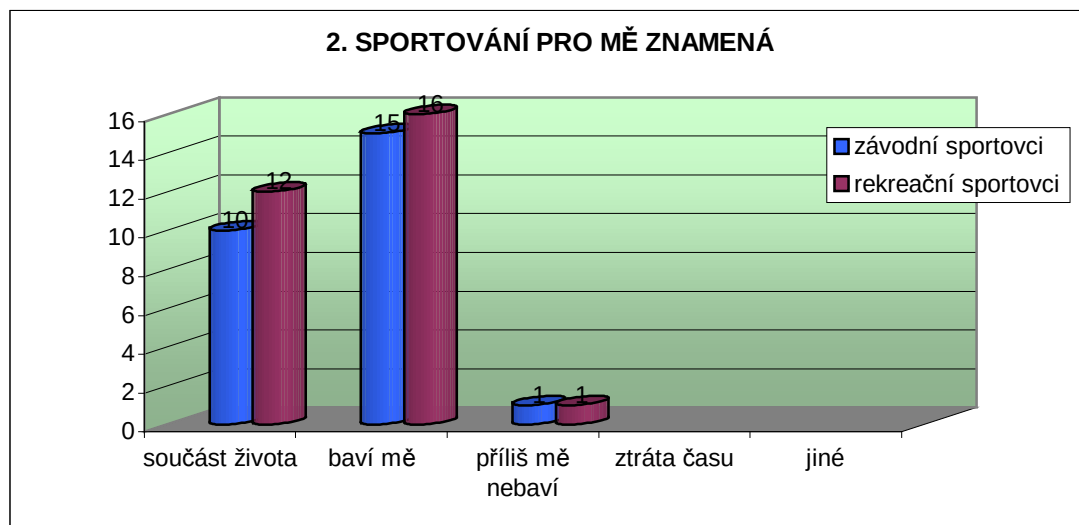
Přesné zastoupení mužů a žen, dále věkové procentuální zastoupení respondentů je vyjádřeno grafem a uvedeno v příloze.

V následující části analyzuji jednotlivě všechny odpovědi na zkoumané otázky. V grafech jsou vždy porovnávány odpovědi dětí, které se sportu věnují závodně s odpověďmi dětí, které ve volném čase sportují rekreačně.

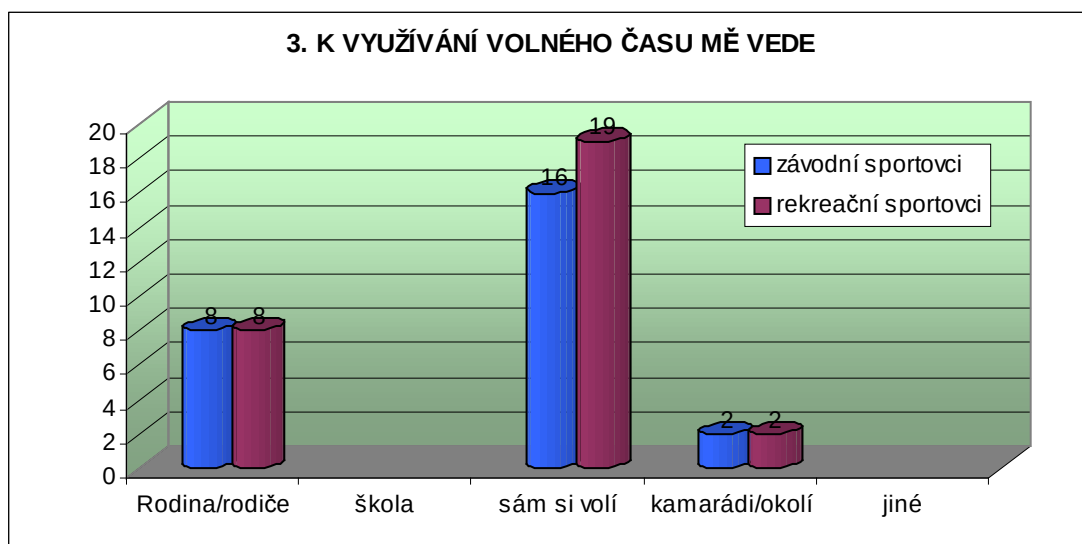
Z prvního grafu vyplývá, že více jak polovina respondentů vnímá organizovanost svého volného času jako výhodu. Nevýhodu a snad i nespokojenost s organizací svého volného času vyjádřil pouze jediný respondent. V případě jiné odpovědi se jednalo o odpovědi nejasné: „jako výhodu i nevýhodu, jak kdy”.



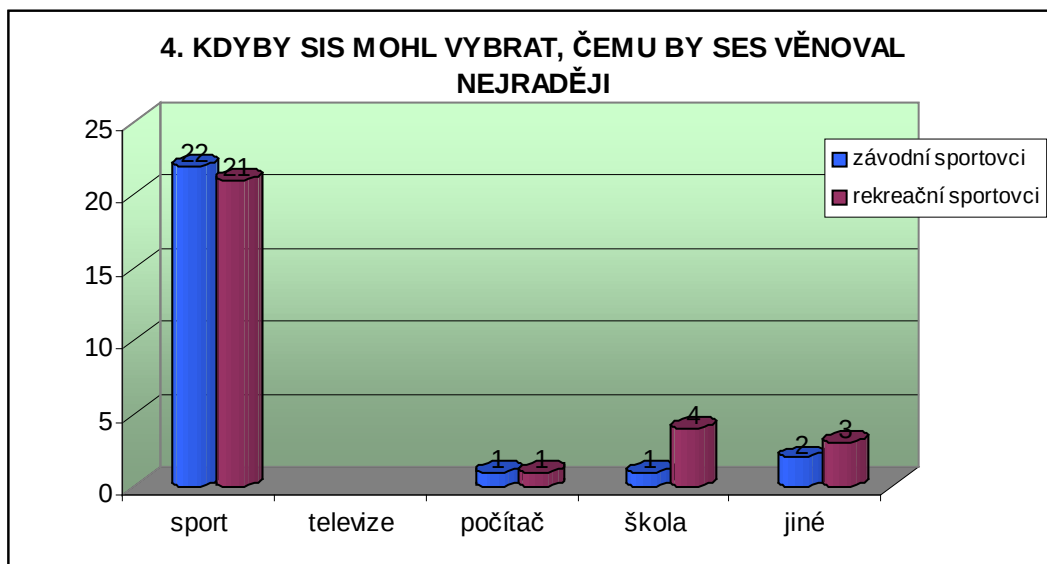
Z druhého grafu je zřejmé, že sportování je významnou složkou volného času dotazovaných dětí a mládeže. Potvrzuje předchozí teoretické názory a přesvědčení, že sport je populární a vyhledávanou činností a to i v současné době.



Třetí otázka byla zaměřena na zjištění, kdo se stará o výplň volného času respondentů. Kdo je vede k činnostem, které vykonávají. Více jak polovina respondentů zvolila odpověď: *sám si volím náplň volného času*, a to i přes široké spektrum věkového pokrytí respondentů. Tato skutečnost vypovídá o jisté demokratizaci výchovy v rodině a o dobrovolnosti rozhodnutí dětí a mládeže v oblasti volnočasových činností.

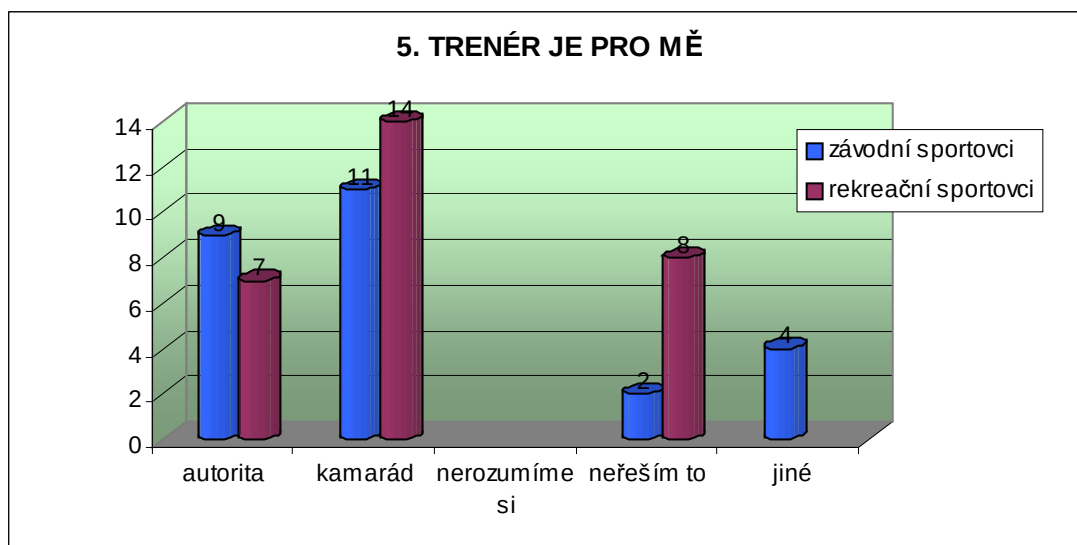


Abychom potvrdili předcházející poznatky vyplývající ze získaných odpovědí, byla záměrně do dotazníku zařazena i otázka na možnost volby a změny činnosti ve volném čase a zájmových aktivit. Nabídka odpovědí byla volena po vzoru výzkumu „*Volný čas a způsob jeho trávení školáky v Brně*“, jehož výsledky jsou použity v teoretické části práce. Záměrně jsem podobné otázky položila respondentům, kteří reálně ve volném čase sportují. Potvrdila se domněnka i předcházející výsledky. Sportující děti by příliš se současnou náplní volného času neměnily.

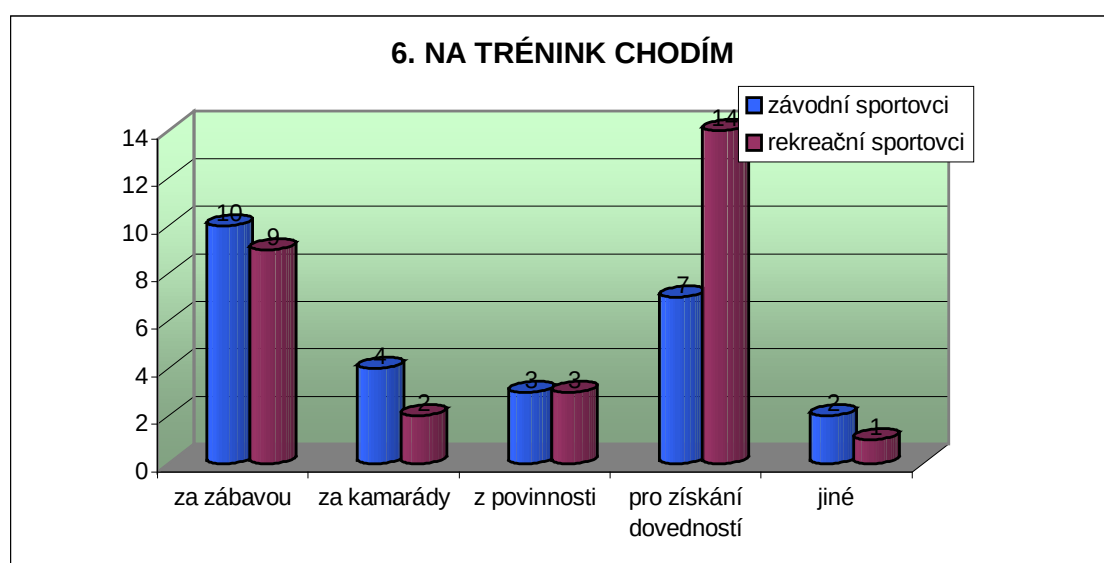


Následující otázka zjišťovala vztah sportovce a jeho trenéra. Úkolem otázky bylo odhalit, jak děti vnímají trenérské působení. Výsledky očekávaně prokázaly, že pro vysoký počet respondentů, je trenér autoritou, ale také kamarádem. U

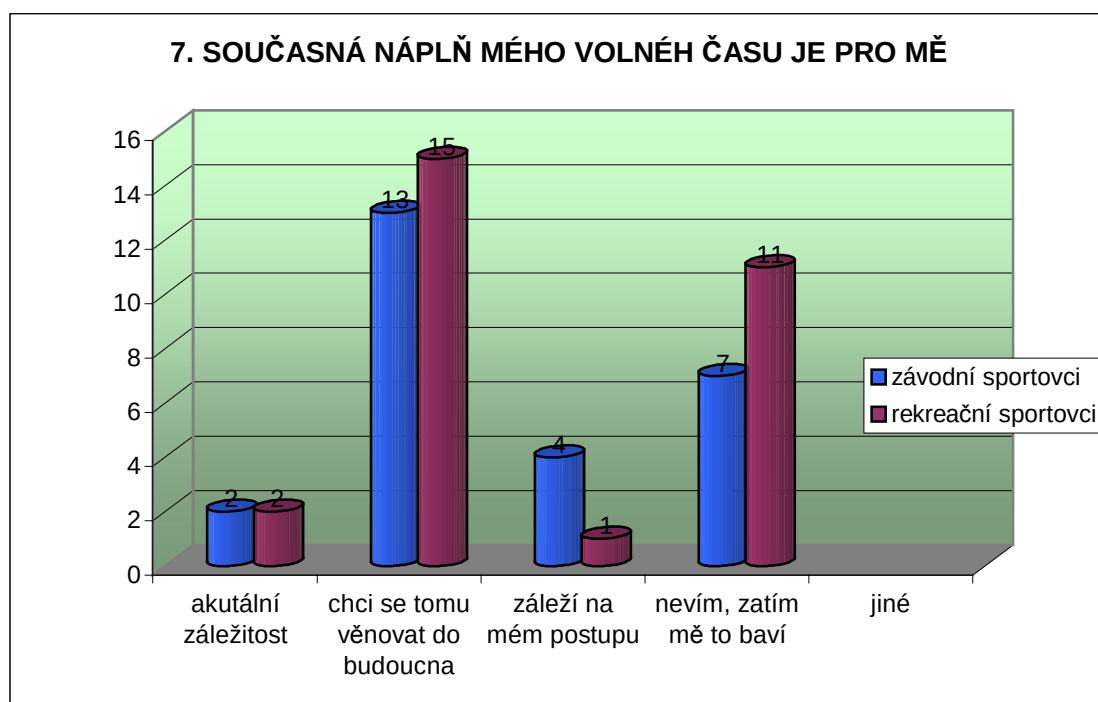
rekreačních sportovců je tato skutečnost a vztah s trenérem nepodstatnou, zatímco u sportovců se jedná o značně jasnější a přesnější názor. Z výsledků je ocenitelné, že žádný z respondentů neoznačil odpověď *nerozumíme si*.



Úkolem šesté otázky bylo zjistit nejčastější důvody k účasti na sportovních trénincích. Tedy také proč si dotazovaní respondenti volí právě tento způsob trávení volného času. Překvapivým výsledkem byl vysoký počet odpovědí u rekreačních sportovců, tedy z důvodu získání lepších dovedností či vyšších výkonů v daném sportovním odvětví. Obdobně také vysoký počet respondentů vypovědělo, že na trénink chodí za zábavou. Tento poznatek opět podporuje hypotézu, že sportování dotazované děti baví.

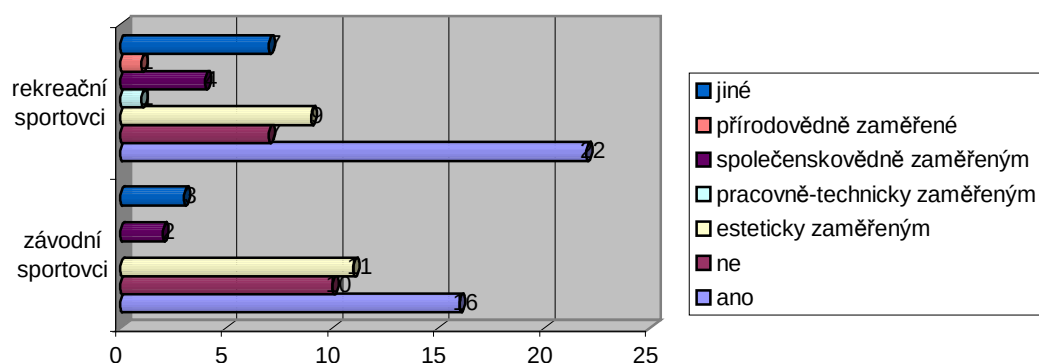


Následující otázkou v dotazníku jsem zjišťovala, jak vážně respondenti berou současnou náplň svého volného času. Široké spektrum odpovědí vypovídá o jejich zatím nepříliš jasném názoru, což je ovšem pochopitelné, vzhledem k jejich věku. Celkem 33% dotázaných respondentů prozatím neví, co budou ve svém volném čase dělat v budoucnosti, ale v současnosti je to baví. Přesto víc jak polovina všech respondentů vypověděla, že plánují v aktuálních volnočasových činnostech pokračovat nadále do budoucna. Vysoké procento podporující tuto tezi podpořilo dostatečné množství závodních sportovců, ale také hodně rekreačně sportujících respondentů.



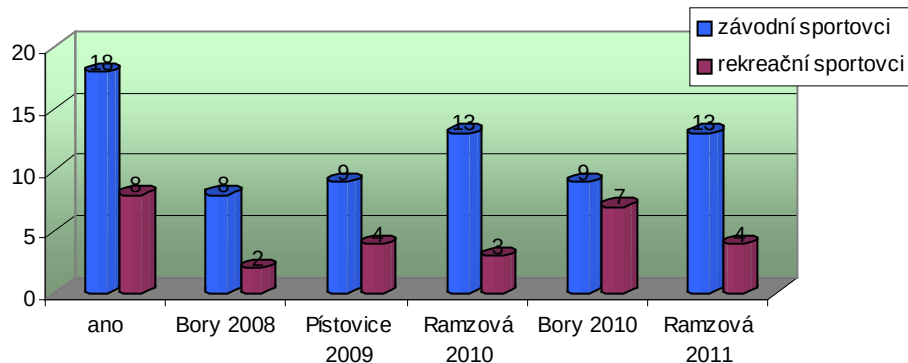
Poslední otázkou zaměřenou na obecné využívání volného času, jsem zjišťovala, zda se respondenti věnují také jiným zájmovým činnostem. Očekávaně vyplynulo, že větší část respondentů, rekreačních sportovců, se věnuje ve volném čase i jiným zájmovým činnostem. K nejčastějším jiným činnostem patří esteticky zaměřené činnosti. V odpovědi „jiné“ uváděli respondenti zpravidla jiné sportovní zájmové činnosti.

8. VĚNUJEŠ SE I JINÝM ZÁJMOVÝM ČINNOSTEM

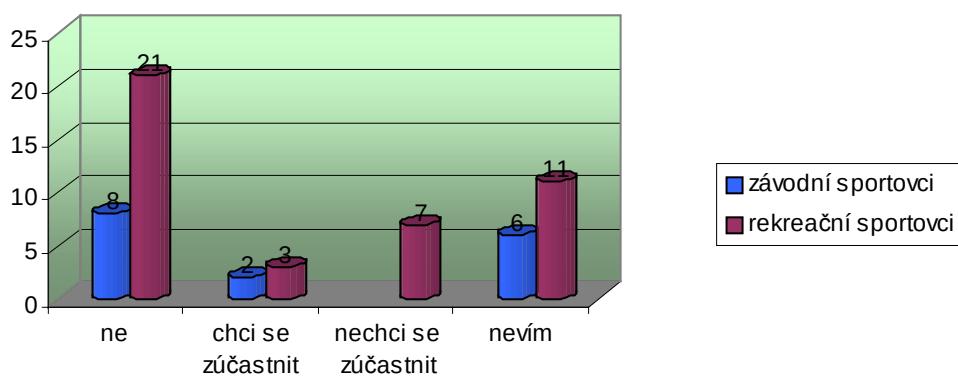


Závěrečná část dotazníku byla věnována sportovním soustředěním, které pro děti každoročně pořádáme a jejichž program jsem vytvářela. Jedná se o letní cyklisticky zaměřené soustředění ve stanovém táboře a o zimní lyžařské soustředění v horské chatě v Jeseníkách. Podrobnější náplní a zaměřením jednotlivých soustředění se zabývá poslední kapitola této práce.

ÚČAST NA SOUSTŘEDĚNÍ

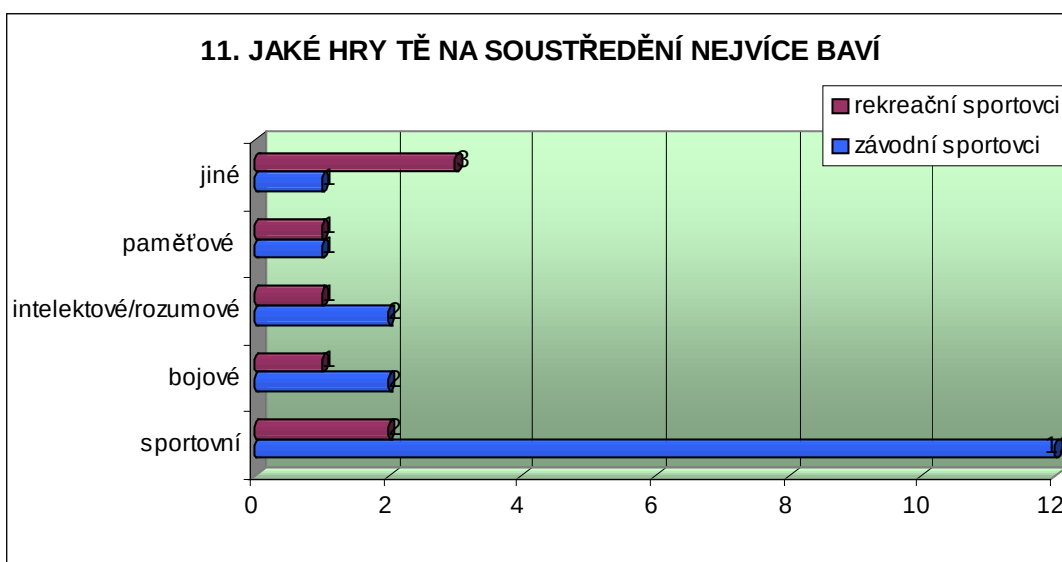
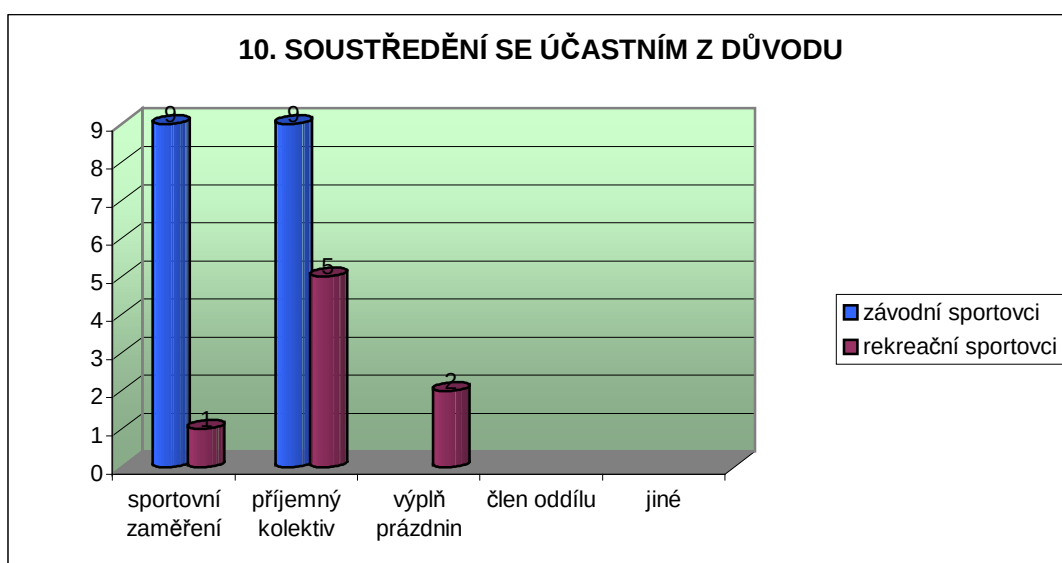


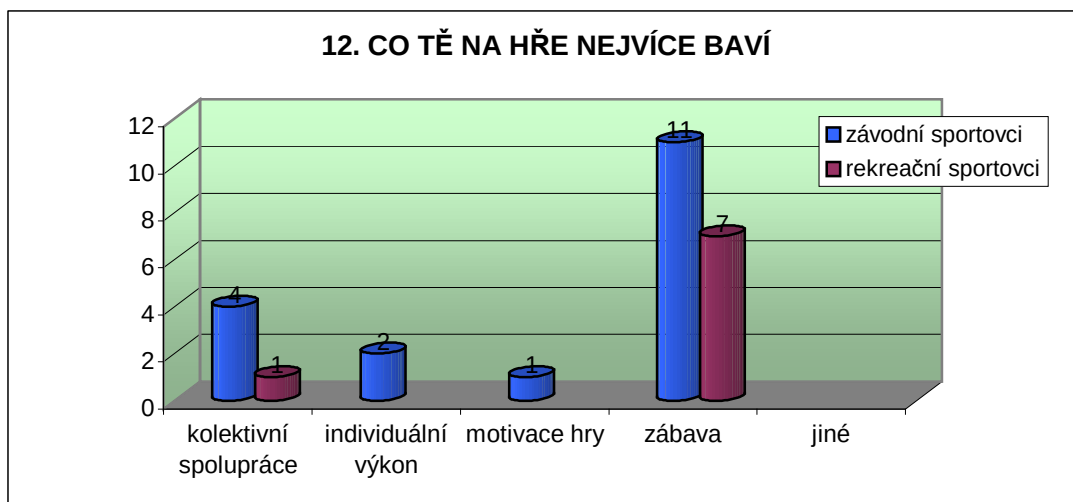
NEÚČAST NA SOUSTŘEDĚNÍ



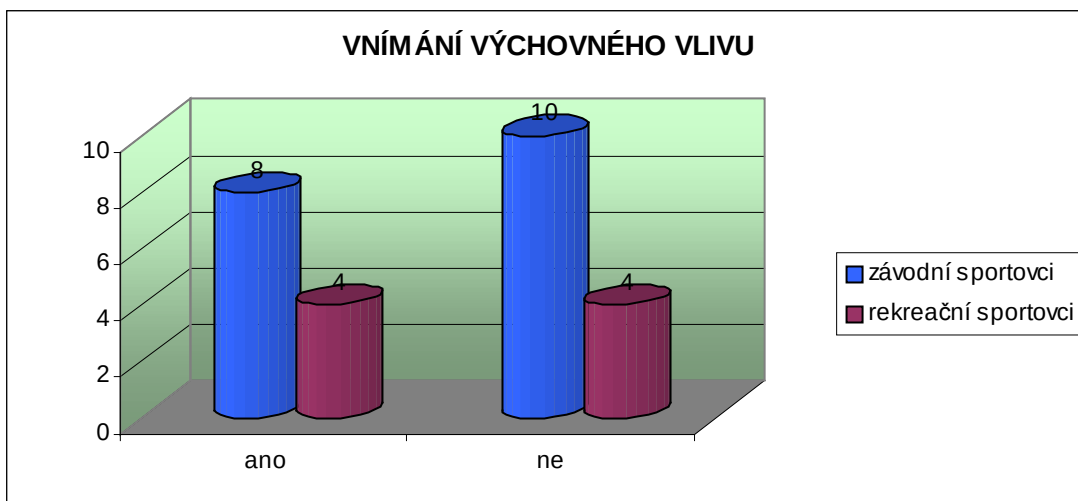
Nebylo pro mě velkým překvapením, že závodní sportovci se častěji účastnili našich soustředění než-li rekreační sportovci. Směrodatným se v tomto bodě stalo především sportovní zaměření a podstata samotných soustředění.

Následující otázky byly zaměřeny jednak na důvody účasti na sportovních soustředění, ale také na druhy her, které respondenti na soustředěních, ale také obecně preferují a případně i proč. Vzhledem ke sportovní náplni ve volném čase respondentů, nebyly tolik překvapující druhy odpovědí. Výsledky prokazují také přiložené grafy sestavené na základě odpovědí v dotazníku.





Přidruženou otázkou na závěr dotazníku byl dotaz na vnímání výchovného vlivu při hrách a při sportovním soustředěních. Vysoké procento respondentů na tuto otázku odpovědělo záporně, což bylo u mladších respondentů možné očekávat. V případě, že odpověď byla kladná, tedy, že si uvědomují výchovný vliv při hrách a samotném soustředění, nebyli již respondenti schopni vypovědět jakým způsobem si tento vliv uvědomují, nebo alespoň při jakých činnostech. Pouze v jednom jediném případě se byla uvedena odpověď: „osamostatnit se“, tedy zřejmě vnímá vyžadovanou potřebu samostatnosti.



2.2.5. INTERPRETACE A VYHODNOCENÍ STANOVENÝCH HYPOTÉZ

1. „Děti a mládež se věnují sportovním činnostem dobrovolně.“

Výzkum zřetelně prokazuje dobrovolnost sportovní činnosti. Pokud je dětem a mládeži nabídnuta přitažlivá sportovní činnost, jsou schopny si ji sami a dobrovolně zvolit a vykonávat se zájmem ve svém volném čase.

2. „*Dětem a mládeži způsob trávení volného času vybírají rodiče.*“

Výzkumem bylo zjištěno, že vysoké procento respondentů si samo volí náplň svého volného času, tedy pravděpodobně i způsob jeho trávení. Jedná se celkem o 64%. Respondentů, kterým se o volný čas starají rodiče, bylo pouhých 29%. Při tom podíl rekreačních i závodních sportovců u této odpovědi byl téměř rovnoměrný. Výsledky výzkumu tedy druhou hypotézu nepotvrdili.

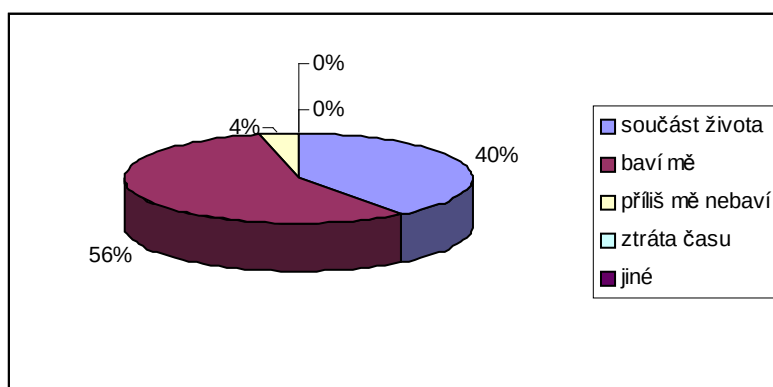
3. „*Naplánovanou organizaci svého volného času děti a mládež přijímají negativně.*“

Ze získaných odpovědí od všech respondentů vyplývá, že 89% z nich považuje organizovanost svého volného času jako výhodu, což třetí hypotézu prakticky vyvrací. Toto vysoké procento může však potvrdit přínosnost organizování mimoškolních aktivit.

2.2.6. SHRnutí VÝzkumu

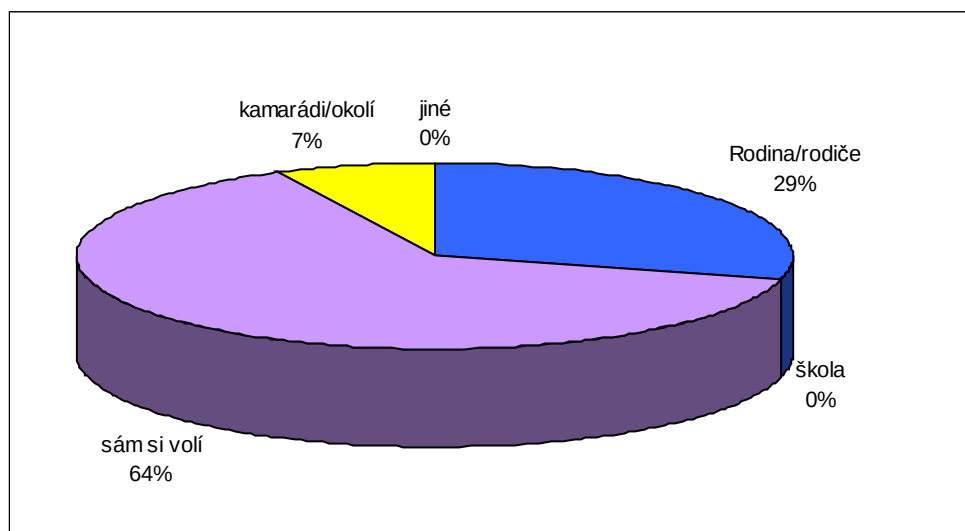
Z výzkumu jasně vyplývá, že děti a mládež, kteří se ve volném čase věnují sportovním zájmovým činnostem vnímají organizovanost svého volného času jako výhodu a tedy i za správné.

Sportování respondenty baví, dokonce z celkového počtu respondentů, 40% považuje sport za součást svého života, a to i včetně rekreačních sportovců.



Překvapující je, že i ve vysokém zastoupení respondentů mladšího školního věku, si samy děti volí náplň svého volného času. To vypovídá o vysoké liberalizaci rodičovské výchovy. Je možné, že právě i tento liberální přístup k vychovávání současných dětí, má svá úskalí. Nedostatečná nabídka a také možnost využití

volného času, může vést k negativním důsledkům. Je tedy potřeba poskytnout dětem dostatečnou nabídku volnočasových činností a umět je navést ke správnému rozhodnutí.



Naopak očekávané výsledky byly potvrzeny dotazem, co by dělali nejraději, potom by celých 84% respondentů se sportem neměnilo.

Trenéra považuje za kamaráda 42% závodních sportovců a 48% rekreačních sportovců. 28% rekreačních sportovců svůj vztah s trenérem neřeší a 24% ho považují za autoritu. Závodníci-sportovci vnímají trenéra jako autoritu ve 35%, ale jednalo se převážně o věkově starší respondenty.

Důvody, proč se děti a mládež účastní tréninků, byly ve výsledku vcelku odlišné a různorodé. Rekreační sportovci od tréninku očekávají získání lepších dovedností a případně také zlepšení svých výkonů, kdežto závodní sportovce trénování baví a chodí tedy spíše za zábavou a kamarády. Tento výsledek je zajímavý tím, že závodní sportovci věnují dosti velký čas sportu nikoliv z důvodu svých výsledků a případně i nadání, ale proto, že se u sportování zabaví. Což je pro budoucí sportování mládeže přínosným poznatkem.

Vcelku stejné odpovědi byly uvedeny u otázky číslo sedm: *Jak vnímám současnou náplň volného času v úvaze do budoucna*. 50% závodních i rekreačních sportovců se danému sportu chtějí věnovat i do budoucna. Což stejně jako předcházející otázka předpovídá samotnému sportu kladný budoucí vývoj.

Očekávané procento rekreačních sportovců se mimo sportování věnuje ve volném čase i jiné zájmové činnosti, celkem 42%. U závodních sportovců se jedná o

38% . Ze všech respondentů 41% se věnuje také jiným zájmům, z toho 52% se věnuje esteticky zaměřeným činnostem.

2.3. PŘÍLEŽITOSTNÁ (TÁBOROVÁ) ČINNOST

Zcela specifickou oblastí volného času u dětí a mládeže je období prázdnin, zejména dvouměsíčních letních prázdnin. Přerušením povinné školní docházky v tomto období je pozměněn celkový denní režim, tedy i možnosti vykonávání pravidelných zájmových činností.

Jednou z možností, jak výchovně ovlivňovat a smysluplně trávit tento volný čas, je nabídka různých táborových činností. Organizace, či některé instituce nabízející tyto možnosti, vycházejí z předpokladu, že rodina sama o sobě často není schopna dostatečně zajistit svým dětem plnohodnotné trávení prázdninového volna. Často jsou tedy využívány nabídky pobytů v přírodě. V současnosti jsou populární i tzv. příměstské tábory, právě pro jejich specifickou organizaci, kdy dítě tráví den v přírodě, v kolektivu, zábavou a večer se vrací zpět domů. I přes současný módní trend těchto příměstských táborů, zůstávají i nadále ve velké oblibě i tradiční táborové akce, spojené s celodenním i nočním pobytem v přírodě. Mám tím na mysli chatové, chatkové a stanové několikadenní tábory.

Jedním z hlavních kladných přínosů, těchto táborových akcí, je právě několikadenní pobyt v jiném prostředí než se běžně pohybují. Děti i mládež zde získávají zcela jiné a nové dovednosti a zkušenosti. Převážně v sociální oblasti – potřebná míra samostatnosti, sebereflexe a navazování vztahů.

Druhy a zaměření jednotlivých táborů jsou různorodé. Mohou být přírodovědné, sportovní, jazykové nebo i čistě rekreační a mnoho dalších. Možnost volby je dnes dostatečně podporována širokým spektrem nabídek jednotlivých druhů zaměření.

Nezbytnou součástí každého takového tábora je hra. Společně ruku v ruce se zaměřením samotného tábora dotváří hra celkovou komplexnost daného volného času.

2.4. VÝZNAM HRY

Německý básník Friedrich Schiller považoval hru, tedy možnost hrát si a herní svobodu, přímo za atribut lidství. Pro dítě je hra nejpřirozenější činností a neodmyslitelnou součástí dětského světa, které je odlišuje od světa dospělých.

Dobrá hra je především zábavná. I kdyby člověku nepřinášela nic víc než trochu radosti a uvolnění, měla by své oprávnění. Většina her však navíc rozvíjí některou stránku lidské osobnosti, cvičí jisté vlastnosti, dovednosti nebo prohlubuje znalosti a vědomosti. V tom tkví její hlavní smysl. Příjemná zábava je spíše přidaná hodnota. Je nejvýznamnějším a nejvhodnějším výchovným prostředkem.

Hra má velký význam pro všestranný rozvoj osobnosti. Dítě si hrou prohlubuje a upevňuje dovednosti na základě pozorování a vnímání okolního světa, fantazie a myšlení. Hra ovlivňuje rozvoj všech poznávacích schopností dítěte, rozvíjí řeč, a tím i myšlení, přání i city. Je tedy nejenom zábavou, ale i zdrojem vzdělávání a získávání nových poznatků²⁷.

Při hře se dítě učí ovládat sama sebe. Překovávat hořkost překážky, či tlumit v sobě divokou radost z vítězství. Mimo jiné ovlivňuje i mravní výchovu dítěte (např. fairplay). Čestně vedená hra vytváří v dítěti správnou představu o tom, jak se má chovat i v životě. Zároveň se pomocí hry dostává dítě do kontaktu s dalšími dětmi, kde se učí sociálním zkušenostem, tedy komunikovat s ostatními dětmi i s vedoucím, nepochybně se tak také musí podřizovat zájmu kolektivu. Všechny týmové hry pěstují v dětech smysl pro kolektiv, ochotu ke spolupráci, obětavost, nezištnost a skromnost.

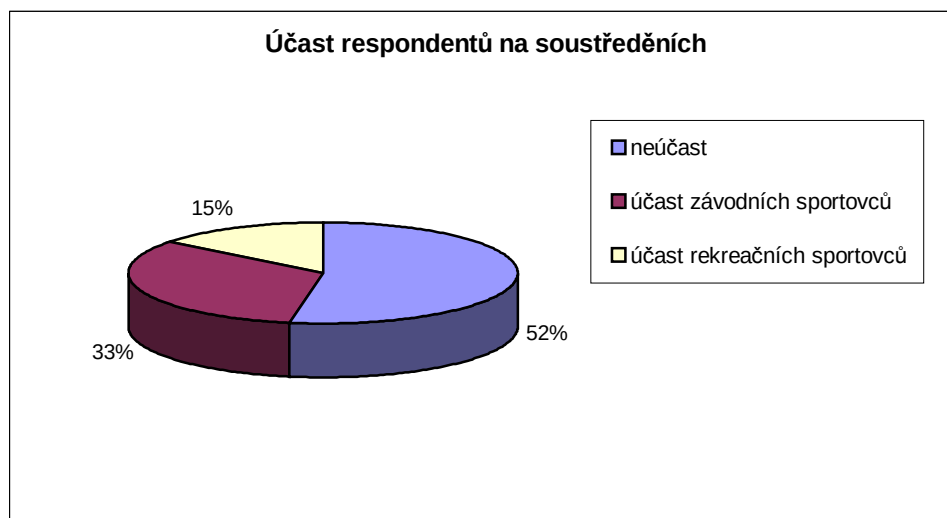
Když vybíráme vhodnou hru pro děti, ptáme se na její výchovnou cenu. Ne vždy je cílem hry vyhrát.

2.5. PRAKTICKÉ VYUŽITÍ HER V TÁBOROVÉ ČINNOSTI

V rámci celoročních plaveckých kurzů a tréninků pořádáme také několik soustředění. Dvakrát do roka plavecké soustředění pro závodní plavce, kde je hlavní

²⁷ Opata, R. a kol. *Teorie a praxe výchovy mimo vyučování*. 1. vyd. Praha: SPN, 1979, str. 111

náplní plavecká i „suchá“ příprava dětí na účast na mistrovských soutěžích mládeže. V zimním období organizujeme lyžařské a v letním cyklo-turistické soustředění. Tato soustředění jsou samozřejmě určena plavcům, jako doplňkové sportovní zatížení. Nabízíme zde však účast i neplavcům, tedy nemusí být našimi členy a nemusí být přímo plaveckými nadšenci. Také proto tato dvě soustředění připravujeme tématicky se spoustou her. Zde se pak uplatňují nejvíce nezáměrné vlivy na rozvoj dětí, tedy hrou a zábavně.



Za několik let jsme měli již několik zajímavých a také zábavných programů. Na některých příkladech vám přiblížím jejich vliv na výchovu a rozvoj dětí.

Každým rokem pořádáme zimní lyžařské soustředění na chatě TJ Tesly v Jeseníkách na Ramzové. Soustředění je zaměřeno v první řadě na sjezdové lyžování, ale v posledních letech dle zájmu také na snowbording. Využíváme „ramzovské“ sjezdovky – pro mladší, lyžařské začátečníky, sedačkovou lanovku s „modrou“ sjezdovkou, pro pokročilejší pak „červené“ svahy Čerňavu a Šerák. Oblíbené zakončení soustředění je pak na mírně náročnějších sjezdovkách v sousedním Petříkově.

Lyžařský/snowbordový program vždy zpestříme tématickým laděním, které je prezentováno hlavně ve večerním herním programu – v posledních letech jsme zavítali do světa Večerníčků (2007), Stavěli pyramidu (2008), podnikli Expedici Lemuria alá Madagaskar (2009), stali jsme se žáky kouzelnické školy Potterhlé Ramzovice (2010), zúčastnili jsme se spolu s Asterixem a kamarády neobvyklých olympijských her: Obelixiáda (2011) a v zásobě máme spoustu dalších zajímavých témat.

Organizaci soustředění máme již osvědčenou a velmi oblíbenou. O děti je postaráno nejen plnou penzí, ale samozřejmě také na svahu, kde jim pomáháme zdokonalit se v technice a rozvíjet jejich lyžařské schopnosti. Odpočinek, regeneraci a relaxaci jim obohacujeme večerním programem v chatě, plným všemožně zábavných a veselých her. A také s vědomím třetího kritického dne se rizikovému svahu vyhýbáme a podnikáme výlet do okolních bazénů – jsme přeci jen plavecký oddíl. Koupali jsme se již v bazénku na Ramzovském sedle, v lázních Priessnitz, v nezapomenutelné České Vsi a také v nedaleké Ostružné.

Každoročně odjíždí domů velká parta kamarádů, kteří jsou plni krásných zážitků a vzpomínek a těšíme se na další rok. K velkému štěstí se většinou sejdemé již na letním soustředění.

Každé letní prázdniny vyrážíme za dobrodružstvím pod stany k vodě. V posledních letech jsme pozměnili lokality a přidali kola, ale kolektiv vedoucích zůstal prakticky stejný. V roce 2007 a 2008 jsme tábořili v Borech u Křižanova, kam nás táhla tradice a několikaleté zkušenosti a vzpomínky (většina našich současných trenérů jezdila do Borů už jako malí plavci). V roce 2009 jsme byli nuceni najít nové místo. Naštěstí jsme narazili na krásné a pro naše potřeby příhodné prostředí Dražanské vrchoviny v Račicích-Pístovicích. Stejně jako v Borech, kam jsme se s velkou radostí opět v roce 2010 vrátili, i zde se v těsné blízkosti tábořiště nachází rybník, který je plavci žádaný až nezbytný.

Od roku 2008 jsme z neobyčejného tábora udělali ještě neobyčejnější díky cyklo-zaměření. Tématický program tábora, čili soustředění, se však nezměnil. Po celou dobu pobytu se vžíváme do různých témat: podnikli jsme Cestu kolem světa (Bory 2007), vyrazili jsme na světoznámé závody Tour de France (Bory 2008), hledali jsme cestu na americký západ v Misi Missouri (Pístovice 2009) a v neposlední řadě jsme vylétli také do vesmíru na Kosmický showlet (Bory 2010). Pro letošní rok plánujeme navštívit kouzelný svět Disneylandu (Bory 2011).

Zavedením cyklo-výjezdů se nám pozměnila organizace dne (s výjimkou pravidelné ešusové stravy), kdy dopoledne projíždíme krásy i nekrásy okolí a odpoledne po rybníkovém koupání vyplníme různými veselými pohybovými i jinými hrami (změny dle počasí). Děti tak získají nejen fyzičku na kolech a během her, ale také spoustu nových nebo i pevnějších kamarádství.

Na každém soustředění rozdělujeme děti do několika odlišných skupin dle potřeby a povahy dané činnosti nebo úkolu. Nejprve jsou rozděleni na základně

svých fyzických dovedností, síly a úrovně schopností (většinou minimálně 3 družstva). Způsob rozdělení je velmi blízký věkovým kategoriím, ale je zde větší otevřenost pro nadání a talent. Mladší děti, ale přesto velmi šikovné a nadané pro daný sport, mohou být spojeny se skupinkou starších dětí. Jedná se o družstva během sportovní části dne, tedy o lyžařská družstva na zimním soustředění a o cyklistická družstva na letním soustředění. Náplň a náročnost činnosti jednotlivých družstev se odvíjí od jejich schopností a úrovně.

Dále vytvoření družstev pro společné hry. Zde jsou děti rozděleny rovnoměrně, tedy pokud možno na stejné skupiny, tak aby v každé byly zastoupeny všechny věkové kategorie, výkonnostní úrovně, silové zdatnosti i rozumové schopnosti. Při hrách jsou tedy pak rovnoměrně zastoupeny všechny síly a přednosti. Ovšem pro hodnocení výkonů a her jednotlivců, jsou vytvořeny ještě skupiny dle věkových kategorií.

Většinu tématických programů na soustředěních, prakticky skoro všechny, jsem vytvářela osobně. Bylo a je výhodou moje pedagogické studium a také obor mého studia. Často záměrně ale i nezáměrně jsem programy prokládala výchovnými či vzdělávacími prvky a informacemi.

Plánování, příprava a předběžná organizace každého takového soustředění předem, zabere minimálně jeden měsíc důsledné práce, aby byl vytvořen kvalitní program s dostatečnou zajímavostí a přitažlivostí na celou dobu pobytu.

V následujících kapitolkách jsou představeny některé z našich tématických programů, včetně vybraných her, které pomáhají rozvíjet osobnost a různé typy dovedností.

2.5.1. TOUR DE FRANCE – Bory u Křižanova 2008

První program, který jsem vytvářela byla *Tour de France*. V rámci tohoto programu byly děti seznámeny se skutečnou trasou samotného závodu, po níž jsme se imaginárně vydali. Projížděli jsme tak územím celé Francie a poznávali zdejší historii, současnost, tradice a zvyky, ale také významná místa či osobnosti a situace, která zemi proslavila. Například bretaňskou pevnost Le Mont St. Michael, Julese Verna, rodáka z Nantes, a jedno z jeho děl Dvacet tisíc mil pod mořem. Děti poznaly také pomocí jedné z her orlosupa žijícího ve Francii. Připomněli jsme si

známý francouzský televizní seriál Hry bez hranic, komixové postavičky Asterixe a Obelixe a zúčastnili jsme se historické galo-římské bitvy u Gregovie, ale také jsme poráželi Angličany u Orleáns.

Nejvíce informací si však děti, dle mého názoru odvezly o největším cyklistickém závodě Tour de France, neboť se na celý pobyt v táboře staly ony samy závodníky a účastníky tohoto slavného závodu. Tedy poznaly jeho pravidla a druhy etap, jako jsou: rovinatá, kopcovitá, horská a časovka jednotlivců. Mimo jiné odhalily význam oceňování barevnými trikoty v závodě, kterými byli i naši malí závodníci oceňováni – žlutý pro vedoucího jezdce, zelený pro sprintera a puntíkový pro krále hor. Skutečné nejznámější účastníky Tour poznávaly převážně díky kvízovým otázkám.



Start poslední etapy na slavné Chams-Elysées

HRA: KVÍZOVÉ OTÁZKY

Každý den ráno dostaly děti (každý tým) tři kvízové otázky zaměřené na různé obory a informace o Francii a také o Tour de France. Jednalo se o trojici otázek stejného okruhu, např. ze zeměpisu, dějepisu, literatury, sportu, umění, ale také o samotné Tour de France a v neposlední řadě o zneužívání návykových látek ve sportu. Mohly tak zde využít nějaké vlastní znalosti, avšak smyslem kvízů bylo spíše tipování a odhad. Správné odpovědi se vždy dozvěděly na konci dne. Celý den mohly nad kvízovými otázkami přemýšlet, či zjišťovat odpovědi od vedoucích, ovšem ne přímo.

Hlavním smyslem otázek bylo v dětech evokovat zájem o tyto informace, okruhy oborů a rozšíření jejich všeobecných znalostí a společenského rozhledu. Příklady některých kvízových otázek naleznete v příloze.

HRA: SAFARI alias Lov v národním parku

Při této hře se skoro všechny děti staly lovci, pět z nich pytláky, kteří loví bez licence. Vedoucí se stali ochránci národního parku, kteří kontrolují licence povolující lov. Podle herní funkce byly všem přiděleny papírové koule²⁸, kterými se lovec může bránit, ochránce všechny zastavovat a pytlák útočit nebo se bránit. Avšak každá druhá rána koulí byla „zraňující“ a poraněný musel do lazaretu. Dále jsme měli k dispozici směnárnu, kde si lovci mohli proměnit ulovená zvířata za peníze. Pytláci do směnárny nesměli, jelikož se zde kontrolovala platnost licence. Povolený vstup však měli všichni bez omezení do banky, kde si mohli uložit peníze, či do bufetu, kde si za vydělané peníze nakoupili sladkosti. Nezbytnou součástí hry bylo také vězení, kam byli nejčastěji uvrženi pytláci za nelegální lov, ale také lovci, kterým propadla časově omezená licence k lovu²⁹.

Hra je velmi náročná a také složitá na pochopení, pravidla jsou opravdu komplikovaná a ze začátku hry měla většina dětí problém se s nimi ztotožnit. Ovšem po delším časovém úseku hry se již i ti nejmenší účastníci do hry absolutně vžili.

Během hry se mezi samotnými dětmi rozvíjely různé komunikační domluvy a ujednání. Vzájemné kontakty navozovaly reálné sociální vztahy a situace. Vzhledem k tomu, že pytláci nesměli do směnárny bez licence, museli se dohodnout s některým lovcem, aby mu jeho zvířata proměnil za peníze. Děti tak musely společně vyjednávat proč a za jakých podmínek lovec pytlákovi pomůže. Dále bylo na jejich vlastní vůli jak s vyhranými penězi naloží. Zda je utratí za sladkosti v bufetu nebo si je uloží na účet do banky a naspoří si tak více peněz alias bodů, které byly započítány do celotáborové hry.

Při plánování hry jsem měla za úkol vybrat pět pytláků. Při výběru je třeba vzít v úvahu, že jakmile se pytlák poprvé před ochráncem odhalí, bude tzv. na mušce až do konce hry. Proto je rozumnější vybírat starší, svým způsobem i fyzicky zdatnější, ale také chytré jedince. I přes pečlivý výběr někteří pytláci ve finále hry totálně propadli, jelikož jim ochránci vždy vše zabavili. Našli se ale i tací, co suverénně vyhráli, protože si dohodli výhodné spojení s určitými lovci.

Tato hra vytváří pro děti příjemné a zábavné prostředí pro sociální kontakty a tedy pro získávání nových zkušeností a dovedností do budoucna.

²⁸ Lovci měli vždy jen jednu kouli na obranu, pytláci měli dvě a ochránci parku měli neomezený počet

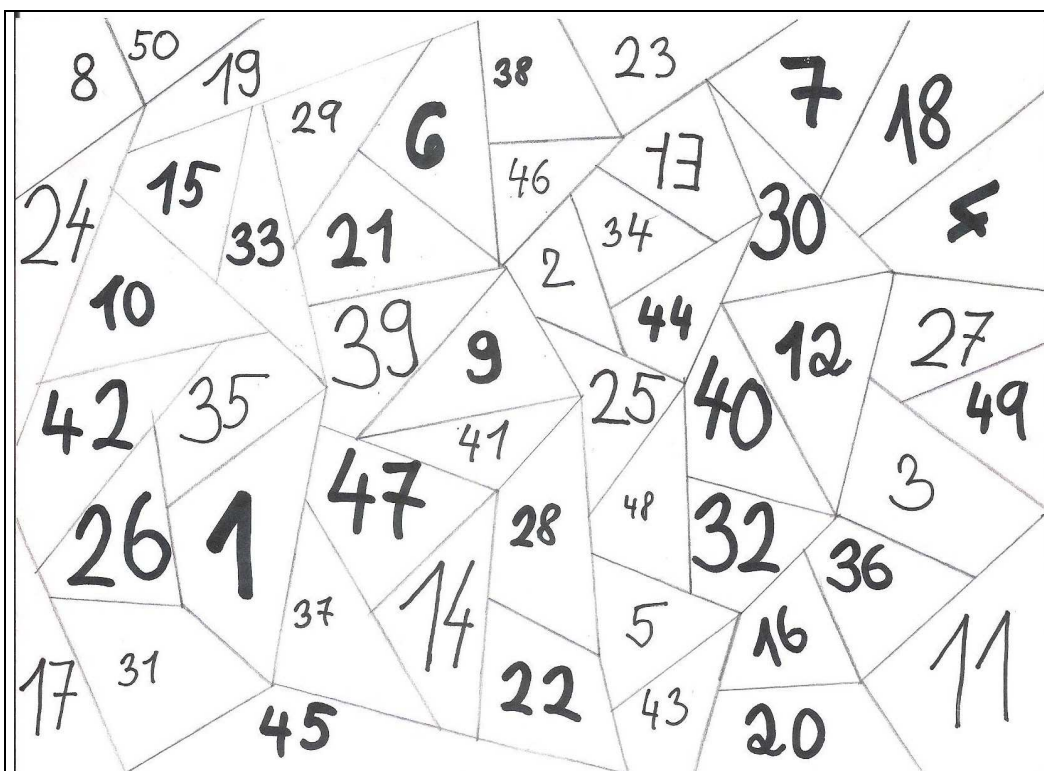
²⁹ obdobná i jiná možná pravidla této hry lze nalézt v Zapletal, Miloš. *Hry v přírodě. Velká encyklopedie her* 1. 2.vyd. Praha: Leprez, 1995, str.390-397, ISBN 80-901826-6-6

HRA: ALFATEST

Na začátku hry dítě dostane papír velikosti A4 rozdělený pomocí čar na nepravidelné dílky. V každém dílku je náhodně napsáno jedno číslo různé velikosti a tloušťky. Cílem hry je postupně ukazovat čísla ve správném pořadí od 1 do 50 a to v co nejkratším čase.

Hra rozvíjí intelektové dovednosti dítěte. Několikrát se opakuje a sledují se dosažené časy. Je možné tak sledovat schopnost učení, převážně paměťové schopnosti (obrazová paměť). Některé děti dokáží zlepšit své výkony velkými skoky, jeho časy se značně zkracují, ale poměrně brzy dosáhne stropu svých možností. Jiné děti se učí pomaleji, přesto ale dokáží po menších krůčcích srazit svůj čas neuvěřitelně nízko. U některých jedinců lze sledovat kolísavost jejich výkonů – po dobrém výsledku přichází zhoršení, vzápětí opět zlepšení atp.

Tato hra testuje schopnost dítěte soustředit se a zjišťuje práci jeho mozkové aktivity.



2.5.2. MISE MISSOURI – Račice-Pístovice 2009

V následujícím roce jsme se vrátili v čase a nahlédli do americké historie 19. století. Podnikli jsme dobrodružnou a nebezpečnou výpravu na americký západ, abychom pomohli průzkumníkům dokázat, že přes Skalnaté hory vede cesta k Pacifiku. Z rozhodnutí prezidenta Thomase Jeffersona jsme se vydali po stopách důstojníků Meriwethra Lewise a Williama Clarka. Odhalovali jsme tak území, kam prakticky civilizovaná noha do té doby nevkdčila.

Děti se seznamovaly s domorodými indiánskými kmeny, učily se základy mapování a stopování. Snažili jsme se dětem přiblížit nelehké úkoly, s kterými se američtí průzkumníci museli potýkat: dorozumět se s indiány, zvládnout s nimi výměnný obchod ať už za věci či informace, potýkat se s nepřátelskými kmeny.



děti ve vlastnoručně nabitkovných tričkách; slavnostní táborový oheň celé výpravy

HRA: ODPOLEDNE NARUBY

Na jedno odpoledne jsme si s nejstaršími dětmi vyměnili hlavní táborové funkce – hlavního vedoucího, programového vedoucího, šéfa kuchyně, správce a také jednotlivé vedoucí u družstev. Budoucí instruktoři si tak mohli vyzkoušet své organizační a velitelské schopnosti. Museli se jedno odpoledne postarat o tradiční chod tábora – tedy o hry, kuchyň a organizaci všech dětí, včetně vedoucích, kteří se pro tuto dobu stali dětmi.

Dalo by se říci, že děti velely dětem. Nejen nejstarší děti, tedy budoucí instruktoři, se učily zvládnout tuto situaci, ale také ti menší, jejichž role se nezměnila, se musely podřídít přání a vedení jedincům z jejich řad. Samozřejmě se tak také připravovaly na nadcházející situaci – již za rok budou někteří z těchto dětí skutečnými instruktory a získají tak částečně tyto starosti a pravomoci.

Nebylo lehké pro děti-vedoucí vyrovnat se s nabytými možnostmi a povinnostmi. Na počátku je pohltila euforie a radost. Těšily se jak dospělým budou velet a jak jim budou moci dávat obdobné úkoly jako dostávají oni. Postupem času se jim ale začaly kupit povinnosti – s organizací všech dětí a celkového chodu tábora.

Noví mladí vedoucí museli pro všechny zajistit program a vymyslet hry, aby se ostatní děti nepotulovaly jen tak. Jednou z dalších podstatných povinností bylo obstarat svačinu. Podle daného jídelníčku obdrželi potřebné suroviny. Bylo na jejich dovednostech, jak se s úkolem vypořádají. Nejprve chtěli instruktoři zaúkolovat mladší děti, nakonec však odvedli celou práci sami.

Hra má největší přínos hlavně pro starší děti, které si vyzkoušejí roli dospělého se všemi jeho výhodami, ale i nevýhodami. Zábavu, kterou od této hry děti očekávaly, příliš nezažily, jelikož byly zaskočeni velkým množstvím povinností, ale také psychickou náročností. Na rozdíl od toho se však mladší děti s vedoucími dobře bavili³⁰. Starší děti pochopily náročnost veškeré práce, ale také schopnost získat a zajistit si autoritu u mladších, tak aby zvládaly jejich organizaci, včetně všech povinností a dozoru nad bezpečností.

HRA: PONY EXPRES

Pony Express byla kurýrní služba, která v letech 1860 - 61 přepravovala poštovní zásilky z východního pobřeží USA na pobřeží západní. Stejně jako kurýři musely i naše děti přepravovat rychle, ale také správné informace. Hrají tři stejně početná družstva rovnoměrně zastoupená pro spravedlivou hru.

Hra má dvě fáze. V první fázi hráči prokazují fyzickou zdatnost při překonávání poloviny hracího pole ve dvojicích pomocí tzv. trakařů³¹ a druhou polovinu hracího pole pak během. Druhá fáze se týká zmiňovaných informací. Na konci hracího pole dostaly děti od vedoucího otázku³². Možnosti jak na otázku odpovědět bylo několik: 1. hráč, který doběhl pro otázku na konec hracího pole odpověď na otázku zná a ihned odpoví, 2. pokud odpověď nezná, může běžet poradit se zpět ke svému spoluhráči, se kterým v první polovině hracího pole tvořil tzv. trakař. Spoluhráči se mohou dohodnout na správné odpovědi nebo se ještě vrátit

³⁰ Nenápadně jsme se vedoucí, vydávající se za děti, starali samozřejmě o bezpečnost, ale také o zábavu a náplň mladších dětí – pomáhali jsme starším.

³¹ jeden z dvojice jde po rukou a druhý mu drží nohy u kotníků

³² příklady otázek naleznete v příloze

zpět k ostatním spoluhráčům ovšem opět za pomoci trakaře. S odpovědí, ať už správnou či špatnou se vrací stejným způsobem k vedoucímu na konci hracího pole. Omezen byl pouze možný počet špatných odpovědí u vedoucího, a to na dvě. Vítězem se stalo to družstvo, které mělo nejrychleji, ale také nejsprávněji zodpovězeny všechny otázky.

Spektrum otázek bylo dosti velké. Jejich témata byla vybírána s ohledem na širokou věkovou skupinu hráčů (7-14let). Jednalo se tedy o různé druhy otázek. Některé byly pro menší děti velmi těžké, ale byly tu také otázky například z oblasti pohádek a večerníčků, které zase naopak byly starším dětem již poněkud vzdálené. Byla zde tedy vyžadována a podporována týmová práce všech spoluhráčů, a to tedy nejen v části fyzicky náročnější ale i v intelektuálně zaměřené. Příklady otázek pro tuto hru jsou uvedeny v příloze.

HRA: ZÁKLADY MAPOVÁNÍ

Jednou ze základních podmínek této hry je její časové zařazení. Při této hře se děti učí orientaci v prostoru a v mapě, je tedy vhodné ji realizovat v nepříliš známém prostředí, v případě táborové hry, v prvních dnech pobytu, kdy ještě děti neznají tolik okolí tábora.

Hra má dvě fáze. V první fázi byl z každého družstva vybrán jedinec, který je alespoň trochu výtvarně nadaný (a samozřejmě vhodný k této hře). S těmito jedinci jsme se nenápadně vydali na cestu do okolí. Na začátku byli tyto vybraní jedinci seznámeni s pravidly hry. Jejich úkolem bylo zakreslovat naši cestu (jejíž trasu a cíl neznali) na papír tak, aby jejich družstvo ji zvládlo následně absolvovat co nejkratším čase. Zapojili tak zde svoje pozorovací schopnosti, případně také zkušenosti s mapou (značkami apod.). Zároveň museli vzít v úvahu schopnosti svého družstva – do zakreslené mapky bylo zakázáno používat jakákoliv písmena a číslice. V cíli naší trasy měli tyto jedinci ještě několik minut na úpravy svých map, poté byly mapky dopraveny (pomocí auta) zpět na základní stanoviště, odkud jednotlivá družstva sama dle svých map vystartovala.

V druhé fázi hry již bylo veškeré dění prakticky v rukou samotných dětí, tedy družstev. Jak se s mapou od svého spoluhráče vypořádají, jak se dohodnou na postupu a kudy se vydají. U každého družstva byl přidělen zasvěcený vedoucí, který jako jediný člen výpravy znal cíl cesty a dohlížel tak na to, aby družstvo zcela nezabloudilo.

Hlavním přínosem, ale také v jistých okamžicích překážkou této hry pro děti, byla potřebná vzájemná komunikace a spolupráce. Potřeba umět prosadit svůj názor ve skupině. Věřit svému přesvědčení a umět argumentovat ostatním tak, aby uvěřily a přijaly tak toto přesvědčení a názor za své. Stejně tak aby silný jedinec byl ochoten přijmout a připustit názor či myšlenku, která nekorespondovala s jeho vlastní.

Často se projevilo, že oblíbený jedinec ve skupině byl považován za vůdce, ačkoliv jeho přesvědčení a názory byly chybné. Méně oblíbení jedinci, ovšem se správnými názory, se museli prosadit a zaujmout skupinu svými argumenty a přesvědčením tak, aby společně došli ke zdárnému cíli.

HRA: INDIÁNSKÁ STEZKA alias Kimova hra

„Autoři většiny her jsou anonymní, obvykle ani nevíme, ze které země k nám hra připutovala. U Kimovy hry však přesně známe okolnosti jejího zrodu. Vymyslel ji slavný anglický spisovatel Rudyard Kipling, autor nesmrtelní Knihy džunglí. Jméno dostala tahle zvláštní hra podle hlavního hrdiny Kiplingova románu Kim. Během několika let se s překlady této knihy dostala do celého světa a stala se jednou z nejoblíbenějších společenských her“³³. Vznikly i desítky nejrozumnějších obměn, z nichž jednu jsme využili i my.

Na lesní cestě a podél ní jsme umístili nejrozumnější předměty (přibližně 20 kusů), které svým vzhledem a funkcí zjevně do lesa nepatří. Úkolem dětí bylo jít po cestě a najít a zapamatovat si co nejvíce z nich. Vítězem se stává hráč, který projde stezku v nejkratším čase a zapamatuje si nejvíc předmětů.

Při hře se rozvíjí samozřejmě paměť, ale také pozorovací schopnost. Předměty a věci součástí indiánské (kimovy) stezky byly různě umístěny, na zemi, na stromech, na cestě i kousek od cesty v lese. Bylo tedy zapotřebí nejen pamatovat si co nejvíce věcí, ale také je vidět a rozpoznat jako věc, která do lesa nepatří.

Některé děti byly natolik všímavé a důsledné, že nám v lese odhalily i námi neschované skleněné lahve – válely se v lese a my tak pomohli ekologii a očistili les od špinavých odpadků (samozřejmě za to měli děti bonusové body).

³³ Zapletal, M. *Hry v klubovně. Velká encyklopedie her* 2. vyd. Praha: Leprez, 1996, str. 79.

2.5.3. POTTERHLÉ RAMZOVICE – Ramzová 2010

Tentokrát jsme pro téma zimního lyžařského soustředění zvolili v současnosti velmi oblíbené knihy a také filmy o kouzelnickém chlapci Harrym Potterovi. Základní školu čas a kouzel v Bradavicích jsme si přetvořili do našich podmínek a mírně zparodovali. Ocitli jsme se v severomoravské škole čar a kouzel Ramzovice.



Na pozadí běžných povinných čarodějných předmětů jsme měli i velmi závažný úkol. V rámci mezinárodní spolupráce čarodějnických škol byla naše paní ředitelka Albína Bumbavá požádána o pomoc s hledáním jednoho z tzv. viteálu lorda Voldemorta. Poté co se dětem podařilo nalézt kouzelnou truhlici ukrývající zmíněný viteál, musely získat ještě několik klíčů k jejímu otevření. To vše zvládaly společně s ostatními lyžařskými a také školními (čarodějnickými) povinnostmi.

V tomto úzkém a velice fiktivním tématu, bylo těžké zorganizovat hru v nějakém smyslu didaktickou. Děti byly příliš ovlivněny samotným příběhem Harryho Pottera, ať už z mediálně propagovaných filmů nebo z knih. Přesto se tam našlo pár her, které měli v sobě více než jen zábavu a aktivní odpočinek.

HRA: PARLAMENT

Osobním překvapením pro mne byl jejich zájem o hru nazvanou Parlament.³⁴ Šlo o velice jednoduchou seznamovací hru na základě předsedávání na židlích. Vzhledem k tomu, že velká část našich účastníků se znala z plaveckých kurzů, musela jsem jim poplést trochu hlavy a pro tuto hru si vylosovali jiné jméno některého z ostatních hráčů. Doprostřed kruhu se posadili čtyři hráči (představovali parlament), každý z jednoho družstva³⁵. Úkolem bylo vyměnit sousedícího hráče za

³⁴ V našem tématickém prostředí se jednalo o hodinu Dějin čar a kouzel

³⁵ děti byly rozděleny po vzoru Bradavické školy do čtyř kolejí: Hicomor, Vránaspár, Kobrazel a Peklovír; pro rychlejší orientaci jsme děti označili barevnými šálami v barvách jejich kolejí

hráče ze svého týmu – „přeji si, aby si vedle mě sednul/a....“. Přičemž hráči nevěděli, kdo zrovna vlastní dané jméno. Jakmile se některému družstvu podařilo získat všechny čtyři místa uprostřed kruhu a obsadit tak celý parlament, hra skončila.

Takto elementární hra měla u dětí takový úspěch, že jsme si ji několikrát zopakovali a vyžadovaly ji i další dny.

S nadsázkou můžeme konstatovat, že tato hra byla dnešní politické realitě blíže, než si děti skutečně uvědomovaly.

HRA: HODINA LEKTVARŮ

Podle našeho rozvrhu jsme také absolvovali hodinu lektvarů. Zde si děti vyzkoušely své chuťové buňky a citlivost. Poslepu, pomocí čichových a chuťových orgánů poznávaly v kuchyni běžně používané, ale také nepříliš časté potravinářské ingredience, např. sůl, pepř, česnek, vajíčko, kečup, hořčice atp.

Výhodou této hry je na rozdíl od většiny ostatních her, že nezáleží na věku ani fyzické zdatnosti dítěte. Nemohou zde uplatnit školní vědomosti, pouze chuťové zkušenosti a cit. Hlavním principem hry je rozpoznat kyselost, sladkost, hořkost, pálivost a jemnost jednotlivých vzorků surovin.

2.5.4. KOSMICKÝ SHOWLET – Bory u Křižanova 2010



Kola se nám přeměnila na vesmírné letouny a ocitli jsme se v roce 3456, kdy naší galaxii hrozilo totální zničení. Naše kosmická federace cyklistů se vydala na diplomatickou a obchodní výpravu do sousední galaxie Pegasus. Inspirovali jsme se několika filmy o vesmírných dobrodružstvích. Na svých vesmírných cyklo-letounech jsme prolétli galaxií, poznali posádku Star Trek, společně s týmem Hvězdné brány jsme se utkali s vládci Gouladské soustavy, ale také se zúčastnili Hvězdných válek.

RYTÍŘSKÉ ZKOUŠKY ŘÁDU JEDI

Na pozadí hlavní hry děti plnily Rytířské zkoušky řádu Jedi. Jednalo se celkem o deset zkoušek, které ověřovaly veškeré jejich schopnosti a dovednosti potřebné k tomu, stát se správným „padawanem“. Po úspěšném absolvování všech zkoušek byly odměněny certifikátem, řádem a světelným mečem. Podmínky zkoušek byly rozlišeny pro dvě věkové kategorie smíšeného pohlaví, jedenáctiletí a starší a druhá, desetiletí a mladší.

Náplní zkoušek bylo:

- *zkouška síly*, zjišťována počtem úderů kladívkem do hřebíku k jeho zatlučení³⁶
- *zkouška hmatu*, při níž bylo za úkol poskládat poslepu a jednou rukou sirky³⁷ do krabičky
- *zkouška zraku*, vyžadovala zakreslit síť 10x10 polí z určité vzdálenosti
- *při zkoušce šifrování* musely přepsat jednu větu tzv. Morseovou abecedou
- *zkouška tělesné zdatnosti* vyžadovala přitáhnout se na hrazdě³⁸
- *zkouška odhadu vzdálenosti* byla založena na otipování a odhadnutí desetimetrové vzdálenosti³⁹
- *přírodopisnou zkouškou* prokazovaly znalost rostlin⁴⁰
- *zkouška paměti* byla realizována pomocí karet⁴¹
- *zkoušku orientace* plnily děti na okraji lesa, kde se zavázanýma očima musely projít v co nejkratším čase trasu za pomoci špagátka nataženého mezi stromy⁴²
- *zkouška odvahy* byla tradičně absolvována v nočních hodinách v lese, při níž jednotlivci procházeli lesní cestou po tmě. Samozřejmě během cesty na ně čekalo několik strach nahánějících záludností.



³⁶ děti starší, jedenáctileté a více, museli hřebík zatlouci maximálně třemi údery, mladší měli povoleno až 5 úderů

³⁷ starší děti 30 sirek, mladší 20 kusů sirek

³⁸ mladší museli minimálně dvakrát, starší min. třikrát

³⁹ mladší měli povolenou odchylku 1m, starší pouze půl metru

⁴⁰ dvacet rostlin museli najít a pojmenovat starší děti, mladší deset rostlin

⁴¹ za jednu minutu si museli starší zapamatovat 10 karet, mladší pouze šest karet

⁴² mladší na tento úkol měli jeden a půl minuty, starší jen minutu

Každou zkoušku měl na starosti jeden nebo i dva vedoucí. Zodpovídali za správné a bezpečné provedení zkoušky. Čas konání zkoušek, s výjimkou zkoušky odvahy, si teoreticky mohly děti zvolit sami. V časech volna měly možnost na jednotlivé zkoušky trénovat a jakmile byly odhodlaní k plnění, oslovily daného vedoucího. Pouze některé zkoušky byly limitovány počtem pokusů.

Zkoušky připomínaly tradiční skautské či pionýrské dovednosti, pouze byly přeneseny do našeho tématu celotáborové hry.

HRA: TROJBOJ PŘEŽITÍ

Během vesmírných dobrodružství a cest jsme také narazili na velice nepřístupná území. Jedním z takových byla i planeta, na které jsme museli nouzově přistát při poruše našeho hlavního letounu. Značné poškození lodi a nepřístupnost území donutila děti k neobvyklým a zastaralým činnostem. Pro opravu lodi bylo zapotřebí vypořádat se s několika nelehkými úkoly.

Prvním úkolem bylo rozdělat oheň a uvařit na něm vodu, což nebylo zrovna snadné. Z důvodu neznámého a nebezpečného ovzduší bylo nezbytné, aby děti tento úkol plnily s respiračními rouškami. K dispozici měly jen omezený počet sirek, ostatní náležitosti si musely zajistit samy, včetně dodržení bezpečnostních podmínek (např. ohraničení ohniště kameny, či práci se sekerou pod dohledem dospělého). Bylo přínosné pozorovat děti jak si s úkolem poradí a také jak si rozdělí funkce. Celkem zábavné bylo, že více jak polovina z nich se zpočátku snažila ohýnek rozfoukávat i přes respirační roušku, než je napadl jiný způsob rozmýchávání ohně. Koncem úkolu nebylo založení ohně, ale uvést vodu nad ohněm v kotlíku do varu.

Ve druhém úkolu pro potřebnou opravu letounu se děti snažily najít kámen o váze přesně jednoho kilogramu. Samozřejmě neměly k dispozici žádné vážící zařízení. Způsob vážení si musely vymyslet sami. Někteří vsadili čistě na vlastní odhad, jiní se pokusili vytvořit váhu za pomoci vody – předpokládali, že litrová pet láhev plná vody, váží 1kg.

Ve třetím úkolu musely postavit prozatímní přístřešek pro všechny členy svojí flotily. K tomuto úkolu mohly použít jen jednu deku, veškerá bohatství lesa a své vlastní schopnosti, dovednosti a vědomosti. Zde se již děti dokázaly s úkolem vypořádat velmi schopně, po předcházejících úkolech již nyní obratně spolupracovaly.

HRA: GOUALDSKÁ ZÁKLADNA

Na jedné vzdálené planetě musely děti nepozorovaně proniknout na základnu tzv. Goualdských vládců, aby získaly co nejvíce správných souřadnic potřebných k aktivaci jejich červí díry, Hvězdné brány. Základna však byla velmi pečlivě střežena nemilosrdnými Goualdy.

Po celém prostranství tábora, tedy včetně hřiště a ohniště, bylo všelijak rozmístěno třicet různých souřadnic o délce vždy šesti znaků. Děti se snažily nepozorovaně proniknout do tábora, který byl hlídáný bystrými a neoblomnými vedoucími, alias goualdskými bojovníky. Ti když zahlédli a odchytili nějakého vetřelce vystavili ho nemilosrdným „mučením“. Vzhledem k tomu, že hlavním principem hry nebylo jen souřadnice nalézt, ale hlavně si je správně zapamatovat, způsoby mučení byly zaměřené na paměťové schopnosti dětí. Během mučení museli zajatí jedinci rychle odpovídat na zákeřné otázky nebo opakovat složitá souvětí, či popletené známé básničky tak, aby zapomněli či popletli správné znění souřadnice.

Po podstoupení náročného „mučení“ byli jednotlivci propuštěni zpět nejkratší cestou z tábora k jejich vlastní základně v lese mimo tábořiště. Zde informovali svého velitele (instruktora) o správném, nebo alespoň o přibližném znění souřadnice, či alespoň o jejím umístění.

Hra prověřuje schopnost zapamatování si důležitých údajů i pod vlivem náročného prostředí či narušováním negativními vlivy.

2.5.5. OBELIXIÁDA – Ramzová 2011

Zatím poslední program soustředění, kterého se děti účastnily, byl zaměřen na Olympijské hry. Neobvyklým pořadatelem těchto zvláštních zimních Olympijských her byl velký vůdce a panovník Římské říše, Julius Císař. Her se zúčastnili sportovci největších říší této doby : Egypťané, Řekové, Germáni, ale také pověstní Galové, tedy Galořímané⁴³.

⁴³ družstvo vedoucích, které se účastnilo pouze některých soutěží, pro spěšnění a zábavnost her; ostatní byla družstva dětí

Hlavní olympijské soutěže absolvovaly děti samozřejmě na lyžích (či snowbordu) a na sněhu. Stejně jako skuteční olympionici, byly i naše děti součástí olympijské vesničky, kde se pořádaly různé zábavné hry, ale také kontroly závodní výzbroje a prověrky sportovců.



OLYMPIJSKÉ A PARALYMPIJSKÉ HRY

Na lyžích a snowbordech soutěžili závodníci v několika slalomových a sjezdových úkolech. Samozřejmě vítězem se stal v každé kategorii⁴⁴ nejrychlejší závodník. Těmito disciplínami byly: klasický slalom, sjezd slalomu pozpátku, slalom na jedné noze, štafetový slalomový závod a na závěr závody vozatajů⁴⁵.

Mimo sjezdovku, na sněhu se děti utkaly v hodu lyžařskou hůlkou, vrhu sněhovou koulí, hodu gumovým diskem, trojskoku v lyžařské obuvi a v řeckořímských zápasech. Ve všech těchto disciplínách (kromě štafetového slalomového závodu a závodu vozatajů) soutěžily děti jednotlivě, samy za sebe.

Vzhledem k samotnému druhu hry (šlo o malou zimní olympiádu na sněhu), byl jejím hlavním zaměřením rozvoj sportovní a fyzický. Děti však měli možnost vtipnou formou poznat nejznámější olympijské disciplíny a to nejen zimní lyžařské ale i letní, jakými jsou například vrh koulí, hod diskem, hod oštěpem, či skok do dálky. Vše bylo pojato s humorem a parodií, ačkoliv bylo vyžadováno jistého fyzického nasazení.

KONTROLA ZÁVODNÍ VÝZBROJE

Kontrola závodní výzbroje byla prováděna pomocí velmi zábavné hry. Jednotlivá družstva měla za úkol donést ke svému stolu co nejrychleji, co nejvíce

⁴⁴ v celkovém hodnocení jsme rozlišovali kategorii snowboardistů bez věkového rozdělení a kategorii lyžařů, kde jsme ještě rozdělili tři věkové kategorie – 13 až 16 let, 10 až 12 let a 6 až 9 let

⁴⁵ sjezd ve skupině

svých věcí, jejichž název začíná na určené písmeno. Byla tedy od dětí vyžadována znalost a schopnost pojmenovat i jedinou obyčejnou věc několika možnými názvy – např. bota – bačkora - obuv – škrpál – pantofle – papuče – treпка – teniska – aj. Z příkladu vyplývá, že jedinou botu mohli použít v několika hracích kolech, tedy v případě, že by bylo určeno písmeno B, nebo P, T atp. Pro obveselení a zábavnost hry se zapojili i vedoucí v rámci vlastního galořímského družstva. Jejich schopnost použít maximum věcí a pojmenovat je neobvyklými a zajímavými názvy, bylo pro děti nejen přínosné, ale také nápořádí a samozřejmě velmi žádané a zábavné. Například velmi neobvyklé písmeno Č zvládli vedoucí opravdu s velkým humorem ale i grácií: Čapka, Čepice, Čůčo a na malé hračky pejska toho našli opravdu hodně – Čokl, Čumí, má Čumák, Čůrá a má Čapy a Čenich.....

NÁVŠTĚVA KASINA LAS VEGUM

Po vzoru Asterixe a Obelixe jsme navštívili Caesarovo Las Vegum, kde si děti vyzkoušely zahrát si zvláštní karty, živé karty. Pravidla karet byla vcelku jednoduchá, hrálo se populární a všeobecně známé Prší, alias Sedma. Jedinou neobvyklostí byla velikost a tvar samotných karet, těmi se stali samotní hráči.

Na začátku hry si každé družstvo zvolilo hlavního hráče, který dostal potřebný počet karet do začátku hry. Když se rozhodl nějakou kartu vynést (příp. položit na balíček), musel vybrat jedince ze svého družstva, kterému danou kartu připevnil na záda. Zvolený hráč pak ulehl na hrací pole. Karty, tedy děti byly na sebe kladeny dle pravidel této karetní hry⁴⁶.

Samozřejmě všichni vedoucí dohlíželi nejen na pravidla, ale převážně na bezpečnost. Postupně se děti (karty) na sebe vršily a spodní tak nesly na sobě čím dál větší váhu. Jakmile již jedinec nebyl schopen v hromadě vydržet, dal znamení vedoucímu a byl okamžitě vytáhnutý ven.

I přes celkovou fyzickou náročnost hry jsme se setkali s velmi kladným přijetím u dětí. Mimo jiné zde musely děti projevit jistou dávku odvahy ulehnout na hromadu.

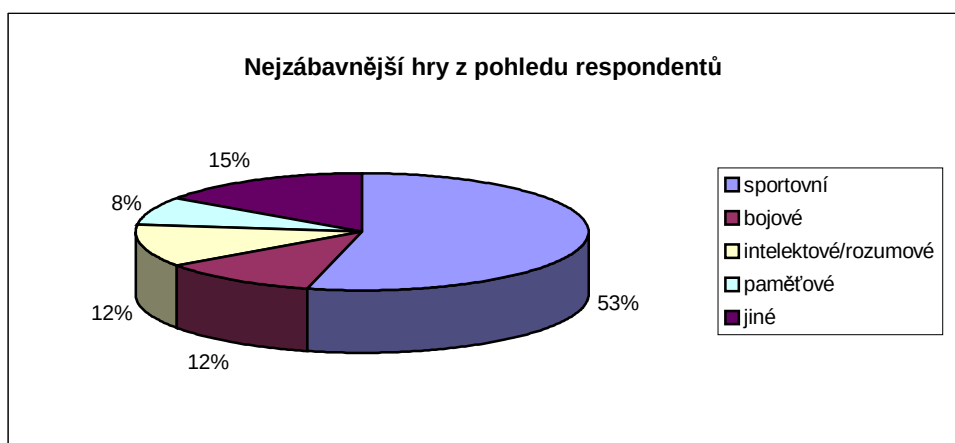
⁴⁶ včetně braní 3 tří karet na sedmu; děti si přes sebe lehaly na nohy, kde je tlak snášen nejlépe

2.6. SHRNUÍ VÝZNAMU A PŘÍNOSU PŘÍLEŽITOSTNÝCH ZÁJMOVÝCH ČINNOSTÍ

V předcházejících kapitolách byl popsán význam prázdninových činností a převážně jejich herní složky. Bylo zde tak nastíněno několik možností jak nenásilně a také zábavně pomoci vychovávat děti ve volném čase.

Na uvedených příkladech jednotlivých tematicky zaměřených soustředění i samotných her je možné vysledovat přínos prázdninových pobytů pro rozvoj osobnosti v rámci výchovně ovlivňovaného volného času. Zábavnou formou se děti učí mnohé dovednosti, aniž by si tento fakt přímo uvědomovaly. Potvrdilo se tedy, že hra je pro děti nejlepším výchovným prostředkem.

Z výsledků výzkumu vyplývá, že nejvíce respondentů má nejraději sportovní druhy her. Stejně tak jako u jiných výsledků, i zde se základním směrodatným měřítkem ve výběru odpovědi stala samotná skupina respondentů, tedy vysoký počet závodních sportovců. Přesto z celkového počtu respondentů si celých 15% nedokázalo vybrat z nabídky nabízených odpovědí a označili kategorii *jiné*. Několikrát se u této kategorie objevilo dopsáno: „baví mě hry proti vedoucím/dospělým“, což podporuje domněnku, že účast dospělých (ať už se jedná čistě o vedoucí či o kvalifikované pracovníky a pedagogy) je nejen výhodná pro organizaci, ale také zábavná a dětmi žádaná a oblíbená.



Správně namotivovaná hra dokáže děti pohltit a rozvíjet tak v nich fantazii, tvořivé myšlení a kreativitu. Potřebná vzájemná komunikace v kolektivu při jednotlivých hrách také rozvíjí dětské komunikační dovednosti, vyjadřování, způsoby přemýšlení a uvažování, například vymyslet a dohodnout se na strategii

hry. Umět prosadit a obhájit svůj nápad a myšlenku, ale přijmout i jiný názor, případně najít kompromisní řešení.

Každá hra vytváří emotivní prostředí, které hráče vystavuje potřebě tuto situaci správně zvládnout, ovládnout vlastní pocity. Jde především o citové projevy a to kladné i záporné. Například radost z vítězství, nadměrná veselost, či vyrovnat se se zklamáním z prohry nebo nepřiměřeným rozčilením. Současně však vznikají i situace, kdy je třeba projevit i smysl pro kolektiv, pomoci slabšímu, poradit mladšímu, podpořit poraženého a namotivovat ho do dalšího boje a úsilí. To nejsou jen úkoly vedoucích (pedagogů, dospělých), také děti se navzájem učí těmto dovednostem.

Každá hra má svá specifika, je třeba dobře zvolit hru. Nejen vybrat druh hry jako jsou sportovní, paměťové, intelektové, ale také zhodnotit její význam a správně ji začlenit. Načasování hry musí splnit dané předpoklady, tedy kdy je vhodné hrát, pro koho je vhodná a zda plní to co plnit má – vychovává, vzdělává, rozvíjí fyzické zdatnosti či je jen zábavná a kreativně vyplňuje čas.

Základním přínosem zmíněných sportovních soustředění, ale i táborových, prázdninových pobytů, spatřuji ve zvláštnosti jeho samotného vlivu na rozvoj celkové osobnosti jedince. Během pobytu působí na každého účastníka neuvěřitelné množství faktorů, které mohou jeho osobnost skutečně ovlivnit nebo i částečně změnit. Děti se učí nejenom samostatnosti, ale také získávají větší sebedůvěru v sama sebe. Důležitý význam v tomto procesu má samotné působení v rámci dětského kolektivu, který je specifický svými vlastními projevy. Často svojí přímocí a upřímností může být krutý, ale na druhou stranu také někdy překvapivě soudržný, obětavý a vstřícný k sobě navzájem.

Pozice vedoucího-pedagoga je při těchto činnostech nejen pedagogická, výchovná, bezpečnostní, organizační, ale i psychologická. Jeho role je obdobná roli učitele, ale díky zábavné formě činnosti, je dětmi více vnímán jako jejich pomocník a rádce, v ideálním případě i jako kamarád.

ZÁVĚR

Pedagogika a výchova ve volném čase dětí a mládeže je v současné době velmi diskutovaným tématem a to nejen ve vědecké, pedagogické, sociologické a filosofické úrovni, ale i celospolečenské. Z různých médií současně zaznívá, že dnešní mladá generace je líná, pesimistická a náchylná k negativnímu životnímu postoji.

Svojí prací jsem chtěla poukázat na to, že nelze tento negativní pohled na současnou mládež tolik zobecňovat. Existují i jiné možnosti jak děti, tedy i mládež vnímat. Pokud bude dětem věnován dostatečný zájem a nabídnuta pestrá a široká paleta činností v mimoškolním vyžití, sníží se tak rizikový počet problémové mládeže. Postupem času se vývoj činností ve volném čase změnil. V minulosti byla mnohem nižší nabídka, kterou však využívalo více dětí než v současnosti. Dnešní nabídka volnočasových aktivit je širší, zejména díky většímu věnování se této problematice. Avšak o to důležitější je, správně mládež oslovit, aby si následně vhodně vybrala.

Základem je rodina, tedy její správné nasměrování dítěte v první řadě do školy a dále do činností ve volném čase. Současný společenský trend být nezávislý, se promítá do liberálního přístupu k dětem. Liberální demokratická výchova by měla mít i své hranice, neměla by vést k extrémní volnosti hraničící s anarchií. Liberálnost přístupu k využití volného času by měla pomoci dítěti správně si vybrat a v delším časovém horizontu provozovat zajímavou činnost, podporovat ho v ní a v případě změny či neúspěchu ho podpořit.

Děti, které se pravidelně věnují nějaké činnosti ve volném čase mají celkový denní režim zorganizovaný, což pozitivně vede k budoucímu přístupu k hospodaření s časem. Rozplánování nejen volného času ale celého dne vede k řádu a přijímání odpovědnosti. Ve škále nabídky volnočasových zájmových činností můžeme považovat sport za jeden z nejdůležitějších. Pravidelný sportovní trénink, sám o sobě, vyžaduje přiměřenou organizaci svého času. Sportování ovšem mimo jiné nabízí i komplexní rozvoj dítěte, jedince obecně. Rozvíjí nejen fyzicky, ale také psychicky (výhra, prohra, únava, bolest, stres,...). Kolektivní úloha ve sportu je také nedílnou součástí vlivu na vývoj osobnosti.

Cílem práce bylo zjistit míru důležitosti a také potřebu ovlivňovat volný čas dětí a mládeže. Za pomoci výzkumu jsem zjistila, že sportující děti a mládež si náplň svého volného času zvolily samy, sportování je baví a většina z nich ho dokonce považují za součást života. Plánují tuto činnost nadále rozvíjet a provozovat do budoucna. Věnují se i jiným zájmovým činnostem, avšak organizovanost svého volného času vnímají jako výhodu.

Nepostradatelnou složkou výchovného procesu ve volnočasovém zaměření je osobnost pedagoga, vychovatele, trenéra. Z výsledků výzkumu vyplývá, že děti ve volném čase vnímají pedagogického pracovníka jako autoritu, ale také jako kamaráda, což ho odlišuje od klasického pracovníka ve výchovně-vzdělávacím procesu. Jednou ze zásadních odlišností je ovšem dobrovolná činnost ve volnočasovém sektoru. Na rozdíl od jiných pedagogických pracovníků, nelze říci, že tato profese člověka uživí. Na to má vliv také společenské povědomí o důležitosti těchto zájmových, volnočasových činnostech.

Ve volnočasové zájmové činnosti jsou nejvíce nabízeny aktivity prostřednictvím neziskových organizací, tedy dobrovolných pracovníků. V této oblasti se tedy jedná o činnosti závislé na finanční podpoře. Minimálně od státu, kraje, obce, či od oslovených ochotných sponzorů, nikoliv na rodičích. Bez státní, finanční podpory by tyto organizace prakticky zanikly, není možné z plateb od rodičů pokrýt veškeré náklady na danou činnost.

Dovolím si konstatovat, že v oblasti, ve které se pohybují (tedy sportovní plavecké) se nám prozatím daří dobře. Děti jsou spokojené, baví je to a nás to těší. To v pozitivním pohledu vypovídá o naší společné dobré práci ve volnočasové sportovní činnosti v rámci plavecké výuky v Brně.

Závěrem je třeba říci, že volnočasové aktivity jsou podmíněny společnou symbiózou všech působících složek, tedy dítěte, rodiny a dané instituce či organizace nabízející volnočasovou aktivitu.

Předloženou prací chci podpořit aktivity a činnosti provozované ve volném čase a pozvednout jejich význam nadále do budoucna.

RESUMÉ

Cílem diplomové práce Význam mimoškolní výchovy na plnohodnotný rozvoj dítěte je postihnout míru důležitosti a potřebu pedagogicky ovlivňovat volný čas dětí a mládeže.

Úvodní část práce je věnována současnému stavu pedagogiky volného času a volnočasových aktivit. Obsahuje základní teoretické poznatky k problematice volného času dětí a mládeže a popisuje možnosti jeho využívání, včetně poznatky o současných trendech. Pozornost je zaměřena především na zájmové činnosti dětí a mládeže, přesněji sportovním a tělovýchovným zájmovým činnostem. Jejich významu a vlivu na komplexní rozvoj dítěte a veškeré složky jeho osobnosti.

Hlavní částí práce je výzkum provedený dotazníkovou metodou v oblasti dětí a mládeže věnujících se sportovním zájmovým činnostem. Cílem šetření bylo zjistit přínos sportu a jeho organizace do problematiky volného času dětí a mládeže. Výsledky šetření prokázaly a podpořily kvality a pozitiva sportovních zájmových činností.

V závěrečné části práci jsou popsány možnosti, jak výchovně ovlivňovat prázdninový volný čas dětí a mládeže v rámci příležitostných táborových činností. Jsou zde vybrány některé druhy tematických programů a her, které byly reálně použity během mého vlastního působení v zájmové činnosti.

Hlavním cílem práce bylo podpořit sportovní zájmové činnosti ve volném čase dětí a mládeže. Postihnout jejich význam a přínos této problematice a ukázat jejich možnosti, jak správně dopomoci dětem k celkovému plnohodnotnému rozvoji.

SUMMARY

The aim of the thesis „The importance of extra-curricular education for the adequate development of a child“ is to embrace the importance of pedagogical influence on leisure time of children and youth.

The introductory part deals with the current state of pedagogy of leisure time activities. It contains some basic facts on the issue of leisure time of the children and youth and describes some ways of its use. It also includes the current trends in this field. The attention is mainly focused on sports activities, their importance and influence on the complex development of the child and all the components of his personality.

The main part is represented by the research which was conducted by questionnaires in the field of children and youth devoted to sports activities. The aim was to discover the benefits of sport and its organization in the free time of children and youth. The results of the survey demonstrated the positive assets of sports activities.

The final part describes the ways how to influence holiday leisure time of children and youth in form of occasional camp activities. There are mentioned some selected types of activities and games that were actually used during my own hobbytry

The main objective of this thesis was to promote sports activities in leisure time of children and youth, to explain their role and contribution to this issue and to show some ways of helping children to establish adequate development.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

ČECH, Tomáš (ed.) *Výchova a volný čas* 2.1.vyd. Brno: MSD, spol.s.r.o., 2007, 215s., ISBN 978-80-86633-97-8

HÁJEK, Bedřich, HARMACH, Jaromír. HOFFMANN, Otto. JÍRA, Otakar. JÍROVÁ, Hana. KRTIČKA, Karel. RAMPOUCHOVÁ, Jaroslava. VESELÝ, Vladimír. *Děti, vedoucí, volný čas*. 1.vyd. Praha: IDM MŠMT, 2004, 120s. ISBN 80-86784-06-1

HÁJEK, Bedřich. HOFBAUER, Břetislav. PÁVKOVÁ, Jiřina. *Pedagogické ovlivňování volného času.Současné trendy*.1.vyd. Praha: Portál, 2008, 240s., ISBN 978-80-7367-473-1

HODAŇ, Bohuslav (ed.) *Volný čas a jeho současné problémy, sborník příspěvků přednesených na vědecké sympoziu v Olomouci ve dnech 20. a 21.května 2002*. 1.vyd. Olomouc: Hanex, 2002, 188s., ISBN 80-85783-37-1

HOFBAUER, Břetislav. *Děti, mládež a volný čas*.1.vyd. Praha: Portál, 2004, 176s. ISBN 80-7178927-5

MUŽÍK, Vladislav. SÜSS, Vladimír (ed.). *Tělesná výchova a sport mládeže ve 21. století*. 1.vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2009.168s, ISBN 978-80-210-4858-4

OPATA, Rudolf a kol. *Teorie a praxe výchovy mimo vyučování*. 1.vyd. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1979, 193s.

PÁVKOVÁ, Jiřina, a kol. *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času*. 1.vyd. Praha: Portál, 1999. 232s. ISBN 80-7178-295-5

PERIČ, Tomáš. *Sportovní příprava dětí*. 1.vyd. Praha: Grada Publishing, a.s., 2004, 198s., ISBN 80-247-0683-0

PRŮCHA, Jan. WALTEROVÁ, Eliška. MAREŠ, Jiří. *Pedagogický slovník, 4.aktualizované vydání*. 5.vyd., Praha: Portál, 2008, 322 s., ISBN 978-80-7367-416-8

SEDLÁŘ, Richard. *Výchova mimo vyučování, její tradice a principy*.1.vyd. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1967. 201s.

SEKOT, Aleš. *Sport a společnost*.1.vyd. Brno: Paido, 2003, 191s., ISBN 80-7315-047-6

SVOBODA, Bohumil. *Pedagogika sportu*. 1.vyd. Praha: Univerzita Karlova – Nakladatelství Karolinum, 2003, 250s., ISBN 80-246-0156-7

SÝKORA, Jan. *Výchova a volný čas 3*. 1.vyd. Hradec Králové: Gaudeamus, 2008, 91s. ISBN 978-80-7041-730-0

VÁŽANSKÝ, Mojmír. *Základy pedagogiky volného času*. 2.vyd. Brno: Print-Typia, spol.s.r.o., 2001, 175s., ISBN 80-86384-00-4

ZAPLETAL, Miloš. *Hry v klubovně. Velká encyklopedie her 2*. 2.vyd. Praha: Leprez, 1996, 604s., ISBN 80-901826-9-0

ZAPLETAL, Miloš. *Hry v přírodě. Velká encyklopedie her 1*. 2.vyd. Praha: Leprez, 1995, 623s., ISBN 80-901826-6-6

INTERNETOVÉ ZDORJE

beta.tf.jcu.cz/getfile/71cd4daf350ba4bb

http://www.fsps.muni.cz/~kse/vyuka/vyuka_dokumenty/rekreologie/rekre_002_odpocinek.pdf

<http://www.msmt.cz/socialni-programy/volny-cas-a-prevence-u-deti-a-mladeze>

<http://www.ped.muni.cz/weduresearch/texty/podnety/010.pdf>

www.tf.jcu.cz/getfile/110efde11aa3b6d0

PŘÍLOHY

1. Dotazník strana první:

VÝZNAM MIMOŠKOLNÍ VÝCHOVY NA PLNOHODNOTNÝ ROZVOJ DÍTĚTE		
Výsledky dotazníku budou použity pro výzkum diplomové práce. Jeho význam je zaměřen na získání informací o způsobu trávení a využívání volného času dětí a mládeže.		
<u>DOTAZNÍK</u>		
Pohlaví: *	muž ☐	žena ☐
Věk: *		
Škola:	základní ☐	střední ☐ gymnázium ☐
Sportu/plavání se věnuji:	rekreačně ☐	závodně ☐
* povinné údaje		
1. Jak vnímáš organizovanost svého volného času?		
A. jako výhodu		
B. jako nevýhodu		
C. jinak		
2. Co pro tebe znamená sportování?		
A. součást mého života		
B. baví mě		
C. znám i lepší náplň volného času		
D. ztráta času		
E. jiné		
3. Kdo tě k využití volného času vede?		
A. rodiče / rodina		
B. škola		
C. sám/a si volím náplň		
D. kamarádi, okolí		
E. jiné		
4. Kdyby jsi si mohl/a vybrat, co bys dělal/a nejraději?		
A. se sportem bych neměnil/a bych		
B. sledoval/a televizi		
C. pracoval/a, hrál/a na počítači		
D. učil/a se - příprava do školy		
E. jiné		
5. Trenér je pro mě:		
A. autorita		
B. kamarád		
C. nerozumím si s ním/s ní		
D. neřeším to		
E. jiné		
6. Na trénink chodím:		
A. za zábavou		
B. za kamarády		
C. z povinnosti		
D. pro získání lepších dovedností/výkonů		
E. jiné		
Stránka 1 z 2		
Zhotovila: Eva Šamánková		

2. Dotazník strana druhá:

7. Současná náplň mého volného času je pro mě:

- A. pouze aktuální záležitosti
- B. chci se tomu věnovat nadále i do budoucna
- C. záleží na mém vlastním postupu a výkonech
- D. nejsem si jistý/á co bude dál, zatím mě to baví
- E. jiné _____

8. Věnuješ se i jiným zájmovým činnostem, kroužkům?

ano

☐

ne

☐

- A. esteticky zaměřeným (tanec, zpěv, keramika, malování, hudba, ZUŠ apod.)
- B. pracovní-technicky zaměřeným
- C. společenskovedně zaměřeným
- D. přírodovědně zaměřeným
- E. jiné _____

9. Zúčastnil/a jsi se některého z našich soustředění - zimní nebo letní?

ano

☐

ne

☐

zaškrtni které:

- ☐ Bory 2008, Tour de France
- ☐ Pístovice 2009, Mise Missouri
- ☐ Ramzová 2010, Potterhlé Ramzovice
- ☐ Bory 2010, Kosmický showlet
- ☐ Ramzová 2011, Obelixiáda

- A. mám v plánu se zúčastnit
- B. neplánuji zúčastnit se
- C. nevím jestli se zúčastním

DÁLE PRO ÚČASTNÍKY SOUSTŘEDĚNÍ:

10. Soustředění se účastním hlavně z důvodu:

- A. jeho sportovního zaměření
- B. příjemného kolektivu
- C. výplně prázdnin, neřeším zaměření soustředění ani pořádající organizaci
- D. členství v pořádajícím oddílu
- E. jiné _____

11. Jaké hry tě na soustředění nejvíce baví?

- A. sportovní
- B. bojové
- C. intelektové/rozumové
- D. paměťové
- E. jiné _____

12. Co tě na hře nejvíce baví?

- A. kolektivní spolupráce
- B. můj individuální výkon a projev mého nadání
- C. motivace hry
- D. zábava
- E. jiné _____

13. Vnímáš při hrách či samotném soustředění jeho výchovné působení na tebe samotného?

ano

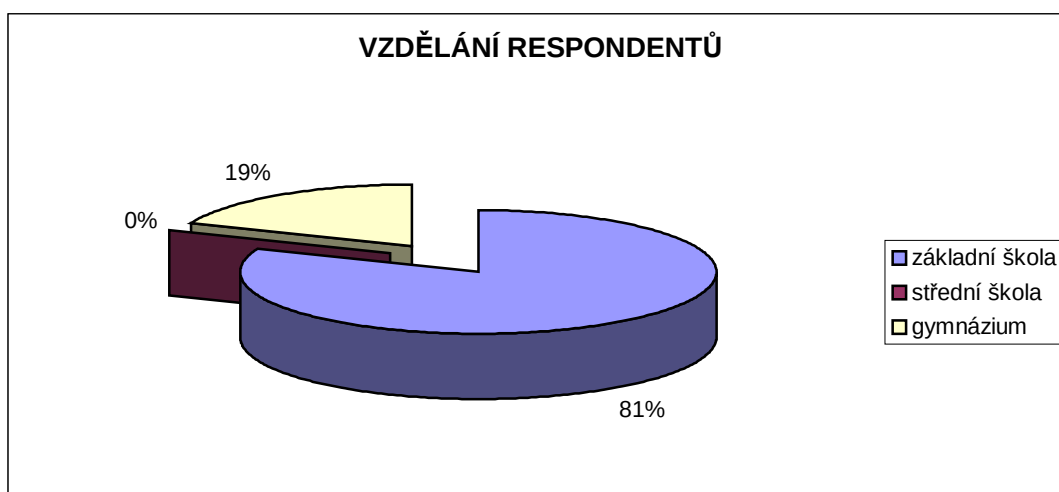
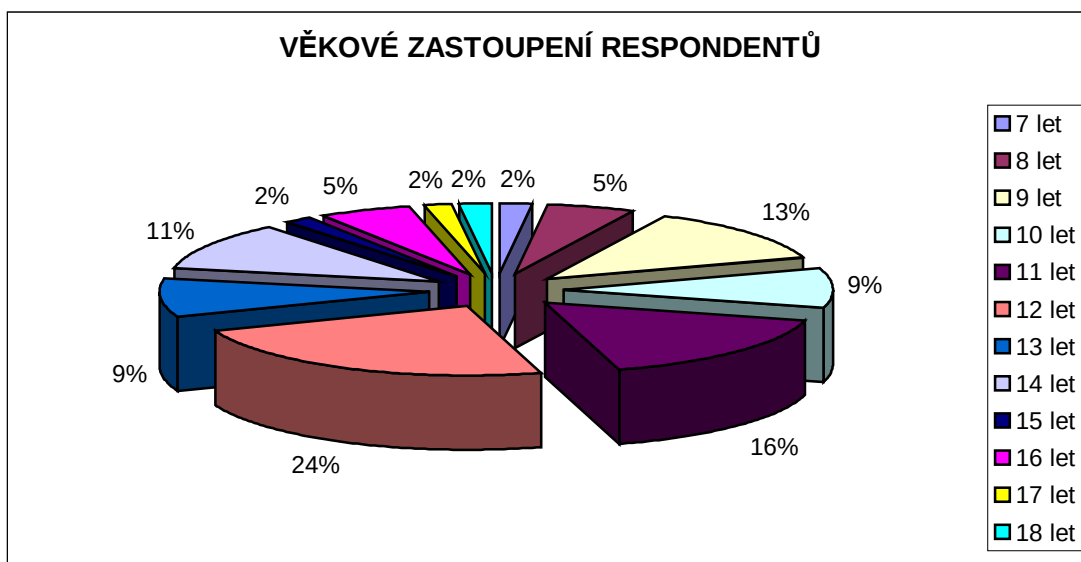
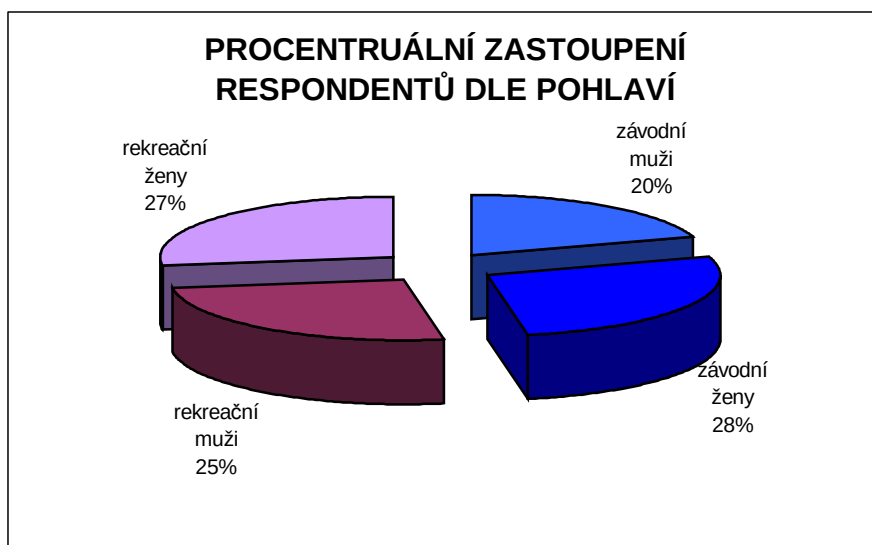
☐

ne

☐

Jak?

3. Dodatečné grafy k výzkumu



4. Kvízové otázky k programu "Tour de France"

S KOLIKÁ STÁTY SOUSEDÍ FRANCIE?

- A. SE ČTYŘMI
- B. SE ŠESTI
- C. S OSMI

JAK SE JMENUJE NEVYŠŠÍ HORA FRANCIE?

- D. MONT BLANC
- E. MONT EVEREST
- F. MONTE CINTO

JAKÁ JE NEJDELŠÍ ŘEKA VE FRANCII?

- G. RHONE
- H. SEINE
- I. LOIRE

KTEROU POSTAVU BY JSTE NEZAŘADILI DO DĚL OD ALEXANDRA DUMASE?

- A. ABBÉ FARIA
- B. KARDINÁL RICHELIE
- C. JEAN VALJEAN

KTERÉ DÍLO NENAPSAL JULES VERNE?

- D. ŠKOLA ROBINSONŮ
- E. ROBINSON CRUSOE
- F. TROSEČNÍCI Z LODI JONATHAN

KDO Z JMENOVANÝCH NEBYL FRANCOUZSKÝM SPISOVATELEM?

- G. HUGO KAPET
- H. ALBERT CAMUS
- I. FRANCOIS VILLON

KTERÝ SPORT VE FRANCII PATŘÍ MEZI NEJOBLÍBENĚJŠÍ, EVIDUJE 480 000 LICENCOVANÝCH HRÁČŮ A JE TAK NEJHRANĚJŠÍM SPORTEM VE FRANCII?

- A. PETANQUE
- B. CYKLISTIKA
- C. FOTBAL

VE KTERÉM FRANCOUZSKÉ MĚSTĚ SE HRAJE SLAVNÝ TENISOVÝ TURNAJ FRENCH OPEN?

- D. V CANNES
- E. V PAŘÍŽI
- F. V NANTES

KOLIKRÁT HOSTILA/POŘÁDALA FRANCIE OLYMPIJSKÉ HRY? (ZIMNÍ + LETNÍ CELKEM)

- G. TŘIKRÁT
- H. ČTYŘIKRÁT
- I. PĚTKRÁT

NEZNÁMĚJŠÍ OBĚTÍ AMFETAMINU BYL BRIT TOM SIMPSON, KTERÝ ZEMŘEL BĚHEM VRCHAŘSKÉ ETAPY NA TOUR V ROCE 1967. VÍTE JAK SE JMENUJE VRCHOL, KTERÝ SE STAL JEHO OSUDNÝM?

- A. COL DE LA LOMBARDE
- B. COL D'ASPIN
- C. MONT VENTOUX

ZAKÁZANÁ DOPINGOVÁ LÁTKA ZVANÁ ERYTROPOETIN NEBO EPO JE?

- D. TKÁŇOVÝ HORMON PODPORUJÍCÍ TVORBU ČERVENÝCH KRVINEK NEZBYTNÝCH PRO PŘENOS KYSLÍKU
- E. SYNTETICKÁ DROGA SE SILNÝM STIMULAČNÍM ÚČINKEM NA CENTRÁLNÍ NERVOVÝ SYSTÉM
- F. MÍRNÝ STIMULANT CENTRÁLNÍHO NERVOVÉHO SYSTÉMU, KTERÝ ROZŠIŘUJE CÉVY

JAKÁ BYLA JEDNA Z PRVNÍCH DOPINGOVÝCH LÁTEK V CYKLISTICE (VE 20. A 30.LETECH 20.STOLETÍ)?

- G. EPO
- H. KOKAIN
- I. TESTOSTERON

5. Rozvrh Ramzovické školy čar a kouzel

ROZVRH			
SOBOTA	<i>Rozrazení do kolejí</i>	<i>Kouzelné formule –</i> zmatek ve tmě	<i>Dejiny čar a kouzel</i> - parlament
REDĚLE	<i>Utkání ve famfrplesku + slavnostní ples</i>		
PONDĚLÍ	<i>Obrana proti černé magii –</i> boj o čepice	<i>Lektvary –</i> ochutnávky koření	<i>Přeměnování –</i> převlékací štafeta
ÚTERÝ	<i>Létání a koštění –</i> snowbordové psí spřežení	<i>Péče o kouzelné</i> <i>tvory</i> - sněhuláci	<i>Jasnovidectví</i> - pantomima
STŘEDA	<i>Věštění z čísel</i> - sudoku	<i>Starodávné runy –</i> písmena z těl	<i>Obrana proti černé magii –</i> koulovaná
ČTVRTEK	<i>Turnaj kolejí</i> - lyžařský a sněžný		
PÁTEK	<i>Závěrečný ceremoniál s plesem</i>		
SOBOTA	<i>Odjezd domů</i>		

6. Hra Pony Express – program Mise Missouri, Pístovice

- Kolik nohou má pavouk?** - 8
- Jak se jmenuje největší jezero na světě?** - *Kaspické moře*
- Která významná osobnost vyhrála anketu Největší Čech, pořádanou ČT v roce 2005?** - *Karel IV.*
- Na který den v roce připadá svátek Tří králů?** - *6. ledna*
- Co vynalezl Alfréd Nobel?** - *dynamit*
- Jak se jmenuje autor teorie o vývinu člověka z opic?** - *Charles Darwin*
- Kolik krčních obratlů má žirafa?** - *7/8*
- Kolik znamení má čínský horoskop?** - *12*
- Co znamená sportovní zkratka UEFA?** - *unie evropských fotbalových asociací*
- Jaká křestní jména mají cestovatelé-objevitelé Lewis a Clark (alespoň jedno)?** - *Meriwether Lewis, William Clark*
- Na který den v roce připadá první jarní den?** - *21. března*
- Jmenujte alespoň 3 disciplíny moderního pětiboje.** - *střelba, šerm, jezdecký, plavání, běh*

- 13. Jaký státní svátek slavíme 28.října?** - vznik samostatného Československého státu
- 14. Jak se jmenuje autor trilogie Pán prstenů (Hobit)?** - J.R.R. Tolkien
- 15. Kolik zubů má mít dospělí člověk?** - 32
- 16. Jak se jmenuje třetí postavička (malý zelený zlobivec) od Jů a Hele?** - Muf
- 17. Na jaké řece leží město Londýn?** - Temže
- 18. Jak se jmenuje 6.díl Harryho Pottera?** - Princ dvojí krve
- 19. Jaký je největší žijící savec na světě?** - Plejtvák obrovský/velryba
- 20. Jaký je správný český (biologický) název stromu kaštan?** - jírovec maďal
- 21. Jmenujete alespoň 4 činnosti, které dělá postavička Večerníčka v úvodní znělce.** - auto, kolečko, houpací kůň, schody, noviny, mává čapkou
- 22. Jak se jmenuje hlavní město USA?** - Washington D.C.
- 23. Jmenujte všechna křestní jména rodiny Simpsonových.** - Homer, Marche, Bart, Lisa, Maggie
- 24. Ve které zemi/ městě se konaly ZOH v roce 2006?** - Itálie, Turín
- 25. Jak se nazývá slepecké písmo?** - braillovo
- 26. Jmenujte všechny 4 druhy obilí.** - pšenice, oves, ječmen, žito
- 27. Jak se jmenovala opička (gorilka), která se narodila v Pražské ZOO v roce 2004?** - Moja
- 28. Ke kterému světadílu patří ostrov Madagaskar?** - Afrika
- 29. Ve které zelenině je nejvíce vitamínu C?** - zelí
- 30. Jak se jmenuje jediný český spisovatel držitel Nobelovy ceny za literaturu?** - Jaroslav Seifert