

TECHNICKÁ UNIVERZITA LIBEREC
PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Katedra: Tělesné výchovy

Kombinace oborů: Tělesná výchova
Německý jazyk

VZTAH ČTRNÁCTILETÝCH DĚTÍ K POHYBOVÝM
AKTIVITÁM

Diplomová práce 95 - PF - KTV - 045

Autor:

JARMILA JINDROVÁ

Adresa: T. G. Masaryka 825

Nový Bor I

4 7 3 0 1

Vedoucí práce: Mgr. Helena Rjabcová

Počet	stran	obrázků	tabulek	příloh
	70	36	9	6

V Liberci dne 15. ledna 1998

Technická univerzita v Liberci

FAKULTA PEDAGOGICKÁ

461 17 LIBEREC 1, Hálkova 6 Tel.:42.48.5227111 Fax:42.48.5227332

Katedra: tělesné výchovy

ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(závěrečného projektu)

diplomant: Jarmila J i n d r o v á

adresa: T.G. Masaryka 825, ... 473 01 ... Nový Bor I

obor: tělesná výchova - německý jazyk

Název DP: .. Vztah čtrnáctiletých dětí k pohybovým aktivitám

Vedoucí práce: Mgr. Helena Rjabcová

Termín odevzdání: 15.5.1998

Pozn. Podmínky pro zadání práce jsou k nahlédnutí na katedrách. Katedry rovněž specifikují zadání: východiska, cíle, předpoklady, metody zpracování, základní literaturu (zpravidla na rub tohoto formuláře). Zásady pro zpracování DP lze zakoupit v Edičním středisku TU a jsou též k dispozici v UK TUL, na katedrách a na Děkanátě Pedagogické fakulty.

V Liberci dne 15.5.1997 19..

.....
vedoucí katedry

.....
proděkan

Převzal (diplomant):

Datum: 17.6.94

Podpis:

Jarmila Jindrová

TECHNICKÁ UNIVERZITA V LIBERCI

Univerzitní knihovna

Voroněžská 1329 Liberec 1

PSČ 461 17

148/98 P

KTV/FNJ

90.5.16.94

PROHLÁŠENÍ O PŮVODNOSTI PRÁCE

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala samostatně, a že jsem uvedla veškerou použitou literaturu.

Liberec, 1998, 1. 15. 1998

Jarmila Jindrová
Jarmila Jindrová

PROHLÁŠENÍ K VYUŽÍVÁNÍ VÝSLEDKŮ DIPLOMOVÉ PRÁCE

Jsem si vědoma toho, že diplomová práce je majetkem školy, a že s ní nemohu sama bez svolení školy disponovat, a že diplomová práce může být zapůjčena či objednána (kopie) za účelem využití jejího obsahu.

Beru na vědomí, že po 5ti letech si mohu diplomovou práci vyžádat v Universitní knihovně v Liberci, kde je uložena.

Jarmila Jindrová

T. G. M. 825

Nový Bor I

473 01

V Liberci dne 15. ledna 1998

PODĚKOVÁNÍ

Děkuji Mgr. Heleně Rjabcové za pomoc a podnětné rady při zpracování.

Velký dík si zaslouží ředitelé a učitelé škol, kteří mi umožnili provést výzkum ve svých hodinách.

Dík patří i všem žákům a žákyním základních škol v Liberci a v Novém Boru, kteří ochotně vyplnili dotazníky.

Děkuji Zdeňce Jílkové za pomoc při počítačovém zpracování výsledků v této diplomové práci.

Touto cestou bych také chtěla poděkovat svým rodičům za jejich pomoc a podporu při mém studiu.

ANOTACE

Vztah 14 - letých dětí k pohybovým aktivitám

V diplomové práci jsme zjišťovali vztah 14 - letých žáků základních škol k pohybovým aktivitám. Zaměřili jsme se na postoje žáků ke školní TV, na zapojení žáků do mimoškolních sportovních oddílů a do sportovních kroužků v rámci školy a na využití volného času dětí. Výzkum byl proveden v říjnu roku 1997 na náhodně vybraných základních školách v Liberci a v Novém Boru a zúčastnilo se ho 455 14 - letých dívek a chlapců z 8. a 9. nesportovně zaměřených tříd. Vztah žáků k pohybovým aktivitám byl zjišťován na základě dotazníku s 19 otázkami. Výzkumem jsme zjistili, že kladný vztah k pohybové aktivitě zaujímá 68% chlapců a 42% dívek. Nejoblíbenější náplní volného času chlapců je pohybová aktivita, dívky preferují poslech hudby a až na druhé místo řadí pohybovou aktivitu. Nejčastější činností dívek ve volném čase je učení a příprava do školy, u chlapců pohybová aktivita. Z ní má u chlapců i u dívek největší oblibu cyklistika, plavání a fotbal. K nejoblíbenějším vyučovacím předmětům patří TV, ve výuce projevují chlapci i děvčata největší zájem o sportovní hry. 1/2 chlapců a 1/3 dívek je zapojena do mimoškolních oddílů. Nejvíce navštěvované jsou oddíly fotbalu, volejbalu a basketbalu u chlapců, moderního tance, jezdeckví a aerobiku u dívek. Zájem žáků o školní TV je vyšší než zájem o mimoškolní pohybové aktivity a bylo zjištěno, že pestrá škála nabídky pohybových a sportovních aktivit neovlivnila chlapce a dívky k jejich zapojení. Návštěvnost sportovních kroužků organizovaných školou je velmi nízká. Školní TV a rodinná výchova jsou nejdůležitějšími motivačními faktory pro utváření pozitivního vztahu chlapců i dívek k pohybu a sportu.

ZUSAMMENFASSUNG

Die Einstellung der 14 - jährigen Kindern zu den Sportaktivitäten

In der Diplomarbeit beurteilen wir die Einstellung der 14 - jährigen Kindern an den Grundschulen zu den Sportaktivitäten. Wir konzentrierten uns auf die Einstellung der Schüler zu der Körpererziehung, auf das Einfügen der Schüler in die Stadtsportvereine und in die Sportvereine, die die Schule organisiert und auf die Ausnutzung der Freizeit. Die Untersuchung wurde im Oktober des Jahres 1997 in zwei Städten (in Nový Bor und in Liberec) realisiert und es nahmen 455 14 - jährigen Jungen und Mädchen aus verschiedenen Schulen und Klassen teil. Die Einstellung der Schüler zu den Sportaktivitäten wurde aufgrund eines Fragebogens mit 19 Fragen festgestellt. Nach der Untersuchung haben wir festgestellt, daß 68% Jungen und 42% Mädchen eine positive Einstellung zu den Sportaktivitäten fesselt. Der beliebteste Gehalt der Freizeit ist bei den Jungen die Sportaktivität, die Mädchen ziehen das Musikhören vor und erst auf dem zweiten Platz steht die Sportaktivität. Die häufigste Tätigkeit in der Freizeit ist bei den Mädchen das Lernen und die Schulvorbereitung und bei den Jungen die Sportaktivität. Aus der treiben die Schüler am liebsten das Radfahren, das Schwimmen und das Fußballspielen. Das beliebteste Schulfach ist die Körpererziehung, im Unterricht preferieren die Jungen und die Mädchen die Sportspiele. 1 / 2 der Jungen und 1 / 3 der Mädchen ist in einem Stadtsportverein angeschlossen. Die Jungen besuchen vor allem Fußball, Volleyball und Basketball, die Mädchen die Vereine der moderner Tanz, Reitenklub und Aerobic. Die Interesse der Schüler für die Körpererziehung sind größer als die Interesse für die Stadtsportvereine. Es wurde auch festgestellt, daß die breite Skala des Angebotes an die Sportaktivitäten die Jungen und die Mädchen nicht zum ihren Einfügen beeinflußt. Sehr wenig Schüler besuchen die Sportvereine, die von der Schule organisiert sind. Die Körpererziehung in der Schule und die Familienerziehung sind die wichtigste motivierende Faktoren für die Gründung der positiven Einstellung der Jungen und der Mädchen zur Bewegung und zum Sport.

ANNOTATION

The attitude of 14 years old pupils towards physical exercise activities

In this diploma thesis we were trying to find out the attitude of 14 years old pupils towards physical exercise activities. We paid attention mainly to pupils' approaches to physical education at school, then to their participation in some sports teams apart from school and to sporting activities organized by school, and, finally, children's free time activities. The research was realized in October 1997 in several basic schools, chosen by chance, in Liberec and Nový Bor and 455 14 years old boys and girls from the 8th and 9th not PE - specialized classes took part in it. The pupils' attitudes towards PE activities were given by means of a questionnaire with 19 questions. We found out that 68% of boys and 42% of girls like these activities. PE activities are the most frequent free time fillers of boys, girls prefer listening to music and exercise is on the second position. In case of girls it is the preparation for school that takes then most of their time, boys spend most on physical exercises. They (as well as girls) like mainly cycling, swimming and football. PE belongs to favourite school subjects and during lessons boys and girls prefer sports games. A half of the boys and about a third of the girls are members of some teams outside their school. Boys prefer mainly football, volleyball and basketball teams, girls, in contrast, like modern dance, riding horses and aerobic. Pupils are more interested in physical education at schools than activities not organized that way. It was found out that a wide offer of physical exercises and sports did not influence pupils' participation. Their attendance of optional sporting activities organized by school is very low. Physical education as a school subject and the family influence are the most important motivating factors in creating positive attitudes to physical exercises and sports.

OBSAH

strana

Úvod	1
1 Syntéza poznatků	3
1.1 Charakteristika středního školního věku	3
1.1.1 Anatomicko - fyziologický vývoj a jeho změny v pubescenci	3
1.1.1.1 Soustava kosterní a svalová	3
1.1.1.2 Soustava nervová a humorální	4
1.1.1.3 Soustava oběhová	5
1.1.1.4 Soustava dýchací	5
1.1.1.5 Psychický, sociální a emocionální vývoj	6
1.1.2 Režim dne v době pubescence	6
1.1.3 Hry v životě pubescenta	7
1.2 Tělesná výchova na ZŠ	8
1.2.1 Školství a tělesná výchova	8
1.2.2 Žáci a tělesná výchova	10
1.2.3 Osobnost učitele tělesné výchovy	10
1.2.4 Klasifikace v tělesné výchově	12
1.2.5 Hypokineze školní mládeže	13
1.3 Sportovní diváctví	14
1.3.1 Motivace sportovní činnosti	16
1.4 Pohybový režim mládeže	17
1.4.1 Vliv rodiny na utváření pohybového režimu dětí	24
1.4.2 Zdraví a pohyb	25
2 Cíle práce.....	27
2.1 Hlavní cíl	27
2.2 Dílčí cíle	27
2.3 Hypotézy	27
3 Metodika práce	28
3.1 Postup při práci	28
3.1.1 Charakteristika souborů	28
3.1.2 Předvýzkum	29

3.1.3 Dotazník	29
3.1.4 Vlastní výzkum	30
3.1.5 Postup zpracování výsledků	30
3.1.6 Způsob zpracování	31
4 Výsledky	32
5 Diskuse	57
6 Závěr	65
7 Seznam použité literatury	67
8 Seznam příloh	70

MOTTO:

"Lidské bytí a jednání se projevuje v pohybu. I když se organismus nachází ve zdánlivém klidu, přesto se pohybuje prostřednictvím dýchání, oběhu krve nebo tlukoucího srdce. V lidském pohybu jsou sjednoceny tělo, duch a duše a vyjadřují se jím vztahy individua k jeho materiálnímu i sociálnímu okolí."

ANGELA HANKE

ÚVOD

Pohyb je jednou ze základních vlastností živých organismů. V ontogenetickém vývoji je základním předpokladem např. pro získávání potravy, zachování organismů apod.

Člověk se přirozeným vývojem stále více vzdaluje přírodě. Jeho reakce, chování, zvyky a návyky jsou do značné míry ovlivněny právě ontogenetickým vývojem, z čehož vyplývá i potřeba dostatečné pohybové aktivity. Přirozená pohybová aktivita je nezbytným činitelem k upevnění a znovunavrácení zdraví. Současná generace, zejména mladších jedinců, je vystavena nebezpečí nedostatečného pohybu. (ŠTURMOVÁ 1980)

RYCHTECKÝ A SPOL. (1990) uvádí: "V důsledku technického a technologického pokroku je pohybový režim mládeže mnohem méně intenzivní než dříve. Tato skutečnost je varující, poněvadž optimální pohybová činnost má v životě dětí ve srovnání s dospělou populací mnohem větší význam. Pro děti a mládež není optimální pohybový režim jen prostředkem k upevnění a prevenci zdraví, ale i důležitým faktorem ve stimulaci a koordinaci tělesného a psychického vývoje organismu."

Pohybové aktivity dnes neodpovídají přirozeným potřebám lidského organismu. Svalová činnost, která mívala po mnoho generací převážně dynamický charakter, se stává především statickou. Na nedostatky a rozpory doplácí zejména naše děti. (KÁRNÍKOVÁ, VANÍČKOVÁ 1994)

Nezájem dětí o pohybová cvičení lze do jisté míry kladně ovlivnit. Snazší je ovlivňování u žáků školního věku, kde je na ně soustavně působeno, neboť mají během školní docházky zařazeny do vyučování hodiny povinné tělesné výchovy.

Děti školního věku můžeme motivovat k pohybovým cvičením a ke sportu nejen v hodinách TV, ale i ve sportovně orientovaných kroužcích, které mohou navštěvovat v rámci školy nebo mimo ní.

Tato diplomová práce je zaměřena na sledování žáků 8. a 9. tříd základních škol ve věku 14 let, na posouzení jejich vztahu k pohybovým a sportovním aktivitám a na využití jejich volného času. Dále zahrnuje i posouzení zájmu žáků o hodiny školní TV. Vycházíme totiž z faktu, že žáci staršího školního věku patří do skupiny dětí, která prochází mnoha vývojovými změnami jak fyziologickými, tak i psychickými a tyto změny mají za následek

změnu zájmů a postojů.

Proto se domnívám, že nejenom úsilí pedagogů by mělo zájmy o pohybové a sportovní aktivity u dětí vzbuzovat, ale i celá naše společnost by měla přispívat k těmto zájmům a podílet se na jejich kladném ovlivňování a udržování.

1 SYNTÉZA POZNATKŮ

1.1 Charakteristika středního školního věku

Třetí pětiletí lidského života je poznamenáno velikým biologickým přetvářením, jehož odraz činí z něho nejpoutavější psychologické období. (PŘÍHODA 1977)

Toto období je charakterizováno překotným somatickým a fyziologickým vývojem. (SÝKORA - KOSTKOVÁ 1985)

Člověk se přeměňuje z dítěte v dospívajícího, schopného po fyziologické stránce plodivé činnosti.

Tomuto období byly dány rozmanité názvy. Sovětská literatura pojmenovává tento věk "střední školní nebo výrostkový". Oswald Stratz pojednává o tomto období jako o "horním stupni" a anglosasští psychologové mluví o "adolescenci nebo věku - nácti". Naši pedopsychologové označují tuto část ontogeneze za období "puberty nebo dospívání." Tato část vývoje je také nazývána "pubescencí" podle latinského slova pubesco (= dorůstám v muže, dospívám). Za statistické uzlové body určujeme rok 11 a 15, které toto období ohraničují. U většiny mládeže dochází kolem 11. roku k prvnímu zamilování a kolem 15. roku pak k možnosti plodivé schopnosti.

Pubescence jako vývojový plynulý pochod se skládá z nekonečného počtu drobných změn, jejichž hromadění vytváří nové kvality. Platí zde zákon nerovnoměrného vývoje a po fyziologické a somatické stránce nedospívají chlapci a dívky rovnoměrně.

1.1.1 Anatomicko - fyziologický vývoj a jeho změny v pubescenci

1.1.1.1 Soustava kosterní a svalová

Celková podoba pubescentova těla je dána především růstem kostry a svalstva. Kostí rostou výrazně do délky a šířky, pokračuje osifikace kostí, postupně se zpevňuje

vazivo a kloubní pouzdra a rozvíjí se svalstvo, které se zpočátku opožďuje za růstem kostí. Začínají se také zvýrazňovat tělesné rozdíly mezi chlapci a děvčaty.

Průměrná výška 14 - letých žáků (podle HAJNIŠE) je u dívek 160.04 cm (± 6.72 cm), u chlapců 160.65 cm (± 8.87 cm) a průměrná hmotnost 14 - letých žáků je u dívek 49.81 kg (± 8.40 kg), u chlapců 48.58 kg (± 9.16 kg). Za 5 let od 11 do 15 vyrostou chlapci o 22.3 cm, dívky jen o 17.6 cm. Průměrné roční přírůstky jsou u chlapců od 4.0 cm (od 11 do 12 let) do 6.6 cm (mezi 13. a 14. rokem), u dívek od 2.6 cm (od 14 do 15 let) do 5.6 cm (od 12 do 13 let). Tělesná struktura u dívek je ke konci období křehčí s některými znatelnými rozdíly, jež se týkají končetin, které jsou poměrně kratší, šířky ramen, jež je u chlapců větší a pánve, která se u dívek po 10. roce zvětšuje. Prodloužení dolních končetin v pubescenci o 15 cm a trupu skoro o 10 cm tvoří dojem štíhlosti normálního pubescenta, pro který užil STRATZ názvu druhé vytáhlosti. Značně se mění i tělesné proporce, poměr hlavy k výšce těla je v této době 1 : 7. (PŘÍHODA 1977)

Tělesná výkonnost je značně ovlivněna somatotypem žáka. Podle ŠTĚPNIČKY je zastoupení základních somatotypů 14 - letých žáků toto :

	CH	D
I endomorfní	9 %	12 %
II ektomorfní	22 %	10 %
III endomorfní ektomorfové	15 %	64 %
IV ektomorfní mezomorfové	54 %	14 %

1.1.1.2 Soustava nervová a humorální

Dobré podmínky pro motorické učení vytváří plasticita CNS a zlepšování útlumu. Ukončuje se rozvoj smyslů a úroveň nervosvalové koordinace umožňuje dosáhnout až vrcholných výkonů. Pro rozvoj nervosvalové koordinace má velký význam pravidelná pohybová aktivita a aktivní odpočinek.

Mozek dosahuje ke konci puberty své dospělé struktury a funkce.

V důsledku rozvoje organismu se zvyšuje metabolismus a

příjem potravy. Potřeba kilojoulů za den je u 14 - letých dívek 11.340 kJ / den a u 14 - letých chlapců 12.180 kJ / den, a proto má velký význam dodržování stravovacího režimu (nepřejídat se, necvičit po jídle, dostatek tekutin, minerálních látek a vitamínů při pohybové činnosti).

Postupně se zvětšuje množství podkožního tuku a aktivuje se hormonální činnost žláz s vnitřní sekrecí. U většiny dívek nastupuje menstruace, zvýrazňuje se růst pohlavních orgánů a druhotných pohlavních znaků a dostavuje se zvýšené pocení.

Žák tyto změny velmi prožívá, objevuje se rozkolísanost nálad a stavy citové vzrušivosti (svěžest, dobrá nálada, pocity síly), které se střídají s lhostejností a depresemi. Dívky mají pocity méněcennosti z nadměrné hmotnosti, ale zvyšuje se u nich zájem o osobní hygienu a úpravu zevnějšku. (TUPÝ 1989)

1.1.1.3 Soustava oběhová

Klidová SF u žáků postupně klesá, ale v porovnání s dospělými je stále vysoká. Hodnota SF při aerobním prahu se může u jedinců pohybovat kolem 180 tepů / min a více (= asi o 20 více, než u dospělých) a ekonomičnost práce srdce se zvyšuje.

U žáků vyvolávají větší možnosti organismu pocity svěžesti a radosti z výkonů, ale chlapci možnosti organismu často přeceňují.

1.1.1.4 Soustava dýchací

V tomto období se rozvíjí hrudník, zvětšuje se objem plic a snižuje se dechová frekvence. U chlapců roste intenzivně hrtan a mezi 12. a 14. rokem se začíná objevovat mutování.

Velmi roste záliba v hlučném projevu (např. při povzbuzování). Výrazně se také zvyšuje počet kuřáků, což má samozřejmě na dýchací soustavu negativní dopad.

1.1.1.5 Psychický, sociální a emocionální vývoj

Pubescence je přerodem v lidském životě. Je nejsložitějším ontogenetickým odstavcem, v němž se za značných vnitřních rozporů přeměňuje člověk ve vlastní charakter. Období mezi 11. - 15. rokem je také nazýváno vulkanickým obdobím a pokládáme ho za nejsložitější z celé ontogeneze, neboť je plno dialektických protikladů, jež nemohou ještě dojít k harmonickému vyrovnaní. (PŘÍHODA 1977)

Humorální přeladění, k němuž v pubertě dochází, se promítá i do sféry psychické. Pubescenti jsou nadáni velkou vnímavostí a citlivostí.

V období pubescence stoupá kvalita a efektivita pozorování a bouřlivě se rozvíjí představivost a fantazie. Pozornost a paměť se dostávají na vyšší úroveň, významně se rozvíjí myšlení a vyjadřovací schopnosti.

Změny v organismu pubescenta vytvářejí i novou sociální situaci, mohou vést např. k pocitu odlišnosti od druhých vrstevníků, k uzavírání se do sebe a vyhýbání se sociálním kontaktům.

Podle KOBYLKY (1986) a TUPÉHO (1989) je v tomto období nutné počítat s uvolněním vztahu k učitelům, ale i k rodičům - začínají se trhat pouta s rodinou a pubescent se snaží osamostatnit, "osvobodit".

Zatímco chlapci a dívky nevěnovali v mladším věku příliš pozornost svému tělu, v pubertě se citlivost především vůči svému tělu a vůči opačnému pohlaví zvyšuje.

Kromě zvýšené citlivosti se mění i intenzita citů, výrazně se formuje charakter a roste sebevědomí. Pubescenti citově dobře naladěni jsou milí a ochotní, špatně naladěni jsou podráždění a vyhledávají spory a konflikty. Snášejí těžce ironii, tresty a neobjektivní hodnocení. Volba povolání je jedním z nejobtížnějších období, na které nejsou žáci dostatečně připraveni - nejsou ještě sociálně zralí.

1.1.2 Režim dne v době pubescence

Každý člověk by se měl naučit uspořádat svůj denní a

týdenní režim. Dítě, které není vedeno k přiměřenému dělení času mezi povinnosti, zábavu a nezbytnou pohybovou aktivitu, je obvykle poznamenáno na celý život a správné návyky pro racionální využití volného času získá jen velmi obtížně. (MUŽÍK - KREJČÍ 1997)

Pubescence je jedno z nejzaměstnanějších životních období. Pokračuje rychlý růst, změny v tělesném chemismu působením vnitřní sekrece a stálé výkyvy v metabolické rovnováze zvyšují životní tempo i vynakládání energie. Tato vysoká bilance fyzických přeměn si vyžaduje přiměřené obnovy látek a sil, což nazýváme "rekuperací". Rekuperace má různé formy i stupně, dosahuje se jí při mírně zajímavém a klidném zaměstnání, např. při lehké četbě nebo při nenapínavé stolní hře, při relaxaci, tzn. při úplné chvilkové nečinnosti, ale především za nerušeného spánku.

Školní práce zabírá pubescentovi ze 168 týdenních hodin zhruba 42 hodin, tedy 1/4 času, počítáme-li průměrně s 10 hodinami domácí práce. Uvážíme-li, že žák věnuje spánku asi po 9 hodinách denně a jídle po 1 hodině, zbývá pro jeho soukromé zaměstnání asi 56 hodin týdně ve školním roce a skoro 100 hodin o prázdninách. V této době volného zaměstnání se jeví největší individuální odlišnosti.

Výzkum, který provedla PITROVÁ na dvou školách v Praze u 1017 žáků od 5. do 8. třídy, ukazuje, že děti ve věku kolem čtrnáctého roku spí průměrně 9 hodin. Její výzkum také udává, že spánek kratší než 8 hodin má nepříznivý vliv na učení. (PŘÍHODA 1977)

Po 11. roce dochází k úplnému rozchodu mezi hrou a prací nejen v mysli, nýbrž také v reálném rozvržení denního zaměstnání. V prvních dvou letech pubescence ještě přetrvávají hlučné a romantické hry a po 13. roce dochází k jejich většímu prohloubení, promyšlení, k všednější realitě a k mocnější koncentraci. (PŘÍHODA 1977)

1.1.3 Hry v životě pubescenta

Skupinové hry jsou v popředí pubescentních zaměstnání. Silné kolektivistické zaměření tohoto období přináší nový

prvek do hry - soutěživost. Objevuje se snaha po účasti ve hrách, které dávají příležitost vyniknout celému kolektivu v zápase s jiným, ale i vlastní osobě. Také se vyvíjí prvotní skutečný sportovní duch. Dřívější nahodilé hry s míčem se organizují v plánované týmové hry, ve fotbal, v házenou, v košíkovou nebo v hokej.

Konstruktivní hry nabývají v tomto období daleko vyšší úrovně než v období předcházejícím. Stavebnice jsou ještě stále v oblibě a užívá se jich ke stavbám podle vzoru a podle fantazie. Zvláštní oblibu však mají technické stavebnice, vyžadující důvtip při konstrukci. Také stolní hry jsou složitější. Loto a dáma se již hrají obezřetněji a mezi pubescenty jsou pak již mistrní šachisté, zvláště ke konci období. Dívky i chlapci vyhledávají hry, které činí větší intelektuální nároky, např. volba karetních her.

Ve sportovních hrách, jmenovitě v jízdě na kole, v lyžování a v plavání dospívají pubescenti ke značné dovednosti, ale i k přepínání sil. Poněvadž je děvče poměrně slabší než hoch i v pubescenci, přestože je po nějakou dobu vyšší, nevolí hry žádající velké napětí, např. fotbal a rovněž nevyhledávají hry soutěživé.

1.2 Tělesná výchova na ZŠ

1.2.1 Školství a tělesná výchova

Nástup do školy je pro většinu dětí kritickým obdobím, znamená pro dítě omezení volného pohybu a v podstatě výrazné omezení pohybu vůbec. Několikahodinový pobyt v uzavřeném prostoru bez možnosti ho opustit, důraz na udržení pozornosti, dlouhodobá poloha v sedě - to vše je pro děti unavující a ztěžující.

Škola jako dominantní instituce je do značné míry spoluodpovědná za režim žáků ve škole a v návaznosti za vyváření jejich životního stylu. (HÁTLOVÁ - BRČÁK 1994)

Problém adekvátního pohybového režimu žáka se ve školství řeší několik desetiletí. Výzkumy lékařského, pedagogického, psychologického a sociologického zaměření se

shodují v základním poznatku, že současný způsob života naší mládeže neodpovídá jejím přirozeným potřebám - zejména potřebě pohybu. Výchovně - vzdělávací systém už desítky let upřednostňuje intelektuální rozvoj na úkor rozvoje senzitivity a fyziologické odolnosti. To se zdá být hlavní příčinou skutečnosti, že narůstá sociální necitlivost, intolerance, agresivita, přibývá nejrozumnějších zdravotních poruch a snižuje se odolnost vůči vlivům prostředí

PAVELKA (1997) uvádí: "Úkoly tělesné výchovy a sportu, stejně jako význam pohybových aktivit je zřejmý: kompenzace psychického zatížení, součást zdravého životního stylu, vhodně a prospěšně trávený čas apod."

Jaké by měly být cíle a úkoly TV uvádějí MUŽÍK a KREJČÍ (1997). Domnívají se, že TV by měla ve škole zaujmout poněkud jiné postavení, než tomu bylo v minulosti. V této souvislosti upozorňují na závěry 5. mezinárodního kongresu organizace ICHPER (mezinárodní sdružení pro zdraví, tělesnou výchovu a rekreaci) z roku 1990, které lze interpretovat následně:

1. Cílem nové TV je šťastný člověk, mající prožitek z pohybu a komunikace v pohybu.
2. Správně chápaná pohybová činnost směřuje vždy ke zdraví člověka.
3. Pohybová činnost musí být součástí denního života každého člověka a pomáhá mu žít šťastně a radostně.

" Z tohoto pohledu se ukazuje, že by školní tělesná výchova měla pozměnit svou dosavadní orientaci zaměřenou zejména na tzv. zvyšování tělesné zdatnosti a pohybové výkonnosti. Jejím cílem by měla být komplexněji pojímaná výchova k péči o celkovou tělesnou a s ní související psychickou a sociální stránku lidské osobnosti. Cílem školní tělesné výchovy je vytvořit kladný vztah žáků k péči o své zdraví a k celoživotní pohybové aktivitě."

Školní TV je jediným výchovným předmětem a měla by skutečně představovat proces neustálé tělesné a duševní kultivace žáků při provádění konkrétních pohybových činností, a to ve specifických sociálních vazbách, v zájmu sociálního zdraví jedince. (MUŽÍK - KREJČÍ 1997)

1.2.2 Žáci a tělesná výchova

Žák je autonomní, svobodně se rozhodující subjekt, na který působí celé jeho bezprostřední i vzdálenější okolí.

Tělesná výchova umožňuje žákům osvojit si některá sportovní odvětví, vede ke zdokonalování a zpevňování pohybových návyků a dovedností.

Hercig (1997) uvádí: "Jistý americký výzkum ukazuje následující důvody účasti žáků na hodině TV (pořadí podle významu): 1. prožít legraci a zábavu

2. zdokonalit se ve starých dovednostech a naučit se nové

3. být s přáteli a získat nové přátele

4. zažít napětí a vzrušení

5. uspět nebo vyhrát

6. stát se tělesně zdatným."

Přestože autor neměl k dispozici tuzemský výzkum, domnívá se, že většina tělocvikářů by potvrdila, že tyto důvody se uplatňují i u našich žáků.

Na různých školách a i u různých jednotlivců je váha jednotlivých důvodů účasti žáků na hodině TV odlišná a taktéž se mohou odlišovat činnosti, kterými chtějí své potřeby žáci uspokojovat.

1.2.3 Osobnost učitele tělesné výchovy

Pedagog, který řídí výchovný proces je nejvýznamějším činitelem, na němž nejvíce záleží výsledky výchovného procesu. Tato teze je neustále živá a aktuální a platí i pro oblast tělesné výchovy. Velký vliv při formování žádoucích vlastností mladých sportovců má i osobnost učitele tělesné výchovy. (KRÁL 1977)

Osobnost učitele je nepochybně nejdůležitějším faktorem úspěchu v učitelském povolání. Učitel má mít schopnost podněcovat a má být zodpovědný. (SVOBODA 1969)

Zdravotně oslabené děti mívají menší odolnost vůči neúspěchu. Oporou by jim měla být rodina a učitel. Spolupráce rodičů s učitelem se daří tam, kde má učitel

dobrý vztah k dítěti, a to bez ohledu na to, zda dítě dosahuje dobrých nebo slabších výsledků. Pro učitele by to měl být vždy "jeho žák" (stejně jako pro rodiče je žák vždy "jejich dítětem") a svým přístupem k němu může učitel pomoci vylepšit sociální postavení dítěte. S dětmi, o které rodiče patřičně nepečují, se pracuje hůře. Učitel jim musí věnovat zvýšenou pozornost a vynaložit hodně úsilí, aby našel jejich místo v kolektivu. (MUŽÍK - KREJČÍ 1997)

Do jaké míry může pedagogova osobnost formovat žáky 8. a 9. tříd a dále které vlastnosti pubescenti preferují u vyučujících TV ukazuje pedagogický průzkum provedený u chlapců 8. a 9. ročníků v Brně - městě. Výzkumu se účastnilo 650 náhodně vybraných respondentů, což činilo 17% z celkové populace 14. - 15. letých. Výsledky u žáků 8. a 9. ročníků se shodovaly, z čehož vyplývá, že v rozmezí jednoho roku školní docházky nedochází v názorech dotazovaných žáků na vlastnosti učitele TV k významějším diferencím.

výsledky: 1. spravedlivý, čestný, seriózní
2. kamarádský, družný
3. fyzicky zdatný, výkonný sportovec
4. velkorysý, dovede leccos odpustit
5. důsledný, přesný, dochvilný
6. nesmlouvavý, přísný

Šetření ukázalo, že pubescenti 14. - 15. letí jsou velmi citliví na čestnost a spravedlivost a od vyučujícího TV očekávají seriózní přístup. V daleko větší míře chtějí pedagoga kamarádského a družného, než přísného a nesmlouvavého. Vyučující by si měl udržovat svou potřebnou fyzickou zdatnost, i když je ji třeba hodnotit s ohledem na věk učitele. Respondenti také potvrdili, že chtějí mít svého učitele fyzicky zdatného a výkonného. Dalším v pořadí bylo hodnocení vyučujícího jako velkorysého, který leccos dovede odpustit a také vyjádření učitelovy dochvilnosti, přesnosti a důslednosti v tělovýchovném procesu.

Dotazovaní chlapci se m.j. vyjadřovali k tomu, do jaké míry může učitel ovlivňovat chování žáků ve srovnání s vyučujícími ostatních vyučovacích předmětů. Respondenti

odpověděli, že učitel TV může výchovně na žáky:

- velice silně působit, dokonce více než jiní učitelé45%
- působit zrovna tak, jako jiní vyučující43%
- působit méně než jiní vyučující 5%
- působit jen velice málo 3%
- nevím 4%

Posláním tělovýchovného pedagoga je upevňovat v žácích přesvědčení, že jejich tělesná a morální příprava, fyzická zdatnost a výkonnost jsou nezbytnou součástí jejich života a významnou životní hodnotou. Tato formativní činnost však vyžaduje pedagoga jako osobnost, jež bude vždy žákům příkladem a svými osobními vlastnostmi a celým svým životem uznávanou autoritou. (HLAVÁČ 1978)

1.2.4 Klasifikace v tělesné výchově

Výnos MŠMT umožnil v předmětech výchovného charakteru využívat slovního hodnocení v prvních třech ročnících. Na II. stupni jsou žáci klasifikováni ve výchovně zaměřených předmětech stejně jako v ostatních předmětech klasifikační škálou od 1 do 5.

DOŠEK (1994) uvádí: "Odpor pubescentů k pohybu je dán podle mého názoru tím, že je jim TV ve škole zošklivena. Oni totiž vše musí a neustále nad nimi visí Damoklův meč. Vykonávají pohybovou aktivitu proto, že to na nich někdo chce, a ne proto, že jsou přesvědčeni o důležitosti pohybu pro zdraví. TV by měla pomáhat k rozvoji dětské osobnosti, k odreagování, k posílení volných vlastností, a ne k tomu, abychom se hnali za rekordy v často nevyhovujících podmínkách."

Autor sám je zastáncem neklasifikování výchovných předmětů jako celku a bere hodnocení pomocí širšího slovního hodnocení jako cestu vedoucí ze slepých uliček. Děti mohou být pak přesně hodnoceny a přitom nejsou traumatizovány žádnými limity a špatnými známkami. Jeho hlavním motivem je tak snaha o změnu přístupu mládeže k pohybu.

Mnozí učitelé i teoretikové si začínají uvědomovat, že

TV přestává plnit svůj základní úkol - získávat žáky pro trvalou pohybovou aktivitu. Ukazuje se, že výsledkem výkonnostního pojetí TV je snižující se počet pohybově aktivních dětí i vzrůstající počet zdravotně oslabených žáků. (MUŽÍK - KREJČÍ 1997)

1.2.5 Hypokineze školní mládeže

Při nedostatku pohybové aktivity vznikají degenerativní změny, v jejíž prevenci má rozhodující význam výchova k pohybu ve škole i v celé společnosti, umožnění spontánních pohybových činností a jejich záměrné provádění. (ENCYKLOPEDIE TK 1988)

Nedostatek pohybu přispívá ke vzniku poruch růstu, zrání a vývoje podpůrně pohybového systému, např. poruchy osifikace a utváření skeletu, svalová dysbalance, vadné držení těla, snížení pohybové způsobilosti a výkonnosti. Dalším možným důsledkem nedostatku pohybu je obezita, která často souvisí s vyšší hladinou cholesterolu, který působí jako rizikový faktor vzniku srdečně - cévních chorob. Neadekvátní pohybové aktivity mohou být i příčinou snížení odolnosti organismu. (KÁRNÍKOVÁ - VANÍČKOVÁ 1994)

FIALOVÁ (1990) uvádí: "Ani 3 hodiny povinné školní TV týdně problém hypokineze naší školní mládeže navyřeší. Záleží na tom, jak bude mládež trávit volný čas, kolik příležitostí k pohybové aktivitě poskytne nejen škola, ale i jiné společenské organizace a také rodina."

FIALOVÁ dále uvádí, jak se s problematikou hypokineze školní mládeže snaží vypořádat v jedné z pražských škol. Jedná se o ZŠ střední velikosti, která má průměrné vybavení pro výuku TV a v roli učitele TV zde na II. stupni funguje jediná tělocvikářka. Na této škole byly zkráceny všechny vyučovací předměty o 5 minut a takto získaný čas je věnován pohybové činnosti žáků školy navíc, mimo učební plán a hlavně pravidelně - denně. Děti mají nyní na škole dvě velké přestávky, z nichž jednu věnují řízené pohybové činnosti a druhá přestávka jim umožňuje spontánní aktivitu, zpravidla venku před budovou školy. Řízené cvičení probíhá na dvou

místech (v tělocvičně a na chodbě, která se stává přechodným, improvizovaným cvičišťem a kde je výběr cviků omezen pouze na polohu ve stoji) a obsah je zaměřen hlavně zdravotně. Jde především o cvičení na podporu správného držení těla a cviky protahovací i posilovací. Na závěr každého cvičení vybíhají žáci v rámci otužování a zvyšování tělesné zdatnosti na okruh kolem školy."

Organizace celé akce není jednoduchá a vyžaduje zvýšené úsilí celého pedagogického sboru. Pro pedagogy je sice takováto pohybová aktivita organizačně náročná, ale žákům školy svedčí, a aktéři tohoto experimentu předpokládají efekt v oblasti zdravotní (zvýšení zdatnosti zdejší školní mládeže), ale i účinky psychické.

Na tomto příkladu lze vidět, jakým způsobem se dá pro děti ve škole zpestřit učební program. Cvičení vede určitě k osvěžení žáků nejen ne těle, ale i na duchu. Proto můžeme vidět, co dokáže udělat nadšená objevná práce lidí na správném místě.

1.3 Sportovní diváctví

Moderní sport nabízí širokou škálu různých sportovních odvětví a každé z nich si vytváří vlastní diváckou základnu. Sportovní diváci, kreří navštěvují různá sportovní utkání netvoří stejnorodý celek. Liší se předmětem svého zájmu a s tím spojeným stupněm vědomostí a znalostí a liší se i svým věkem a vzděláním.

Při výzkumech sportovních diváků na našich stadionech, který byl prováděn v letech 1986 - 1990 se zjistilo, že podíl návštěvníků fotbalových utkání mladších 15 let činí 5% všech diváků a návštěvníků ve věkovém rozmezí 15 - 18 let se nacházelo 20%. Mládež ve věku do 18 let tvoří plnou čtvrtinu divácké základny fotbalových utkání a obdobná situace byla zjištěna i u ostatních sportovních her (volejbal, basketbal, házená, tenis, hokej). (SLEPIČKA - SLEPIČKOVÁ 1991)

V tomto věku jsou mladí lidé ve svých reakcích spontánnější, mají menší míru racionality a sebekritičnosti

ve svém chování. Snáze se identifikují se sportovními idoly a více podléhají atmosféře hlediště. Jestliže děti a mládež tvoří čtvrtinu sportovních diváků, je možno očekávat emocionálnější a bouřlivější reakce v hledištích, než kdyby bylo procento jejich zastoupení menší.

Zvýšená psychická nevyrovnanost především v pubertě vyvolává zvýšené psychické napětí. Proto odreagování vnitřního napětí je nezbytné, ale mělo by být usměrňováno do žádoucích aktivit, např. do sportovních aktivit. Pokud tomu tak není, nachází si mládež sama aktivity, které mohou přinést redukci psychického napětí. Mezi tyto aktivity patří právě "fandovství" spojené s návštěvami sportovních stadiónů a případně negativní reakce v hledištích. Mladiství si dokáží vytvořit idol v jakémkoli prostředí, ať již sociálně kladném, či záporném. Jestliže je učitel ve škole výborným pedagogem, může se stát vůdčí osobností, vzorem určujícím formování mladistvých. Neexistuje-li v nejbližším sociálním okolí kladný vzor, zabírá jeho místo mnohdy vzor záporný.

Pro děti a mládež je typická citově podložená identifikace s takovým vzorem. Pro mladistvé navštěvující sportovní utkání se takovými vzory stávají buď sportovci nebo vůdcové divokých part. U našich mladistvých sportovních diváků bylo podle SLEPIČKY a SLEPIČKOVÉ zjištěno, že

- 32% se identifikuje s nějakým sportovcem
- 39% se identifikuje se sportovním klubem
- 29% se identifikuje se svou diváckou partou a jejím vůdcem

Tato identifikace se projeví v nošení symbolů (vlajek, šál, čepic) v barvě, která symbolizuje příslušnost ke skupině přívrženců sportovce, klubu. Zvyšuje se tak pocit sounáležitosti k určité sociální skupině, překonávají se pocity osamělosti, neschopnosti, které jsou v určité části populace vyvolávány požadavky rodiny, školy nebo zaměstnání.

Přestože se vyskytuje spousta negativních aspektů ovlivňujících chování mladistvých sportovních diváků, má sledování sportovních utkání pro děti a mládež i pozitivní přínos. Sportovní podívaná slouží jako zdroj pozitivních modelů chování. Sledování výkonů a chování slavných sportovců, pro něž je významnou hodnotou nejen vítězství,

ale i dodržování zásad fair play, nabízí pozitivní vzory pro mládež. Záleží jen na nejbližším sociálním okolí, jak toho dokáže výchovně využít.

Možnost shlédnout slavné sportovce živě (při jejich výkonech) působí pozitivně na motivaci mládeže a přivádí ke sportování další zájemce. Pro většinu z nich se stane sportování nedílnou součástí naplně jejich volného času, někteří se pak stávají i vrcholovými sportovci.

1.3.1 Motivace sportovní činnosti

Motivace sportovní činnosti chápeme jako to, co člověka podněcuje k provádění sportovní činnosti a co ho orientuje k dosahování vytyčených cílů.

Utváření vztahu k pohybové aktivitě se děje od útlého dětství. Motivy, které vedou žáka či sportovce k pohybové aktivitě a sportovní činnosti mohou být velmi rozmanité. Některé z nich si jedinec uvědomuje, jiné nikoliv. Vyvíjejí se a mění v závislosti na určitých biologických a sociálních podmínkách jedince, jsou determinovány celkovým životním prostředím člověka a celkovou jeho zaměřeností. Motivace se mění s věkem, s délkou sportovní činnosti a také s narůstající výkonností.

KITTLER (1970) rozlišuje motivaci přímou a nepřímou. O přímé hovoří, podaří-li se vytvořit takový stav, že žák cvičí pro cvičení samo, vyvolává-li v něm krásný, účelný a intenzivní pohyb, pocit uspokojení. Jako příklad uvádí Kittler pohyb ve hře a v tanci. Jde o pohyb, kterým se podrobujeme určitému řádu - ve hře pravidlům, v tanci rytmu hudby - jež dává prostor pro vlastní tvořivost a tím i pro vlastní seberealizaci.

O nepřímé motivaci hovoří tehdy, kdy cvičenec chce tělovýchovnou činností dosáhnout cíle, ležícího mimo tuto činnost samu. Jedná se například o uznání oblíbeného učitele, dosažení respektu své sociální skupiny. Jde tedy o motivy sociální, nikoliv však pouze o ně, žák může například cvičit, aby si upevnil své zdraví.

Podle VÁLKOVÉ (1979) působí u mládeže velmi často

system motivů citového (tzv. přímého) vztahu k pohybové činnosti. To znamená, že hlavním motivem je činnost sama, spontánní touha po pohybové aktivitě, nebo také citový vztah k osobě, která činnost provádí, případně kladné citové prožitky z prostředí činnosti, jako jsou např. přátelský kolektiv vrstevníků, hra, soutěžení. Teprve značně později přistupují motivy rozumového zprostředkovaného vztahu ke sportovní činnosti, snaha uchovat si zdraví a zdatnost či pěknou postavu, účastnit se sportovních zájezdů, vydobýt si pozici na veřejnosti a tím určité sociálně ekonomické výhody apod.

Idoly dívek a chlapců se stávají slavní herci, populární zpěváci, sportovci atd.

Velká část mládeže je nadšena úspěchy sportovců a je tím povzbuzována k vlastnímu sportování a k úsilí po sportovních výkonech. Mládež si bere úspěšné sportovce za vzor svého snažení a to nejenom v oblasti sportu. Vynikající sportovci se stávají oblíbenými osobnostmi veřejného života, mají stále trvalejší vliv jako vzor osobnosti na značnou část dorůstající generace.

Výzkum s cílem zjistit alespoň orientačně podíl učitele na motivaci sportovní aktivity uvádí VÁLKOVÁ (1979). Úvaha vycházela z předpokladu, že veškerá mladá populace prochází povinnou školní docházkou a formativní činností učitelova působení. Výzkum byl proveden u tříd s různým sportovním zaměřením v okrese Olomouc a u hráčů košíkové I. ligy. Z procentuálního vyjádření podílu učitele na výběru sportovní činnosti obecně i na výběru určitého sportovního odvětví je patrné, že podíl učitele není zanedbatelný a dokonce se snad i jeho úloha zvyšuje. Vliv rodičů je však ale stále výraznější.

1.4 Pohybový režim mládeže

Pohybový režim označuje souhrn veškerých pohybových činností, které člověk koná, aby upevňoval a udržoval své zdraví, zvyšoval tělesnou zdatnost a výkonnost, kompenzoval únavu a nepříznivé vlivy práce a všechny ostatní negativní

vlivy na organismus a napomáhal realizaci své duševní a tělesné kapacity. (STEJSKAL 1969)

Jednoznačně je prokázáno, že aktivní pohyb je stále více omezován jak v rodině, tak ve škole i v normálním volném čase. Civilizace se všemi výhodami i nedostatky je příčinou toho, že právě pohybový režim se podstatně mění. (Máček 1972, uvádí KUČERA 1982)

Pohybový režim mládeže tvoří všechny formy povinné a zájmové TV ve škole a ve společenských organizacích a pohybové činnosti v době odpočinku a ve volném mimoškolním čase. Obsahuje 3 typy pohybových činností: povinnou školní tělesnou výchovu, zájmovou školní tělesnou výchovu a pohybovou činnost pěstovanou spontánně v rodině nebo v malých společenských skupinách.

Pokusíme se nastínit výsledky výzkumů, které se zabývají: - zjištěním aktivit mladistvých ve volném čase (ŠTURMOVÁ 1980) (A)

- zjištěním zájmu žáků středního školního věku o zájmovou TV (HLAVÁČ 1989) (B)

- zjištěním začlenění pohybových aktivit do celkového způsobu života dětí školního věku (KÁRNÍKOVÁ - VANÍČKOVÁ 1994) (C)

- zjištěním účasti 14 - letých chlapců na mimoškolních pohybových aktivitách ve městě a na venkově (HAOUARI 1983) (D)

- zjištěním zapojení žáků do organizovaných pohybových aktivit, jejich účast v neorganizovaných pohybových aktivitách a doba pobytu dětí venku (KÁRNÍKOVÁ 1990) (E)

- zjištěním rozdílů v aktivitách a postojích jedinců k tělovýchovné činnosti (RYCHTECKÝ a spol. 1990) (F)

- zjištěním oblíbenosti sportovních činností ve školní TV u žáků sportovních a nesportovních tříd ve městě a na venkově (TILINGER 1994) (G)

- zjištěním struktury zájmů žáků druhého stupně základních škol v Praze (JANÁK - JANSÁ 1994) (H)

- zjištěním oblíbenosti sportovních činností ve školní TV u mládeže středního školního věku v Brně - městě (HLAVÁČ 1989) (I)
- zjištěním oblíbenosti jednotlivých sportů, které je možno zařadit do výuky TV na školách (PLÍVA 1985) (J)
- zjištěním atrakcí a averzí ve školní TV u chlapců a dívek s rozdílnou známkou z TV (HOŠEK 1992, 1994) (K)

A. Výsledky průzkumu, který ŠTURMOVÁ (1980) uvádí, ukazují, že pohybová činnost je až na 4. místě, a že převládá tzv. pasivní činnost. Podle zmíněného průzkumu vypadá pořadí aktivit takto:

1. poslech rozhlasu, televize
2. návštěvy kina, divadla
3. procházky, výlety
4. tělovýchova a sport
5. tanec, projížďky motorovým vozidlem, jiná zábava
6. návštěva sportovních podniků
7. četba
8. ruční práce

B. HLAVÁČ (1989) došel k jiným závěrům při zjišťování struktury zájmů pubescentů ve volném čase. Uvádí tyto výsledky:

	CH	D
- TV, sport a turistika	1. (35.5%)	2. (21.8%)
- osobní záliba, "koníček"	2. (29.1%)	3. (21.5%)
- pobyt s kamarády	3. (16.9%)	1. (27.1%)
- četba knih a časopisů	4. (7.0%)	4. (14.9%)
- návštěva kina, divadla,		
výstava nebo koncertu	5. (6.3%)	5. (6.5%)
- poslech rozhlasu, sledování		
televize	6. (3.4%)	6. (5.8%)

Výsledky jeho výzkumu také ukazují, že 83.4% chlapců a 84.4% dívek považuje tělesné aktivity v životě člověka za významnou součást života a 15% chlapců a 15.1% dívek nepovažuje TV a sport v životě za nezbytnou. 1.5% chlapců a 0.75% dívek se domnívá, že bez tělovýchovné činnosti se

člověk klidně může obejít.

C. KÁRNÍKOVÁ a VANÍČKOVÁ (1994) provedly výzkum na základních školách v Praze 10 a jejich soubor tvořilo 2063 dětí, z toho 1037 žáků II. stupně. Jejich průzkum ukazuje tyto skutečnosti:

1. Povinná TV ve sledovaných školách je zařazována v 60% na první nebo poslední vyučovací hodinu, ve 30% na druhou nebo třetí vyučovací hodinu a jen v 10% je zařazena na dobu poklesu výkonnosti žáků, kdy může sloužit jako kompenzační faktor psychické a statické zátěže.
2. Pohybovým a sportovním aktivitám mimo školu se věnuje méně než polovina žáků a taktéž polovina žáků nesplňuje požadavky pobytu venku dvě nebo více hodin denně.
3. 13 % školáků je méně než jednu hodinu denně venku.
4. Každý desátý žák cvičí pouze v rámci povinné školní TV.

Za minimum pohybu pro tvorbu aktivního zdraví lze považovat 3 hodiny týdně (Biermann 1991, uvádí KÁRNÍKOVÁ - VANÍČKOVÁ), z toho pohledu je možné konstatovat, že 50% školáků tvoří rizikovou skupinu dětí.

Podrobný rozbor dokládá, že s věkem stále stoupá účast žáků v závodním sportu. Soustavně a záměrně provozované pohybové a sportovní aktivity stoupají výrazně pouze v mladším školním věku, zatímco ve starším věku mají klesající tendenci.

D. HAOUARI (1983) uvádí: "Účast venkovských chlapců v ČSR na na organizovaných a spontánních pohybových aktivitách je větší než u pražských dětí."

Procento žáků zúčastňujících se pohybových aktivit:

ČSR celkem	Praha	venkov
1. organizované pohybové aktivity		
34.21%	28.33%	44.74%
2. spontánní pohybové aktivity		
39.47%	8.33%	74.07%

E. Údaje z dotazníkové akce, kterou provedla KÁRNÍKOVÁ (1990) ukázaly, že ze sledovaného souboru pravidelně denně pobývá venku 13.8% žáků méně než 1 hodinu, 37.2%

žáků mezi 1 - 2 hodinami, 25.4% mezi 2 - 3 hodinami a více jak 3 hodiny denně tráví venku 23.5% žáků. To znamená, že autorka došla ke stejným závěrům, jako KÁRNÍKOVÁ a VANÍČKOVÁ (1994) v průzkumu "C", že polovina žáků nesplňuje optimální požadavek dvouhodinového pobytu venku.

Autorka z výzkumu dále uvádí: "Mimoškolním pohybovým aktivitám se věnuje 10% žáků vyjimečně a 26.2% žáků nepravidelně. Pravidelně se organizovaným pohybovým aktivitám věnuje 47.4% žáků. Podrobnější rozbor pak ukázal, že zájmové TV v rámci ZŠ se věnuje pouze 8.4% žáků, 20.4% provozuje soustavně sportovní aktivity mimo školu a 18.6% se věnuje sportovním disciplínám závodně. Zapojení do organizovaných sportovních aktivit v jednotlivých ročnících téměř rovnoměrně stoupá, po celé období ZŠ roste počet žáků, kteří se sportovním disciplínám věnují závodně (od 0% v 1. ročníku na 31% v 8. ročníku. Naproti tomu, soustavně pěstované sportovní aktivity mimoškolní i v rámci ZŠ (nezávodního charakteru) vykazují dvouhřbý průběh křivky s maximem ve 4. a 6.ročníku a s výrazným poklesm v 7. a 8. ročníku."

F. RYCHTECKÝ a spol. (1990) provedli výzkum na 2 ZŠ v Praze u 240 žáků.

Výsledky dokumentují, že rozdíly v aktivitě a postojích jedinců k tělovýchovné činnosti se formují jak v rodině, tak i ve školní TV. Jak ukazují výsledky sovětských výzkumů (Pisannikova 1984, Ščerbakova 1970, uvádí RYCHTECKÝ a spol.), dochází ve školní TV často k paradoxní situaci. Zájem o TV jako vyučovací předmět se udržuje u většiny žáků od první do poslední třídy na vysoké úrovni. Avšak spokojenost s hodinami TV a v nich projevená aktivita se spíše s věkem snižují. Kořeny tohoto jevu budou patrně hlubší. Uspokojení z hodin TV, či jiných cvičebních jednotek závisí na mnoha faktorech, především však na obsahu vyučovací a cvičební hodiny, dosažených výsledcích a vztahu k vyučujícímu učiteli.

G. TILINGER (1994) uvádí: " Největší preference jsou u nesportovců dávány sportovním hrám - 58%, atletice - 13%, gymnastice - 12%, úpolovým hrám - 7%. Sportovci (atleti) preferují pochopitelně atletiku - 56%, dále potom sportovní

hry - 26% a gymnastiku."

Jako nejméně oblíbené uvádí nesportovci gymnastiku - 34%, turistiku - 19%, úpolové sporty - 15% a atletiku - 15%. Sportovci odmítají úpolové sporty - 42% a gymnastiku - 28%. Z uváděného vyplývají jednoznačné preference u všech sledovaných škol pro sportovní hry, naopak k neoblíbeným činnostem patří gymnastika.

Na hodiny TV se sportovci vždy nebo alespoň většinou těší (100%), u nesportovců uvádí 6% dětí, že školní TV je jim lhostejná a většinou se na hodiny netěší.

Zapojení v jiných než povinných formách tělovýchovné aktivity uvádí dvě třetiny dětí, pro jednu třetinu dětí je školní TV jedinou formou pohybové aktivity.

65% žáků sportovní školy sleduje sportovní pořady podle možností "všechny", u nesportovců je to pouze 35 - 40 %.

Žáci sportovní školy uvádí že 22% matek a 37% otců systematicky sportuje, u dětí z normálních škol se toto procento pohybuje u matek kolem 13 - 15% a u otců kolem 20%. Ve srovnání s výzkumem, který uvádí STEJSKAL (1969) (viz. kap. 1.4.1) se procento rodičů s pravidelným prováděním pohybové aktivity zvýšilo.

H. Neméně zajímavé je porovnání výzkumu Tilingra (1994) s výzkumem, který provedli JANÁK - JANSÁ (1994) na čtyř ZŠ v Praze, protože oba autoři uvádějí, že na těchto školách nepatří mezi nejoblíbenější sportovní činnosti jen sportovní hry, ale i atletika. Žáci preferují v lehké atletice především běhy a skoky (asi 40%), sportovní hry jsou v oblibě asi u 20% a plavání u 14% dětí.

I. Průzkum, který uvádí HLAVÁČ (1989) byl proveden celkem dvakrát u chlapců (v roce 1976 a 1982) a dvakrát u dívek (v roce 1977 a 1983). Autor dospěl k těmto závěrům:

- TV jako vyučovací předmět je mezi pubescenty velmi oblíbený, 36.2% chlapců a 20% dívek se na výuku TV vždy těší a 37.7% chlapců a 33.1% dívek se těší většinou, totéž dokazuje i výzkum ŽIGY (1973), který ukázal, že mezi 5. a 9. ročníkem řadí 50% žáků TV mezi 3 nejoblíbenější předměty a v porovnání s ostatními vyučovacími předměty patří TV mezi nejoblíbenější

- lhostejnost a nezájem o hodiny TV vyjádřilo 0.3% pubescentů a 0.8% pubescentek, což je ve srovnání s výzkumem Tilingra (1994), který uvádí 6%, podstatně nižší procento; můžeme z toho tedy usoudit, že procento dětí, kterým je hodina TV lhostejná se v současnosti zvyšuje
- nejoblíbenější náplní školní TV jsou sportovní hry (chlapci se k nim přiklánějí v průměru v 79.1% a dívky v 52.8%), na druhé místo pak řadí dívky základní gymnastiku a chlapci atletiku.

J. Formou dotazníku byl prováděn tento výzkum, kde žáci odpovídali na otázky: "Který sport byste chtěli mít nejraději ve školní TV a které sporty byste nechtěli mít zařazeny do školní TV ?"

PLÍVA (1985) uvádí: "Ukázalo se, že se výrazně liší sportovní zájmy chlapců a děvčat. U chlapců převažují sporty s možností přímého střetávání se soupeřem a sportovní hry. U dívek jsou nejvíce uváděny sporty spíše individuálního charakteru, estetického zaměření, s možností individuální regulace zatížení, bez přímého kontaktu se soupeřem. U chlapců naprosto dominuje nezájem o cvičení na náradí a i o kondiční gymnastiku a u dívek jsou nejčastěji uváděny judo, sebeobrana a cvičení na náradí. U atletiky ovlivňují mínění děvčat "vytrvalé běhy", která děvčata nemají v oblibě a často se jich bojí. Žáci k atletice obecně uvádějí, že největším stresovým faktorem je neustálé měření výkonů, prakticky ihned po seznámení s látkou, bez nácviku."

K. S motivací je úzce spjat zájem o TV a touto motivací se často stává i známka z TV. Tímto problémem se zabýval HOŠEK (1994), který uvádí: "Výborní preferují aktivity s měřitelnými výkony, ostatní spíše nonkompetitivní aktivity s prvkem redukce napětí. Ve výzkumu byli žáci rozděleni podle klasifikace a zjišťována byla jejich atrakce a averze ve školní TV. Uvádíme 3 atrakce u chlapců a dívek středního školního věku podle známky z TV.

chlapci - výborní: fotbal, basketbal, softbal

- dobří: radost, odreagování, zábava

dívky - výborné: volejbal, plavání, basketbal

- dobré: míčové hry, zdraví, zábava

HOŠEK (1992) uvádí: "Jedním z nejrozšířenějších tělovýchovných mýtů je představa, že povinná školní TV je nejatraktivnější činností školáka. Ve srovnání s ostatními předměty má TV řadu předností. Kompenzuje mentální zátěž a pohybové manko ostatních předmětů a má v sobě i zotavný prvek. Přesto si však troufám říci, že její oblíbenost není tak nesporná. Je řada důvodů se domnívat, že koncepce povinné školní TV vyhovuje především sportovním talentům - přibližně jedné třetině pohybově šikovnější mládeže a žáci pohybově průměrní a podprůměrní, tedy většina populace, jsou koncepcí od pohybu spíše odrazováni. Tento stav vzniká tradičně a vývojově, je nesen generacemi učitelů TV. Tělocvikáři prostě vidí TV především vlastníma očima sportovního talentu a vytvářejí si ji jakoby pro sebe a pro cvičence stejné krve. Místo zájmu o TV se vytváří spíše averze a paradoxem je, že tato velká část žáků objektivně tělesnou výchovu nejvíce potřebuje jako kompenzační činitel."

1.4.1 Vliv rodiny na utváření pohybového režimu dětí

Prostředí, v němž člověk žije, ho determinuje v mnoha směrech a významným způsobem ovlivňuje úroveň jeho pohybové aktivity. U dětí a mládeže mají v tomto smyslu velký význam zájmy a tradice rodiny, ve které dítě vyrůstá a prostorové a materiální podmínky doma a v nejbližším okolí. (JUŘINOVÁ 1973)

Rozsah a obsah větší části pohybového režimu ovlivňuje převážně rodina a společenství mládeže. Rodiče se podílejí na pohybové výchově dětí přímo a nepřímo. Přímá účast rodičů spočívá zvláště v období raného dětství v pěstování tělesné výchovy v rodině, dále v rozvíjení společné aktivní tělovýchovné činnosti v rámci rodiny, především v její formě rekreační. Nepřímý podíl spočívá v receptivní společné účasti rodičů a dětí na tělovýchovných a sportovních akcích a v morální a materiální podpoře tělovýchovných a sportovních zájmů dětí. (STEJSKAL 1969)

STEJSKAL (1969) dále uvádí výsledky výzkumu týkající se

tělovýchovné činnosti rodičů (n = 134) dětí ve vybraných experimentálních třídách. "71.87% otců se věnovalo sportovní činnosti buď závodně (37.5%) nebo nezávodně, ale pravidelně (37.5%), dalších 12.5% otců pěstovalo sport alespoň příležitostně. Závodní nebo nezávodní, ale pravidelnou pohybovou aktivitu provádělo 42.86% matek a příležitostně se jí věnovalo 25.71%. Celkem tedy poznalo sportovní činnost z vlastní aktivní činnosti 84.37% otců a 68.57% matek a v době výzkumu aktivně sportovalo 12.5% otců a 8.57% matek dětí."

Na vztah dětí ke školní tělesné výchově mají vliv i zájmová zaměření rodičů. Jejich zájem nebo naopak lhostejnost k výsledkům a výkonnům svého dítěte ve školní TV jsou významnými motivačními faktory při vytváření vztahu dítěte k vyučovacímu předmětu tělesná výchova, ale i k dalším zájmovým tělovýchovným formám. (HLAVÁČ 1989)

1.4.2 Zdraví a pohyb

Zdraví chápeme jako optimální stav tělesné, duševní a sociální pohody.

Správná životospráva a pravidelná pohybová činnost jako její součást jsou základními preventivními opatřeními, jimiž můžeme přispět k ochraně svého zdraví.

Základy pro zdravý život se vytvářejí již od narození. Rodičovská péče a láska, harmonické rodinné prostředí, vzájemná úcta a tolerance, nekonfliktní a kamarádské vztahy, vhodné prostředí pro využití volného času, pravidelná pohybová činnost s dostatečným pohybem v přírodě a správná výživa jsou ideální podmínky pro zdravý vývoj dítěte. (MUŽÍK - KREJČÍ 1997)

MUŽÍK a KREJČÍ dále uvádějí: "Domníváme se, že je třeba začít chápat TV jako součást ekologické výchovy a výchovy ke zdraví, tj. výchovy ke správnému dennímu režimu s pohybovou aktivitou zaměřenou na dosažení přiměřené úrovně tělesné, duševní i sociální pohody a na komplexní relaxaci a regeneraci ve spojení se zdravou výživou."

"Životní styl a vztah k vlastnímu zdraví se vytváří během života člověka v závislosti na mnoha faktorech, mezi

něž patří výchova, vzdělání, zkušenost, sociální prostředí, profese a další. Žák stráví značnou část života v prostředí školy. V této době na něj vedle školy působí zejména rodina. Pokud rodina nevede dítě k vytváření hodnotového systému, v němž jsou zásady zdravého životního stylu na předním místě, je působení školy v podstatě nezaměnitelné."

2 CÍLE PRÁCE

2.1 Hlavní cíl:

1. Na základě dotazníkového šetření zjistit na základních školách, jaký mají chlapci a dívky ve věku 14 let vztah k pohybovým aktivitám.

2.2 Dílčí cíle:

1. Upravit standardizovaný dotazník k posouzení zájmu dětí o pohybové aktivity vzhledem k cíli práce.
2. Na základě dotazníkového šetření zjistit vztah k pohybovým aktivitám u dětí ve věku 14 let.
3. Porovnat vztah k pohybovým aktivitám u chlapců a dívek ve věku 14 let.
4. Porovnat, zda se liší zájem o pohybové aktivity u chlapců a dívek v Liberci a v Novém Boru.
5. Porovnat vztah chlapců a dívek ve věku 14 let ke školní TV a k mimoškolní pohybové aktivitě v Liberci a v Novém Boru.

2.3 Hypotézy

1. Předpokládáme, že zájem 14 - letých dětí o pohybové a sportovní aktivity bude pozitivní přibližně u 50% žáků.
2. Domníváme se, že zájem o pohybové a sportovní aktivity bude u chlapců vyšší než u dívek.
3. Očekáváme, že zájem 14 - letých dětí o pohybové a sportovní aktivity bude vzhledem k tradicím obou měst a možnostem výběru pohybových aktivit v Liberci větší.
4. Předpokládáme, že zájem o mimoškolní pohybové aktivity bude u chlapců a dívek vyšší než zájem o školní tělesnou výchovu.

3 METODIKA PRÁCE

3.1 POSTUP PŘI PRÁCI

3.1.1 CHARAKTERISTIKA SOUBORŮ

Soubor "A" - jednalo se o žáky a žákyně 8. a 9. tříd ve věku 14 let dvou ZŠ v Novém Boru, výběr souboru byl náhodný;

Soubor "B" - jednalo se o žáky a žákyně 8. a 9. tříd ve věku 14 let třinácti ZŠ v Liberci; v každé škole, která byla náhodně vybrána, se vyplňování dotazníků zúčastnily 1 - 2 třídy;

Protože v každé náhodně vybrané 8. a 9. třídě nemají všichni žáci stejný věk, byli do souboru zařazeni jen ti žáci, kteří mají momentální věk 14 let. V každé takto vybrané skupině byli respondenti dotázáni, zda chtějí dotazník vyplnit, protože vyplňování bylo dobrovolné. Kromě dvou žáků se zúčastnili všichni vybraní žáci.

Záleželo vždy na uvážení ředitele školy, které třídy budou do výzkumu zařazeny.

Z šetření byly zcela vyloučeny třídy sportovní, aby nedošlo ke zkreslení výsledků.

TABULKA 1

Počet žáků v obou souborech

	město	CPŽ	PD	PCH
soubor A	Nový Bor	150	79	71
soubor B	Liberec	305	137	168

vysvětlivky: CPŽ = celkový počet žáků

PD = počet dívek

PCH = počet chlapců

3.1.2 PŘEDVÝZKUM

Předvýzkum jsme provedli v Liberci v červenci a v srpnu roku 1997 na katedře TV Technické university při prázdninovém programu "Týdny pohybu hrou". Zúčastnilo se ho 53 dětí ve věku 14 let a vybraní vypisovali 3 nejoblíbenější pohybové a sportovní aktivity z mé nabídky, která jim byla přečtena. Z výsledků, které jsme získali, jsme vytyčili obsah otázky č. 12 v našem dotazníku - vybrali jsme 14 nejoblíbenějších pohybových a sportovních aktivit. Ostatní pohybové a sportovní aktivity, jako např. horolezectví, stolní tenis, potápění, přehazovaná, lukostřelba, badminton, gymnastika, softbal, kolová, orientační běh, skoky na trampolíně aj. nebyly do ot. č. 12 v dotazníku zařazeny. Ale i přesto mohli žáci při vyplňování této otázky neuvedené sporty k poslednímu rámečku s označením "a jiné (uveď které)" zaznamenat a ohodnotit jedním z čísel od 1 do 5.

3.1.3 DOTAZNÍK

Pro posouzení oblíbenosti sportovních činností a mimoškolních aktivit u žáků 8. a 9. tříd byl použit dotazník (Příloha "A") s 19 otázkami.

K sestavení dotazníku jsme použili modifikaci standardizovaného dotazníku MACIASZEK aj. 1995.

Dotazník byl upraven tak, aby formulace otázek odpovídala věku respondentů, a aby obsah celého dotazníku vedl k dosažení cílů a úkolů diplomové práce.

Při stavbě dotazníku byly použity vedle úvodních otázek, zjišťujících datum vyplnění, školu, třídu, datum narození a pohlaví (Otázky 1, 2, 3, 4, 5) i tyto otázky (LAMSER 1966) :

- 1) uzavřené - nabízející respondentovi volbu mezi dvěma či více možnostmi odpovědi (Otázky 10, 11, 13, 18, 19)
- 2) dichotomické - vyžadující pouze odpovědi ano - ne (Otázky 14, 16)
- 3) filtrační - rozdělující soubor dotazovaných na dvě skupiny: a) v případě odpovědi "ano" byly respondentovi kladeny otázky dále v pořadí

b) v případě odpovědi "ne" vynechal tázaný příslušný odstavec (Otázka 11g, 14, 16)

4) otevřené - umožňující respondentovi vyjádřit se k danému problému bez omezení (Otázky 8, 9, 15, 17)

3.1.4 VLASTNÍ VÝZKUM

Pro vyplnění dotazníků jsme náhodně vybrali soubory 14 - letých dětí "A" a "B". Šetření u souboru "A" proběhlo v první polovině října 1997, u souboru "B" v druhé polovině října 1997.

V 8. a 9. třídách byl rozdán dotazník s 19 otázkami. Žáci správné odpovědi zakroužkovali, popř. vypsali slovy.

Před vyplněním dotazníku bylo vysvětleno, k jakému účelu dotazník slouží, jakým způsobem bude vyplňován a bylo upozorněno na anonymitu odpovědí. Vyplnění dotazníků probíhalo následujícím způsobem: a) vyplňování probíhalo pod mým dohledem

b) jednotlivé otázky byly prodiskutovány a ke každé byl mnou uveden návod k vyplnění, který obsahoval instrukce k záznamu odpovědí

c) poté byla respondentům ponechána dostatečná doba na vyplnění; žáci nebyli časově omezováni, aby se nedostali do časové tísně, což by mohlo ovlivnit správnost odpovědí

Žáci vyplňovali dotazník v době vyučovací hodiny a tím byl zabezpečen osobní kontakt s dotazovanými. Proto byla také návratnost dotazníků, které byly ihned po vyplnění sebrány a vyhodnoceny, stoprocentní.

Rozdáno a sebráno bylo celkem 455 dotazníků z kterých bylo 445 dobře vyplněných.

3.1.5 POSTUP ZPRACOVÁNÍ VÝSLEDKŮ

Záznam výsledků byl proveden čárkovací metodou do tabulky

(Otázka 10, 11, 13, 14, 16, 18, 19)

V otázce č. 6 a 7 vybírali žáci 5 činností, kterým se ve volném čase časově nejdéle věnují a 5 nejoblíbenějších činností které následně seřadili do pořadí od 1 do 5. Podle volby pořadí jsme vybraným činnostem přiřadili body od 1 do 5. Nejčastěji prováděná činnost, popř. nejoblíbenější činnost získala 5 bodů, dále se body snižovaly, poslední pátá činnost získala 1 bod. Ostatní činnosti zůstaly neobodovány. Dosažené body jsme sečetli a vyhodnotili pořadí. Toto vyhodnocení nám umožnilo zjistit častost a oblíbenost pohybové a sportovní aktivity ve volném čase a porovnat frekvenci pohybové a sportovní aktivity vzhledem k ostatním činnostem.

Otázka č. 12 měla obdobný charakter jako ot. č. 6 a 7. Respondenti přiřadili k vybraným pěti nejoblíbenějším pohybovým a sportovním aktivitám body od 1 do 5. Vyhodnocení bylo stejné jako u předchozích dvou otázek. Tímto způsobem jsme zjistili, které pohybové a sportovní aktivity jsou mezi 14 - letými nejoblíbenější.

V ot. č. 14 - 17 jsme zjistili zapojení žáků ve sportovních kroužcích v rámci školy a účast v mimoškolních oddílech. Tyto odpovědi byly vyhodnoceny metodou procentuálního vyjádření hodnot.

Otázky č. 8 a 9 nám pomohly zjistit oblíbenost TV vzhledem k ostatním vyučovacím předmětům a nejraději prováděné činnosti v TV, otázka č. 10 pak vztah ke školní TV. Tyto odpovědi byly také vyhodnoceny metodou procentuálního vyjádření hodnot.

Zjištěné výsledky byly zpracovány do grafů, nebo do tabulek.

3.1.6 ZPŮSOB ZPRACOVÁNÍ

Textová část této diplomové práce byla zpracována v uživatelském programu T602, zpracování výsledků do tabulek a grafů jsem provedla v programu EXCEL.

4 VÝSLEDKY

4.1 Činnosti provozované ve volném čase

vysvětlivky (platí pro tabulky č. 2 - 5, 8 - 9):

- A - četba knih nebo časopisů
- B - hra na hudební nástroj, zpěv
- C - kreslení, modelování (keramika), skládání stavebnic, lepení modelů, aj.
- D - návštěva kina, divadla, koncertů, výstav
- E - počítačové hry
- F - péče o své zvíře
- G - pohybová a sportovní aktivita
- H - pomoc v domácnosti
- I - poslech hudby
- J - rozhovory s kamarády
- K - sledování televizních programů a videa
- L - společenské hry
- M - učení a příprava do školy
- N - jiné
- Č - činnost
- PB - počet bodů
- POŘ - pořadí
- n - počet žáků
- n_1 - počet chlapců
- n_2 - počet dívek
- Ch - chlapci
- D - dívky

4.1.1 Nejčastěji provozované činnosti ve volném čase

TABULKA 2 soubor "A"

Č	n = 146			n ₁ = 68			n ₂ = 78		
	PB	%	POŘ	PB	%	POŘ	PB	%	POŘ
A	181	7,95	6	35	3,4	10	146	12,5	2
B	61	2,65	11-12	7	0,7	4	54	4,6	9
C	77	3,50	10	36	3,5	9	41	3,5	10
D	61	2,75	11-12	25	2,4	11	36	3,1	11
E	130	6,25	9	120	11,7	2	10	0,8	13
F	166	7,45	8	58	5,7	7	108	9,2	7
G	395	18,6	1	272	26,7	1	123	10,5	4
H	178	7,95	7	53	5,2	8	125	10,7	3
I	211	9,60	3	92	9,0	5	119	10,2	5
J	184	8,35	5	72	7,1	6	112	9,6	6
K	200	9,25	4	110	10,8	4	90	7,7	8
L	34	1,60	13	19	1,9	12	15	1,3	12
M	296	13,35	2	111	10,9	3	185	15,8	1
N	16	0,75	14	10	1,0	13	6	0,5	14

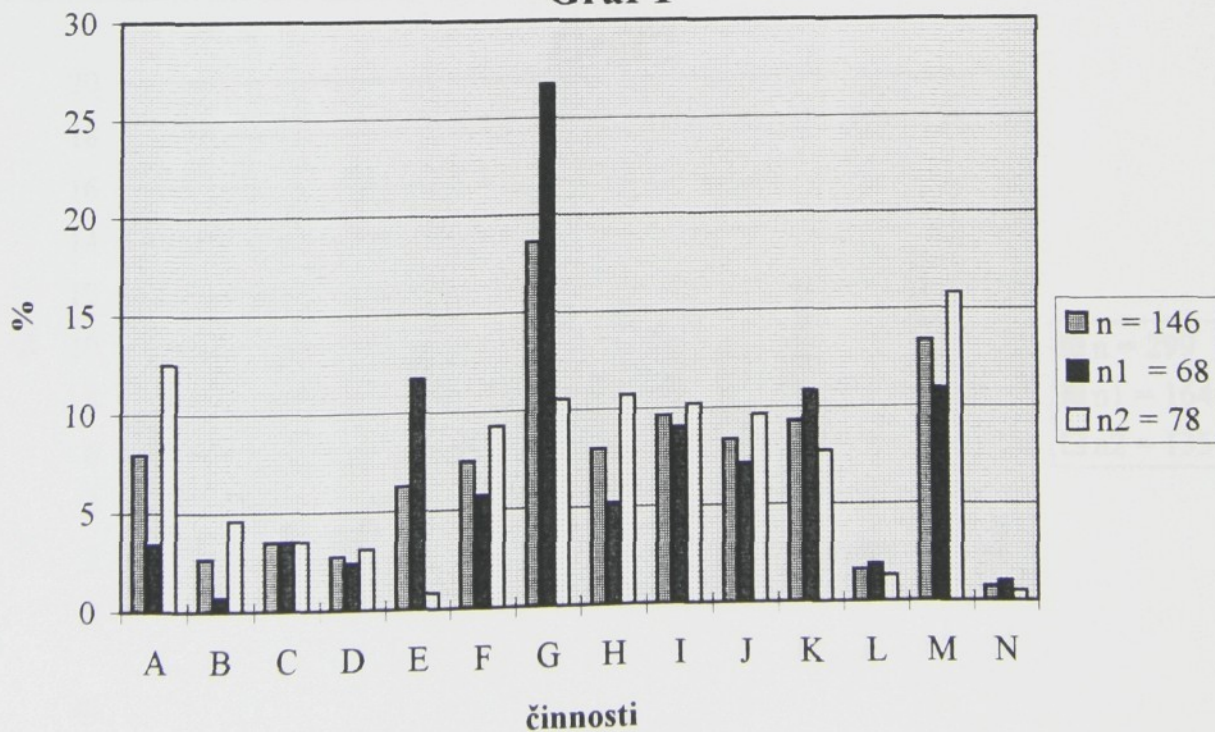
N -jízda na motocyklu (CH)

-cestování, výlety (CH)

-úklid klubovny (D)

-jízda na motokárách (D)

Graf 1

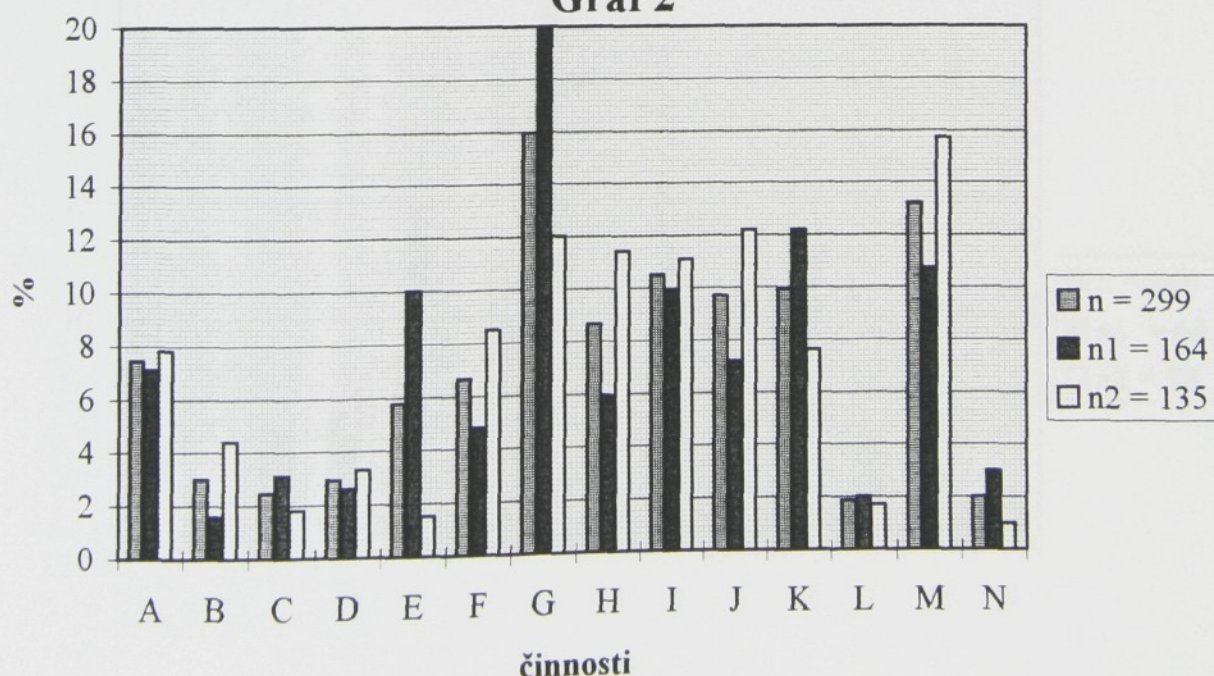


TABULKA 3 soubor "B"

Č	n = 299			n ₁ = 164			n ₂ = 135		
	PB	%	POŘ	PB	%	POŘ	PB	%	POŘ
A	331	7,45	7	174	7,1	7	157	7,8	7
B	130	3,00	11	40	1,6	14	90	4,4	9
C	112	2,45	12	75	3,1	10-11	37	1,8	11
D	131	2,95	10	65	2,6	12	66	3,3	10
E	277	5,75	9	246	10,0	4	31	1,5	13
F	290	6,65	8	117	4,8	9	173	8,5	6
G	732	15,95	1	489	19,9	1	243	12,0	3
H	376	8,65	6	145	5,9	8	231	11,4	4
I	468	10,5	3	244	9,9	5	224	11,1	5
J	424	9,7	5	176	7,2	6	248	12,2	2
K	454	9,9	4	301	12,2	2	153	7,6	8
L	83	1,85	14	49	2,0	13	34	1,7	12
M	582	13,2	2	264	10,7	3	318	15,7	1
N	95	2,00	13	75	3,0	10-11	20	1,0	14

N -výlety, cestování (CH,D)
 -rande s dívkou či chlapcem (CH,D)
 -rybaření (CH)
 -vaření (CH)
 -oprava auta (CH)
 -jízda na motocyklu (CH)
 -herectví (CH)
 -elektronika (CH)
 -dirigování a skladba (CH)
 -vyšívání (D)

Graf 2

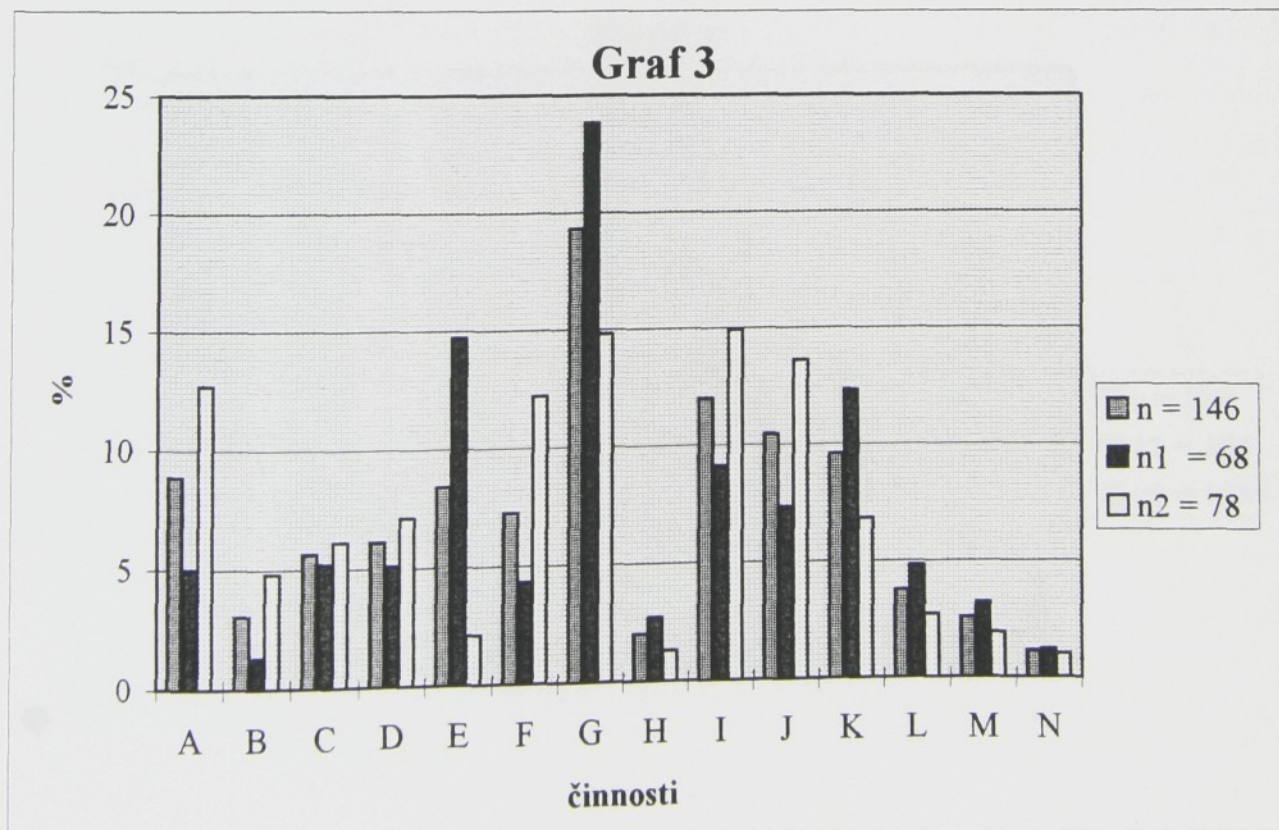


4.1.2 Nejoblíbenější činnosti provozované ve volném čase

TABULKA 4 soubor "A"

Č	n = 146			n ₁ = 68			n ₂ = 78		
	PB	%	POŘ	PB	%	POŘ	PB	%	POŘ
A	200	8,85	5	51	5,0	8	149	12,7	4
B	69	3,05	11	13	1,3	13	56	4,8	9
C	124	5,65	9	53	5,2	6	71	6,1	8
D	135	6,10	8	52	5,1	7	83	7,1	6
E	175	8,40	6	150	14,7	2	25	2,1	11
F	163	7,25	7	44	4,3	10	119	12,2	5
G	416	19,3	1	243	23,8	1	173	14,8	2
H	43	2,00	13	28	2,7	12	15	1,3	13
I	267	12,00	2	93	9,1	4	174	14,9	1
J	233	10,45	3	74	7,3	5	159	13,6	3
K	205	9,55	4	125	12,3	3	80	6,8	7
L	81	3,75	10	49	4,8	9	32	2,7	10
M	55	2,55	12	33	3,2	11	22	1,9	12
N	24	1,10	14	12	1,2	14	12	1,0	14

- N - jízda na motocyklu (CH)
 - cestování, výlety (CH)
 - úklid klubovny (D)
 - jízda na motokárách (D)
 - rybaření (CH)
 - vyšívání (D)



TABULKA 5 soubor "B"

Č	n = 299			n ₁ = 164			n ₂ = 135		
	PB	%	POŘ	PB	%	POŘ	PB	%	POŘ
A	332	7,45	7	166	6,7	6	166	8,2	6
B	86	2,05	12	15	0,6	14	71	3,5	9
C	166	3,75	9	86	3,5	10	80	4,0	8
D	337	7,60	6	158	6,4	7	179	8,8	4
E	356	7,40	5	313	12,7	4	43	2,1	11
F	285	6,50	8	123	5,0	8	162	8,0	7
G	873	19,35	1	500	20,3	1	373	18,4	1
H	78	1,75	13	44	1,8	12	34	1,7	12
I	647	14,60	2	315	12,8	3	332	16,4	2
J	520	11,90	3	213	8,6	5	307	15,2	3
K	495	10,85	4	317	12,9	2	178	8,8	5
L	131	2,95	10	73	3,0	11	58	2,9	10
M	65	1,40	14	40	1,6	13	25	1,2	13
N	114	2,45	11	97	4,1	9	17	0,8	14

N -výlety, cestování (CH,D)

-rande s dívkou či chlapcem (CH,D)

-rybaření (CH)

-vaření (CH)

-oprava auta (CH)

-jízda na motocyklu (CH)

-herectví (CH)

-elektronika (CH)

-dirigování a skladba (CH)

-vyšívání (D)

-fotografování (CH)

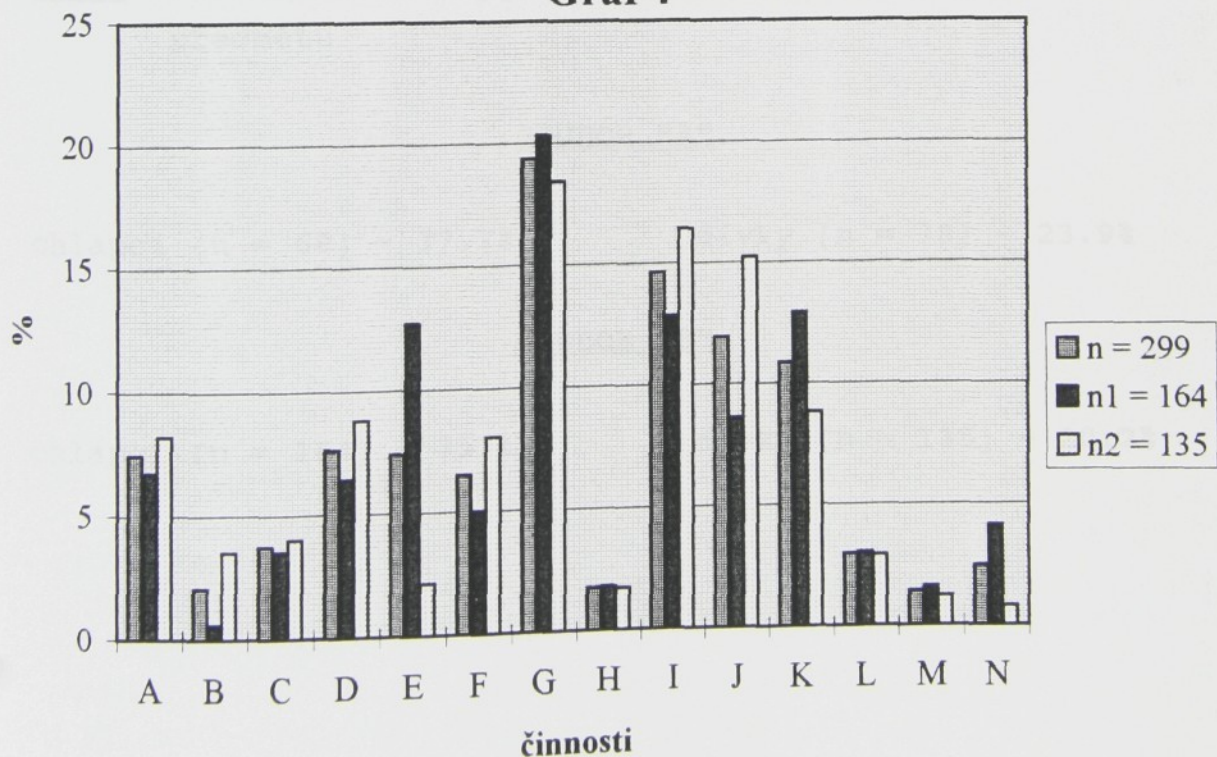
-odpočinek (CH)

-péče o sourozence (CH)

-nákupy (D)

-hraní kulečnicku a šipek (D)

Graf 4



4.2 Oblíbenost vyučovacích předmětů ve škole

4.2.1 Pořadí pěti nejoblíbenějších předmětů u chlapců a dívek

SOUBOR "A"

chlapci - tělesná výchova	dívky - tělesná výchova
- sportovní hry	- výtvarná výchova
- hudební výchova	- hudební výchova
- rodinná výchova	- rodinná výchova
- výtvarná výchova	- matematika

SOUBOR "B"

chlapci - tělesná výchova	dívky - tělesná výchova
- matematika	- výtvarná výchova
- výtvarná výchova	- matematika
- pracovní vyučování	- český jazyk a
- občanská výchova	literatura
	- hudební výchova

4.2.2 Procentuální vyjádření TV jako nejoblíbenějšího předmětu

SOUBOR "A"

chlapci (n = 68) - 37.7%	dívky (n = 78) - 23.9%
--------------------------	------------------------

SOUBOR "B"

chlapci (n = 164) - 35.1%	dívky (n = 135) - 20.2%
---------------------------	-------------------------

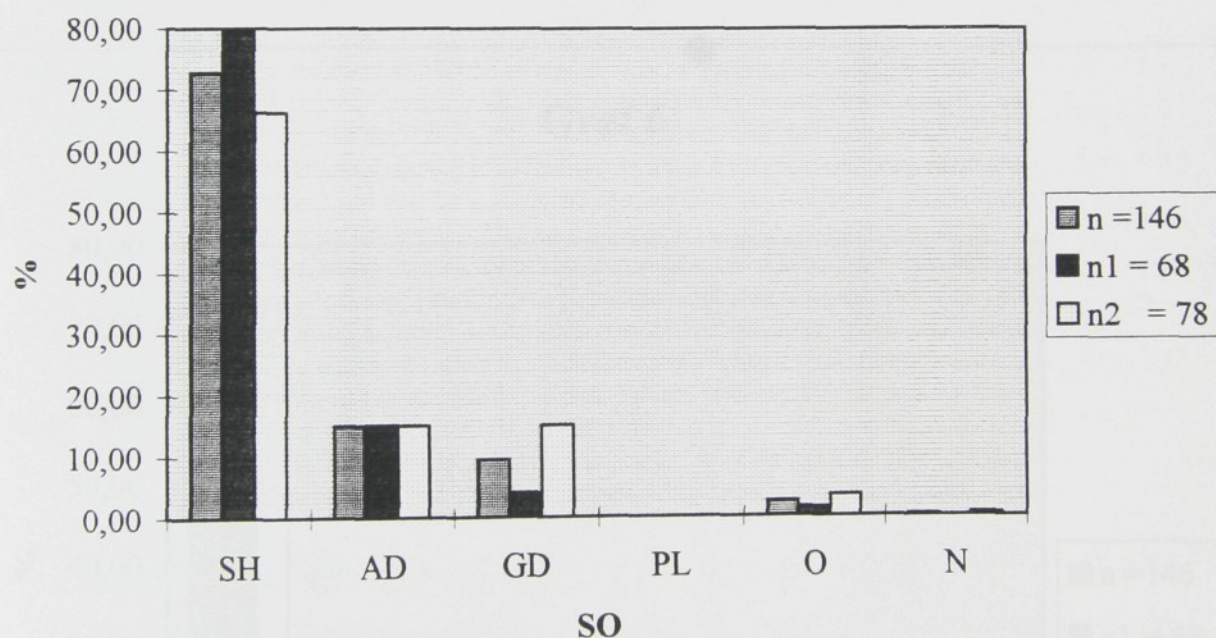
4.3 Výsledné hodnoty posouzení oblíbenosti sportovních odvětví v TV

TABULKA 6 soubor "A"

	n = 146			n ₁ = 68			n ₂ = 78		
SO	PB	%	POŘ	PB	%	POŘ	PB	%	POŘ
SH	317	72,80	1	162	79,4	1	155	66,2	1
AD	66	15,05	2	31	15,1	2	35	15,0	2-3
GD	43	9,50	3	8	4,0	3	35	15,0	2-3
PL	0	0	5	0	0	5	0	0	5
O	11	2,45	4	3	1,5	4	8	3,4	4
N	1	0,20	-	0	0	-	1	0,4	-

O -rozcvička
-překážková a opičí dráha
-posilování

Graf 5



vysvětlivky (platí pro tabulku č. 6 a 7) :

SH - sportovní hry
AD - atletické disciplíny
GD - gymnastické disciplíny
PL - plavání
O - ostatní sportovní disciplíny
N - necvičící v TV

SO - sportovní odvětví
PB - počet bodů
POŘ - pořadí
n - počet žáků
n₁ - počet chlapců
n₂ - počet dívek

TABULKA 7

soubor "B"

SO	n = 299			n ₁ = 164			n ₂ = 135		
	PB	%	POŘ	PB	%	POŘ	PB	%	POŘ
SH	556	60,35	1	378	76,8	1	178	43,9	1
AD	105	11,90	2	47	9,5	2	58	14,3	3
GD	103	12,20	3	25	5,1	3	78	19,3	2
PL	44	5,05	5	19	3,9	5	25	6,2	5
O	74	8,65	4	23	4,7	4	51	12,6	4
N	15	1,85	-	0	0	-	15	3,7	-

O -rozcvička

-překážková a opičí dráha

-posilování

-aerobic

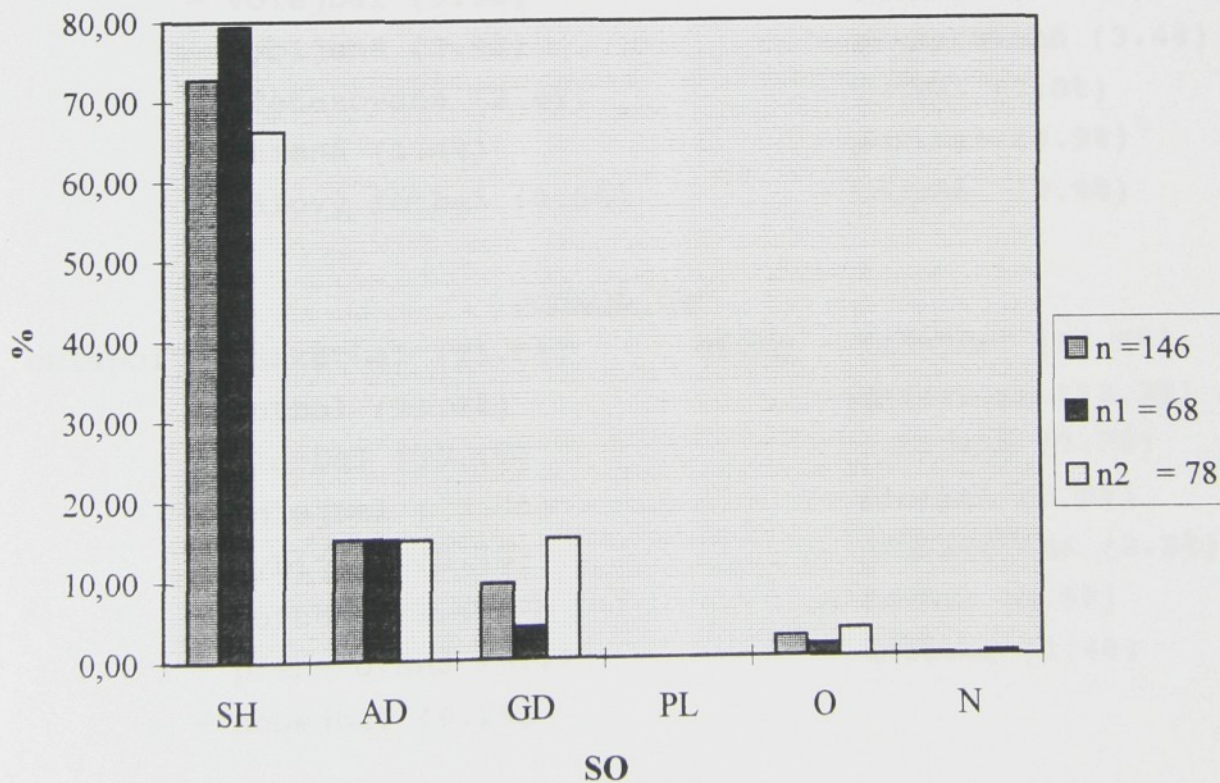
-ringo

-pohybové hry

-bruslení

-stolní tenis

Graf 6



4.3.1 Celkové pořadí pěti nejoblíbenějších činností celkem

SOUBOR "A"

chlapci - fotbal	dívky - vybíjená
- florbal	- volejbal
- basketbal	- basketbal
- volejbal	- florbal
- skok do výšky	- cvičení na kruhách

SOUBOR "B"

chlapci - basketbal	dívky - volejbal
- fotbal	- basketbal
- florbal	- vybíjená
- volejbal	- plavání
- vybíjená	- krátké běhy

4.3.2 Pořadí oblíbenosti sportovních her

SOUBOR "A"

chlapci - fotbal (26.0%)	dívky - vybíjená (16.7%)
- florbal (22.1%)	- volejbal (16.2%)
- basketbal (17.6%)	- basketbal (14.5%)
- volejbal (5.9%)	- florbal (10.6%)
- vybíjená (3.9%)	- přehazovaná (3.4%)
- přehazovaná (2.0%)	- fotbal (3.0%)
- házená (1.4%)	- softbal (0.9%)
- sálový fotbal (0.5%)	- házená (0.9%)

SOUBOR "B"

chlapci - basketbal (21.8%)	dívky - volejbal (14.8%)
- fotbal (21.1%)	- basketbal (13.3%)
- florbal (19.1%)	- vybíjená (7.7%)
- volejbal (7.9%)	- florbal (5.0%)
- vybíjená (5.1%)	- přehazovaná (2.2%)
- softbal (1.4%)	- fotbal (0.5%)
- přehazovaná (0.2%)	- softbal (0.4%)
- nohejbal (0.2%)	

4.3.3 Pořadí oblíbenosti atletických disciplín

SOUBOR "A"

chlapci - skok do výšky (4.4%)	dívky - skok do dálky (5.1%)
- krátké běhy (3.4%)	- krátké běhy (3.8%)
- skok do dálky (3.4%)	- skok do výšky (2.1%)
- vrh koulí (2.4%)	- hod míčkem (2.1%)
- hod diskem (1.0%)	- vrh koulí (1.0%)
- hod míčkem (0.5%)	- štafetový běh (0.9%)

SOUBOR "B"

chlapci - krátké běhy (4.5%)	dívky - krátké běhy (5.9%)
- skok do dálky (3.8%)	- skok do dálky (5.5%)
- hod míčkem (0.6%)	- skok do výšky (1.5%)
- skok do výšky (0.4%)	- hod míčkem (1.2%)
- vrh koulí (0.1%)	- vrh koulí (0.2%)

4.3.4 Pořadí oblíbenosti gymnastických disciplín

SOUBOR "A"

chlapci - kruhy (2.0%)	dívky - kruhy (7.7%)
- přeskok (1.0%)	- trampolína (2.1%)
- hrazda (0.5%)	- hrazda (2.1%)
- trampolína (0.5%)	- šplh (1.3%)
	- přeskok (0.9%)
	- prostná (0.9%)

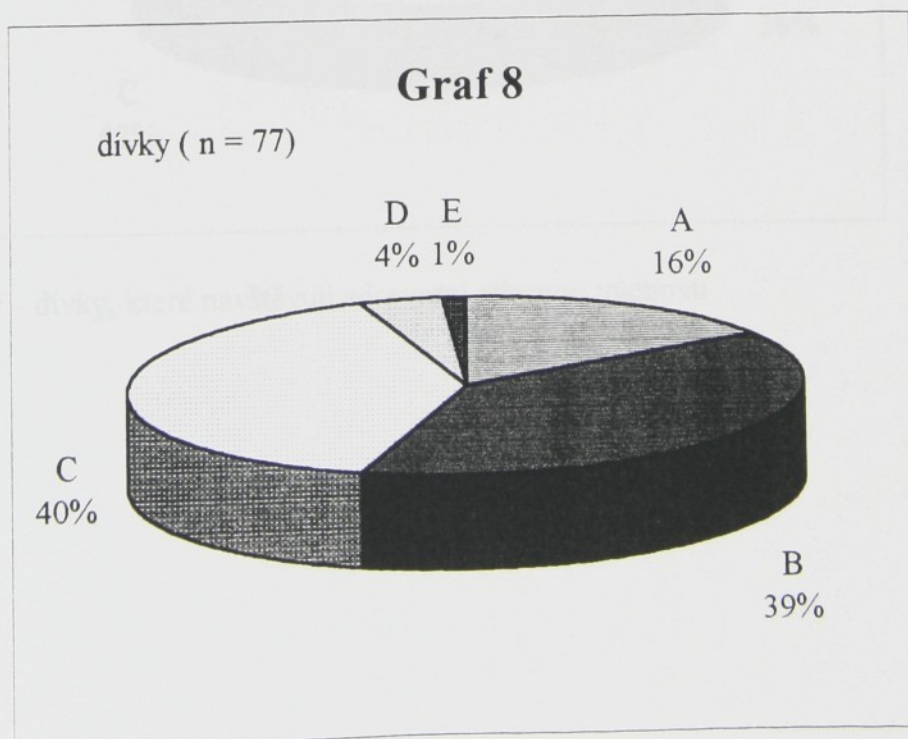
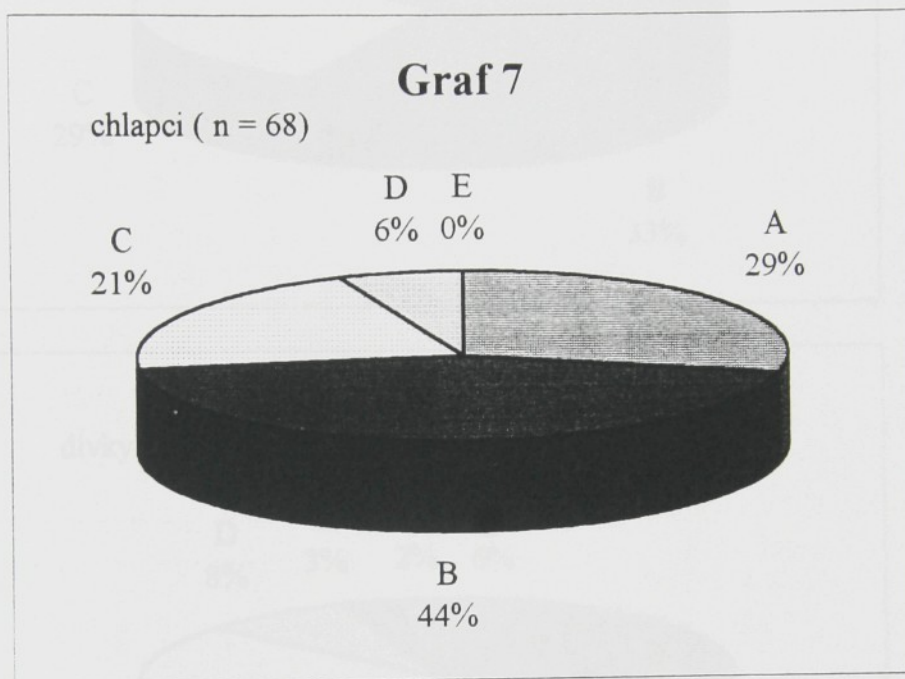
SOUBOR "B"

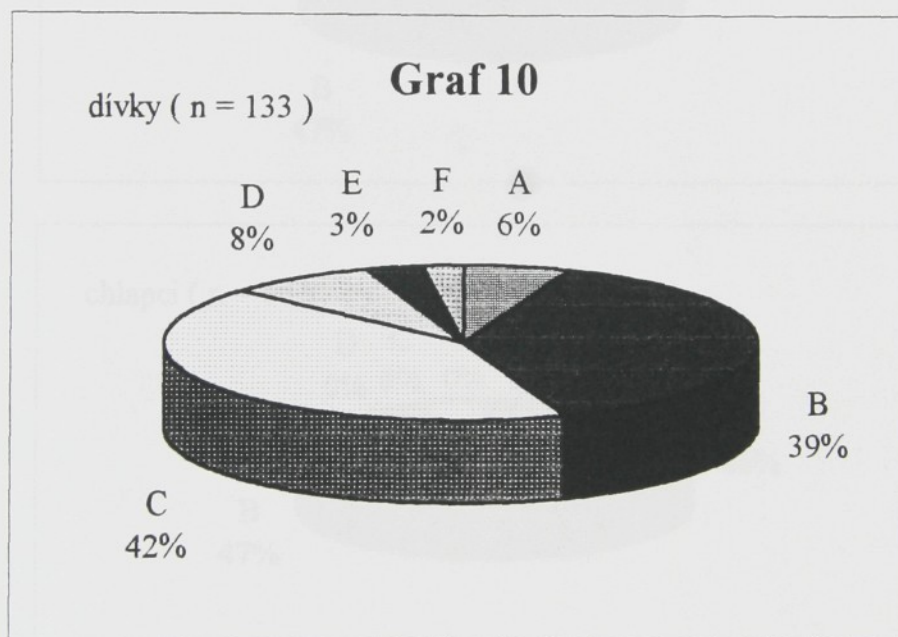
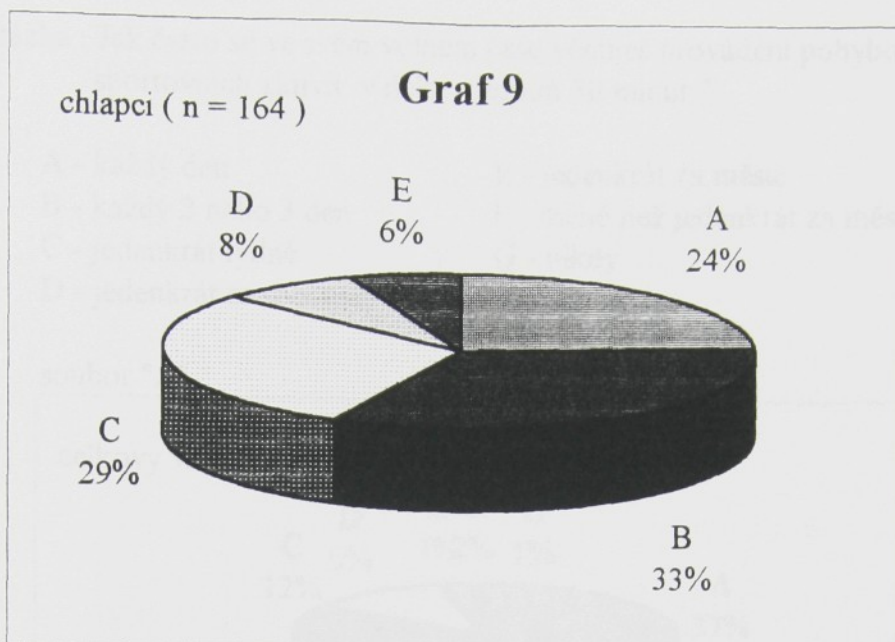
chlapci - kruhy (1.8%)	dívky - přeskok (6.2%)
- přeskok (0.8%)	- kruhy (4.9%)
- hrazda (0.6%)	- hrazda (3.5%)
- trampolína (0.4%)	- trampolína (2.7%)
- prostná (0.3%)	- prostná (1.2%)
	- kladina (0.7%)

4.4 Oblíbenost hodin TV

Otázka : Při hodině TV cvičím rád(a) : A - vždy
B - většinou
C - někdy ano, někdy ne
D - občas
E - nikdy

soubor "A"





F - dívky, které navštěvují zdravotní tělesnou výchovu

4.5 Pohybová aktivita ve volném čase

4.5.1 Otázka : Jak často se ve svém volném čase věnuješ provádění pohybových a sportovních aktivit v délce alespoň 30 minut ?

A - každý den

B - každý 2 nebo 3 den

C - jedenkrát týdně

D - jedenkrát za dva týdny

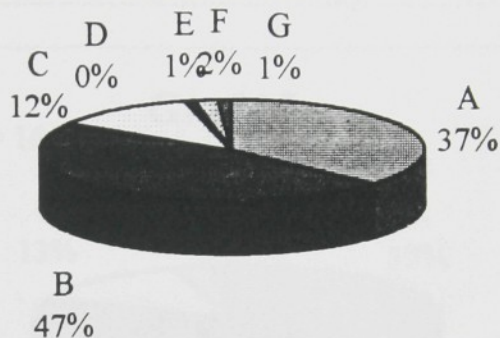
E - jedenkrát za měsíc

F - méně než jedenkrát za měsíc

G - nikdy

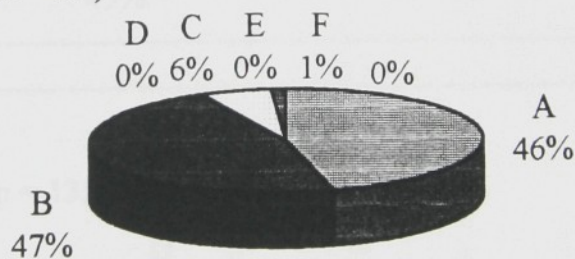
soubor "A"

celkový vzorek (n = 146) **Graf 11**



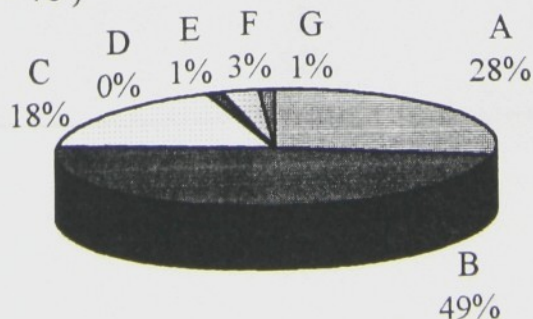
chlapci (n = 68)

Graf 12

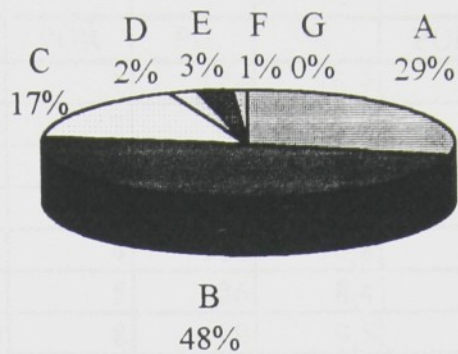


dívky (n = 78)

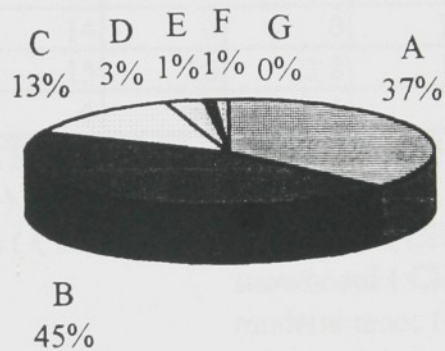
Graf 13



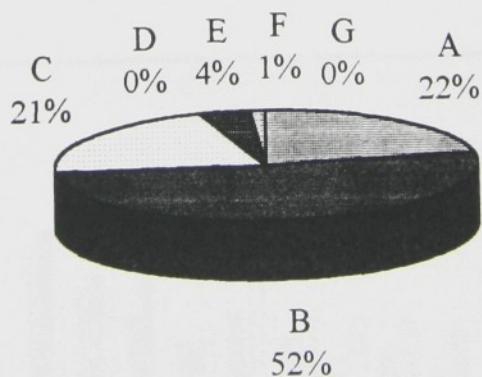
Graf 14
celkový vzorek (n = 299)



Graf 15
chlapci (n = 164)



Graf 16
dívký (n = 135)



4.5.2 Sportovní aktivity provozované ve volném čase

soubor "A"

TABULKA 8

SČ	n = 146			n ₁ = 68			n ₂ = 78		
	PB	%	POŘ	PB	%	POŘ	PB	%	POŘ
cyklistika	391	17,75	1	173	16,9	2	218	18,6	1
plavání	278	12,40	2	83	8,1	7	195	16,7	2
fotbal	201	9,75	3	178	17,5	1	23	2,0	14
běh	92	4,15	11	35	3,4	10	57	4,9	10 - 11
basketbal	188	8,75	4	110	10,8	3	78	6,7	4
lyžování	160	7,35	5	86	8,4	6	74	6,3	5
florbal	126	6,00	8	9	9,5	4	29	2,5	13
tenis	102	4,60	10	40	3,9	8	62	5,3	9
volejbal	142	6,25	7	31	3,0	11	111	9,5	3
turistika	104	4,70	9	36	3,6	9	68	5,8	6
vybíjená	84	3,70	13	17	1,7	14	67	5,7	7 - 8
jezdeckví	85	3,75	12	18	1,8	13	67	5,7	7 - 8
aerobic	57	2,45	14	0	0	15	57	4,9	10 - 11
atletika	42	2,00	15	28	2,8	12	14	1,2	15
jiné	138	6,40	6	88	8,6	5	50	4,2	12

jiné : kolečkové brusle (CH, D)

posilování (CH , D)

jízda na motokárách (CH , D)

hokej (CH)

judo (CH)

box (CH)

softbal (CH)

gymnastika (CH)

házená (CH)

skateboard (CH)

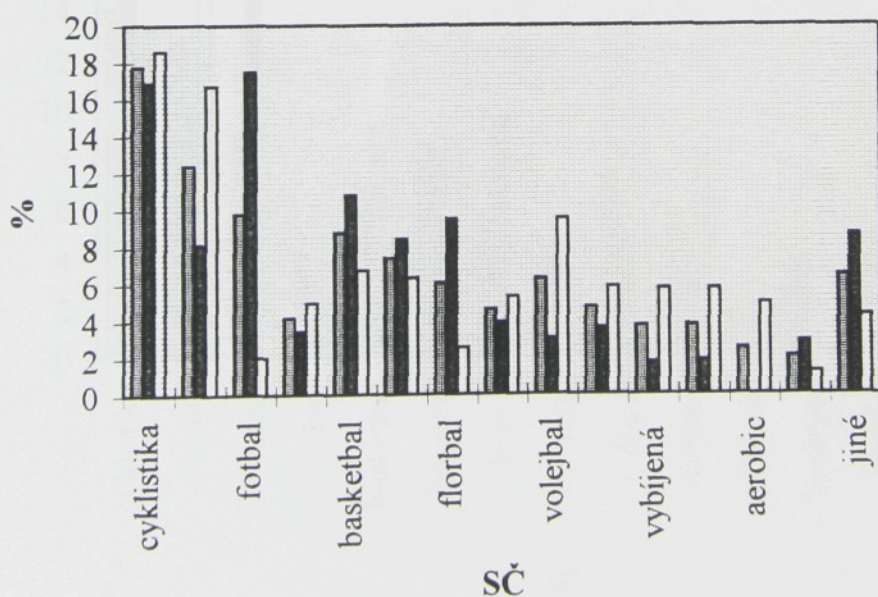
snowboard (CH)

moderní tanec (D)

orientační běh (D)

stolní tenis (CH)

Graf 17



n = 146

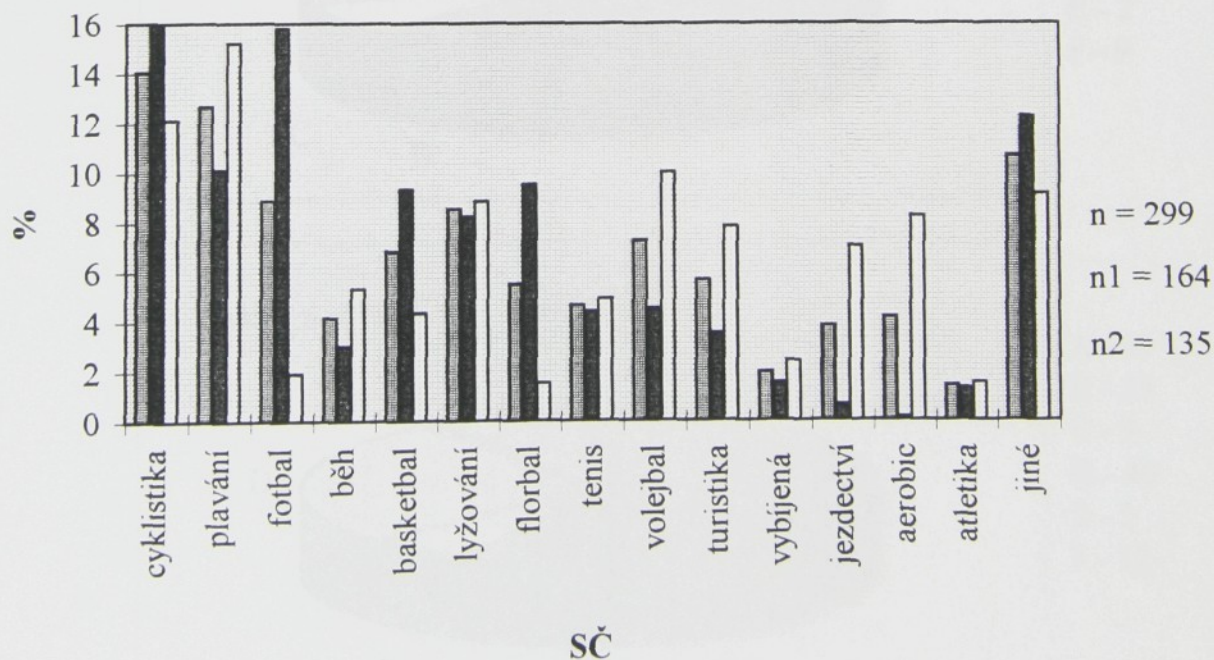
n₁ = 68

n₂ = 78

SČ	n = 299			n ₁ = 164			n ₂ = 135		
	PB	%	POŘ	PB	%	POŘ	PB	%	POŘ
cyklistika	638	14,05	1	394	16,0	1	244	12,1	2
plavání	555	12,65	2	248	10,1	4	307	15,2	1
fotbal	429	8,85	4	390	15,8	2	39	1,9	13
běh	177	4,15	11	75	3,0	11	102	5,3	9
basketbal	318	6,80	6	230	9,3	6	85	4,3	11
lyžování	381	8,50	5	202	8,2	7	179	8,8	5
florbal	265	5,50	8	234	9,5	5	31	1,5	14 - 15
tenis	207	4,65	10	108	4,4	9	99	4,9	10
volejbal	314	7,25	7	111	4,5	8	203	10,0	3
turistika	343	5,65	9	85	3,5	10	158	7,8	7
vybíjená	86	1,95	14	37	1,5	12	49	2,4	12
jezdectví	156	3,80	13	15	0,6	14	141	7,0	8
aerobic	168	4,15	12	3	0,1	15	165	8,2	6.led
atletika	64	1,40	15	33	1,3	13	31	1,5	14 - 15
jiné	484	10,65	3	295	12,2	3	189	9,1	4

jiné : kolečkové brusle (CH, D) horolezectví (CH, D) hokej (CH)
posilování (CH, D) parašutismus (CH, D) judo (CH)
stolní tenis (CH, D) badminton (CH, D) box (CH)
moderní tanec (CH, D) bruslení (CH, D) softbal (CH)
karate (CH, D) gymnastika (D) házená (CH)
aikido (CH, D) mod. gymnastika (D) skateboard (CH)
potápění (CH, D) balet (D) snowboard (CH)
sáňkování (CH) nohejbal (CH) kánoistika (CH)
skoky na trampolině (CH) sportovní střelba (CH) klasický tanec (CH)

Graf 18



4.6 Motivace k pohybovým a sportovním aktivitám

Otázka : Kým jsi byl(a) motivován(a) k provádění pohybové a sportovní aktivity ?

A - o sport jsem se začal zajímat sám

B - rodiči

C - sourozenci

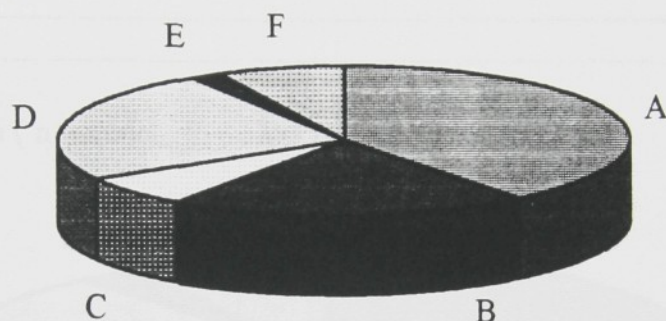
D - spolužáky

E - učitelem TV

F - někým jiným

soubor "A"

celkový vzorek (n = 146) **Graf 19**



A - 117

B - 61

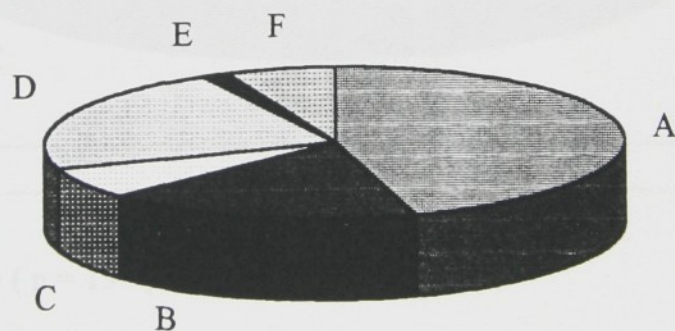
C - 19

D - 73

E - 5

F - 21

chlapci (n = 68) **Graf 20**



A - 67

B - 26

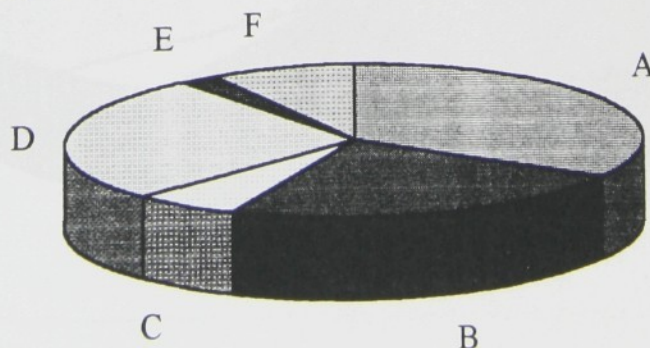
C - 10

D - 33

E - 2

F - 9

dívky (n = 78) **Graf 21**



A - 50

B - 35

C - 9

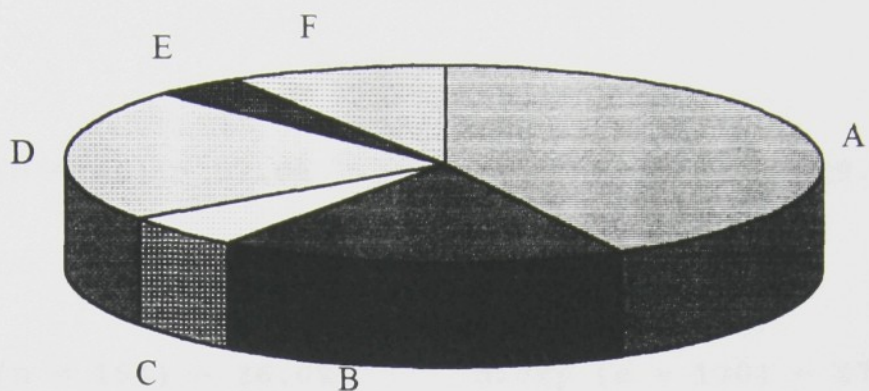
D - 40

E - 3

F - 12

soubor "B"

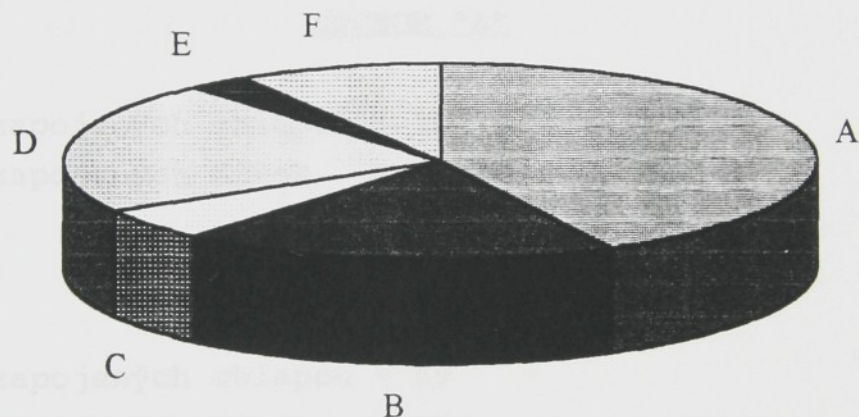
celkový vzorek (n = 299) **Graf 22**



A - 213
B - 88
C - 26
D - 109
E - 20
F - 47

chlapci (n = 164)

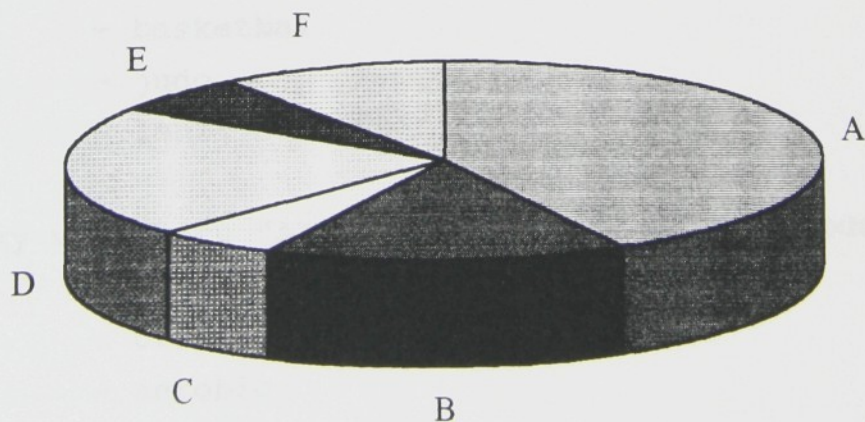
Graf 23



A - 118
B - 53
C - 14
D - 61
E - 7
F - 25

dívky (n = 135)

Graf 24



A - 95
B - 35
C - 12
D - 48
E - 13
F - 95

4.7 Mimoškolní sportovní oddíly

4.7.1 Zapojení žáků do mimoškolních sportovních oddílů

SOUBOR "A"

chlapci (n = 68) - 57.0% dívky (n = 77) - 29.0%

SOUBOR "B"

chlapci (n = 164) - 36.0% dívky (n = 130) - 27.4%

4.7.2 Účast žáků v jednotlivých oddílech

SOUBOR "A"

- počet zapojených chlapců - 39
- počet zapojených dívek - 22

SOUBOR "B"

- počet zapojených chlapců - 59
- počet zapojených dívek - 37

Chlapci v souboru "A" nejvíce navštěvují tyto oddíly:

- fotbal
- volejbal
- basketbal
- judo
- lehká atletika

Dívky v souboru "A" nejvíce navštěvují tyto oddíly:

- volejbal
- orientační běh
- aerobik
- moderní tanec
- jezdeckví

Chlapci v souboru "B" nejvíce navštěvují tyto oddíly:

- fotbal
- turistika
- basketbal
- volejbal
- aikido

Dívky v souboru "B" nejvíce navštěvují tyto oddíly:

- moderní tanec
- jezdeckví
- basketbal
- turistika
- aerobik

4.8 Sportovní aktivity provozované v rámci školy

4.8.1 Zapojení žáků do školních sportovních kroužků

SOUBOR "A"

chlapci (n = 68) - 1.0%

dívky (n = 77) - 5.0%

SOUBOR "B"

chlapci (n = 164) - 22.0%

dívky (n = 130) - 11.9%

4.8.2 Účast žáků v jednotlivých kroužcích

SOUBOR "A"

- počet zapojených chlapců - 1
- počet zapojených dívek - 4

SOUBOR "B"

- počet zapojených chlapců - 36
- počet zapojených dívek - 16

Chlapci v souboru "A" navštěvují oddíl:

- florbal

Dívky v souboru "A" navštěvují tyto oddíly:

- florbal
- stolní tenis
- aerobic

Chlapci v souboru "B" navštěvují tyto oddíly:

- sportovní hry
- volejbal
- florbal
- basketbal

Dívky v souboru "B" navštěvují tyto oddíly:

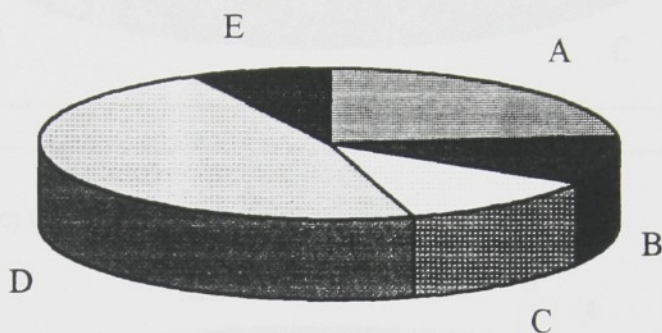
- volejbal
- aerobic
- stolní tenis

4.9 Otázka : S kým nejčastěji provádíš pohybovou a sportovní aktivitu ?

- A - sám
- B - s rodiči
- C - se sourozenci
- D - s kamarády, se spolužáky
- E - s někým jiným

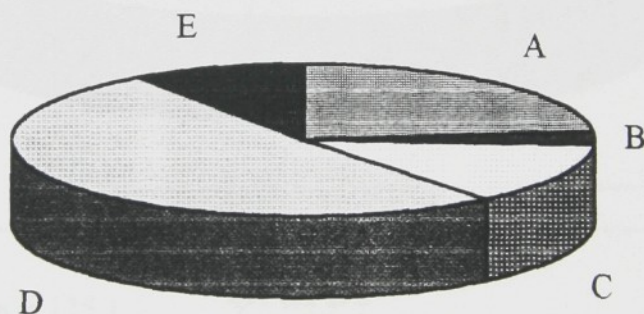
soubor "A"

celkový vzorek (n = 146) **Graf 25**



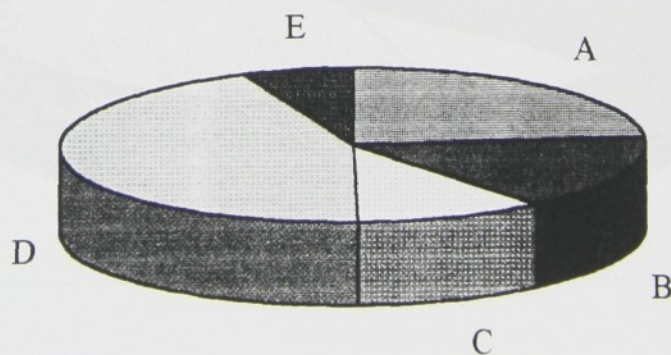
A - 95
B - 41
C - 47
D - 191
E - 31

chlapci (n = 68) **Graf 26**



A - 41
B - 5
C - 23
D - 90
E - 17

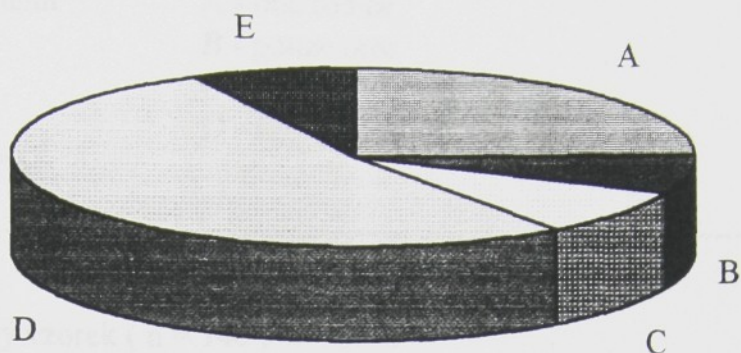
dívky (n = 78) **Graf 27**



A - 54
B - 36
C - 24
D - 101
E - 14

soubor "B"

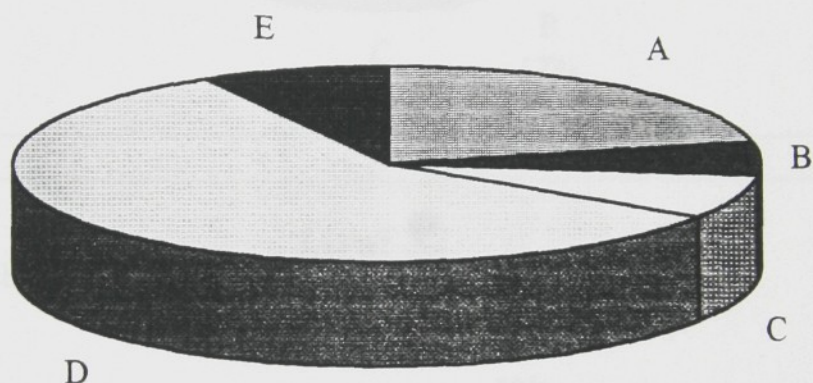
celkový vzorek (n = 299) **Graf 28**



A - 114
B - 34
C - 39
D - 245
E - 37

chlapci (n = 164)

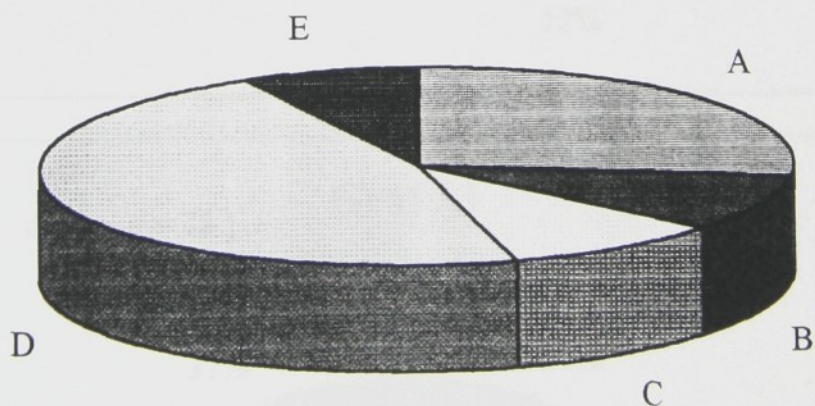
Graf 29



A - 53
B - 14
C - 18
D - 141
E - 20

dívky (n = 135)

Graf 30



A - 61
B - 20
C - 21
D - 104
E - 17

4.10 Pohybová aktivita rodičů respondentů

Otázka : Pravidelně, alespoň 1x týdně provádí pohybovou aktivitu v délce minimálně 30 - 60 minut :

A - oba rodiče

B - pouze otec

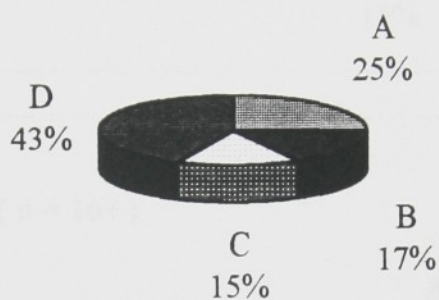
C - pouze matka

D - žádný z rodičů

soubor "A"

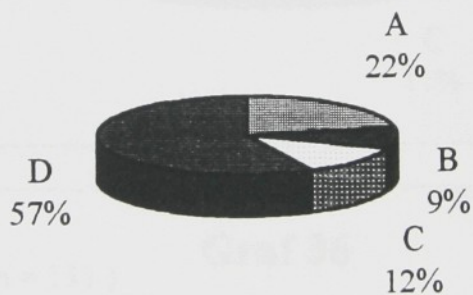
Graf 31

celkový vzorek (n = 146)



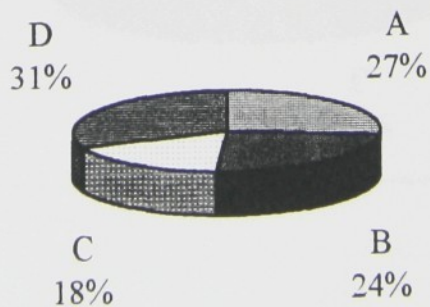
Graf 32

chlapci (n = 68)



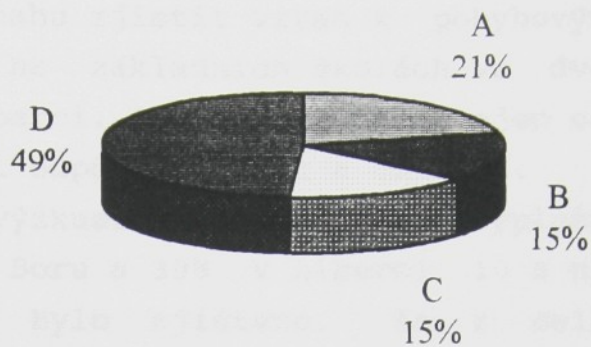
Graf 33

dívky (n = 78)



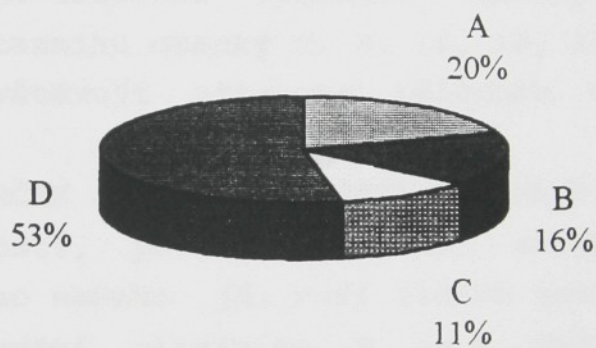
Graf 34

celkový vzorek (n = 299)



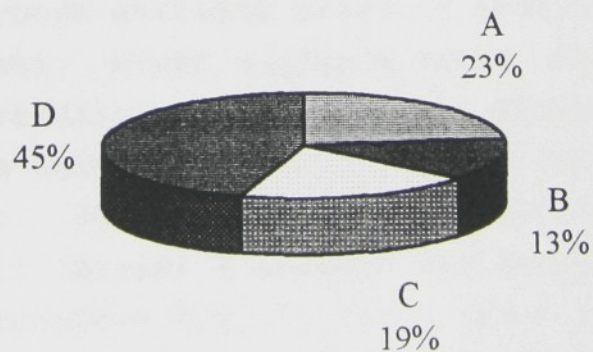
Graf 35

chlapci (n = 164)



Graf 36

dívky (n = 135)



5 DISKUSE

V první části se pokusíme shrnout a vyhodnotit výsledky našeho šetření a výzkumů dříve jmenovaných autorů.

Měla jsem snahu zjistit vztah k pohybovým aktivitám u 14 - letých dětí na základních školách ve dvou městech, v Novém Boru a v Liberci. Srovnávala jsem nejen odpovědi dětí z obou měst, ale i odpovědi dívek a chlapců.

Na začátku výzkumu bylo rozdáno a vyplněno celkem 150 dotazníků v Novém Boru a 305 v Liberci, 10 z nich jich bylo špatně vyplněno. Bylo zjištěno, že z celkového počtu respondentů mají různá zdravotní omezení 2 dívky ze souboru "B" 1 dívka ze souboru "A". Tyto dívky necvičí v hodinách školní TV. Ještě další 3 dívky ze souboru "B" mají zdravotní omezení, avšak místo hodin TV navštěvují v rámci vyučování na své ZŠ zdravotní tělesnou výchovu. Všechny tyto dívky nevyplňovaly v dotazníku otázku č. 9, 14, 15, 16, 17 a kromě děvčat, která navštěvují zdravotní tělesnou výchovu ještě otázku č. 10.

HÁTLOVÁ - BRČÁK (1994) uvádějí: "Pohyb je spojen s prožíváním tělesnosti, pocitu sebe sama, svých schopností. Dotýká se tak přímo našeho já, naší lidské podstaty. Právě prožívání a formování vlastního já je v období dětství a puberty nejvnitřnější a nejintenzivnější."

Jaké postavení zaujímá "pohyb" v denním režimu 14 - letých dětí zjišťovaly první dvě otázky v našem dotazníku. Po vypočtení celkového průměru v každém souboru bylo zjištěno, že pohybová aktivita patří k nejoblíbenější a k nejčastější činnosti, která vyplňuje volný čas dětí. Pokud se zaměříme na rozdíly mezi chlapci a děvčaty, pak jsme došli k závěru, že chlapci vykazují ve svém volném čase více pohybové aktivity. Jako nejčastěji prováděnou činnost ve volném čase uváděli chlapci v souboru "A" pohybovou aktivitu (26.7%), dále počítačové hry (11.7%), učení a přípravu do školy (10.9%) a sledování televizních programů a videa (10.8%). Dívky dávají přednost učení a přípravě do školy (15.8%), četbě knih a časopisů (12.5%), pomoci v domácnosti (10.7%) a až na 4. místo řadí pohybovou aktivitu (10.5%).

Stejně jako v souboru "A" i chlapci v souboru "B" upřednostňují sportovní činnosti (19.9%) před sledováním televizních pořadů a videa (12.2%), před učením a přípravou do školy (10.7%) a počítačovými hrami (10.0%). Z tohoto usuzujeme, že dívky se často věnují úklidu, vaření a pomoci v domácnosti a ve své přípravě do školy jsou pečlivější než chlapci. Chlapci oproti dívkám vykazují větší aktivní činnost a vyjadřují tak tím svůj pozitivní vztah k pohybu a sportu.

V další otázce byli žáci dotázáni, kterou činnost provádějí ve svém volném čase nejraději. Chlapci v obou souborech opět potvrdili svůj kladný postoj k pohybovým aktivitám (v souboru "A" 23.8% v "B" 20.3%). V souboru "A" považují chlapci za další oblíbené činnosti počítačové hry (14.7%), sledování televize a videa (12.3%) a poslech hudby (9.1%). Žáci v tomto věku asi nejvíce upřednostňují poslech hudby moderní a nastává už i období touhy navštěvovat diskotéky a zábavné podniky. Chlapci v souboru "B" mají stejné oblíbené činnosti jako chlapci v souboru "A", ale v jiném pořadí - sledování televize a videa (12.9%), poslech hudby (12.8%) a počítačové hry (12.7%).

Dívky v obou souborech mají pořadí odlišné. V souboru "A" je nejoblíbenější činností poslech hudby (14.9%) a hned po ní pohybová aktivita (14.8%). Dívky si velmi rády povídají s kamarády (13.6%) a čtou knížky a časopisy (12.7%). Dívky v souboru "B" se nejraději věnují pohybovým aktivitám (18.4%), po nich poslechu hudby (16.4%), rozhovory a povídání s kamarády (15.2%) a velmi rády si vyjdou do kina (8.8%).

Stejně problematice se ve svém výzkumu věnovala Šturmová (1980) a Hlaváč (1989). Oba autoři došli však k rozdílným výsledkům. Podle ŠTURMOVÉ převládá tzv. pasivní činnost a pohybová činnost je až na 4. místě. HLAVÁČ po devíti letech od výzkumu Šturmové dospěl k opaku, a to, že pubescenti upřednostňují ve volném čase TV, sport a turistiku (chlapci 35.5% a dívky 21.8%).

Dnes žijeme v moderním světě, každá rodina má televizi, ve většině rodin i počítač, který se začíná postupně stávat nezbytnou součástí domácnosti. I přesto, že pohybová aktivita ve volném čase dětí převažuje, je pro nás i

varující skutečnost, že pohybu u dětí ubývá a oni prosedí spoustu svého času u televize, videa nebo počítače. Např. chlapci v souboru "B" se ve volném čase věnují nejvíce pohybu (19.9%), ale sledování televizních pořadů, videa a počítačové hry jim celkem zabírají 22.2% volného času.

Velký vliv může mít na žáky 8. a 9. tříd i skutečnost, že před nimi stojí nelehký úkol výběru svého budoucího povolání a tudíž pro ně může být učení příprava do školy a samozřejmě i příprava na přijímací řízení příčinou omezení pohybu.

Žáci v obou souborech považují předmět TV jako nejoblíbenější. Svou vysokou náklonnost k tělesné výchově vyjádřilo 37.7% chlapců a 23.9% dívek v souboru "A" a 35.1% chlapců a 20.2% dívek v souboru "B". Stejný výsledek uvádí i RYCHTECKÝ a spol. (1990). Mezi další oblíbené předměty patří především předměty výchovného charakteru, a to výchova výtvarná, hudební, pracovní, rodinná a občanská a velmi zajímavá je i vysoká oblíbenost předmětu matematika a český jazyk s literaturou.

V další části diskuse se pokusíme zhodnotit preference sportovních činností v hodinách školní TV. Podle TILINGRA (1994) dávají nesportovci největší preference sportovním hrám (58%), dále atletice (13%), gymnastice (12%) a úpolovým hrám (7%). HLAVÁČ (1989) uvádí taktéž jako nejoblíbenější náplň školní TV sportovní hry. Chlapci se k nim přiklánějí v průměru v 79.1% a dívky v 52.0%. Naši respondenti vypisovali do dotazníku 3 činnosti, které je v hodinách TV nejvíce baví. I naše výsledky potvrzují jako výsledky výše uvedených autorů, že žáci považují za nejoblíbenější sportovní hry. V souboru "A" se k nim přiklání 79.4% chlapců a 66.2% dívek, v souboru "B" 76.8% chlapců a 43.9% dívek. Na druhé místo řadí shodně chlapci v obou souborech atletiku (v souboru "A" 15.1% a v "B" 9.5%) a dívky v souboru "A" se stejným počtem bodů atletiku s gymnastikou a v souboru "B" pak pouze gymnastiku (19.3%). Celkem patří ke 3 nejoblíbenějším činnostem u chlapců v obou souborech fotbal, basketbal a florbal, u dívek v obou souborech vybíjená, volejbal a basketbal. Naše šetření ukázalo odlišné výsledky než průzkum Janáka - Jansy (1994) a

Plívy (1985). JANÁK - JANSÁ totiž uvádějí, že žáci pražských škol upřednostňují lehkou atletiku (40%) před sportovními hrami (20%). PLÍVA se zmiňuje u chlapců o preferenci sportů s možností přímého střetávání se soupeřem a o sportovních hrách a u dívek o sportech spíše individuálního charakteru a estetického zaměření. Pro zajímavost uvádíme ještě nejoblíbenější atletickou a gymnastickou disciplínu. Chlapci v souboru "A" preferují krátké běhy a v souboru "B" skok do výšky. Dívky v souboru "A" mají stejně jako chlapci rády běhy na krátkou vzdálenost a v souboru "B" skáčou dívky s největší oblibou do dálky. Zaměříme - li se na gymnastické disciplíny, pak uvádí chlapci v obou souborech a dívky v souboru "B" na 1. místě cvičení na kruzích a dívky v souboru "A" přeskok.

Některé děti velice baví i hodiny plavání. Žáci libereckých škol ho uvádějí v pořadí až za sportovními hrami, atletikou a gymnastikou. Plavání není zařazeno do výuky TV na všech libereckých školách a ani na žádné novoborské škole. Myslím si ale, že školy, které mají k dispozici plavecký bazén jsou oproti ostatním školám v určité výhodě a hodiny plavání jsou zcela jistě pro všechny žáky zpestřením výuky TV.

Dle HLAVÁČE (1989) se na výuku TV vždy těší 36.2% chlapců a 20.0% dívek, většinou se těší 37.7% chlapců a 33.1% dívek. V našem výzkumu se v souboru "A" vždy těší 29.4% chlapců a 15.6% dívek a většinou se těší 44.1% chlapců a 39.0% dívek. V souboru "B" se vždy těší 23.8% chlapců a 5.9% dívek, většinou se těší 32.9% chlapců a 38.5% dívek. V souboru "A" je pouze 1.0% děvčat a žádný chlapec, který by se na hodiny TV vůbec netěšil. V souboru "B" je toto procento vyšší, Výuka TV je lhostejná celkem 4.6% žákům, z toho 6.1% chlapcům a 3.0% dívek. Pro porovnání, TILINGER (1994) uvádí, že 6% dětí se na hodiny většinou netěší a je jim školní TV lhostejná. Jako důvody, proč se žáci na TV netěší uvádějí, že výuka TV probíhá první vyučovací hodinu, že je náplň hodiny nebaví, zdržuje je to a považují tento předmět za zbytečný, nebo přicházejí často při sportování k úrazu a v neposlední řadě jsou nespokojeni s učitelem, který je i např. neustále nutí provádět kliky.

Při našem šetření jsme dále zjišťovali, jakou dobu věnují děti ve svém volném čase provádění organizovaných nebo neorganizovaných pohybových aktivit a jakým pohybovým činnostem dávají přednost. Po vyhodnocení jsme dospěli k závěru, že téměř polovina respondentů se ve volném čase pravidelně každý druhý až třetí den věnuje pohybovým aktivitám. V souboru "A" takto odpovědělo celkem 48% respondentů, z toho 47% chlapců a 49% dívek, v souboru "B" celkem 48.5% respondentů, z toho 45% chlapců a 52% dívek. Ale i procento dětí, kteří provádějí pohybové aktivity každý den je vysoké. V souboru "A" je to 37% celkem, z toho 46% chlapců a 28% dívek, v souboru "B" celkem 29.5%, z toho 37% chlapců a 22% dívek. Variantu "g" (nikdy neprovádím pohybovou aktivitu) nezakroužkoval žádný z respondentů. Pravidelnost provádění pohybových aktivit je procentuálně vyšší u chlapců než u dívek, což jsme předpokládali.

Nejčastějšími sportovními činnostmi, provozovanými ve volném čase dětí jsou v souboru "A" u chlapců fotbal, cyklistika, basketbal (streetbal) florbal a lyžování, u dívek cyklistika, plavání, volejbal, basketbal (streetbal) a lyžování. Celkově patří mezi tři nejprovozovanější sportovní aktivity cyklistika, plavání a fotbal. Překvapující byla skutečnost, že na špičce těchto aktivit se objevilo plavání, přestože novoborské děti musí do plaveckého bazénu dojíždět do okresního města České Lípy.

V souboru "B" jsou výsledky skoro obdobné. Chlapci se věnují nejvíce cyklistice, fotbalu, plavání, florbalu a jiným sportovním aktivitám, než byly v otázce v dotazníku dětem nabídnuty (např. hokej, judo, jízda na kolečkových bruslích, stolní tenis aj.). Dívky nejraději plavou, jezdí na kole, hrají volejbal, lyžují a věnují se obdobně jako chlapci jiným sportovním činnostem, než byly v dotazníku nabídnuty. V celkovém vyhodnocení zaujímá opět prvenství cyklistika, plavání a fotbal. Jsem přesvědčena, že mohli být v této otázce výpovědi žáků ovlivněny právě doznívajícím létem. Pokud by byl např. dotazník zadáván k vyplňování v zimním období, jistě by se více dětí přiklonilo k činnostem jako je například lyžování, ať už sjezdové nebo běžecké, nebo bruslení, hokej a sánkování. Obě města mají totiž díky

své horské poloze k provozování těchto zimních sportovních činností dobré podmínky.

Především rodina a učitel TV by měli být pro děti hlavními motivačními činiteli k provádění pohybových aktivit. Skutečnost vyplývající z našeho průzkumu je ale úplně jiná. Oba soubory shodně uvedly, že se děti v první řadě začaly o sport zajímat sami a dále na ně mají velký vliv jejich spolužáci a kamarádi. Až na 3. místě se vyskytuje v roli motivátora rodina a to u dívek i chlapců v obou souborech. Velmi smutné je zjištění, že učitel TV zaujímá v paletě motivátorů až poslední příčku. V souboru "A" motivoval učitel TV k provádění sportovní a pohybové činnosti 2 chlapce a 3 děvčata a v souboru "B" 7 chlapců a 13 děvčat. Někteří žáci uváděli i jiné osoby, které se podílely na jejich kladném vztahu k pohybu a sportu, jako například babička a dědeček, strýc a teta, bratranec a sestřenice nebo švagr, ale uváděli i své televizní sportovní idoly. Chlapci např. mistry bojového umění, A. Schwarzenegra, D. Rodmana, plavce Popova, basketbalisty O Neilla a M. Jordana a dívky také M. Jordana, tenistu P. Samperse a C. Crawfordovou.

Podle KÁRNÍKOVÉ - VANÍČKOVÉ (1994) se do mimoškolních sportovních aktivit zapojuje méně než polovina žáků, HAOUARI (1983) uvádí zapojení 34.21% žáků do organizovaných pohybových aktivit a KÁRNÍKOVÁ (1990) došla k závěrům, že pravidelně se organizovaným pohybovým aktivitám věnuje 47.4% žáků, z toho zájmové TV v rámci školy 8.4% žáků, 20.4% provozuje soustavně sportovní aktivity mimo školu a 18.6% se věnuje sportovním disciplínám závodně. Porovnáme - li zapojení žáků v mimoškolních sportovních oddílech u našich souborů, pak můžeme říci, že chlapci jsou aktivnější než děvčata. V souboru "A" navštěvuje sportovní oddíly 43.0% žáků, z toho 57.0% chlapců a téměř o polovinu procent méně dívek (29.0%). V souboru "B" je rozdíl mezi chlapci a děvčaty podstatně menší, zapojeno je 36.0% chlapců a 27.4% dívek, ale oproti souboru "A" je to zapojení celkem pouze 31.7% žáků.

V obou souborech patří k nejnavštěvovanějším sportovním oddílům u chlapců fotbal, volejbal a basketbal, u dívek

moderní tanec, jezdeckví a aerobio. V Novém Boru jsou to dále oddíly, které zde mají dobrou tradici - lehká atletika a judo u chlapců, orientační běh a volejbal u dívek. V Liberci mají vysokou navštěvovanost u chlapců ještě oddíly turistiky a aikida, u dívek turistiky a basketbalu. Není bez zajímavosti povšimnout si škály sportovních oddílů, do kterých jsou žáci zapojeni. V Novém Boru navštěvují respondenti chlapci celkem 10 a dívky 9 různých sportovních oddílů, v Liberci naproti tomu aktivně sportují chlapci ve 24 a dívky v 16 oddílech. Tato skutečnost je dána velikostí obou měst, Liberec má samozřejmě širší základnu sportovních oddílů než Nový Bor. Např. oddíly baletu, moderní gymnastiky, aikida, boxu, řecko - římského zápasu, šermu, sportovní střelby, hokejbalu, házené, tenisu, sáňkování, skoků na trampolíně, skoků do vody a kanoistiky, ve kterých jsou liberecké děti zapojeny v Novém Boru nejsou. Výše uvedené výzkumy se téměř shodují s naším výzkumem a potvrzuje se fakt, že do mimoškolních sportovních oddílů je zapojena méně než polovina dětí, v našem případě činí průměr zapojení obou souborů 37.35%. I přesto, že škála nabídky sportovních oddílů je v Liberci pestřejší, je návštěvnost libereckých dětí přibližně o 10% nižší než návštěvnost dětí novoborských

Další výsledky našeho šetření ukazují, že účast chlapců ve sportovních kroužcích v rámci školy je u souboru "A" nižší než u dívek a u souboru "B" větší než u dívek. V souboru "A" je z celkového počtu žáků zapojeno 1.0% chlapců a 5.0% děvčat, v souboru "B" 22.0% chlapců a 11.9% dívek. Na takto nízkém zapojení ve školních sportovních kroužcích má především vliv současná ekonomická situace, protože v řadě škol se nedostává finančních prostředků k zabezpečení zřízení a chodu těchto kroužků. Mimo jiné má i vliv materiální vybavení a místo, kde se škola nachází. Ve většině škol, kde byl průzkum proveden bylo uvedeno, že sportovní kroužky nezřizují a děti jsou tedy spíše odkázáni na zapojení v mimoškolních sportovních oddílech.

Na otázku: "S kým provádíš nejčastěji pohybovou a sportovní aktivitu" se přikláněli žáci k odpovědi "se spolužáky či kamarády nebo sami". Nejnižší procentuální

vyjádření měly v této otázce rodiče, sourozenci nebo někdo jiný. Je možné z tohoto usoudit, že těch rodičů, kterých by s dětmi sportovalo je velice málo. Nemalou měrou zde jistě působí současný život většiny rodičů, protože dřívější způsob života se významě změnil. Např. dnešní soukromé podnikání sebou nese mnoho stresu, velké pracovní vytížení málo času věnovaného svým dětem, ale také i nedostatek pohybu dospělých.

Právě v poslední části našeho dotazníku byla vyhodnocena pohybová aktivita rodičů respondentů. STEJKAL (1969) uvádí aktivně sportujících 8.57% matek a 12.5% otců dětí. TILINGER (1994) se ve svém výzkumu zmiňuje, že u dětí z nesportovních škol se procento rodičů, kteří sportují pohybuje u matek kolem 13% - 15% a u otců kolem 20%. Naši dotazovaní žáci o svých rodičích vypověděli, že v souboru "A" jich sportuje 24.7%, v druhém souboru "B" 21.4%. Podstatné rozdíly mezi pohybovou aktivitou otců a matek respondentů jsme nezjistili, v souboru "A" má pravidelnou pohybovou aktivitu 17.1% otců a 15.1% matek, v souboru "B" shodně 14.7% otců a matek. Při porovnání výzkumu TILINGRA (1994) jsou výsledky v našem šetření podobné, jen se vyskytuje o několik procent méně sportujících otců. 43.1% rodičů v souboru "A" a 49.2% v souboru "B" nevykazuje žádný aktivní pohyb. Příčinou může být negativní postoj k pohybovým aktivitám, pracovní vytížení nebo zdravotní potíže rodičů, ale to je pouze naše domněnka, protože tato problematika nebyla předmětem našeho šetření.

ZÁVĚR

"Pohyb je nezbytný kompenzační faktor psychické zátěže, součást jak nezbytné relaxace, tak i odreagování stresových situací. Zároveň je důležitým činitelem vytváření mezilidských vztahů i vytváření osobnosti. (Havlínová 1987 - Jarolímek 1988, uvádí KÁRNÍKOVÁ - VANÍČKOVÁ 1994)"

Záměrem našeho výzkumného šetření bylo zjistit, jakou úlohu má pohyb v režimu dne 14 - letých žáků v Liberci a v Novém Boru. Výsledky výzkumu lze shrnout do těchto bodů:

1. Z výzkumu vyplynulo, že 68% chlapců a 42% dívek zaujímá pozitivní vztah k pohybové aktivitě.

a) Mezi nejčastěji prováděné činnosti ve volném čase patří u chlapců pohybová a sportovní aktivita, počítačové hry a učení a příprava do školy. Dívky upřednostňují učení a přípravu do školy, pohybovou a sportovní aktivitu a rozhovory s kamarády.

b) Nejoblíbenější náplní volného času chlapců je pohybová a sportovní aktivita, počítačové hry a sledování televize a videa. U dívek pak poslech hudby, pohybová a sportovní aktivita a rozhovory s kamarády.

c) Ve svém volném čase se každý 2 až 3 den věnuje pohybové aktivitě asi 1/2 chlapců a dívek. Každý den provádí pohybovou aktivitu přibližně 2/5 chlapců a 1/4 dívek.

d) Celkově patří k nejoblíbenějším pohybovým aktivitám ve volném čase cyklistika, plavání a fotbal. Chlapci upřednostňují fotbal, cyklistiku a plavání, dívky plavání, cyklistiku a volejbal.

e) Bylo zjištěno, že výběr pohybových aktivit je i částečně ovlivňován ročním obdobím.

2. TV patří k nejoblíbenějším vyučovacím předmětům.

a) Na hodiny TV se vždy nebo většinou těší 2/3 chlapců a 1/2 dívek.

b) Nejoblíbenější náplní školní TV jsou u chlapců i dívek v Novém Boru a v Liberci sportovní hry.

c) Chlapci řadí mezi tři nejoblíbenější činnosti v TV fotbal, florbal a basketbal, dívky vybíjenou, volejbal a basketbal.

3. Zapojení v mimoškolních sportovních oddílech uvádí přibližně 1/2 chlapců a 1/3 dívek. Chlapci nejvíce navštěvují oddíly fotbalu, volejbalu a basketbalu, dívky oddíly moderního tance, jezdeckví a aerobiku.

Tímto šetřením se nepotvrdily naše dvě hypotézy. Můžeme říci, že zájem chlapců a dívek o mimoškolní pohybové aktivity je nižší než zájem o školní TV a spektrum sportovní nabídky neovlivnilo u dvou různě velkých měst z našeho souboru zapojení chlapců a dívek do pohybových a sportovních aktivit.

4. Sportovní kroužky v rámci školy navštěvuje 5.0% dívek a 1.0% chlapců v Novém Boru a 11.9% dívek a 22.0% chlapců v Liberci.

Domníváme se, že kladný vztah k TV a sportu je pro většinu obyvatelstva velmi důležitou součástí života. KUČERA (1982) uvádí: "Současná populace je zcela jednoznačně podstatně více vystavena riziku pohybu nežli pohybovému přetížení. Funkce TV ve škole bude stále narůstat na důležitosti." Kladný vztah k pohybu a sportu není podmíněn pouze vrozenými dispozicemi, ale i výchovou. Myslím si, že vedení žáků k pohybové činnosti v rámci školní TV je velmi důležité, nicméně nenahraditelným základem pro utváření kladného vztahu k pohybu a sportu je výchova rodinná.

7 LITERATURA

1. DEMETROVIČ, E.: Encyklopedie tělesné kultury A - O. Praha, Olympia 1988, 462 s.
2. DISMAN, M.: Jak se vyrábí sociologická znalost. Praha, Stát. pedagog. nakl. 1964.
3. DISMAN, M.: Úvod do metod společenského výzkumu. Praha, Karolinum 1996.
4. DOŠEK, P.: "Napsali nám:". Těl. Vých. Sport Mlád., 60 1994, č. 1, s. 38
5. FIALOVÁ, L.: Může školní TV vyřešit hypokinezi naší mládeže ? Těl. Vých. Mlád., 57, 1990 - 1991, č.2, s. 57
6. HANKE, A.: Patří pohyb do školy ? Těl. Vých. Sport Mlád., 63, 1994, č. 4, s. 12 - 15
7. HAOUARI, M.: Srovnávání některých somatometrických ukazatelů a silových schopností 11 až 14 letých žáků v Tunisu a v ČSR. Teor. Praxe těl. Vých., 31, 1983, č. 7, s. 415 - 423
8. HÁTLOVÁ, B. - BRČÁK, L.: Je možné kladně ovlivnit zájem žáků o tělesnou výchovu ? Těl. Vých. Sport Mlád., 60, 1994, č. 2, s. 33 - 34
9. HERCIG, S.: V centru pozornosti musí být žák. Těl. Vých. Sport Mlád., 63, 1997, č. 3, s. 8 - 9
10. HLAVÁČ, F.: K osobnosti učitele tělesné výchovy očima žáků 14 - 15 letých. Těl. Vých. Mlád., 44, 1978, č. 6, s. 244 - 246
11. HLAVÁČ, F.: Povinná školní tělesná výchova z pohledu žáků středního školního věku. Těl. Vých. Mlád., 56, 1989 - 1990, č. 1, s. 18 - 20
12. HLAVÁČ, F.: Nepovinná školní a zájmová tělesná výchova z pohledu žáků středního školního věku. Těl. Vých. Mlád., 56, 1989 - 1990, č. 2, s. 62 - 66
13. HOŠEK, V.: Averse k TV. Těl. Vých. Mlád., 58, 1992, č. 2, s. 1 - 3
14. HOŠEK, V.: Motivace školní tělesné výchovy a její podmíněnost. In: "Školní tělesná výchova a celoživotní pohybová aktivita". Praha, FTVS UK

15. JANÁK, V. - JANSÁ, P.: Sociální podmíněnost zájmu dětí ZŠ o tělesnou výchovu a sport. In: "Školní TV a celoživotní pohybová aktivita". Praha, FTVS UK 1994, s. 22 - 24
16. JURINOVÁ, I.: Složky pohybového režimu dětí a mládeže. Těl. Vých. Mlád., 39, 1973, č. 5, s. 208 - 213
17. KÁRNÍKOVÁ, R.: Sportovní a pohybové aktivity žáků ZŠ. Těl. Vých. Mlád., 56, 1989 - 1990, č. 10, s. 369 - 372
18. KÁRNÍKOVÁ, R. - VANÍČKOVÁ, E.: Krize pohybového režimu školáků. Těl. Vých. Sport Mlád., 60, 1994, č. 2, s. 35 - 40
19. KITTLER, J.: Ke genezi aktivních tělovýchovných zájmů. Těl. Vých. Mlád., 37, 1970, č. 4, s. 150 - 158
20. KOBYLKA, J.: Psychologie sportu. Praha, Olympia 1986
21. KRÁL, A.: O výchovných výsledcích rozhoduje úroveň učitelovy osobnosti. Těl. Vých. Mlád., 43, 1977, č. 6, s. 241 - 247
22. KUČERA, M.: Odpovídající pohybová aktivita dětí. Těl. Vých. Mlád., 49, 1982, č. 1, s. 15 - 23
23. MUŽÍK, V. - KREJČÍ, M.: Tělesná výchova a zdraví. Olomouc, Hanex 1997, 144 s.
24. PAVELKA, R.: O co vlastně v tělesné výchově jde ? Těl. Vých. Sport Mlád., 63, 1997, č. 4, s. 8 - 9
25. PLÍVA, M.: Geneze zájmů o jednotlivé sporty z hlediska školní tělesné výchovy. Těl. Vých. Mlád., 52, 1985 - 1986, č. 3, s. 110 - 113
26. PŘÍHODA, V.: Ontogeneze lidské psychiky I. Praha, Stát. pedagog. nakl. 1977. 461 s.
27. RYCHTECKÝ, A. aj.: Tělesný a psychický vývoj 11 - 14 letých žáků s diferencovaným pohybovým režimem. Těl. Vých. Mlád., 57, 1990 - 1991, č. 1, s. 13 - 19
28. SLEPIČKA, P. Sportovní diváctví. Praha, Olympia 1990
29. SLEPIČKA, P. - SLEPIČKOVÁ, I.: Děti a mládež jako sportovní diváci. Těl. Vých. Mlád., 57, 1990 - 1991, č. 7, 8, s. 207 - 210
30. STEJSKAL, .: Vliv rodičů na utváření pohybového režimu

- dětí. Teor. Praxe těl. Vých., 17, 1969, č. 9, s. 529 - 538
31. SVOBODA, B.: Osobnost učitele. Teor. Praxe těl. Vých., 17, 1969, č. 10, s. 582 - 587
32. SÝKORA, F. - KOSTKOVÁ, J.: Didaktika tělesné výchovy. Praha, Stát. pedagog. nakl. 1985. 212 s.
33. ŠTURMOVÁ, M.: Poznámky k biologickému významu tělesné výchovy a sportu. Těl. Vých. Mlád., 46, 1980, č. 6, s. 278 - 280.
34. TUPÝ, J.: Komplexní pojetí žáka jako rozhodující regulativ pro vyučovací činnost učitele TSV na 2. stupni ZŠ. Těl. Vých. Mlád., 56, 1989 - 1990, č. 3, s. 97 - 108
35. VÁLKOVÁ, H.: Podíl učitele na motivaci sportovní aktivity. Těl. Vých. Mlád., 46, 1979, č. 3, s. 112 - 116

8 PŘÍLOHY

SEZNAM PŘÍLOH

PŘÍLOHA "A": Dotazník pro žáky základních škol

PŘÍLOHA "B": Seznam použitých zkratek

PŘÍLOHA "A"

Dotazník pro žáky základních škol

Téma: POSOUZENÍ AKTIVIT 14 - LETÝCH DĚTÍ

(Správné odpovědi zakroužkuj, popřípadě vypiš slovy nebo číslicí)

- 1) Datum vyplnění:
- 2) Škola:
- 3) Třída:
- 4) Datum narození:
- 5) Pohlaví:
- 6) Zaznamenej do připravených rámečků čísla 1 - 5 pořadí pěti činností, které nejčastěji (časově nejdéle) provádíš ve svém volném čase:

	čtení knih nebo časopisů
	hra na hudební nástroj, zpěv
	kreslení, modelování (keramika), skládání stavebnic, lepení modelů, aj.
	návštěva kina, divadla, koncertů, výstav
	počítačové hry
	péče o své zvíře
	pohybová a sportovní aktivita (běh, pohybové hry, cyklistika, lyžování, fotbal, basketbal, plavání, atd.)
	pomoc v domácnosti (úklid, nádobí, vaření, atd.)
	poslech hudby
	rozhovory s kamarády
	sledování televizních programů a videa
	společenské hry (karty, pexeso,, domino, šachy, kostky, atd.)
	učení a příprava do školy
	jiné (vypiš slovy).....

(Číslo 1 označuje nejčastěji prováděnou činnost.)

- 7) Zaznamenej do připravených rámečků čísla 1 - 5 pořadí tvých pěti nejoblíbenějších činností, které provádíš ve volném čase:

	četba knih nebo časopisů
	hra na hudební nástroj, zpěv
	kreslení, modelování (keramika), skládání stavebnic, lepení modelů, aj.
	návštěva kina, divadla, koncertů, výstav
	počítačové hry
	péče o své zvíře
	pohybová a sportovní aktivita (běh, pohybové hry, cyklistika, lyžování, fotbal, basketbal, plavání, atd.)
	pomoc v domácnosti (úklid, nádobí, vaření, atd.)
	poslech hudby
	rozhovory s kamarády
	sledování televizních programů a videa
	společenské hry (karty, pexeso, domino, šachy, kostky, atd.)
	učení a příprava do školy
	jiné (vypiš slovy).....

(Číslo 1 označuje nejoblíbenější činnost. Ostatní rámečky nevyplňuj !)

- 8) Napiš pořadí tvých tří nejoblíbenějších předmětů ve škole:

1.
2.
3.

- 9) Které 3 pohybové činnosti tě v hodině TV baví nejvíce?

1.
2.
3.

10) Při hodině TV cvičím rád (a):

- a) vždy (= 100%)
- b) většinou (= 75%)
- c) někdy ano, někdy ne (= 50%)
- d) občas (= 25%)
- e) nikdy (= 0%) - napiš proč:.....
-

11) Jak často se ve svém volném čase věnuješ provádění pohybových a sportovních aktivit (běh, pohybové hry, cyklistika, lyžování, fotbal, basketbal, plavání, atd.) v délce alespoň 30 minut?

- a) každý den
- b) každý druhý nebo třetí den
- c) jedenkrát týdně
- d) jedenkrát za dva týdny
- e) jedenkrát měsíčně
- f) méně než jedenkrát měsíčně
- g) nikdy - zodpověz otázku: Proč neprovádíš pohybovou a sportovní aktivitu ve svém volném čase? (Vypiš slovy)

.....

.....

Pokud jsi zakroužkoval (a) variantu "g", přejdi k otázce č. 19.

12) Zaznamenej do připravených rámečků čísla 1 - 5 pořadí tvých pětí nejoblíbenějších pohybových a sportovních aktivit ve volném čase:

(Číslo 1 vyjadřuje nejoblíbenější aktivitu. Ostatní rámečky nevyplňuj.)

	cyklistika
	plavání
	fotbal
	běh
	basketbal, streetbal

	lyžování (běh, sjezd)
	florbal
	tenis
	volejbal
	chůze - turistika
	vybíjená
	jízda na koni
	aerobic
	atletika
	jiné (uveď které).....
	jiné (uveď které).....

- 13) S kým nejčastěji provádíš pohybovou a sportovní aktivitu ?
- a) individuálně (sám)
 - b) s rodiči
 - c) se sourozenci
 - d) s kamarády
 - e) jinak (vypiš slovy).....
 -
- 14) Navštěvuješ ve svém volném čase sportovní oddíl organizovaný mimo školu ?
- a) ano
 - b) ne - přejdi k otázce č. 16
- 15) Jakému sportu se v tomto oddíle věnuješ ? (Vypiš slovy. Uveď všechny oddíly, kterých jsi členem.).....
-
-
- 16) Navštěvuješ sportovní kroužek organizovaný na vaší škole ?
- a) ano
 - b) ne - přejdi k otázce č. 19

17) Jakému sportu se v tomto kroužku věnuješ ? (Vypiš slovy, uveď všechny kroužky, kterých jsi členem.).....
.....
.....

18) Kým jsi byl motivován k provádění pohybové a sportovní aktivity?

a) o sport jsem se začal zajímat sám

b) rodiči

c) sourozenci

d) spolužáky

e) učitelem TV

f) někým jiným, uveď kým:.....
.....

19) Pravidelně (alespoň 1x týdně 20 - 60 minut) provádí pohybovou a sportovní aktivitu:

a) oba rodiče

b) pouze otec

c) pouze matka

d) žádný z rodičů

Seznam použitých zkratk

ZŠ	- základní škola
SŠ	- střední škola
Ch	- chlapci
D	- dívky
TV	- tělesná výchova
TK	- tělesná kultura
např.	- například
př.	- příklad
popř.	- popřípadě
aj.	- a jiné
str.	- strana
atd.	- a tak dále
tzv.	- takzvaný
tj.	- to je
č.	- číslo
mj.	- mimo jiné
apod.	- a podobně
zvl.	- zvláště
cm	- centimetry
kg	- kilogramy
min	- minuty
CNS	- centrální nervová soustava
kJ	- kilojouly
SF	- srdeční frekvence
ČR	- Česká republika
MŠMT	- Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy