

Pohybová aktivita jako potřeba dětí v mikroregionu Východní Slovácko

Bc. Anna Borýsková

Diplomová práce
2015



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií
Ústav pedagogických věd
akademický rok: 2014/2015

ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE (PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Bc. Anna Borýsková**
Osobní číslo: **H13911**
Studijní program: **N7501 Pedagogika**
Studijní obor: **Sociální pedagogika**
Forma studia: **prezenční**

Téma práce: **Pohybová aktivita jako potřeba dětí v mikroregionu
Východní Slovácko**

Zásady pro vypracování:

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.

Vymezení pojmů a teoretických východisek vztahujících se k oblasti pohybových aktivit u dětí a jejich trávení volného času.

Příprava metodiky výzkumné části.

Realizace kvantitativního výzkumu formou dotazníkového šetření.

Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.

Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

Rozsah diplomové práce:

Rozsah příloh:

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

Seznam odborné literatury:

ČÁP, Jan a Jiří MAREŠ. Psychologie pro učitele. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-463-X.

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

MUŽÍK, Vladislav a Petr VLČEK. Škola, pohyb a zdraví: výzkumné výsledky a projekty. Brno: Masarykova univerzita, 2010. ISBN 978-80-7392-147-7.

VÁGNEROVÁ, Marie. Vývojová psychologie: dětství a dospívání. Vyd. 2., rozš. a přeprac. Praha: Karolinum, 2012. ISBN 978-80-246-2153-1.

VÝROST, Jozef a Ivan SLAMĚNÍK. Sociální psychologie. 2., přeprac. a rozš. vyd. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-1428-8.

Vedoucí diplomové práce: **Mgr. Jan Kalenda, Ph.D.**
Centrum výzkumu FHS

Datum zadání diplomové práce: **7. ledna 2015**

Termín odevzdání diplomové práce: **17. dubna 2015**

Ve Zlíně dne 7. ledna 2015


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




Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.
ředitel ústavu

PROHLÁŠENÍ AUTORA DIPLOMOVÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

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

Prohlašuji, že

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

Ve Zlíně24.3.2015.....

.....Bohyšlava'.....

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

ABSTRAKT

Diplomová práce se zabývá pohybovou aktivitou jako potřebou dětí žijících v mikroregionu Východní Slovácko. V teoretické části zmiňuje pohybovou aktivitu a související terminologii. Zahrnuje také spojení se sociální pedagogikou, strukturu pohybové aktivity a její přínosy. Dále podává přehled o potřebách dětí, konkrétně o poznávací, výkonové a sociální potřebě v kontextu pohybových aktivit. V souvislosti se sociální pedagogikou uvádí charakteristiku sociálních činitelů, které mají vliv na pohybové aktivity dětí. Na základě vymezení teoretických východisek zkoumané problematiky předkládá kvantitativní výzkum realizovaný formou dotazníkového šetření. Žáci 4., 5., 8. a 9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko jsou dotazováni na vnímanou míru potřeby pohybových aktivit. Dále diplomová práce poskytuje výsledky výzkumu a vyvozuje závěry a doporučení.

Klíčová slova: pohybová aktivita, sociální pedagogika, poznávací potřeba, výkonová potřeba, sociální potřeba, rodina, škola, kamarádi, prostředí, mikroregion Východní Slovácko

ABSTRACT

This diploma thesis deals with physical activity as a need of children living in the microregion of East Slovácko. In the theoretical part it's mentioned physical activity and related terminology. It also includes a connection with social education, structure of physical activity and it's benefits. Next it provides an overview of children's needs, especially about cognitive, power and social needs in the context of physical activity. In connection with social pedagogy it states characteristics of social factor having an effect on children's physical activity. Based on theoretical issues examined by quantitative research in the form of a questionnaire survey. Pupils of 4th, 5th, 8th and 9th grade of primary schools in the microregion of East Slovácko are questioned about their perceived level of physical activity needs. Next diploma thesis provides the research results and draws conclusions and recommendations.

Keywords: physical activity, social education, cognitive needs, power needs, social needs, family, school, friends, surroundings, microregion of East Slovácko

Ráda bych poděkovala Mgr. Janu Kalendovi, Ph. D. za odborné rady, náměty a vstřícnost při zpracování diplomové práce i během další spolupráce.

Děkuji rodičům a přátelům za podporu během celého studia i při vypracovávání diplomové práce.

Poděkování patří také ředitelkám a ředitelům za ochotu umožnit výzkum a všem žákům za ochotu se účastnit výzkumu.

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

OBSAH

ÚVOD.....	10
I TEORETICKÁ ČÁST	12
1 POHYBOVÁ AKTIVITA A SOUVISEJÍCÍ TEORETICKÉ UKOTVENÍ.....	13
1.1 POHYBOVÉ AKTIVITY A SOCIÁLNÍ PEDAGOG	17
1.2 STRUKTURA POHYBOVÝCH AKTIVIT	18
1.3 PŘÍNOSY POHYBOVÝCH AKTIVIT.....	21
2 POTŘEBA POHYBOVÝCH AKTIVIT U DĚTÍ.....	24
2.1 POZNÁVACÍ POTŘEBA V POHYBOVÝCH AKTIVITÁCH DĚTÍ	26
2.2 VÝKONOVÁ POTŘEBA V POHYBOVÝCH AKTIVITÁCH DĚTÍ	27
2.3 SOCIÁLNÍ POTŘEBA V POHYBOVÝCH AKTIVITÁCH DĚTÍ.....	29
3 DÍTĚ, SOCIÁLNÍ ČINITELE A POHYBOVÉ AKTIVITY	31
3.1 RODINA DÍTĚTE A POHYBOVÉ AKTIVITY.....	33
3.2 ŠKOLA VE VZTAHU K POHYBOVÝM AKTIVITÁM	36
3.3 VRSTEVNÍCI A POHYBOVÉ AKTIVITY	38
3.4 PROSTŘEDÍ MIKROREGIONU VÝCHODNÍ SLOVÁCKO VE VZTAHU K POHYBOVÝM AKTIVITÁM.....	40
II PRAKTICKÁ ČÁST	43
4 DESIGN VÝZKUMU.....	44
4.1 VÝZKUMNÉ OTÁZKY A HYPOTÉZY	44
4.2 POJETÍ VÝZKUMU	47
4.3 VÝZKUMNÝ SOUBOR	47
4.4 TECHNIKA VÝZKUMU	50
4.5 ZPŮSOB ZPRACOVÁNÍ DAT.....	51
5 ANALÝZA DAT.....	52
5.1 KATEGORIE SÍLA POTŘEBY POHYBU.....	54
5.2 KATEGORIE DRUH POTŘEBY POHYBU.....	57
5.3 KATEGORIE POTŘEBA POHYBOVÝCH AKTIVIT VE VZTAHU K JEJICH FORMĚ.....	61
5.4 KATEGORIE POTŘEBA POHYBOVÝCH AKTIVIT Z HLEDISKA JEJICH OVLIVŇOVÁNÍ.....	64
6 SHRUTÍ PRAKTICKÉ ČÁSTI	71
7 DOPORUČENÍ.....	74
ZÁVĚR	76
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....	78

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK	82
SEZNAM GRAFŮ	83
SEZNAM TABULEK.....	84
SEZNAM PŘÍLOH.....	86

ÚVOD

Zdravý životní styl se řadí mezi stále častěji diskutovaná témata. Jeho základy je vhodné formovat již v dětství. Tudíž vznikají různé programy a doporučení. Mezi ně patří i vzdělávací obor Výchova ke zdraví v rámci Rámcového vzdělávacího programu pro základní vzdělávání, který zahrnuje výchovné působení ve škole. Domníváme se, že zaměření pouze na školní aktivitu není dostačující a měla by jí být věnována pozornost i ve volném čase. Zdravý životní styl, resp. výchova ke zdraví, patří mezi velmi široký okruh, obsahuje více podkategorií, a proto se zabýváme pouze jednou částí – pohybovou aktivitou. Avšak je vhodné již nyní zmínit, že všechny podkategorie se vzájemně prolínají a ovlivňují.

Pohyb provází každodenní život člověka. Každý jedinec však vykazuje odlišnou míru pohybové aktivity, resp. inaktivity. Většina výzkumů zabývajících se pohybovou aktivitou se zaměřuje na zjištění frekvence, intenzity a obsahu u jednotlivých skupin. Odborné publikace také uvádějí přínosy i bariéry pohybových aktivit (např. Národní zpráva o zdraví a životním stylu dětí a školáků, © 2011; Sigmund a Sigmundová, 2011; Galloway, 2007; Mužík a Vlček, 2010; Landry a Driscoll, 2012; Kolt, 2013). Potřebám a iniciátorům pohybových aktivit však není věnována pozornost. Sociální pedagog se ve svém působení zajímá právě o uvedené determinanty, které vedou děti k dané činnosti. Snaží se o jejich podporu při vytváření pozitivního vztahu a postojů dětí k pohybovým aktivitám. Sociální pedagog může nalézt uplatnění podle zákona o pedagogických pracovnících v oblasti vychovatelství a pedagogiky volného času, které jsou úzce spjaty právě s pohybovými aktivitami. Preventivní činnosti v předmětu sociální pedagogiky hrají důležitou roli, což opět směřuje k zjišťování potřeb pohybových aktivit a jejich využití v praxi. Pohybem jako takovým se zabývají odborné vědy jako např. medicína a kinantropologie. V této práci se zaměřujeme na pohybové aktivity v kontextu sociální pedagogiky, resp. rodiny, školy, vrstevníků, socializace, prostředí, volného času apod. Cílem práce je zmapovat potřebu pohybových aktivit u dětí.

V teoretické části nejprve uvádíme charakteristiku pohybových aktivit, jejich přínosy i bariéry. Nedílnou součástí jsou česká i zahraniční výzkumná šetření, která se zabývají frekvencí, obsahem a jinými charakteristikami pohybových aktivit. Další část se věnuje potřebám dětí, zejména poznávací, výkonové a sociální potřebě v kontextu pohybových aktivit. Závěr teoretické části obsahuje vystižení důležitých oblastí vývoje dítěte v kontextu

pohybových aktivit. Využijeme poznatky vývojové a sociální psychologie, sociologie, sociální pedagogiky i dalších vědních disciplín. V práci aplikujeme pojmy dítě a žák. Chápeme je jako synonyma, tzn. dítě v období středního nebo staršího školního věku odpovídá označení žák 4., 5., 8. nebo 9. třídy.

Potřebami pohybových aktivit se zabývali Mužík a Pech v roce 2010. Uvádí, že v České republice neexistuje standardizovaná metoda zjišťující potřebu pohybu u dětí, proto vytvořili vlastní dotazník. Byl určen pro žáky 5. tříd základních škol zejména v městském prostředí. (Mužík a Vlček 2010, s. 22) Z jejich výzkumu využijeme některé části, které se snažíme dále rozvinout. Hlavním cílem praktické části práce je zmapovat vnímanou míru potřeby pohybových aktivit dětí. Konkrétně se specializujeme na děti v období středního a staršího školního věku dle dělení Vágnerové (2012, s. 255-256), kdy dochází k postupnému osamostatňování, dítě přechází z relativně klidného období do období výrazných změn atd. Zajímavým prvkem může být zaměření na děti žijící v mikroregionu Východní Slovácko, který se skládá pouze z vesnic. Výsledky našeho výzkumného šetření můžeme konfrontovat s již realizovaným výzkumem Mužíka a Pecha. Tím jej lze obohatit o rovinu potřeb pohybové aktivity u dětí žijících ve venkovském prostředí a rozvinout do dalších věkových kategorií.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 POHYBOVÁ AKTIVITA A SOUVISEJÍCÍ TEORETICKÉ UKOTVENÍ

Zdraví člověka patří stále častěji k diskutované i zkoumané problematice. Definováním zdraví i jeho dalších prvků se zabývá mezinárodní Světová zdravotnická organizace. Chápe zdraví jako stav vyvážené tělesné, duševní a sociální pohody (Čeledová a Čevela, 2010, s. 8). Můžeme tedy říci, že představuje bio-psycho-sociální kategorii, přičemž není přesně vymezena charakteristika pohody. Mužík a Vlček (2010, s. 11) dodávají: „Zdraví je jedním z důležitých předpokladů plného, plodného a kvalitního lidského života, ale i nezbytnou podmínkou ekonomického a sociálního rozvoje.“ Jedná se o velmi široký pojem, který zasahuje do mnoha oblastí a na který působí mnoho faktorů. Zdraví patří k významným hodnotám každého jedince, avšak má i charakter celospolečenský. Listina základních lidských práv a svobod zahrnuje i právo na ochranu zdraví. Na mezinárodní úrovni se jím zabývá již zmíněná Světová zdravotnická organizace, která formulovala principy péče o zdraví, tzv. Zdraví 21 – zdraví pro všechny v 21. stol. Na tento program navazují v naší republice další dokumenty. Mezi ně patří např. Dlouhodobý program zlepšování zdravotního stavu obyvatelstva ČR a Akční plán zdraví a životního prostředí ČR (Machová, Kubátová a kol., 2009, s. 269). V kontextu výchovného působení ve škole se jedná o vzdělávací oblast Člověk a zdraví, resp. vzdělávací předmět Výchova ke zdraví a Tělesná výchova obsažených v Rámcovém vzdělávacím programu pro základní školy. Výchova ke zdraví je i obor, který čerpá informace z řady jiných vědních oborů, např. medicína, sociologie, psychologie, pedagogika. Zároveň může být součástí práce sociálního pedagoga. Světová zdravotnická organizace ji charakterizuje jako činnost učení, jejímž cílem je pomáhat jednotlivcům a komunitám zlepšit své zdraví, nabýt dalších znalostí a ovlivňovat jejich postoje (Health education, © 2014). Výchova ke zdraví patří mezi komplexní pojem, který zasahuje do dalších oblastí a hraje důležitou roli při předcházení nemocem a dalším deficitům. V této souvislosti zdůrazníme i obor sociální pedagogika, jenž se jí také zabývá. Může formulovat podklady pro výchovu ke zdraví. Avšak tato práce nebude mít takový účinek, pokud nebudeme zkoumat jednotlivé determinanty. Zaměříme se tedy nejprve na zjištění potřeb žáků v rámci pohybových aktivit, následně můžeme vytvářet konkrétní doporučení a dokumenty pro jejich zlepšení i podporu zdraví.

Důležitou roli v péči o zdraví hraje i podpora zdraví, resp. prevence. Jedná se zejména o nespecifickou primární prevenci. Týká se období, kdy nemoc nebo patologický jev ještě

nevznikl a zahrnuje rozmanité aktivity pro posílení zdraví nebo odstranění rizikových faktorů (Machová, Kubátová a kol., 2009, s. 14-15). Čeledová a Čevela (2010, s. 33) dodávají: „Podpora zdraví je soustavou činností politických, ekonomických, technologických a výchovných s cílem chránit zdraví, prodlužovat aktivní život a zabezpečovat zdravý vývoj nových generací.“ Pro naši práci hraje důležitou roli výchovná činnost, kterou může zajišťovat sociální pedagog. Jak bylo zmíněno výše, nespecifická primární prevence, tedy podpora pohybové aktivity a zdravého životního stylu, je součástí preventivního působení sociálních pedagogů. I přes častější výskyt nemocí u dětí, následně i v dospělosti, však stále neexistuje program věnující se výchově ke zdraví i ve volném čase dětí. Můžeme nalézt určité prvky a zájmové kroužky, které se snaží preventivně působit na zdraví dětí, ale nemají jednotně danou předlohu. O utváření adekvátních programů pro děti se může zasadit právě sociální pedagog jako výchovný i manažerský činitel.

Zdraví člověka je podmíněno čtyřmi determinanty. Jedná se o biologické danosti, životní prostředí, zdravotnické služby a životní styl (Marková, 2012, s. 7). Pomocí výše zmíněného rozdělení se dostáváme do další sféry, která je důležitá pro tuto práci, a to životní styl. Nejobecnější definice jej chápe jako konzistentní způsob života jedince, jehož konkrétní části si vzájemně odpovídají, ovlivňují se, vycházejí z jednotného základu a mají společnou podstatu (Čeledová a Čevela, 2010, s. 50). Soudržnost a vzájemná propojenost jednotlivých složek však nedostatečně popisuje tento pojem. Podrobněji se jedná o souhrn životních forem, které jedinec aktivně prosazuje, a obsahuje uspořádání podmínek, jejich aktivní ovlivňování a využívání, hodnotovou orientaci i jednání člověka (Hájek, Hofbauer a Pávková, 2008, s. 69). Výstižnější definici podává Kraus (2008, s. 166-167), který tvrdí, že životní styl zahrnuje soubor činností a s nimi spjatých postojů, hodnot, norem, návyků, které mají dlouhodobý charakter a jsou individuálně odlišné. Životní styl každého jedince představuje značně rozsáhlou kategorii, která je podmiňována množstvím různých determinant. V rámci výrazně se zhoršujícího zdraví se dostává do popředí zdravý životní styl, který by měl zahrnovat vyváženou fyzickou i psychickou zátěž, záměrnou a adekvátní pohybovou aktivitu, racionální výživu, ale také harmonické vztahy s ostatními lidmi, zodpovědný sexuální život, vyvarování se návykovým látkám, zodpovědnost v oblasti práce i soukromého života, osobní a pracovní hygienu a mnoho dalších (Mužík a Vlček, 2010, s. 12). V souvislosti s uvedenou charakteristikou můžeme ještě zmínit definici životního stylu podle Machové, Kubátové a kol. (2009, s. 16), jež zahrnuje formy dobrovolného cho-

vání v určitých životních situacích, které jsou založeny na výběru jednotlivce z různých možností. Každá osoba se může rozhodnout, zda bude prosazovat zdravý životní styl, či nikoliv. Okolí hraje velkou roli u dětí, proto některé znaky přejímají od svých rodičů, kamarádů, pedagogů a ostatních osob ve své blízkosti. Opět se dostáváme do velmi širokého okruhu elementů, kterým je třeba věnovat pozornost. Není možné obsáhnout všechny tyto prvky, proto vybíráme pouze jeden z nich – pohybovou aktivitu a jednotlivé determinanty u dětí. Pro formování prvků zdravého životního stylu by však bylo vhodné zjistit determinanty, resp. potřeby, všech jeho částí.

Pro pochopení pohybové aktivity je třeba nejprve vymezit výraz pohyb. Je jedním ze základních i nezbytných projevů živého organismu. Jedná se o způsobilost člověka pohybovat se v určitém prostoru a čase za využití svalové soustavy (Mužík a Vlček, 2010, s. 13). Lidské tělo je stvořené k pohybu a také jej neustále potřebuje. Představuje základní biologickou potřebu pohybu. Nás však zajímá konkrétní část – pohybová aktivita – ať už úmyslná, či nezáměrná.

Vymezit pojem pohybová aktivita není jednoduché. České definice i zahraniční překlady se často neshodují, proto se objevuje terminologická nejednotnost. Všeobecně užívaná definice charakterizuje pohybovou aktivitu jako jakýkoli tělesný pohyb, který je zabezpečován kosterním svalstvem a vede ke zvýšení energetického výdeje (Sigmund a Sigmundová, 2011, s. 6). Tento pohled se jeví spíše jako biologický, resp. zdravotnický. Uvedené vymezení nám neposkytuje důležité informace z hlediska sociální pedagogiky. Nezajímá se o pohybovou aktivitu, která má psychickou i sociální rovinu. Z tohoto pohledu však nenacházíme vhodnou definici. Musíme tedy využít dalších charakteristik pohybové aktivity pro obsáhnutí všech kategorií – biologické, duševní i sociální. Někteří autoři ještě rozlišují pohybové aktivity a pohybové činnosti, ale v naší práci je používáme jako synonyma.

Rozlišují se dvě skupiny pohybových aktivit. Běžné denní, nestrukturované, habituální pohybové aktivity obsahují každodenní činnosti. Patří zde např. chůze, domácí práce, cesta do školy. Tyto činnosti jsou podmíněny jevy nebo situacemi normálního denního režimu, nevyžadují zvláštní prostor, zařízení, organizaci ani oděvy. Naproti tomu stojí pohybové aktivity dovednostního charakteru, strukturované a organizované. Jedná se o plánované, účelové, záměrně opakované, časově i prostorově vymezené činnosti. Jsou prováděny pod vedením edukátora, kterého můžeme označit jako učitele, trenéra, cvičitele, vedoucího

nebo vychovatele. Organizované pohybové aktivity zahrnují i zájmové sportovní kroužky pro děti. (Mužík a Vlček, 2010, s. 14)

Mnohé výzkumy popisují pohybovou aktivitu pomocí čtyř složek, zkráceně označovaných jako FITT – frekvence, intenzita, doba trvání a druh (Mužík a Vlček, 2010, s. 13). Z pohledu frekvence i doby trvání dochází dlouhodobě ke snižování četnosti pohybové aktivity. Většina doporučení uvádí potřebnost alespoň 60 minut pohybové aktivity denně. Dotazníkové šetření provedené v roce 2009 u dětí ve věku 7-11 let podává zprávu, že děti uvádí v průměru 40 minut pohybové aktivity denně v rámci dnů s výukou tělesné výchovy ve škole a 19 minut ve dnech bez tělesné výchovy (Mužík a Vlček, 2010, s. 107). U dětí ve starším školním věku, 11-16 let, činí pohybová aktivita v průměru 41 minut za den, přičemž dívky vykazují menší účast na pohybových aktivitách (Mužík a Vlček, 2010, s. 128-129). Z výzkumu organizace HBSC z roku 2013 vyplývá, že požadavek 60 minut pohybové aktivity denně by splňovalo pouze 23% českých dětí (Zdraví a životní styl dětí a školáků, © 2013, s. 70). Z uvedených výsledků se ukazuje, že děti nejsou dostatečně pohybově aktivní. Objem jejich aktivity neodpovídá doporučením. Absentují však výzkumy zabývající se příčinou této inaktivity. Objevuje se nutnost zkoumat potřeby a motivace pohybových aktivit u dětí, abychom dále mohli podporovat jejich častější zapojení.

Pohybové aktivity rozdělujeme na činnosti s mírnou intenzitou, které můžeme vykonávat relativně dlouho bez únavy. Do nich patří např. bruslení, jízda na kole, rychlejší chůze. Pohybové aktivity s vyšší intenzitou vyžadují více energie i zařazení přestávek a mezi ně řadíme běh, hokej, plavání, tenis atd. (Landry a Driscool, 2012, s. 827) Další výzkumy poskytují doporučení pro jednotlivé věkové skupiny. Děti ve věku 6-11 let by měly mít alespoň 90 minut pohybové aktivity střední intenzity denně. Pro děti 11-15 let je vhodná pohybová aktivita střední intenzity po dobu 30 minut alespoň pětikrát týdně a vysoké intenzity nejméně 20 minut třikrát za týden. (Sigmund a Sigmundová, 2011, s. 42-43) Jsou dostupná šetření zabývající se intenzitou pohybu u dětí, avšak tato oblast není natolik důležitá pro sociálního pedagoga, abychom ji dále rozpracovávali.

Rozlišovat pohybové aktivity podle druhu není jednoduché. Perič (2008, s. 15) rozlišuje tři druhy cvičení. První druh tvoří všeobecně rozvíjející činnosti, které jsou většinou neorganizované, jedná se o běžné denní činnosti jako chůze, běh apod. Cvičení speciální mají určitou podobnost se specializací na konkrétní pohybovou aktivitu, např. běh na lyžích, házená atd. Poslední skupinu tvoří cvičení závodní, kdy se jedná o určitý sportovní

výkon. Pro nespecifickou prevenci a podporu zdravého životního stylu jsou důležité zejména první dva uvedené druhy. Další z možností je dělení na organizovanou a neorganizovanou pohybovou aktivitu (Sigmund a Sigmundová, 2011, s. 6-7). Organizovaná pohybová aktivita může zahrnovat tělesnou výchovu ve škole. Ve volném čase se jedná o různé zájmové kroužky a sportovní kluby. Jsou vedeny pedagogem, který by měl respektovat pedagogické zásady. Mezi důležité pedagogické zásady pohybových aktivit patří zásada uvědomělosti a aktivity, názornosti, soustavnosti, přiměřenosti a trvalosti (Perič, 2008, s. 21). Více informací k dané oblasti obsahuje poslední kapitola práce. Neorganizovaná pohybová aktivita je individuálně zvolená aktivita, která odpovídá našim potřebám, požadavkům a zájmům. Je vykonávána ve volném čase bez pedagogického vedení. Uvedené druhy pohybových aktivit jsou stejně důležité pro podporu zdraví dětí.

Na závěr je nutné zmínit, že jednotlivá doporučení pro pohybovou aktivitu nelze stanovit bez předem zjištěných dat o potřebách dětí. V České republice však neexistuje standardizovaný dotazník, který by zkoumal potřeby, motivaci a iniciátory dětí pro pohybové aktivity. Otázkou tedy zůstává, nakolik tato doporučení odpovídají požadavkům dětí. Podrobnější objasnění pohybových aktivit využívá poznatků dalších vědních disciplín, o kterých pojednává následující podkapitola.

1.1 Pohybové aktivity a sociální pedagog

Charakteristika pohybových aktivit, která je uvedena v předcházejícím textu, nám poskytuje důležité informace jednak pro další teoretická východiska vztahující se k pohybovým aktivitám, tak i pro jejich znalost u pracovníků s dětmi. Jedním z nich může být i sociální pedagog. Následující text obsahuje poznatky vztahující se k sociálnímu pedagogovi s ohledem na problematiku pohybových aktivit.

Sociálního pedagoga můžeme definovat jako specializovaného pracovníka, který řídí a organizuje výchovný proces a působí na subjekty v rovině rozvojové. Přispívá k žádoucímu rozvoji osobnosti, který by měl směřovat ke správnému životnímu stylu a hodnotnému a užitečnému naplňování volného času. (Kraus, 2008, s. 198-199) Jedná se o odborníka zaměřující se na výchovné působení jak na děti, tak na dospělé. Žádoucí rozvoj osobnosti a zdravého životního stylu můžeme spojit konkrétně s pohybovými aktivitami. V kontextu profesního uplatnění a pohybových aktivit může zastávat pozici vychovatele nebo pedagoga volného času podle zákona o pedagogických pracovnících (Aktuální zně-

ní zákona o pedagogických pracovnících k 1. lednu 2015, © 2013-2015). V případě vychovatele ve školní družině nebo školním klubu může sociální pedagog zajišťovat výchovné působení v oblasti zdravého životního stylu i zařazováním pohybových aktivit do programu. Větší prostor pro pohybové možnosti může mít pedagog volného času, který se zaměří konkrétně na uvedenou sféru. Snaží se vyplnit volný čas dětí smysluplnými a podpůrnými činnostmi, a tak předcházet sociálně patologickým jevům. Jak poukazuje Kraus (2008, s. 49), aktuálním úkolem sociální pedagogiky je přínos k utváření zdravého životního stylu. Jeví se nám jako zřejmé propojení činností sociálního pedagoga s pohybovými aktivitami.

Praktická část práce je zaměřena na zjišťování potřeby pohybových aktivit u dětí žijících v mikroregionu Východní Slovácko, který se skládá pouze z vesnic. Specifiku volnočasového působení pedagoga na vesnicích popisuje Němec (2002, s. 117-118), který tvrdí, že sociálně patologické jevy a nedostatek možností pro volnočasové vyžití souvisí i s vesnickým prostředím, a proto je vhodné zvážit uplatnění odborníka v dané problematice. Pedagogický pracovník může zastávat roli organizátora i manažera zájmových činností pro děti. Sociální pedagogika je charakterizována prostřednictvím sociální a pedagogické dimenze (Procházka, 2012, s. 63-64). V rámci určité lokality může sociální pedagog zajišťovat obě uvedené dimenze. Pracuje se sociální sférou dané oblasti a následně realizuje pedagogické působení. Volný čas, sociální i pedagogický rozměr můžeme konkrétně vztáhnout k pohybovým aktivitám, protože prostředí vesnic představuje potencialitu rozvoje zdravého životního stylu jejich obyvatel.

Uvedená východiska nám podporují zaměření této práce představující propojení sociální pedagogiky a pohybových aktivit. Sociální pedagog v kontextu pohybových aktivit musí znát teoretické podklady pohybu, ale také strukturu a přínosy pohybových činností pro své působení, o kterých pojednává další část první kapitoly.

1.2 Struktura pohybových aktivit

Dostatečně popsat pohybové aktivity nemůžeme bez uvedení další prvků, které je ovlivňují. Životní styl má určitou strukturu, která vychází z jednotlivých sfér lidského života (Kraus a Poláčková et al., 2001, s. 156). Jelikož je pohybová aktivita jedním z faktorů životního stylu, můžeme danou strukturu přepracovat i pro tuto složku.

Oblast biologicko-medicínská zahrnuje např. genetické dispozice pro vykonávání jednotlivých aktivit. Důležitou roli však hrají zejména přínosy pohybu pro zdraví. Mohou se objevovat i zdravotní a další rizika v souvislosti s neadekvátní, příp. zcela chybějící pohybovou aktivitou. Na podobném principu je založena i oblast psychická, kdy díky pohybovým aktivitám můžeme zažít pocit vítězství, neúspěchu, vzrušení atd. Do zmíněných okruhů lze zařadit i potřeby pohybové aktivity u dětí, které jsou zkoumány v praktické části práce. Pokud dítě vykonává pohybové aktivity ve skupině dalších osob, dochází k rozvoji osobnosti dítěte po stránce sociální. Začleňuje se do sociální skupiny, komunikuje s ostatními, získává nové kamarády i zkušenosti. Zdraví i pohybová aktivita má tedy bio-psycho-sociální charakter a dopady, které jsou popsány v další části.

Dítě žije v určité rodině, komunitě i společnosti. Ty předávají dalším generacím určité hodnoty, postoje, normy k jednotlivým prvkům života, resp. k pohybovým aktivitám. Také rodina, škola i vrstevníci mohou být iniciátory pohybových aktivit konkrétního dítěte. V pohybové činnosti si osvojuje také chování ve hře a sportu. Není přípustné záměrně ubližovat spoluhráčům, posmívat se jim, že nezvládnou danou činnost apod. Nutností je naučit se dodržovat stanovená pravidla. Celou oblast lze nazývat morálně-etický, resp. kulturně-historický profil.

Organizované pohybové aktivity zajišťuje v jisté míře i školní prostředí. Jedná se zejména o tělesnou výchovu, ale její prvky můžeme nalézt i během vyučovacích hodin jiných předmětů jako tzv. krátké pohybové chvilky (Dvořáková, 2012, s. 16). Každý pedagog má svůj charakteristický životní styl, který v částečné míře může předávat svým žákům, a tím je ovlivňovat. Pedagog by však měl být nestranný a podporovat ty činnosti, které žáka rozvíjí, podporují jeho zdraví, chování i jednání vůči sobě samému i druhým lidem. Otázkou však zůstává, nakolik děti vyžadují takový pohyb i během hodin trávených ve školní lavici. Zda to vnímají jako svou potřebu protáhnout své tělo i mysl po určité kognitivní námaze, kdy se něco naučily, věnovaly pozornost, přemýšlely, nebo dávají přednost pasivnímu odpočinku.

S výrazným rozvojem technologií dochází ke snižování míry pohybových aktivit, což může být v souvislosti s potřebami dětí. Lidé často využívají dopravní prostředky, raději tráví svůj volný čas pasivními aktivitami a pravidelný pohyb z běžného života každého jedince se vytrácí. (Mužík a Vlček, 2010, s. 12) Ze zmíněných prvků vyvstává otázka, zda se děti nedostatečně pohybují vlivem současného způsobu života, nebo nemají vnitřní

potřebu a motivaci se pohybovat? Také oblast vědecko-technická nemusí mít pouze pozitivní dopad, ale můžeme spatřovat i negativní působení v uvedených situacích. Díky rozvoji vědy a techniky však vznikají nové, nebo se rozvíjí, již stávající druhy pohybových aktivit i pomůcek. Tudíž děti mohou mít mnohem rozsáhlejší možnosti činností než v minulosti.

Oblast právně-kriminologická se zdá být potlačena z pohledu pohybových aktivit. Avšak je nutné zjišťovat potřeby dětí a následně jejich životní styl, protože se významně rozvíjí sociálně-patologické jevy ve společnosti. Smysluplné a aktivní využití volného času může v určité míře ovlivnit i tento negativní fenomén dnešní doby.

Zejména v lokálním prostředí hraje určitou roli i oblast politická. Jednotlivé politické strany mohou ve svém působení poskytovat konkrétní finanční obnosy na podporu pohybových aktivit, na dostatečné množství sportovišť, na fungování zájmových kroužků i sportovních klubů pro děti. V rámci celé republiky se mohou rozvíjet legislativní dokumenty, které podpoří, příp. omezí, pohybového vyžití dětí i dospělých. Může se např. jednat o počet hodin povinné tělesné výchovy ve školách. Tudíž je nutné zjišťovat potřeby i iniciátory pohybových aktivit u dětí, abychom poskytli podklady pro zajištění této sféry v daném území, následně pak v celé republice.

Výše uvedený text se zabývá strukturou pohybových aktivit v širším slova smyslu. Zjišťování biologických potřeb dětí nevede ke konkrétnímu výsledku, ale je nutné vnímat i jednotlivé struktury a determinanty pohybových aktivit, které mohou dítě ovlivňovat. Ze všech rozpoznávaných faktorů je možné vytvořit podklady pro ovlivňování pohybových aktivit žádoucím směrem. Vnitřní, biologické potřeby jsou tedy pouze jednou z částí pravidelného pohybu, a proto se zajímáme i o další sociální činitele, které jsou podstatné i z hlediska sociální pedagogiky.

Pohybové aktivity mají obecné přínosy pro zdraví dětí i dospělých, jak již bylo zmíněno výše. Přínosy poukazují na důležitost zkoumání pohybových aktivit, neboť podporují zdraví dětí. Perič (2008, s. 17) uvádí, že všechny druhy pohybových aktivit jsou považovány za příznivě působící na rozvoj fyzického i mentálního vývoje dítěte. Opomenul však uvést faktor sociální. Následující kapitoly se snaží shrnout klady z pohledu všech tří úrovní, z bio-psycho-sociální roviny.

1.3 Přínosy pohybových aktivit

Pravidelná a adekvátní pohybová aktivita přináší množství podstatných přínosů. V této souvislosti je vhodné uvést i koncept zdraví zlepšující pohybová aktivita, která podporuje zdraví bez zbytečného rizika poranění a úrazu (Kalman, Hamřík a Pavelka, 2009, s. 21). V následující části využijeme výše zmíněného konceptu a zaměříme se zejména na klady pohybové aktivity. Tuto skutečnost podporují i následující čtyři principy. „Zásady pro realizaci pohybové aktivity zahrnují tato tvrzení – provádění jakékoli pohybové aktivity je přínosnější než neprovádění žádné pohybové aktivity, zdravotní přínosy z provádění pohybové aktivity značně převažují nad jejími zdravotními riziky, mnohé zdravotní přínosy z pohybové aktivity se zvyšují při vyšší intenzitě, častější frekvenci nebo delší době jejího provádění a zdravotní přínosy z pohybové aktivity jsou do značné míry nezávislé na věku, pohlaví, rasové a národnostní příslušnosti jedinců.“ (Sigmund a Sigmundová, 2011, s. 41) Přínosy pohybových aktivit budeme tedy dělit do tří oblastí, dle vnímání zdraví jako bio-psycho-sociální kategorie.

Vhodnou podporou biologických přínosů zdraví u dětí vytváříme adekvátní základ pro biologické zdraví i v dospělosti, a proto by je vedoucí pohybových aktivit i děti samotné měli znát. Z hlediska celého těla podporuje pevnost kostí, funkčnost svalového aparátu a tím přispívá k dobré koordinaci, hbitosti i držení těla (Bouchard, Blair a Haskell, 2012, s. 16). Pravidelný pohyb také zabraňuje vzniku řady nemocí. Bývá spojován s prevencí vysokého tlaku, vysokého cholesterolu, ischemickou chorobou srdeční i některými druhy rakovin (Beaulieu, 2008, s. 9). Výrazně narůstajícím problémem se stává obezita u dětí. Přizpůsobená pohybová aktivita vede ke snižování tělesné hmotnosti, tudíž dochází k redukci obézních stavů (Beaulieu, 2008, s. 9). Pravidelný pohyb snižuje klidový krevní tlak a spolu s látkovou výměnou zlepšuje prokrvení všech částí těla (Sigmund a Sigmundová, 2011, s. 5). Při cvičení dochází ke zvýšenému uvolňování některých hormonů. Jedním z nich je endorfin, který dokáže tlumit bolest a tím vede i k pozitivním psychickým účinkům (Galloway, 2007, s. 58). Celkově podporuje vitalitu i fyzickou zdatnost dětí i dospělých. Tato kategorie přínosů pohybových aktivit není pro sociální pedagogiku tak důležitá, protože ji podrobněji studují zejména zdravotnické obory. Psychické i sociální přínosy pro zdraví dětí hrají větší roli v kontextu vývoje dítěte a sociální pedagogiky a je jim věnována další část.

Nezanedbatelnou úlohu v přínosech pohybových aktivit představují i psycho-sociální kategorie. Bývá v některých případech dělena do dvou složek, avšak v této práci ji spojíme do jedné. Psychické i sociální faktory hrají důležitou roli i v sociální pedagogice. Pohyb u dětí bývá spojován s psychosociální pohodou. Dochází ke zlepšení sebedůvěry a sebeúcty i k snižujícímu se výskytu depresí a úzkosti. Během výzkumů se zjistilo pozitivní působení pohybové aktivity ve škole jako faktor dobrých studijních výsledků. (Landry a Driscoll, 2012, s. 829) Dítě si díky pohybu může začít více věřit, což se může odrazit i ve školních výsledcích. Také se zvyšuje duševní potenciál, kdy jsme schopni více a déle přemýšlet a vede i ke zlepšení paměti. Odstraňuje záporné emoce, zmírňuje rozčilení, problémy se nám poté jeví jako méně závažné a snadněji se s nimi vyrovnáme. (Kalman, Hamřík a Pavelka, 2009, s. 29) Nejenom ve škole se dítě setkává s problémovými situacemi. Některé formy pohybových aktivit jej mohou připravit na řešení problémů a poté lépe zvládá i zátěžové situace mimo školní prostředí.

Pohybové aktivity můžeme dělit na individuální a skupinové. Důležitým vývojovým předpokladem dětí je začlenit se do skupiny vrstevníků, navazovat nové kamarádké vztahy, získávat zkušenosti v sociální interakci i komunikaci. Díky pohybové aktivitě mohou děti splnit uvedené výzvy. V rámci skupinové činnosti se učí si navzájem pomáhat, spolupracovat i vnímat potřeby ostatních. Děti mají také potřebu získávat nové znalosti a dovednosti, což opět umožňují pohybové činnosti. Při účasti na organizované aktivitě je důraz kladen na přesné dodržování pravidel. (Kučera, Kolář a Dylevský, 2011, s. 119-120) V rámci skupinové činnosti dochází i k rozvoji týmové spolupráce, osvojování si sociálních rolí, odvádí od negativního chování, resp. sociálně-patologických jevů. (Kalman, Hamřík a Pavelka, 2009, s. 38) Skupinové pohybové aktivity vedou k rozvoji socializace dítěte, což je jeden z předmětů sociální pedagogiky. Nesmíme však opomenout také odvrácenou tvář společných aktivit, kdy dítě není kladně hodnoceno a přijato, cítí se osamělé a neschopné. Tuto situaci by však měl pozorně sledovat a vyhodnocovat vedoucí těchto činností a snažit se jí předcházet, příp. adekvátně řešit.

Není vhodné vyzdvihovat pouze skupinové aktivity. Kladné vlivy přináší také individuální pohybové aktivity. Zvláštním přínosem je zejména pocit svobody, kdy si samostatně rozhodneme, které činnosti se budeme věnovat, po jakou dobu, s jakou intenzitou i jakého cíle se snažíme dosáhnout (Galloway, 2007, s. 60). Svobodu můžeme částečně také spatřo-

vat i ve skupinových činnostech, avšak důležitější roli hraje spíše v samostatných aktivitách.

V národním výzkumu děti uváděly další kladné faktory kromě již výše uvedených pozitiv. Jedná se zejména o prožití zábavy a výhry, zažití vzrušení, potěšení svých rodičů (Národní zpráva o zdraví a životním stylu dětí a školáků, © 2011, s. 70). Další studie ukazují, že cvičení zlepšuje schopnost přizpůsobení a umožňuje lépe zvládat rozmanité životní situace, tudíž je podstatou inteligence. Výzkumy také potvrdily, že učitelé pozorují největší kreativitu u dětí po hodinách tělesné výchovy. (Galloway, 2007, s. 57-59)

Shrnutí přínosů pohybových aktivit se odráží v kvalitě života. Pravidelný a adekvátní pohyb je předpokladem pevného zdraví a životní vitality. Holistický přístup ke kvalitě života se opírá o tři hlavní domény – být, náležet a realizovat se (Šamánková a kol., 2011, s. 31-32). Bytí obsahuje složku fyzickou, psychickou a spirituální. Fyzická složka zahrnuje zejména pohyb a biologické zdraví. Duševní zdraví, sebedůvěra i dobrá nálada patří do psychické části bytí. Spirituální komponenta může obsahovat hodnotu a přesvědčení prospěšnosti pohybu. Náležet znamená vazbu k určitému prostředí a skupině, které jsou nedílnou součástí pohybových aktivit. Kategorie realizování se úzce souvisí s potřebami. Buď dítě vnímá potřebu pohybu, snaží se účastnit pohybových činností a tím může dosáhnout osobních potřeb a cílů, nebo hodnota a potřeba pohybu není u něj dominantní.

V předchozím textu jsme se zaměřili na pozitivní vlivy pohybových aktivit. Mohou mít však i odvrácenou stránku. Nevhodně vedená i nepřiměřená pohybová aktivita dítěte může vést k jejímu vnímání jako nepříjemné, nežádoucí až škodící. Dítě se pak může raději vyhýbat jakékoliv pohybové aktivitě. Nezbytnou roli hrají i zranění a úrazy během jejich provádění. Prevencí je přísné dodržování pravidel a bezpečnosti. Jak však již bylo zmíněno, přiměřená pohybová aktivita má mnohem více kladných stránek než negativních.

Výše uvedené informace se týkají charakteristiky i terminologického ukotvení pohybových aktivit, jejich struktury a také přínosů pravidelného a adekvátního pohybu. Avšak tento text nemusí mít žádoucí efekt, pokud nebudeme zjišťovat, zda vůbec děti vnímají pohybovou aktivitu jako svou potřebu. Lze uvést hodně pozitivních stránek, ale pokud děti nechtějí a nevyhledávají pohybové aktivity, tak je ani množství přínosů nepřesvědčí pro zapojení se. Vystává tedy požadavek pro teoretické a následně praktické podklady pro potřeby pohybových aktivit u dětí, kterým je věnován další text práce.

2 POTŘEBA POHYBOVÝCH AKTIVIT U DĚTÍ

Uvedená charakteristika pohybových aktivit nebude dostačující, pokud se nevrátíme ještě o krok zpět. Je třeba popsat, co ovlivňuje, zda se dítě nebo dospělý zúčastní pohybových aktivit. Jestli pro něj budou mít určitou hodnotu a bude se na nich chtít pravidelně podílet. Objevuje se tedy požadavek pro teoretická východiska k motivaci, resp. potřebám pohybových aktivit. Tuto stránku nám poskytují materiály zejména od sociálních psychologů. Avšak je lze částečně nalézt i u textů sociálních pedagogů, kteří se zabývají sociální oblastí života.

Jednu z oblastí studia sociálních psychologů a pedagogů tvoří motivace. „Lze ji definovat jako souhrn všech intrapsychických dynamických sil neboli motivů, které zpravidla aktivizují a organizují chování i prožívání s cílem změnit existující neuspokojivou situaci nebo dosáhnout něčeho pozitivního.“ (Plháková, 2004, s. 319) Tato definice se zaměřuje pouze na popis motivace jako vnitřních pohnutek. Autorka přeceňuje vliv vnějších faktorů, tzn. vnější motivace. V současné době však působení vnějších činitelů hraje významnou roli, proto uvedená charakteristika není dostačující. Lepší definici nám podávají Výrost a Slaměník (2008, s. 147), kteří motivaci rozumí hybné síly psychického charakteru, jež uvádějí do pohybu lidské chování a činnosti, a to určitým směrem a s určitou intenzitou. Je patrné, že autoři se nezaměřují pouze na vnitřní pohnutky, ale kladou důležitost i na vnější působení. Rozsáhlejší a podrobnější chápání motivace poskytuje pedagogický slovník. „Motivace je souhrnem vnitřních i vnějších faktorů, které 1. spouštějí lidské jednání, aktivizují ho, dodávají mu energii; 2. zaměřují toto prožívání a jednání určitým směrem; 3. udržují ho v chodu, řídí jeho průběh, způsob dosahování výsledků; 4. navozují hodnocení vlastního jednání a prožívání, vlastních úspěchů a neúspěchů, vztahů s okolím.“ (Průcha, Walterová a Mareš, 2013, s. 159) Obecnou charakteristiku motivace můžeme aplikovat přímo do pohybových aktivit, na které se orientujeme. Motivace je souhrnem vnitřních biologických potřeb pohybu a vnějších faktorů, do kterých lze u dětí zařadit rodinu, školu, vrstevníky a prostředí. Externím prvkům se rozsáhleji věnuje kapitola třetí. Zmínění činitelé vzbuzují, aktivizují a dodávají energii a zaměřují se na pravidelnou účast v pohybových aktivitách.

Motivace je vyvolávána vnitřními i vnějšími podněty. Interní zdroje motivace označujeme jako biologické, primární potřeby, čili motivy a pohnutky. Jedinec si uvědomuje biologickou potřebu pohybu, jeho prospěšnost pro zdraví, proto se snaží účastnit pohybových

aktivit. Druhou část tvoří externí, získané, sekundární, sociální potřeby označované jako incentivy nebo pobídky. Pobídkami mohou být u dětí vlivy rodičů, které se však s postupem věku zmenšují. Děti také dochází do školy, kde se setkávají s pohybovými aktivitami jak v povinné tělesné výchově, tak v nabízených volitelných předmětech nebo zájmových kroužcích. Nástupem do školy se rozvíjí kontakt dítěte s vrstevníky a dalšími kamarády, kteří začínají nahrazovat působení rodičů a mohou tedy motivovat ke společné pohybové aktivitě. Určitou roli mohou mít i instituce v prostředí bydliště dětí, které nabízejí možnost účasti na organizovaných sportovních činnostech. Z uvedeného vyplývá, že nelze chápat motivaci jako jednofaktorovou, ale je nutné ji vnímat jako komplexní působení vnitřních a zejména vnějších determinant, resp. potřeb. Autoři ve svých dílech uvádí spíše pojem motivace, avšak v práci vycházíme z publikace Výrosta a Slaměníka (2008, s. 147) nebo Čápa a Mareše (2001, s. 146), kteří se zabývají vnitřními i vnějšími potřebami jako motivačními faktory. Termín potřeba označuje stav biologického, psychologického a sociálního systému, který směřuje k vyhledávání určité podmínky nezbytné k optimálnímu životu jedince (Čáp a Mareš, 2001, s. 146). Jedinec tedy vnímá potřebu pohybové aktivity k nejvhodnějšímu fungování v oblasti biologické, psychické i sociální, jak bylo vymezeno dříve.

Motivace a potřeby zahrnují další charakteristiky. Úkolem motivace je aktivizovat, regulovat a posilovat žádoucí chování (Hájek, Hofbauer a Pávková, 2008, s. 171). Žádoucím chováním pro podporu jedince a jeho zdraví se v našem případě rozumí pohybové aktivity. Dalším bodem popisujícím potřeby je jejich síla, která ovlivňuje kvalitu a intenzitu chování (Plhánková, 2004, s. 319). V praktické části práce zjišťujeme sílu, resp. vnímanou míru potřeby pohybových aktivit u dětí.

Potřeby můžeme také třídit podle různých kritérií. Šamánková a kol. (2011, s. 17) člení potřeby podle podstaty člověka na biologické, psychické a sociální, což opět můžeme vztáhnout k účinkům pohybových aktivit v těchto třech oblastech. Často uváděným autorem hierarchie potřeb je Abraham Harold Maslow. Řadí je do pěti stupňů a vždy musí být uspokojeny níže postavené potřeby, aby mohly být naplněny ty výše řazené. Fyziologická potřeba bývá často označována jako biologický požadavek pohybu. Bezpečí nelze přímo vztáhnout k pohybovým aktivitám, ale může se jednat o bezpečné provádění pohybu. Sounáležitost patří do sociální oblasti a může být chápána jako příslušnost k určité skupině v organizovaných sportovních činnostech. Potřeba uznání a obdivu se týká společné čin-

nosti, kdy je oceněn výkon jedince. Poslední a nejvyšší stupeň hierarchie potřeb podle Maslowa tvoří potřeba sebeaktualizace, kterou můžeme vztáhnout k sebepoznání a sebe-realizaci v rámci pohybových aktivit.

Z pohledu sekundárních potřeb se nám jeví mnohem významnější dělení podle Hrabala a Hrabala (2002, s. 96), kteří rozlišují potřeby poznávací, výkonové a sociální. Lze je aplikovat přímo do oblasti pohybových aktivit. Hrabalovu klasifikaci doplnil Mareš (2013, s. 256) o čtvrtý typ – potřebu perspektivy. Jedná se o potřebu mít osobní cíl a mít strukturovanou budoucnost. Vytvořit si vztah k pohybové aktivitě jako k celoživotní hodnotě může být zpočátku cílem vedoucího (Perič, 2008, s. 19). Nejvýhodnější by však bylo, aby si dítě zařadilo pravidelný pohyb i k osobním cílům, které se bude snažit naplňovat. Z dané klasifikace potřeb od Hrabala a Hrabala vycházíme v práci. Jejich podrobnější charakteristiku obsahují následující podkapitoly.

2.1 Poznávací potřeba v pohybových aktivitách dětí

Pohybové aktivity mohou být velmi rozmanité. Jednak z hlediska místa, doby trvání, skupinové pestrosti, tak i možnosti sebepoznání v rámci pohybových dovedností. Na počátku účasti na pohybových aktivitách mohou stát poznávací, neboli kognitivní potřeby. Hrabal a Hrabal (2002, s. 96) je charakterizují jako vnitřní motivaci učební činnosti, protože jsou uspokojovány touto činností, a ne jejím vnějším výsledkem. Na potřebu získávání nových znalostí upozorňují i Kučera, Kolář a Dylevský (2011, s. 119), kteří ji následně spojují s rozvojem pohybových dovedností.

Pedagogická psychologie rozlišuje dva druhy potřeb poznávání. První skupinu tvoří potřeby smysluplného poznávání (Mareš, 2013, s. 255). Rozumí se jimi získávání nových poznatků. V rámci pohybových aktivit se může jednat o poznávání nových míst. Neustále se rozvíjející cyklostezky, nové lyžařské areály a množství dalších sportovišť nabízí možnost při pohybové činnosti poznávat i nová prostředí (Hájek, Hofbauer a Pávková, 2008, s. 17). Čáp a Mareš (2001, s. 75) tvrdí, že funkcí poznávacích procesů je řízení jednání. Jedinec díky potřebě poznávání může vyhledávat další a moderní druhy pohybových aktivit, inovace pomůcek apod. Uspokojení kognitivních požadavků může být naplněno praktickým zvládnutím nové pohybové dovednosti, pochopením důležitosti rozcvičení i osvojení si pravidel jednotlivých sportů (Perič, 2008, s. 13). Pravidelný pohyb vede k rozvoji zdatnosti jedince. Kondice se postupně rozvíjí a s pomocí vedoucího pohybové aktivity se

může dítě, a nepochybně i dospělý, dozvědět, jak ji sledovat a podporovat (Dvořáková, 2012, s. 12). Dítě může pocítovat potřebu poznávání nových kamarádů, kterou lze uspokojit společně organizovaným pohybem. V uvedeném případě vstupuje do charakteristiky potřeb nový faktor, a to sociální kontakt, kterému je věnována rozsáhlejší pozornost v dalším textu.

Do druhého typu poznávacích potřeb patří potřeba vyhledávat problémové situace, které vybízí k řešení (Mareš, 2013, s. 255). V nejširším slova smyslu se jedná o jakoukoliv životní situaci, kterou jedinec chápe jako problémovou a může se snažit pátrat po východisku z ní. V úzkém slova smyslu a v případě pohybových aktivit se problémem může jevit neznalost zmíněných pravidel. Jedinec musí poznat, resp. naučit se, jak zvládnout materiální, sociální i další požadavky v dané sportovní činnosti. Cílem by však mělo být osvojení si znalostí v konkrétní pohybové aktivitě, které si může přenést i do běžného života.

Charakteristika poznání souvisí i se sebepoznáním. Dostáváme se tedy do další oblasti potřeb. Pohybová aktivita je nesporně spjata s výkonem. Jak již bylo uvedeno výše, druhou oblast potřeb představuje výkonová potřeba. Jedinec poznává svoji potřebu výkonu, která se může s věkem i zdravím měnit. Více informací poskytuje následující část práce.

2.2 Výkonová potřeba v pohybových aktivitách dětí

Osobnost člověka má určitou motivační strukturu. První, výše zmíněná část je tvořena snahou získávat nové poznatky a dovednosti. Druhý okruh motivace prezentuje výkonová potřeba. Na počátku stojí Murrayho klasifikace sekundárních, psychogenních potřeb. Zařadil do ní i potřebu úspěšného výkonu. (Výrost a Slaměník, 2008, s. 154) Můžeme říci, že členění výkonové potřeby dále doplnili Hrabal a Hrabal (2002, s. 96). Rozlišují ji na dvě nezávislé složky, potřeba úspěšného výkonu a potřeba vyhnoutí se neúspěchu, které se aktualizují v každé situaci vyžadující výkon. V našem případě se jedná o okolnosti pohybových aktivit spojených s výkonem. Jedinci s vysokou potřebou úspěšných výkonových činností se snaží jednat tak, aby dosáhli co největšího výkonu bez ohledu na možnosti chyb a zdravotních rizik. Vyhledávají situace, ve kterých musí napnout všechny síly, aby mohli vyniknout. Preferují středně obtížné výzvy, jež reálně korespondují s jejich schopnostmi a jednu z důležitých oblastí jejich uplatnění tvoří sport (Plháková, 2004, s. 373). Druhý případ tvoří děti, u kterých převládá pocit ohrožení a selhání. Vyhýbají se aktivitám, které vyžadují vysokou úroveň jejich dovedností a následného výkonu. Výzkumy ukázaly, že strach ze se-

lhání se rozvíjí u dětí, kterým rodiče poskytují nízkou podporu nebo je trestají za jejich neúspěchy (Plhánková, 2004, s. 374). V tomto případě můžeme vnímat přesah a spojitost výkonových a sociálních činitelů a je jim věnován prostor dále. Pokud se ještě vrátíme k dělení výkonových potřeb na dvě části, musíme uvést další doplnění podávané Marešem (2013, s. 256). K výkonovým potřebám řadí i potřebu být kompetentní, tzn. být dobrý alespoň v jedné oblasti pohybových aktivit, a potřebu vyhnout se úspěchu, aby dítě nebylo vnímáno jako nadprůměrné a nebylo vyčleněno z týmu. Z uvedeného vyplývá, že každý člověk, dítě i dospělý, má svá specifika, jak přemýšlí o výsledcích zapojení se do pohybových aktivit. Zvažuje úspěch, neúspěch a kompetentnost a rozhodne se, jak bude jednat.

Výkonová motivace je nepochybně spjata s aspirační úrovní. „Rozumí se jí úroveň cílů, které si člověk vytyčuje a jejichž dosažení očekává. V situaci podpory a rozvoje zdraví v adekvátním pohybovém režimu jsou individuální aspirace klíčovými faktory.“ (Hendl a Dobrý, 2011, s. 189) Na počátku jedinec přemýšlí, zda může dosáhnout úspěchu nebo zda je vyšší riziko neúspěchu. Buď se rozvíjí aspirace a jedinec se zúčastní pohybových aktivit, nebo neúspěch a selhání je vnímáno jako výraznější a nedojde k zapojení se. Může však nastat i problémová situace, kdy jedinec nedokáže správně odhadnout své možnosti a přeceňuje se, nebo se podceňuje. S vývojem jedince a jeho zkušeností by ovšem mělo docházet k reálnému vnímání sebe samého.

Orientaci na výkonové zaměření dětí potvrzují i Kučera, Kolář a Dylevský (2011, s. 119). S vývojem dítěte ze středního do staršího školního věku dochází k postupnému přechodu na výkonově orientovaný pohyb a hry, které se stávají základem sebehodnocení a sebepojetí (Vágnerová, 2012, s. 334, 459). Podobný výsledek vyplývá i z výzkumu organizace HBSC, kde se žáci vyjadřovali k důvodům pro pohybovou aktivitu ve volném čase. Jednalo se např. o tvrzení – být dobrý ve sportu, vyhrát nebo zažít vzrušení (Národní zpráva o zdraví a životním stylu dětí a školáků, © 2011, s. 70). Druhý a odlišný názor orientovaný na výkonové zaměření a vycházející ze školního prostředí požaduje odklon od výkonového a soupeřivého pojetí hodin tělesné výchovy. Výraznou myšlenkou je spíše podpora individuálního rozvoje a atmosféry spolupráce a respektu. Běžná praxe však stále ukazuje, že děti dobře znají soutěžení a vylučování neúspěšných spolužáků ze hry. (Dvořáková, 2012, s. 10-11) V této souvislosti je vhodné zmínit rozvoj vzdělávání učitelů tělesné výchovy, do určité míry i vedoucích pohybových aktivit, aby docházelo raději k orientaci na individuální rozvoj dětí.

Výše uvedený text se zabývá popisem výkonové motivace, resp. potřeby v kontextu pohybových aktivit u dětí. Je chápána jako určitá část struktury osobnosti jedince, který se snaží dosáhnout úspěšného výkonu, vyhnout se neúspěchu, ale i úspěchu, a být kompetentní pro pohybové aktivity. Vnímání výkonu však není možné, pokud by jedinec prováděl pouze individuální činnosti. Mnohem důležitější se jeví výkonová potřeba v rámci skupinových činností. Tento fakt dokládají také Výrost a Slaměník (2008, s. 154), kteří uvádí výkonovou motivaci v souvislosti se sociálními činiteli. Objevuje se tedy požadavek na charakteristiku další části potřeb. Sociální záležitosti tvoří také podstatnou část oboru sociální pedagogika, a proto se v následujícím textu snažíme více popsat právě sociální potřebu pohybových aktivit a sociální determinanty.

2.3 Sociální potřeba v pohybových aktivitách dětí

Člověk je ve své podstatě sociální bytostí. V každodenním kontaktu potřebuje a setkává se s rodinou, spolužáky a učiteli, příp. kolegy v práci, dalšími kamarády a ostatními lidmi. Objevuje se tedy předpoklad sociálních potřeb člověka. Sociální potřeba tvoří poslední část dělení potřeb podle Hrabala a Hrabala (2002, s. 96). Nejenom z pohledu sociální pedagogiky se jeví sociální motivace jako důležitá složka veškeré činnosti dítěte (Lokšová a Lokša, 1999, s. 32). Nechceme však podceňovat význam poznávacích a výkonových potřeb, kterým se v menším měřítku také věnujeme. V našem případě budeme sociální potřebu vztahovat ke kontextu pohybových aktivit u dětí.

Vědy zabývající se vývojem dítěte uvádí, že důležitým vývojovým úkolem ve středním školním věku, a jistě i ve starším školním věku, je začleňování dítěte do skupiny vrstevníků a navazování širších a dlouhodobějších kamarádkých vztahů (Kučera, Kolář a Dylevský, 2011, s. 119). Jednu z možností začleňování se do skupiny a získávání nových kamarádů představuje zapojení se do skupinových pohybových aktivit. Při výzkumu zjišťování důvodů, které vedou děti k pohybovým aktivitám v jejich volném čase, se vyskytovaly odpovědi jako spřátelit se s novými kamarády, vídat se s kamarády nebo potěšit své rodiče (Národní zpráva o zdraví a životním stylu dětí a školáků, © 2011, s. 70). Z uvedených výsledků můžeme vyvodit, že děti vnímají svou sociální potřebu i ve vztahu k pohybovým aktivitám, ve kterých ji mohou uspokojit.

Sociální potřebu zařadil Murray do oblasti citových vztahů k lidem. Konkrétně se jedná o potřebu sdružování, což znamená snahu trávit čas s druhými lidmi. Také dodává,

že většina současných psychologů se domnívá, že uvedená potřeba je zakódována v mozku jako vrozený program či dispozice. (Plháková, 2004, s. 367) Sekundární potřeby tedy obsahují také vrozený předpoklad pro setkávání se s druhými lidmi, vzájemnou komunikaci, přijímání určitých sociálních rolí, sdílení různých zážitků apod. Tyto požadavky mohou být naplněny v rámci skupinových pohybových aktivit. Děti ve školním věku se setkávají s vrstevníky, získávají kamarády nejenom ve škole, ale i ve svém volném čase, v okolí bydliště nebo v prostředí různých zájmových kroužků. Jak uvádí Hájek, Hofbauer a Pávková (2008, s. 171), motivací k zapojení se do skupinových činností může být úspěch kamaráda, který se jí účastnil a byl oceněn v jakékoliv formě. Mezi dětmi se tudíž rozvíjí dlouhodobější přátelství založená na osobních vlastnostech a zejména společných zájmech a obdivu (Kučera, Kolář a Dylevský, 2011, s. 119). Souhrnně lze říct, že potřeba trávit čas s vrstevníky a kamarády je charakteristická i pro děti. Zároveň získávají společné zážitky a především se účastní aktivit propojujících jejich zájmy, kterými mohou být právě pohybové aktivity.

Společenská podstata člověka souvisí s potřebou provádění společné činnosti (Výrost a Slaměník, 2008, s. 156). Kromě již uvedené vrozené dispozice pro setkávání se s lidmi a sdílení společných zájmů se objevuje snaha vykonávat společnou činnost. Více osob s požadavkem pohybové aktivity vytváří skupinu, jejímž záměrem je uspokojit individuální i kolektivní potřeby svých členů. Kolektivní aktivitu můžeme spojit s potřebou spolupráce s lidmi. Jedná se o snahu kooperace, dosahování společných cílů a snahou získávat vyšší výkony, než by dokázali jednotliví členové samostatně (Mareš, 2013, s. 255). Pro jedince je tedy důležitá spíše skupinová pohybová aktivita. Nemůžeme však podceňovat ani individuální pohybovou činnost.

Podkapitola Sociální potřeba v pohybových aktivitách u dětí uzavírá teoretická východiska vztahující se k potřebám lidí. Následující část práce však dále rozvíjí sociální tematiku. Zabýváme se osobností dítěte jednak z hlediska vývojové psychologie, tak využíváme i poznatků dalších věd, které nám poskytují informace k sociálním činitelům pohybových aktivit u dětí ve středním a starším školním věku.

3 DÍTĚ, SOCIÁLNÍ ČINITELE A POHYBOVÉ AKTIVITY

Pohybové aktivity i potřeba pohybu k sobě nutně vyžadují určité aktéry. Lokšová a Lokša (1999, s. 18) řadí činitele jako rodinu, učitele, spolužáky a společnost do vnějších podnětů motivace. Jejich zařazení je výchozím pro tuto kapitolu, která obsahuje informace o rodině, škole, vrstevnících a prostředí ve vztahu k pohybovým aktivitám dětí. V předchozích částech jsme již nastínili jednu vývojovou etapu, kterou se budeme dále zabývat. Jedná se o období dětství, resp. školní věk. Jednotliví autoři uvádějí rozdílná členění věku povinné školní docházky. V práci však vycházíme z dělení od Vágnerové (2012, s. 255-256), která rozlišuje tři dílčí fáze – raný školní věk, tzn. dítě ve věku 6-9 let, střední školní věk odpovídající věku 9-11/12 let a starší školní věk jako období 2. stupně základní školy. Doba, kdy dítě navštěvuje základní školu, příp. víceleté gymnázium, je velmi rozsáhlá a specifická v konkrétních etapách, a proto se orientujeme pouze na stádium středního a staršího školního věku. Zejména vývojová psychologie nám poskytuje rozmanité množství informací o vývoji dítěte. S ohledem na zaměření práce vybíráme pouze poznatky související s dítětem, sociální tematikou a pohybovými aktivitami.

Střední školní věk je označován jako relativně klidné období vzhledem k předchozímu předškolnímu věku a následujícímu staršímu školnímu věku neboli pubertě. Důležitý životní mezník tvoří nástup do školy. (Čáp a Mareš, 2001, s. 228) Představuje etapu nevýrazných změn, ale zároveň další růst dítěte ze socializačního hlediska. Rodina stále představuje základní, bezpečné, sociální i emoční zázemí, avšak rozvíjejí se i vztahy s různými lidmi mimo rodinu. Škola je vnímána jako nové prostředí i významná instituce, která umožňuje rozvoj sociálně požadovaných a ceněných kompetencí a způsobů chování. (Vágnerová, 2012, s. 312) Dítě ve středním školním věku se vymaňuje z vlivu rodiny. Určitou část dne tráví dítě ve škole, kde díky učitelům i spolužákům získává a uplatňuje rozmanité kompetence. Rozšiřuje se tedy okruh působících činitelů o pedagogy a vrstevníky, avšak rodiče stále plní evidentní roli v životě dítěte.

Z pohledu pohybových aktivit mají děti ve středním školním věku velkou potřebu pohybových aktivit. Pohyby jsou rychlejší, přesnější, vytrvalejší a vytvářejí předpoklady pro organizovanou pohybovou aktivitu. (Hájek, Hofbauer a Pávková, 2008, s. 86) Pravidelná a opakující se pohybová dovednost je vnímána za důležitou, jinak může být rychle zapomenuta. Také období mezi 10 a 12 lety je považováno za nejpříznivější věk pro motorický vývoj, tzn. pro pohybové aktivity. (Perič, 2008, s. 25) Z uvedených poznatků vyplývá,

že děti by se měly pravidelně účastnit pohybových aktivit, které jsou organizovány zkušenými vedoucími. V roce 2009 se žáci 1. stupně základních škol vyjadřovali, zda mají dostatek pohybu, a z výsledků vyplývá, že bez ohledu na pohlaví považují svou pohybovou aktivitu za uspokojivou. Na základě výsledků zmíněného výzkumu a dalšího zkoumání vytvořili autoři strukturu dne těchto žáků, která ukazuje, že v režimu všedního dne žáků zcela převládají nepohybové činnosti a zároveň školní prostředí k tomu významně přispívá. (Mužík a Vlček, 2010, s. 110, 119) Uvedená dvě zjištění si navzájem odporují. Nesrovnalost může souviset s doporučeními pro pohybovou aktivitu, která jsme popsali v první kapitole práce. Děti nejspíše neznají konstatování vědeckých pracovníků ohledně potřeby pohybu v daném věku, což mohlo vést k jejich neadekvátním výsledkům. V předchozím textu jsme se snažili charakterizovat střední školní věk z hlediska sociálního prostředí dětí i jejich pohybové aktivity. Dále uvádíme informace související se starším školním věkem.

Starší školní věk je obvykle ohraničen 11 až 15 lety věku dítěte. Někteří autoři jej označují jako ranou adolescenci či pubescenci. Jedná se o období nápadných biologických, psychických i sociálních změn. Ze sociálního hlediska se výrazně mění vztahy s ostatními lidmi. Dítě se potřebuje osvobodit od vlivu rodičů, aby se stalo samostatnou a nezávislou osobností (Čáp a Mareš, 2001, s. 234). Druhou institucí, která ztrácí na svém významu, je škola a reprezentuje evidentní úlohu zejména z pohledu přechodu do středoškolského vzdělávání (Vágnerová, 2012, s. 396). Rodina i pedagogové ve škole přestávají plnit rozhodující roli v životě dítěte vzhledem k předchozímu období. Stále důležitěji se jeví vrstevnická skupina. Pro toto věkové období je charakteristická touha po sdružování a konformitě s vrstevníky (Hájek, Hofbauer a Pávková, 2008, s. 97). Setkávání se s vrstevníky a sdílení společných zájmů může probíhat právě v pohybových aktivitách. Potřebu pohybu ve volném čase popisujeme v následujícím odstavci.

Určitou roli v životě dítěte ve starším školním věku hrají i volnočasové instituce, které vedou k rozvoji schopností a dovedností a mohou kompenzovat negativní vlivy rodiny i pedagogů (Vágnerová, 2012, s. 396). Volný čas může být vyplněn pohybovými aktivitami. Objevuje se velká potřeba pohybu a snaha provádět organizované i individuální aktivity. Jak jsme již zmínili výše, často se jedná o skupinové pohybové činnosti s kamarády, ve kterých chlapcům vyhovuje výkonové zaměření. Typickým prvkem je přesné dodržování příkazů a zákazů daných pravidly. (Kučera, Kolář a Dylevský, 2011, s. 120) Dlouhodobá praktická zjištění u žáků 2. stupně základních škol a nižších ročníků gymnázií uvádí,

že s rostoucím věkem klesá účast na mimoškolních pohybových aktivitách. Aktivní jedinci výrazně využívají víkendové dny k navyšování míry pohybových aktivit. Nižší objem pohybu je charakteristický pro dívky. (Mužík a Vlček, 2010, s. 135) Z uvedených teoretických i praktických východisek vyplývá, že děti vyžadují pohybové aktivity, avšak jejich zapojení se snižuje.

Na závěr lze shrnout, že ve vývoji dítěte plní významnou roli rodiče, škola i vrstevníci, kteří jsou důležití pro formování životního stylu. Jejich působení se však s postupem věku mění. Následující podkapitoly poskytují více informací o jejich vlivu na dítě v kontextu pohybových aktivit.

3.1 Rodina dítěte a pohybové aktivity

Úvodní text k osobnosti dítěte obsahuje pouze základní východiska pro působení okolí na vývoj dítěte. Důležitou roli ve vývoji dítěte hraje socializace. Je chápána jako proces, ve kterém se přenáší jisté hodnoty, role a očekávání a nejvýraznější působení mají rodiče (Jowett a Lavallee, 2007, s. 142). Dítě si od rodičů osvojuje hodnoty, role i očekávání ve svém sociálním fungování po celý život. Jednou z hodnot se může rozumět i významnost pohybové aktivity nejenom v dětství, ale i v dospělosti. Výchova představuje součást socializace a rozumí se jí dynamický proces a činnosti, které člověka formují pro život v konkrétní společnosti, kdy jednu z rovin procesu tvoří zaměření na žádoucí vývoj osobnosti (Kraus, 2008, s. 64-65). Socializace a výchova představují důležité prvky správného vývoje jedince. Jak jsme již zmínili dříve, rodina plní výraznou funkci v životě dítěte a zajišťuje jak socializaci, tak výchovu. Na úvod této podkapitoly poskytneme charakteristiku rodinného prostředí zejména ve vztahu k pohybovým aktivitám a následně uvedeme některé z praktických výzkumů.

„Rodina je malá, primární, neformální sociální skupina, kterou tvoří jedinci spojení pokrevními, manželskými a adoptivními vztahy.“ (Klapilová, 2000, s. 27) Další charakteristiku podává Hofbauer (2004, s. 56), který tvrdí, že rodina je prvotním prostředím volnočasového života a výchovy a zásadně se podílí na formování osobnosti dětí. Rodinné prostředí patří mezi přirozené prostředí výchovy, kde alespoň jeden rodič zajišťuje výchovu biologického dítěte nebo dítěte v náhradní rodinné péči. Jedná se o neformální skupinu a zároveň si dítě nemůže vybrat, do jaké rodiny se narodí. Nemůže tedy ovlivnit, jaký životní styl a hodnoty uznávají jeho rodiče. Rodina však plní několik funkcí. Z našeho po-

hledu pohybových aktivit se jeví významné dvě funkce podle dělení Krause (2008, s. 82-83) – funkce socializačně-výchovná a rekreační, relaxační a zábavná. Socializaci a výchovu můžeme vztáhnout k tematice pohybových aktivit. Úlohou může být příprava dítěte do života z pohledu potřebnosti a užitečnosti pohybu nejenom v aktuální rovině, ale také k osvojení si vztahu k pravidelné a přiměřené pohybové aktivitě. V uvedené souvislosti poznamenává Procházka (2012, s. 110), že rodina plní výchovný význam v podobě společného a aktivního trávení volného času v rodině, což souvisí s utvářením pozitivního životního stylu a v předcházení rizikovým projevům chování. Autor poukazuje na pohybové aktivity v životě rodiny a vytváření prospěšných rysů osobnosti. Na důležitost rodinného prostředí poukazuje i Klapilová (2000, s. 27), která tvrdí, že zde probíhá zejména bezprostřední vliv sociálního prostředí závislého na osvojeném životním způsobu především rodičů. Můžeme tedy vyzdvihnout často nezáměrné a neuvědomované působení této malé sociální skupiny na budoucí život dítěte. Z negativního pohledu se může do určité míry přenášet i neadekvátní životní způsob z rodičů na své děti. Rodiče by se měli vyvarovat na jedné straně nezájmu o to, co dítě dělá, jak se projevuje, jaké má zájmy, na druhé straně jeho přetížení tím, že kladou nepřiměřené nároky a dítě je pak trvale unaveno neúměrnou aktivitou. Předpokladem pozitivního formování dítěte je uvědomění si rodičovské zodpovědnosti za to, jak a do jaké míry dítě rozvíjí své schopnosti, zájmy, dovednosti a postoje. (Helus, 2007, s. 164)

Z pohledu potřeb rodina prozatím uspokojuje většinu potřeb dítěte. Rodiče se většinou snaží o uspokojování např. potřeby seberealizace. (Vágnerová, 2012, s. 313-314) Jak jsme již uvedli výše, dítě má velkou potřebu pohybu. V případě, že rodina si plní své funkce, vybírá aktivity související s požadavky i zájmy dítěte. Může se jednat o užitečnost i úspěšnost dítěte v určité formě pohybových činností, které vyhledává a rodiče jej podporují. Při utváření i uspokojování potřeb plní významnou úlohu osobní příklad a model (Čáp a Mareš, 2001, s. 261). Z uvedeného vyplývá, že nejlepším možným řešením pro vytvoření si potřeby a vztahu k pohybovým aktivitám je příklad rodičů, kteří se snaží být činní a netráví většinu času pasivními činnostmi. V této souvislosti lze zmínit realizaci volného času celé rodiny. Hofbauer (2004, s. 57) poukazuje na rodinu jako inspirátora a iniciátora aktivit. Rodiče by měli citlivě nabízet dítěti takové aktivity, které jsou pro něj prospěšné. Rodinné motivační klima je však vhodné doplnit i o otázky rodičů, jaké pohybové aktivity se dítě věnovalo v daný den, jaké pokroky dělá v konkrétní pohybové dovednosti, oceňovat

jeho úsilí a pozitivně hodnotit jeho snahu zlepšit své zdraví prostřednictvím pohybové aktivity (Jowett a Lavalle, 2007, s. 141). V zahraničí bylo také zkoumáno rodinné motivační klima pomocí rozmanitých šetření (Jowett a Lavalle, 2007, s. 136-138). Této problematice však v českém prostředí není věnována rozsáhlá pozornost, a proto může být námětem pro další zkoumání i v kontextu sociální pedagogiky. Celkově by se rodina měla snažit vnímat a uspokojovat potřeby a zájmy dětí, být dobrým příkladem pro pozdější život a adekvátně podporovat zapojení se do pohybových aktivit.

Z pohledu pohybových aktivit se však jeví i určité limity, které omezují rodiče ve vedení dětí k pohybovým aktivitám. Analýza rodinného prostředí obsahuje např. zaměstnanost, finanční zázemí nebo hodnotovou orientaci rodičů (Kraus, 2008, s. 87). Uvedené faktory byly zkoumány v rámci výzkumu u žáků 2. stupně základních škol a nižších ročníků gymnázií. Ukazuje se, že pracovní povinnosti a nedostatek peněz jsou vnímány jako důvod k necvičení. Zarážející skutečností je fakt, že děti nevnímají dostatečnou sociální podporu pro realizaci svých pohybových aktivit. (Mužik a Vlček, 2010, s. 129-130) Je tedy patrné, že rodina jako sociální činitel má výrazný vliv na pohybové aktivity dětí. Určitou roli u dětí ve starším školním věku však může hrát odpoutávání se z vázanosti na rodinu nebo snižující se objem společně tráveného volného času rodiny (Vágnerová, 2012, s. 400-404). Neadekvátní roli rodičů potvrzuje i Kolt (2013, s. 291), který tvrdí, že rodiče souhlasí s pozitivním vlivem pohybových aktivit na zdraví lidí, avšak jejich chování neodpovídá názorům, protože se obávají zranění a jiných nebezpečí souvisejících s pohybem svých dětí. Vystává tedy otázka, do jaké míry rodiče jsou iniciátory pohybových aktivit a zda se působení rodiny mění s věkem dítěte. Na uvedenou záležitost se snažíme odpovědět v praktické části práce.

Předchozí text je věnován prvnímu z činitelů pohybových aktivit. Jedná se o primární a důležitý vliv rodinného prostředí. Dítě však není omezováno pouze na život, socializaci a výchovu v rodině. Zpravidla od 6 let navštěvuje základní školu, která částečně přebírá působení na rozvoj osobnosti dítěte. Jak uvádí Landry a Driscool (2012, s. 830), rodiče by měli být aktivní se svými dětmi od velmi nízkého věku a nespoléhat na školní systém, aby udržoval jejich děti v kondici. Rozhodující úlohu tedy hraje rodina, ale v dalším textu se zaměříme i na oblast školního prostředí, kde dítě dochází, a vztáhneme jej k pohybovým aktivitám.

3.2 Škola ve vztahu k pohybovým aktivitám

Výchovu v rodině začíná ve školním věku doplňovat škola, která ji obohacuje i o vzdělávání. Jedná se tedy o instituci, která přispívá k rozvoji osobnosti dítěte a dále rozšiřuje proces socializace. Žák získává nové a rozdílné zkušenosti, než jaké získal v rodinném prostředí, a uvědomuje si vznik nových potřeb a přijetí nových hodnot (Vágnerová, 2012, s. 328). Školní prostředí je obohacujícím o nové možnosti uplatnění jedince, získání nových rolí i potřeb. Podobně jako rodina plní škola funkci socializační a výchovnou (Kraus, 2008, s. 102). Dítě přijímá jak roli školáka, tak i spolužáka a začleňuje se do nových sociálních skupin, zejména vrstevnických, o kterých pojednává další část práce. Z hlediska výchovy by škola měla dávat větší důraz na celkový rozvoj osobnosti a jednou z částí může být i získávání nových pohybových dovedností.

Škola je významným socializačním činitelem a zajišťuje systematické působení na své žáky (Helus, 2007, s. 186). Systematický vliv můžeme spatřovat ve dvou rovinách. Podle Výrosta a Slaměníka (2008, s. 52) učitelé mají kontrolu nad celou skupinou dětí. Mohou tedy působit na více jedinců zároveň a ovlivňovat tak jejich spolupráci i vztah k pohybovým aktivitám. Druhou oblast systematického vlivu tvoří strategické dokumenty. Jedná se zejména o Dlouhodobý program zlepšování zdravotního stavu obyvatelstva České republiky a národní kurikulární dokument nazvaný Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání (Kalman, Hamřík a Pavelka, 2009, s. 86). Na důležitější úrovni pro školy stojí Rámcový vzdělávací program, ze kterého by měly vycházet při tvorbě školního vzdělávacího programu. Požadavky v souvislosti s pohybovými aktivitami žáků jsou obsaženy zejména ve vzdělávací oblasti Člověk a zdraví, resp. ve vzdělávacím předmětu Tělesná výchova. Doporučení jsou členěna zvláště pro žáky 1. a 2. stupně základní školy. (Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání, © 2013-2015) Pro tuto práci není důležité vyjmenovávat konkrétní obsah zmíněného dokumentu, avšak jednotliví pedagogové by jej měli znát a vycházet z něj.

Pohybové aktivity ve škole jsou nejčastěji spojeny s tělesnou výchovou. Měla by obsahovat poznání vlastních pohybových možností a také účinků konkrétních činností na bio-psycho-sociální pohodu (Kalman, Hamřík a Pavelka, 2009, s. 87). První část předchozího tvrzení většinou škola naplňuje, ale mnoho autorů poukazuje na nedostatky při poznávání účinků na osobnost člověka. Dvořáková (2012, s. 10) konstatuje, že tělesná výchova souvisí s učením, co je pohybová zdatnost, jaký má vztah ke zdraví, a také sledováním svých

dovedností, ale často toto učení bývá opomíjeno. Postoj Dvořákové podporují i Hendl a Dobrý (2011, s. 41-43), kteří vyzdvihují nutnost změny kurikula tělesné výchovy směrem k zahrnutí výchovy o přínosech pravidelné a přiměřené pohybové aktivity. I přes uvedené nedokonalosti můžeme poukázat na významné snahy o rozvoj pohybové aktivity u dětí i v rámci jiných předmětů. Machová, Kubátová a kol. (2009, s. 55-56) zdůrazňují celkový režim školy, který není omezen na dvě až tři hodiny tělesné výchovy týdně, ale měl by zahrnovat zdravotně orientovanou zdatnost žáků, což znamená využívat rozmanitých psychomotorických her a propojit pohybové činnosti s obsahem jednotlivých předmětů. Orientace na pohyb tedy není záležitostí pouze učitelů tělesné výchovy, ale každý pedagogický pracovník ve škole by měl dbát na pohybový rozvoj žáků. Hodnotu pohybu v jednotlivých předmětech mohou zajišťovat krátké pohybové chvílky pro odbourání únavy a zlepšení soustředění, záměrně volené pohyby pro pochopení látky tělesným prožitkem i velká škála vyrovnávacích cvičení (Dvořáková, 2012, s. 16). Není tedy možné přenášet zodpovědnost za zdraví žáků pouze na učitele tělesné výchovy. Konkrétní pedagogický pracovník působí při vytváření vztahu k pohybovým aktivitám žáků v jakémkoliv předmětu či chvíli.

Pedagog ve škole zastává množství rolí. Jeden z úkolů představuje výchovná činnost (Čáp a Mareš, 2001, s. 265). Působí jako vychovatel, může tedy částečně nahrazovat postavení rodičů při vytváření pozitivních vztahů k determinantám zdraví, do kterých lze zařadit i pohybové činnosti. Strnadlová (2011, s. 18) dále charakterizuje učitele tělesné výchovy jako vzor zdravého chování pro své žáky i kolegy. Uvedené tvrzení bychom však rozšířili na všechny pedagogy, aby docházelo k výraznějším účinkům. Objevuje se však překážka, kdy si potřebnost pohybu mohou uvědomovat pedagogové, avšak problematické je přesvědčit žáky, aby se více zapojovali do pohybových aktivit (Hendl a Dobrý, 2011, s. 40). Kalman, Hamřík a Pavelka (2009, s. 10) navrhují doporučení pro zvýšení počtu hodin tělesné výchovy a rozšíření nabídky pohybových aktivit. S jejich názorem však tolik nesouhlasíme a vycházíme spíše z předchozích autorů. Předpokládáme tedy, že je nutné zjistit pohybové potřeby žáků, abychom je následně mohli adekvátně motivovat pro dostatečné, přiměřené a patrně i zajímavé pohybové činnosti.

K působení školy na žáky v rámci pohybových aktivit můžeme uvést i výsledky některých realizovaných výzkumů. Sivák (2001) a Bartík (2009) zjišťovali postoje žáků k předmětu tělesná výchova, které shodně potvrdily pozitivní stanovisko žáků k tělesné výchově a se závislostí na osobě pedagoga. Další šetření u žáků ve středním školním věku

se zabývalo zájmem učitelů o pohybovou aktivitu dětí. Průměrná hodnota byla v rozmezí odpovědí „spíše ano/spíše ne“, z čehož vyplývá, že učitelé se prakticky nezajímají o pohyb žáků. (Mužík a Vlček, 2010, s. 21, 118) Z uvedených výsledků vyplývá významná role pedagoga jako sociálního činitele v kontextu pohybových aktivit dětí. Další oblastí, která může podporovat pohyb dětí je cesta do školy a ze školy. Aktivní transport zajišťovaný chůzí nebo jízdou na kole uvádějí děti v téměř 59 %. Překvapivým zjištěním je dovoz rodiči pouze v 7 % případů. (Zdraví a životní styl dětí a školáků, © 2013, s. 73-74) Uvedené výsledky výrazně přispívají k pohybovým aktivitám dětí, které ve většině případů tráví alespoň cestu do školy a ze školy aktivním způsobem. Byly uskutečněny také experimenty se zvýšením počtu hodin tělesné výchovy na úkor jiných předmětů a ze závěrů vyplývá, že nedošlo ke zhoršení výsledků žáků v těchto předmětech (Kalman, Hamřík a Pavelka, 2009, s. 85). Výzkumy poukazují na důležitost pohybové aktivity ve školách s potřebou zvýšit zájem učitelů o pohyb svých žáků.

Charakteristika školního prostředí obsahuje zejména informace o tělesné výchově, pedagogích a prostředí školy ve vztahu k pohybovým aktivitám. V kontextu volnočasového působení je vhodné zmínit např. školní družiny a kluby, které mohou hrát roli v pohybových aktivitách, a částečně se jim věnuje poslední část kapitoly o sociálních činitelích. Jak jsme již zmínili výše, dítě získává roli spolužáka, setkává se s novými kamarády i sociálními skupinami. S oslabujícím se vlivem rodiny a školy narůstá význam vrstevnických skupin, o nichž pojednává další text.

3.3 Vrstevníci a pohybové aktivity

Sociální pedagogika zkoumá další prostředí socializace a výchovy. Rodinu a školu doplňuje třetí sociální činitel označovaný jako vrstevnická skupina. Výrost a Slaměník (2008, s. 51) uvádějí, že faktorem, který odpovídá za utváření osobnosti a její socializaci, je zkušenost dětí s vrstevnickými vztahy. Vrstevnickou skupinu charakterizujeme jako spontánně vzniklou, neformální sociální skupinu s věkovou nebo názorovou blízkostí (Kraus, 2008, s. 88-89). Neformálnost a věková homogenita patří mezi základní popisy skupiny vrstevníků, přičemž k ní můžeme vztáhnout také další znaky sociální skupin. Ze všech prvků vybíráme zejména společnou činnost, společný cíl a hodnotový systém (Klapilová 2000, s. 30-31). Uvedené rysy můžeme spojit přímo s pohybovými aktivitami, kterým se věnujeme v teoretických i praktických východiscích. Kamarádi se mohou sdružovat na základě kolek-

tivních pohybových činností, které patří mezi jejich cíle, a které si postupně přiřazují k důležitým životním hodnotám. Právě společná činnost vytváří pocit náležitosti k celku. Vágnerová (2012, s. 338) dodává, že potřeba kontaktu a přijetí vrstevnickou skupinou patří mezi jednu z nejvýznamnějších potřeb dětí školního věku.

Identifikace s vrstevníky signalizuje počátek procesu odpoutávání se ze závislosti na rodině. Dítě získává také jiné zkušenosti než v domácím prostředí se sourozenci. (Vágnerová, 2012, s. 339) Jedná se o důležitý životní krok, aby dítě rozvíjelo svou osobnost, své sociální okolí a zkušenosti. Vrstevnické skupiny vznikají nejprve v místě bydliště, až později se jejich dosah zvětšuje (Hofbauer, 2004, s. 99). V uvedeném tvrzení je nutné vydvihnout i lokální a komunitní prostředí, kterému se věnuje další podkapitola. Také zejména praktická část je spojena s mikroregionem, ve kterém mohou být vrstevníci sdružováni na základě prostorové blízkosti. V určité lokalitě děti navštěvují základní školy, se kterými je vznik vrstevnických skupin spojen. Kromě rodiny, školy a prostředí, je volný čas dalším faktorem ovlivňujícím formování kamarádů, ve kterém se většinou společné činnosti provádějí (Kraus, 2008, s. 90). Můžeme tedy konstatovat, že všechna prostředí výchovy a socializace jsou vzájemně propojena.

Významným souhrnem znaků pro začlenění se do vrstevnické skupiny může hrát její potencialita. Děti se snaží zapojovat do sociálních skupin, v nichž se mohou úspěšně realizovat a musí disponovat takovými charakteristikami, aby si zde uspokojovaly své potřeby a zájmy (Procházka, 2012, s. 118). Důležitým prvkem je tedy odpovídající zaměření ke konkrétním charakteristikám a požadavkům dítěte. Orientace skupiny představuje podstatný faktor. Sociální pedagog by se měl snažit omezovat působnost skupin negativním směrem, i když to patří do velmi náročných činností. K rozvoji osobnosti dítěte a osvojování si příznivých hodnot patří spíše pozitivně zaměřené vrstevnické skupiny, které se věnují společným hrám, jednoduchým soutěžím a sportování, zábavě nebo objevování okolí a pomáhají jedinci profilovat spektrum jeho zájmů (Hofbauer, 2004, s. 99). V uvedeném popisu jsou již zmíněny prvky pohybové aktivity, avšak některé hry a soutěže mohou mít spíše pasivní charakter. Hofbauer (2004, s. 104) dodává, že se projevuje i obsahová diferenciace a docenění zájmovosti, což znamená respektování, poznávání a rozvoj zájmů jedinců. Existují rozdílně orientované skupiny a jedinec si může vybrat tu, která odpovídá jeho zájmům, kam může patřit i potřeba pohybu. Ještě lze zmínit v rámci vrstevníků vzá-

jemnou motivaci k výkonu a možnost uspokojení potřeby sebeuplatnění (Vágnerová, 2012, s. 340).

Podobně jako v rodině a škole uvedeme určitá praktická zjištění v souvislosti vrstevnických skupin a pohybové aktivity. Čáp a Mareš (2001, s. 229) přináší poznatek, že skupina vrstevníků může negativně hodnotit pohybově méně zdatné děti. Lze tedy poukázat na nevhodný vliv kamarádů, avšak každý člověk je individuální a často nemůže dosahovat tak dobrých výsledků v pohybových aktivitách jak ostatní. Z výzkumů vybíráme otázku kladenou dětem ve starším školním věku, která se zabývá sociální podporou vrstevníků při účasti na cvičení. Přibližně 68 % dotázaných dětí odpovědělo, že společně s kamarády provádí pohybové aktivity (Mužik a Vlček, 2010, s. 130). U nadpoloviční většiny tedy hrají vrstevníci roli sociálního činitele při pohybu.

Závěrem můžeme poznamenat, že socializační i motivační vliv v životě dítěte, jak ve středním, tak i ve starším školním věku hrají vrstevníci. Rodinu, školu a kamarády však musíme doplnit ještě o charakteristiku lokálního prostředí. S ohledem na zaměření praktické části se orientujeme na prostředí a instituce v mikroregionu Východní Slovácko a vybíráme pouze ty, které jsou spojeny s pohybovými aktivitami dětí.

3.4 Prostředí mikroregionu Východní Slovácko ve vztahu k pohybovým aktivitám

Do úkolů sociální pedagogiky patří popisovat a analyzovat prostředí, jež člověka obklopuje, a zachycovat jeho variabilitu a vlivy na člověka (Kraus, 2008, s. 49). Významnou úlohu plní zejména prostředí a jeho výchovné působení na rozvoj osobnosti jedince. „Životní prostředí lze vymezit jako prostor, který člověka obklopuje, s nímž je člověk ve vzájemném působení, tj. na člověka působí svými podněty, ovlivňuje jeho vývoj a on na tyto podněty reaguje, přizpůsobuje se a také aktivně svou prací mění.“ (Kraus a Poláčková et al., 2001, s. 99) Jedná se tedy o oboustranný vztah člověk-prostředí, přičemž prostředí poskytuje člověku určité prvky, např. geografickou polohu, které jsou neměnné. Avšak některé faktory mohou lidé svým působením změnit, např. množství sportovních hřišť. Prostředí můžeme dále členit podle několika hledisek. Záměrem práce je omezení pouze na mikroregion, což chápeme jako lokální prostředí. Lokální prostředí vyjadřuje souhrn geografických, environmentálních a sociálních faktorů, které působí přímo i nepřímo

na utváření osobnosti člověka (Procházka, 2012, s. 122). Formování jedince probíhá pomocí již zmíněné rodiny, školy, vrstevníků a také prostředí. Obec, resp. mikroregion, vytváří prostory i předpoklady pro trávení volného času dětí v kontextu různých koncepcí, aktivit, personálního, institucionálního a materiálního zajištění (Hofbauer, 2004, s. 116). Výzkumy také dokládají důležitost existence hřišť a sportovních center v okolí bydliště, která zvyšuje každodenní pohybovou aktivitu lidí bez ohledu věku nebo pohlaví (Beaulieu, 2008, s. 20). Podporu pohybové aktivity v obcích řeší Zákon o podpoře sportu z roku 2001, který předepisuje obcím, aby zabezpečovaly rozvoj sportu pro všechny obyvatele, zajišťovaly výstavbu, rekonstrukci, udržování a provozování sportovních zařízení a zabezpečovaly finanční podporu sportu (Zákon o podpoře sportu, © 2013-2015). Zákon se zajímá přímo o sportovní činnosti, avšak zde můžeme zahrnout i organizované pohybové činnosti, které nemají profesionální charakter. Uvedená tvrzení přináší podstatné informace a podporují důležitost vlivu lokálního prostředí na pohybové volnočasové aktivity dětí.

Charakteristiku lokálního prostředí vztáhneme v následujícím textu přímo k mikroregionu Výchovní Slovácko, který se skládá ze šesti obcí – Bánov, Bystřice pod Lopeníkem, Korytná, Nivnice, Suchá Loz a Vlčnov. Vznikl v roce 2005 za účelem vytvoření podmínek pro rozvoj turistiky a budování cyklostezek. Vyzdvihnout můžeme také jedinečnost přírodních lokalit propojených množstvím naučných stezek. (Vítejte v mikroregionu Výchovní Slovácko, © 2014) Vznik i fungování mikroregionu je výrazně spojeno s pohybovými aktivitami i poznávací potřebou. Je tudíž vhodné vytvořit určitý podklad i zpětnou vazbu vztahujících se k potřebě pohybových aktivit u dětí.

Ve všech obcích v mikroregionu fungují základní školy, které zajišťují po vyučování výchovné působení v rámci volitelných předmětů, zájmových kroužků, školních družin nebo školních klubů. Plán aktivit družin a klubů obsahuje i pohybové činnosti. Jednu z nich mohou reprezentovat pěší výlety. Turistické cíle se podařilo naplnit při vybudování šesti rozhleden (Bartoniček, 2011). Postupně dochází také k propojování obcí prostřednictvím cyklostezek. Byl tedy zčásti naplněn záměr vzniku mikroregionu. Další možnosti pohybového vyžití nabízejí sportovní prostory, instituce nebo sdružení v jednotlivých obcích. Vesnice Bánov nabízí k zapůjčení víceúčelovou halu s kuželkami i fotbalové hřiště (Naše obec, © 2014). Pohybové aktivity v Bystřici pod Lopeníkem zajišťují následující spolky – Klubovnička a posilovna, TJ Sokol a TJ oddíl stolního tenisu (Bystřice pod Lopeníkem, 2015). Bazén, sauna a sportovní hala fungují v obci Korytná (Praktické info, © 2011).

Podněty pro pohybové aktivity v Nivnici poskytují Turistický oddíl mládeže, Sportovně střelecký klub, Paintball klub, oddíl kopané, volejbalu nebo stolního tenisu, roztleskávačky a v letním období také koupaliště (Spolkový život, © 2015). Suchá Loz umožňuje pohybové aktivity na víceúčelovém hřišti a fotbalovou přípravu v rámci TJ Sokol (Suchá Loz, © 2007-2011). Bohatá na nabídku pohybových činností je i obec Vlčnov, ve které fungují organizace házené, fotbalové přípravy, volejbalu a dále mohou děti využít koupaliště (Sportovní organizace, © 2015). Mikroregion Východní Slovácko nabízí rozmanitou škálu volnočasových pohybových možností. Další příležitosti pro pohyb uskutečňují především školy v rámci jednorázových aktivit (Hofbauer, 2004, s. 69). Může se jednat např. o Dětský den, Branný závod, jiná sportovní utkání apod., na které jsou zvány děti z celého mikroregionu. Jak již bylo zmíněno výše, jedinečná příroda poskytuje prostředí především pro pohybové aktivity dětí a rodičů.

Uvedené charakteristiky prostředí mikroregionu podporují pohybové aktivity svých obyvatel. Nabídka může být rozsáhlá, ale nebude mít takovou hodnotu, pokud nebude využívána. Zatím neproběhlo žádné komplexní šetření ohledně využitelnosti jednotlivých oddílů, organizací i prostorů. Nás však spíše zajímá, do jaké míry děti vnímají svou potřebu pohybové aktivity. Zaměříme se i na sociální činitele. Rodinu, školu, kamarády a komunitní podporu uvádí Landry a Driscoll (2012, s. 830) jako výrazné pozitivní předpoklady pohybové aktivity dětí, proto se na ně také zaměříme. Na základě zjištěných výsledků je možné navrhnout buď další výzkumy, nebo konkrétní doporučení a opatření. V praktické části práce se zaměříme na popsané determinanty pohybových aktivit dětí a jejich deklarovanou potřebu pohybu.

II. PRAKTICKÁ ČÁST

4 DESIGN VÝZKUMU

Předchozí část práce je věnována teoretickým východiskům v oblasti pohybových aktivit, potřeb a charakteristice osobnosti dítěte v kontextu pohybových aktivit. Uvedená problematika patří k často zkoumané oblasti. Výzkumy jsou většinou zaměřeny na zjištění míry pohybové aktivity u dětí. Na základě těchto výstupů jsou navrhována různá doporučení pro provádění pohybových aktivit u dětí. Avšak jeden z předpokladů naplnění daných opatření představuje zjištění míry potřeby pohybových aktivit. Uvedenému předpokladu však není věnována ve výzkumech pozornost. V České republice také neexistuje standardizovaná metoda pro šetření v dané oblasti. Za průkopníky můžeme považovat Mužíka a Pecha, kteří provedli dotazníkové šetření zabývající se pohybovou aktivitou jako fyziologickou potřebou dítěte. Dotazník byl určen pro žáky 5. tříd základních škol ve vybraných oblastech. Z jejich výzkumu částečně vycházíme i v naší práci, avšak se jej snažíme rozvinout s ohledem na problematiku sociální pedagogiky a do dalších věkových kategorií. Vzhledem k uvedeným důvodům a teoretickým východiskům jsme si stanovili cíl práce, zjistit do jaké míry žáci 4., 5., 8. a 9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko deklarují potřebu svých pohybových aktivit.

4.1 Výzkumné otázky a hypotézy

V souvislosti se stanoveným výzkumným cílem jsme vytvořili výzkumné otázky, na základě kterých jej můžeme dosáhnout. Hlavní výzkumná otázka zní: Do jaké míry žáci 4., 5., 8. a 9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko uvádějí svou celkovou potřebu pohybových aktivit? Dále jsme ji rozpracovali pomocí dílčích otázek.

1. Do jaké míry žáci 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko uvádějí potřebu pohybových aktivit?
 - 1.1. Jaké jsou rozdíly ve vnímané míře potřeby pohybových aktivit z hlediska pohlaví žáků základních škol v mikroregionu Východní Slovácko?

H₁: Existují rozdíly ve vnímané míře potřeby pohybových aktivit u chlapců a u dívek.
 - 1.2. Jaké jsou rozdíly ve vnímané míře potřeby pohybových aktivit z hlediska navštěvované třídy žáků základních škol v mikroregionu Východní Slovácko?

H₂: Existují rozdíly ve vnímané míře potřeby pohybových aktivit u žáků navštěvujících 4./5. třídu a u žáků navštěvujících 8./9. třídu základní školy v mikroregionu Východní Slovácko.

2. Do jaké míry žáci 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko uvádí potřebu pohybových aktivit z hlediska druhu?

2.1. Do jaké míry žáci 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko uvádí potřebu pohybových aktivit z hlediska poznávání?

2.2. Do jaké míry žáci 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko uvádí výkonovou potřebu pohybových aktivit?

2.3. Do jaké míry žáci 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko uvádí sociální potřebu pohybových aktivit?

3. Jaké jsou rozdíly ve vnímané míře výkonové potřeby pohybových aktivit z hlediska pohlaví žáků 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko?

H₃: Existují rozdíly ve vnímané míře výkonové potřeby pohybových aktivit u chlapců a u dívek.

4. Jaké jsou rozdíly ve vnímané míře potřeby pohybových aktivit z hlediska druhu u žáků 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko?

H₄: Existují rozdíly ve vnímané míře potřeby pohybových aktivit z hlediska druhu u žáků 4./5. tříd a u žáků 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko.

5. Do jaké míry žáci 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko uvádí potřebu pohybových aktivit ve vztahu k jejich formě?

5.1. Do jaké míry žáci 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko uvádí potřebu organizovaných pohybových aktivit?

5.2. Do jaké míry žáci 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko uvádí potřebu neorganizovaných pohybových aktivit?

6. Jaké jsou rozdíly ve vnímané míře potřeby pohybových aktivit ve vztahu k jejich formě u žáků 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko?

H₅: Existují rozdíly ve vnímané míře potřeby pohybových aktivit ve vztahu k jejich formě u žáků 4./5. tříd a u žáků 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko.

7. Do jaké míry žáci 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko uvádí potřebu pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování?

- 7.1. Do jaké míry žáci 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko uvádí potřebu pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování rodinou?
- 7.2. Do jaké míry žáci 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko uvádí potřebu pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování školou?
- 7.3. Do jaké míry žáci 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko uvádí potřebu pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování kamarády?
- 7.4. Do jaké míry žáci 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko uvádí potřebu pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování prostředím?
8. Jaké jsou rozdíly ve vnímané míře potřeby pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování rodinou a sportováním rodičů žáků základních škol v mikroregionu Východní Slovácko?
- H₆: Existují rozdíly ve vnímané míře potřeby pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování rodinou u žáků, jejichž rodiče pravidelně sportují a u žáků, jejichž rodiče nesportují pravidelně.
9. Jaké jsou rozdíly ve vnímané míře potřeby pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování u žáků 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko?
- H₇: Existují rozdíly ve vnímané míře potřeby pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování u žáků 4./5. tříd a u žáků 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko.
10. Jaká je souvislost mezi jednotlivými kategoriemi, tj. potřeba pohybových aktivit, druh potřeby pohybu, potřeba pohybových aktivit ve vztahu k jejich formě a potřeba pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování?

Při stanovení hypotéz výzkumu je podstatné vymezit jednotlivé proměnné:

- metrická – vnímaná míra potřeby pohybových aktivit odpovídá průměru položek č. 1-4,
- metrická – vnímaná míra výkonové potřeby pohybových aktivit se rovná průměru položek č. 8-10,
- metrická – vnímaná míra potřeby pohybových aktivit z hlediska druhu koreponduje s průměrem položek č. 5-12,
- metrická – vnímaná míra potřeby pohybových aktivit ve vztahu k jejich formě se shoduje s průměrem položek č. 13-17,

- metrická – vnímaná míra potřeby pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování rodinou odpovídá průměru položek č. 18-21.
- metrická – vnímaná míra potřeby pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování představuje průměr položek č. 18-30,
- nominální – pohlaví rozdělené na chlapce a dívky,
- nominální – navštěvovaná třída – žáci 4. a 5. tříd tvoří 1. skupinu a žáci 8. a 9. tříd představují 2. skupinu,
- nominální – sportování rodičů zastupuje položka „Moji rodiče aktivně sportují“ s výběrem odpovědí „Ano/Ne“.

4.2 Pojetí výzkumu

Naším záměrem je zjistit, do jaké míry žáci uvádí svou potřebu pohybových aktivit. Rozlišujeme tři druhy potřeb pohybových aktivit a chceme odhalit, kterou z nich vnímají žáci jako nejdůležitější. Také chceme ověřit, jak se liší vnímaná míra výkonové potřeby pohybových aktivit u žáků z hlediska pohlaví. Pohybové aktivity můžeme dělit do dvou forem, a proto chceme zjistit, do jaké míry žáci uvádí potřebu organizované a neorganizované formy pohybových aktivit. V poslední části se chceme zaměřit na zjištění míry potřeby pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování. Na základě teoretických východisek jsme stanovili čtyři působící faktory – rodinu, školu, kamarády a prostředí. Pro realizaci výzkumu jsme zvolili kvantitativní pojetí výzkumu, které poskytne odpovědi na zamýšlené cíle.

4.3 Výzkumný soubor

Základní soubor tvoří žáci základních škol v mikroregionu Východní Slovácko. Konkrétně se jedná o základní školy ve vesnici Bánov, Bystřice pod Lopeníkem, Korytná, Nivnice, Suchá Loz a Vlčnov. Přesné počty žáků ukazuje následující tabulka č. 1.

Název vesnice	Počet žáků
Bánov	228
Bystřice pod Lopeníkem	31
Korytná	49
Nivnice	284
Suchá Loz	59
Vlčnov	212
Celkem žáků	863

Tabulka č. 1 Celkový počet žáků

Zdroj: vlastní výzkum

V poslední době se objevuje trend podporovat obyvatele na řešení problémů určité oblasti, resp. lokálního prostředí nebo komunity. Na důležitosti tedy nabývá komunitní práce. Mikroregion Východní Slovácko můžeme také charakterizovat jako určité lokální prostředí, ve kterém může sociální pedagog zajišťovat komunitní práci. Jeho vznik souvisel se snahou rozvoje cyklostezek a turistických stezek. Mohli bychom se zaměřit na efektivnost a využívání uvedených prvků. Náš záměr je však zčásti odlišný. Snažíme se zjistit a analyzovat potřeby pohybových aktivit u dětí, resp. žáků navštěvujících základní školy v uvedených obcích mikroregionu.

Zaměření pouze na žáky 4./5. a 8./9. tříd základních škol vychází z následujících teoretických východisek. Vágnerová (2012, s. 255-256) rozděluje školní věk na tři dílčí fáze – raný, střední a starší. Žáci v raném školním věku, tzn. po přechodu z předškolního do základního vzdělávání, mají svá specifika v potřebě pohybových aktivit, které lze zkoumat zvlášť. Výhodnější by bylo i použití jiné techniky, proto je do výzkumu nezahrnujeme. Zaměřujeme se pouze na žáky 4., 5., 8. a 9. tříd jako reprezentanty období středního a staršího školního věku, tj. na konci 1. a 2. stupně základních škol. Snažíme se spatřovat odlišnosti v jejich vnímané míře potřeby pohybových aktivit. V oblasti potřeb pohybových aktivit u žáků v mikroregionu Východní Slovácko také dosud nebyl realizován podobný výzkum.

Základní školy ve vesnicích Bystřice pod Lopeníkem, Korytná a Suchá Loz poskytují základní vzdělání pouze na 1. stupni. Poté žáci dochází do základních škol v Bánově a v Nivnici, tzn. 8. a 9. třídy v Bánově a v Nivnici zahrnují i žáky z Bystřice pod Lopeníkem, Korytné a Suché Lozi.

Výběrový soubor tvoří žáci 4., 5., 8. a 9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko. Záměrným výběrem jsme zvolili tyto třídy z hlediska uvedených východisek a zaměření výzkumných otázek. Počty žáků 4., 5., 8. a 9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko zachycuje tabulka č. 2.

Název vesnice	Počet žáků 4. tříd	Počet žáků 5. tříd	Počet žáků 8. tříd	Počet žáků 9. tříd	Celkem
Bánov	22	14	34	27	97
Bystřice pod Lopeníkem	3	8	-	-	11
Korytná	8	10	-	-	18
Nivnice	34	28	39	32	133
Suchá Loz	16	8	-	-	24
Vlčnov	23	15	18	20	76
Celkem	106	83	91	79	359

Tabulka č. 2 Výběrový soubor

Zdroj: vlastní výzkum

Pro realizaci výzkumu jsme osobně, e-mailem nebo telefonicky oslovili ředitelky/ředitele základních škol v mikroregionu Východní Slovácko. Jedna základní škola zcela odmítla spolupráci, proto získaná data pochází od žáků zbývajících pěti základních škol mikroregionu. Na základě souhlasu s uskutečněním a sjednáním osobních schůzek jsme dotazníky předali ředitelkám/ředitelům, kteří požadovali, aby distribuci dotazníků žákům zajistili třídní učitelky/učitelé daných tříd. Třídní učitelky/učitelé pečlivě provedli dotazní-

kové šetření ve svých třídách. Realizace dotazníkového šetření proběhla v termínu 16.-19. 2. 2015. Vyplněné dotazníky jsme souhrnně převzali od ředitelek/ředitelů základních škol. Z původně 283 rozdaných dotazníků se nám jich vrátilo 249 vyplněných. Návratnost činí 88 %.

4.4 Technika výzkumu

Pohybová aktivita jako potřeba dětí v mikroregionu Východní Slovácko byla zjišťována pomocí dotazníkového šetření u žáků 4., 5., 8. a 9. tříd základních škol v daném mikroregionu. Standardizovaná metoda není v České republice stále vytvořena, proto jsme částečně použili dotazník Mužíka a Pecha (Mužík a Vlček, 2010, s. 23-32), který se skládal z 16 položek měřících vnímanou míru potřeby pohybových aktivit u žáků. Konkrétní kategorie, zejména poslední část související se sociálními činiteli, jsme rozšířili pomocí námi vytvořených výroků. Z původního dotazníku jsme převzali položky č. 1-3, 5, 8, 11, 13-15, 18, 22, 26 a 29. Položky č. 6, 7 a 16, 17 původně tvořili jednu společnou, avšak nám se jeví jako spíše dva samostatné výroky, proto jsme je rozdělili. Jednotlivé položky vyjadřují výroky, které respondenti hodnotí na čtyřbodové škále (1 – určitě ne; 2 – spíše ne; 3 – spíše ano; 4 – určitě ano). Z demografických položek podle Mužíka a Pecha byly odstraněny ty, které se týkaly sourozenců, bydliště a sportoviště v místě bydliště, protože nekorespondují s výzkumnými otázkami práce. Naopak byla přidána položka na rozlišení aktuálně navštěvované třídy. Reliabilita techniky od Mužíka a Pecha vyjádřená Cronbachovým koeficientem alfa měla pro všechny položky dotazníku hodnotu 0,82 a pro jednotlivé kategorie 0,56; 0,54; 0,49; 0,52 (Mužík a Vlček, 2010, s. 22).

Dotazník je rozdělen do 4 kategorií. První kategorie zjišťuje sílu potřeby pohybu u žáků a obsahuje položky č. 1-4. Druh potřeby pohybu zkoumá druhá oblast a týká se položek č. 5-12. V pohybové aktivitě rozlišujeme dvě formy, organizovanou a neorganizovanou, jejichž potřebu vystihují položky č. 13-17. Poslední kategorii tvoří potřeba pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování a zahrnuje položky č. 18-30.

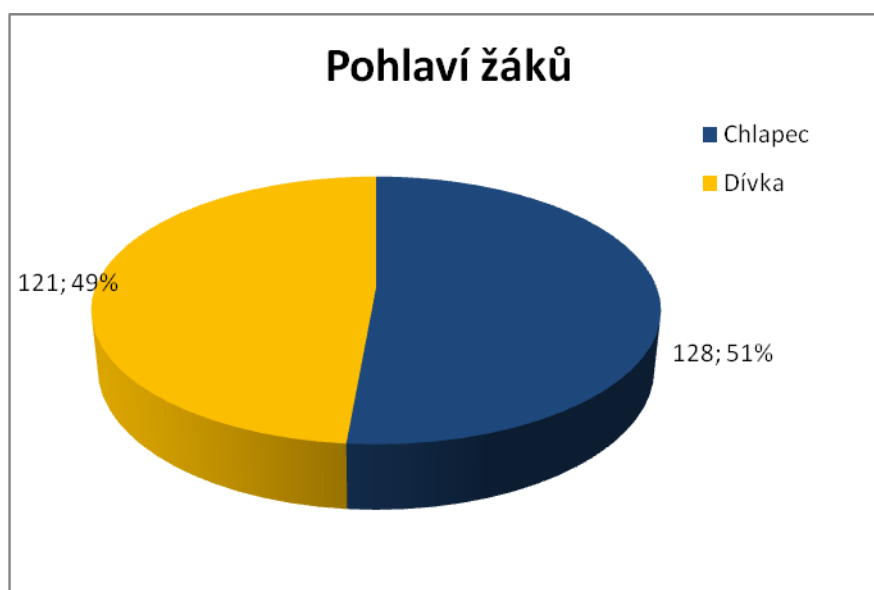
V rámci předvýzkumu byl dotazník předložen 10 žákům, kteří měli uvést nepřesnosti a chyby a zhodnotit srozumitelnost jednotlivých výroků. V souvislosti s uvedenými nesrovnalostmi došlo ke zlepšení zejména grafické části dotazníku. Na jasnost položek nebyly uvedeny komentáře.

4.5 Způsob zpracování dat

Statistické zpracování dat bylo provedeno pomocí softwaru Statistica CZ 12. Některé položky obsahovaly reverzní škály, proto byly překódovány. Konkrétně se jednalo o položky č. 2, 10, 13, 15, 19, 23, 25, 27 a 30. Zjištěny byly základní statistické charakteristiky – aritmetický průměr, minimum, maximum a směrodatná odchylka. Pro vyjádření vztahu mezi dílčími položkami jsme použili t-test. Pokud není dále uvedeno jinak, předpokládáme, že byly splněny předpoklady použití t-testu, tj. normální rozdělení základního souboru, homogenita rozptylů ve srovnávaných skupinách, nezávislá měření a metrická data. V případech, kde nebyly splněny předpoklady parametrického t-testu, jsme aplikovali neparametrický U-test Manna a Whitneyho. Síla vztahu mezi jednotlivými kategoriemi byla zjišťována pomocí koeficientu korelace.

5 ANALÝZA DAT

Následující kapitola prezentuje výsledky dotazníkového šetření. Na úvod poskytujeme přehled demografických informací a vyhodnocení položky zabývající se aktivním pohybem rodičů respondentů. Poté jsou data zpracována podle jednotlivých stanovených kategorií – síla potřeby pohybu, druh potřeby pohybu, potřeba pohybových aktivit ve vztahu k jejich formě a potřeba pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování.

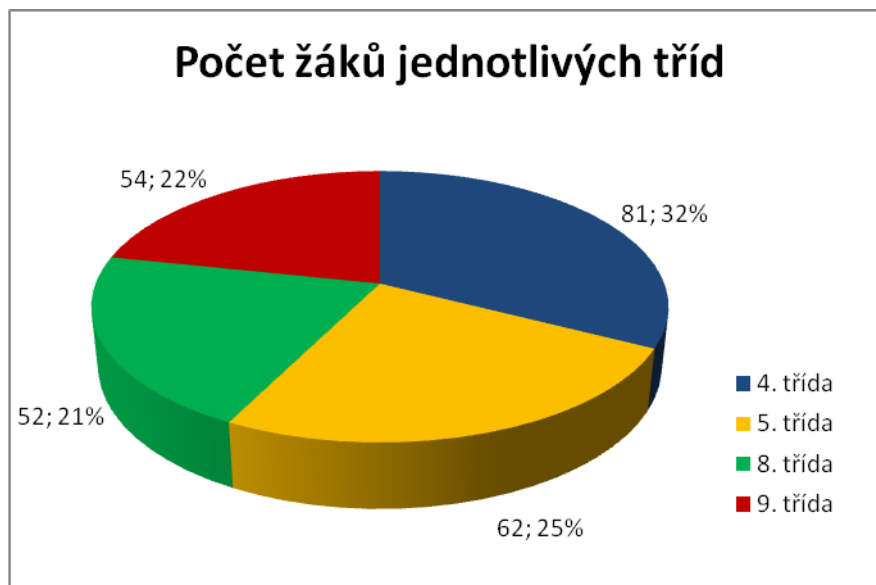


Graf č. 1 Pohlaví žáků

Zdroj: vlastní výzkum

Graf č. 1 ukazuje pohlaví žáků. Žáci byli zastoupeni v přibližně stejném počtu. Chlapci představovali 128 respondentů. Počet 121 respondentů znázorňuje pohlaví dívek.

Počet žáků jednotlivých tříd prezentuje graf č. 2. Žáky na konci prvního stupně základní školy a středního školního věku tvoří žáci 4. tříd v počtu 81 respondentů a žáci 5. tříd v počtu 62 respondentů. Konec druhého stupně základní školy a staršího školního věku představuje 52 žáků 8. tříd a 54 žáků 9. tříd. S menší převahou převládají žáci 1. stupně základních škol.



Graf č. 2 Počet žáků jednotlivých tříd

Zdroj: vlastní výzkum

Žáci se vyjadřovali, zda jejich rodiče aktivně sportují. Vyhodnocení této otázky poskytuje graf č. 3. 39 % respondentů uvádí, že rodiče aktivně sportují, zatímco 61 % rodičů podle odpovědí respondentů aktivně nesportuje. Ve třech případech respondenti nevedli, zda jejich rodiče aktivně sportují.



Graf č. 3 Aktivní pohyb rodičů žáků

Zdroj: vlastní výzkum

Proměnná	Korelace (DP_data) Označ. korelace jsou významné na hlad. $p < ,05000$ N=249 (Celé případy vynechány u ChD)			
	Síla potřeby pohybu	Potřeba - druh	Potřeba - forma	Potřeba - vliv
Síla potřeby pohybu	1,000000	0,476515	0,385810	0,385066
Potřeba - druh	0,476515	1,000000	0,609473	0,698002
Potřeba - forma	0,385810	0,609473	1,000000	0,623531
Potřeba - vliv	0,385066	0,698002	0,623531	1,000000

Tabulka č. 3 Korelace kategorií

Zdroj: vlastní výzkum

Tabulka č. 3 popisuje míru vzájemné korelace mezi jednotlivými kategoriemi. Je patrné, že nejsilnější vztah je mezi kategorií druh potřeby pohybu a kategorií potřeba pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování. Naopak nejslabší vztah je mezi kategorií síla potřeby pohybu a kategorií potřeba pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování.

Další části kapitoly podávají charakteristiku zpracovaných dat v jednotlivých kategoriích. První oblast se zabývá silou potřeby pohybu a je popsána v následující podkapitole.

5.1 Kategorie síla potřeby pohybu

Kategorie síla potřeby pohybu byla v dotazníku zastoupena položkami č. 1-4:

1. Pohyb potřebuji každý den.
2. Pohyb považuji za zbytečné unavování těla.
3. Pohyb je pro mě stejně důležitý, jako je jídlo, odpočinek a spánek.
4. Pohybovou aktivitu potřebuji pro své zdraví.

Výzkumné otázky související s kategorií síla potřeby pohybu:

1. Do jaké míry žáci 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko uvádějí potřebu pohybových aktivit?
 - 1.1. Jaké jsou rozdíly ve vnímané míře potřeby pohybových aktivit z hlediska pohlaví žáků základních škol v mikroregionu Východní Slovácko?
 - 1.2. Jaké jsou rozdíly ve vnímané míře potřeby pohybových aktivit z hlediska navštěvované třídy žáků základních škol v mikroregionu Východní Slovácko?

Úroveň vnímané síly potřeby pohybových aktivit žáků uvádí tabulka č. 4.

Proměnná	Popisné statistiky (DP_data)				
	N platných	Průměr	Minimum	Maximum	Sm.odch.
Síla potřeby	249	3,631526	1,750000	4,000000	0,433036

Tabulka č. 4 Síla potřeby pohybu

Zdroj: vlastní výzkum

Na základě vypočtených průměrných hodnot v kategorii síla potřeby pohybu můžeme konstatovat, že získaný průměr se blíží odpovědi „Určitě ano“, z čehož vyplývá, že respondenti uvádí vysokou míru vnímané potřeby pohybových aktivit. Mužik a Pech dospěli ve svém šetření ke stejnému poznatku. Jiné výzkumy ukazují na neustále se snižující účast dětí na pohybových aktivitách. Vzniká tedy rozpor mezi potřebou pohybu u dětí, která se jeví silná, a jejich pravidelným zapojením, které je nedostačující. Nepochybně zajímavým by bylo rozsáhlé bádání, které by nám poskytlo vysvětlení uvedené nesrovnalosti.

Proměnná	Popisné statistiky (DP_data)				
	N platných	Průměr	Minimum	Maximum	Sm.odch.
1	249	3,586345	1,000000	4,000000	0,661113
2	249	3,755020	1,000000	4,000000	0,609257
3	249	3,441767	1,000000	4,000000	0,786493
4	249	3,742972	2,000000	4,000000	0,498183

Tabulka č. 5 Položky ke kategorii síla potřeby pohybu

Zdroj: vlastní výzkum

Tabulka č. 5 podává zpracovanou charakteristiku jednotlivých položek z kategorie síla potřeby pohybu. Průměr jednotlivých položek je přibližně stejný. Nejnižší průměrné hodnoty bylo dosaženo u položky č. 3 vztahující se ke stejné hodnotě pohybu jako jídla, odpočinku a spánku, avšak průměrná hodnota po zaokrouhlení stále odpovídala škále „Spíše ano“. Naopak nejvyšší průměrné hodnoty zaujala položka č. 2, ve které žáci nepovažují pohyb za zbytečné unavování těla. Průměr položky č. 4 zastává rovněž vysokou hodnotu, z čehož vyplývá, že si žáci uvědomují pohyb jako důležitou komponentu svého zdraví. Výzkum Mužika a Pecha poskytuje stejné výsledky u položek č. 1-3.

Pro kategorii síla potřeby pohybu byly stanoveny dvě hypotézy:

Hypotéza č. 1: Existují rozdíly ve vnímané míře potřeby pohybových aktivit u chlapců a u dívek.

$1H_0$: Úroveň vnímané míry potřeby pohybových aktivit není závislá na pohlaví.

$1H_A$: Existují statisticky významné rozdíly ve vnímané míře potřeby pohybových aktivit u chlapců a u dívek.

Proměnná	t-testy; grupováno: Pohlaví (DP_data) Skup. 1: chlapci Skup. 2: dívky						
	Průměr chlapci	Průměr dívky	t	sv	p	F-poměr Rozptyly	p Rozptyly
Síla potřeby	3,626953	3,636364	-0,171055	247	0,864321	1,496037	0,026452

Tabulka č. 6 T-test pro kategorii síla potřeby pohybu a proměnnou pohlaví

Zdroj: vlastní výzkum

Z tabulky č. 6 vyplývá, že homogenita rozptylů je rozdílná ve srovnávaných skupinách ($p = 0,026452$, $p < 0,05$). Nemáme splněnou podmínku použití t-testu, tudíž musíme využít neparametrický test – Mann-Whitneyův U-test.

Proměnná	Mann-Whitneyův U Test (w/ oprava na spojitost) (DP_data) Dle proměn. Pohlaví Označené testy jsou významné na hladině $p < 0,05000$						
	Sčt poč. chlapci	Sčt poč. dívky	U	Z	p-hodn.	Z upravené	p-hodn.
Síla potřeby	16333,00	14792,00	7411,000	0,585349	0,558314	0,608629	0,542771

Tabulka č. 7 Mann-Whitneyův U-test pro kategorii síla potřeby pohybu a proměnnou pohlaví

Zdroj: vlastní výzkum

Tabulka č. 7 ukazuje, že neexistují statisticky významné rozdíly mezi vnímanou mírou potřeby pohybových aktivit u chlapců a u dívek ($p = 0,558314$, $p > 0,05$). Přijímáme nulovou hypotézu $1H_0$. Úroveň vnímané míry potřeby pohybových aktivit není závislá na pohlaví žáků.

Hypotéza č. 2: Existují rozdíly ve vnímané míře potřeby pohybových aktivit u žáků navštěvujících 4./5. a u žáků navštěvujících 8./9. třídu základní školy v mikroregionu Východní Slovácko.

$2H_0$: Neexistují statisticky významné rozdíly mezi vnímanou mírou potřeby pohybové aktivity u žáků a jejich navštěvovanou třídou.

$2H_A$: Existují statisticky významné rozdíly mezi vnímanou mírou potřeby pohybové aktivity u žáků a jejich navštěvovanou třídou.

Proměnná	t-testy; grupováno: Třída (DP_data)						
	Průměr 1	Průměr 2	t	sv	p	F-poměr Rozptyly	p Rozptyly
Síla potřeby	3,669580	3,580189	1,615848	247	0,107404	1,219280	0,271069

Tabulka č. 8 T-test pro kategorii síla potřeby pohybu a proměnnou navštěvovaná třída

Zdroj: vlastní výzkum

Tabulka č. 8 znázorňuje, že neexistují statisticky významné rozdíly mezi vnímanou mírou potřeby pohybových aktivit u žáků a jejich navštěvovanou třídou ($p = 0,107404$, $p > 0,05$). Přijímáme tedy nulovou hypotézu $2H_0$. Souhrnně lze konstatovat, že žáci na konci 1. a 2. stupně ZŠ uvádí stejnou sílu potřeby pohybových aktivit.

5.2 Kategorie druh potřeby pohybu

Kategorie druh potřeby pohybu byla v dotazníku zastoupena položkami č. 5-12:

5. Rád(a) sportuji v přírodě, protože chci poznávat nová místa.
6. Rád(a) sportuji, protože chci poznávat, jak jsem šikovný(á).
7. Chci poznávat, co zvládnou, proto se pravidelně účastním pohybových aktivit.
8. Vyhledávám takové pohybové činnosti, ve kterých se můžu porovnávat (soutěžit) s ostatními.
9. V pohybových aktivitách chci dosáhnout co nejlepšího výkonu.
10. Raději se vyhýbám pohybovým aktivitám, protože se obávám neúspěchu.

11. Když si jdu zasportovat, hledám k sobě někoho dalšího, jsem rád ve společnosti.
12. Chci poznávat nové kamarády při pohybových aktivitách.

Výzkumné otázky související s kategorií druh potřeby pohybu:

2. Do jaké míry žáci 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko uvádí potřebu pohybových aktivit z hlediska druhu?
 - 2.1. Do jaké míry žáci 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko uvádí potřebu pohybových aktivit z hlediska poznávání?
 - 2.2. Do jaké míry žáci 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko uvádí výkonovou potřebu pohybových aktivit?
 - 2.3. Do jaké míry žáci 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko uvádí sociální potřebu pohybových aktivit?
3. Jaké jsou rozdíly ve vnímané míře výkonové potřeby pohybových aktivit z hlediska pohlaví žáků 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko?
4. Jaké jsou rozdíly ve vnímané míře potřeby pohybových aktivit z hlediska druhu u žáků 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko?

Úroveň vnímané míry potřeby pohybových aktivit z hlediska druhu uvádí tabulka č. 9.

Proměnná	Popisné statistiky (DP_data)				
	N platných	Průměr	Minimum	Maximum	Sm.odch.
Potřeba - druh	249	3,039443	1,375000	4,000000	0,545722

Tabulka č. 9 Potřeba pohybových aktivit podle jejich druhu

Zdroj: vlastní výzkum

Tabulka č. 9 ukazuje, že průměrná hodnota potřeby pohybových aktivit z hlediska druhu odpovídá škále „Spíše ano“, avšak hodnota je nižší než u kategorie síla potřeby pohybu. Žáci uvádí relativně vysokou potřebu pohybových aktivit i v této kategorii. Výsledky za jednotlivé druhy potřeby popisuje následující text.

Proměnná	Popisné statistiky (DP_data)				
	N platných	Průměr	Minimum	Maximum	Sm.odch.
Pozn. potřeba	249	2,888889	1,000000	4,000000	0,678601
5	249	2,811245	1,000000	4,000000	0,861658
6	249	3,016064	1,000000	4,000000	0,897882
7	245	2,840816	1,000000	4,000000	0,879623

Tabulka č. 10 Poznávací potřeba u pohybových aktivit

Zdroj: vlastní výzkum

Poznávací potřeba u pohybových aktivit, jak udává tabulka č. 10, dosahuje nižšího průměru než zbývající dva druhy potřeb, ale stále zůstává hodnota korespondující s odpovědí „Spíše ano“. Žáci si tedy nespojují pohybové aktivity s výraznou potřebou poznávání nových míst. Nejvyšší průměrné hodnoty u poznávací potřeby je dosaženo u položky č. 6, která souvisí se sebepoznáváním, s tím, jak jsou žáci šikovní. Výsledek položky č. 5 je výrazněji nižší než ve výzkumu Mužíka a Pecha (2,811 vs. 3,425).

Proměnná	Popisné statistiky (DP_data)				
	N platných	Průměr	Minimum	Maximum	Sm.odch.
Výk. potřeba	249	3,218206	1,000000	4,000000	0,635987
8	248	2,625000	1,000000	4,000000	1,022272
9	248	3,552419	1,000000	4,000000	0,745618
10	246	3,479675	1,000000	4,000000	0,732339

Tabulka č. 11 Výkonová potřeba u pohybových aktivit

Zdroj: vlastní výzkum

Tabulka č. 11 popisuje výkonovou potřebu u pohybových aktivit. V dané potřebě bylo dosaženo nejvyšší průměrné hodnoty ze všech druhů potřeb. Respondenti vnímají potřebu výkonu v pohybových aktivitách odpovídající škále „Spíše ano“. V položce č. 9 chtějí respondenti dosáhnout co nejlepšího výkonu a průměrná hodnota se po zaokrouhlení rovná škále „Určitě ano“. Průměr položky č. 8 se shoduje s výsledky výzkumu Mužíka a Pecha. Celkově se uvedené výsledky výkonové potřeby rozcházejí s teoretickými východisky. Odborníci doporučují zajišťovat pohybové aktivity, které nebudou výkonového charakteru, avšak ověření z praxe nám tento požadavek vyvrací, ve kterém žáci velmi pozitivně vnímají potřebu výkonu.

Proměnná	Popisné statistiky (DP_data)				
	N platných	Průměr	Minimum	Maximum	Sm.odch.
Soc. potřeba	249	2,997992	1,000000	4,000000	0,750669
11	248	3,149194	1,000000	4,000000	0,898672
12	248	2,842742	1,000000	4,000000	0,923966

Tabulka č. 12 Sociální potřeba u pohybových aktivit

Zdroj: vlastní výzkum

Poslední druh potřeby vymezený v teoretické části a zkoumaný v praktické části charakterizuje tabulka č. 12 a jedná se o sociální potřebu v kontextu pohybových aktivit. Uvedené průměrné položky u daného druhu dosahují úrovně odpovědi „Spíše ano“. V porovnání s výzkumem Mužíka a Pecha uvádí respondenti výrazně nižší míru sociální potřeby v kontextu pohybových aktivit (3,425 vs. 2,998). Z pohledu sociální pedagogiky se jedná o překvapivý výsledek, ve kterém si žáci důsledněji nespojují sociální oblast (sdružování, komunikace, společné zážitky apod.) s pohybovými aktivitami.

Pro kategorii druh potřeby pohybu byly stanoveny dvě hypotézy:

Hypotéza č. 3: Existují rozdíly ve vnímané míře výkonové potřeby pohybových aktivit u chlapců a u dívek.

3H₀: Úroveň vnímané míry výkonové potřeby pohybových aktivit není závislá na pohlaví.

3H_A: Existují statisticky významné rozdíly ve vnímané míře výkonové potřeby pohybových aktivit u chlapců a u dívek.

Proměnná	t-testy; grupováno: Pohlaví (DP_data)						
	Průměr chlapci	Průměr dívky	t	sv	p	F-poměr Rozptyly	p Rozptyly
Výk potřeba	3,299479	3,132231	2,088009	247	0,037822	1,082506	0,661734

Tabulka č. 13 T-test pro druh výkonové potřeby pohybových aktivit a proměnnou pohlaví

Zdroj: vlastní výzkum

Tabulka č. 13 poskytuje výsledky testování hypotézy č. 3. Existují statisticky významné rozdíly mezi vnímanou mírou výkonové potřeby pohybových aktivit a pohlavím žáků ($p = 0,037822$, $p < 0,05$). Zamítáme nulovou hypotézu 3H₀. Mírně vyššího průměru dosahují chlapci. Souhrnně lze konstatovat, že chlapci uvádějí vyšší vnímanou míru výkonové

potřeby pohybových aktivit než dívky. Uvedený výsledek se shoduje s teoretickými východisky.

Hypotéza č. 4: Existují rozdíly ve vnímané míře potřeby pohybových aktivit podle jejich druhu u žáků 4./5. tříd a u žáků 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko.

$4H_0$: Neexistují statisticky významné rozdíly mezi vnímanou mírou potřeby pohybových aktivit podle jejich druhu a navštěvovanou třídou žáků.

$4H_A$: Existují statisticky významné rozdíly mezi vnímanou mírou potřeby pohybových aktivit podle jejich druhu a navštěvovanou třídou žáků.

Proměnná	t-testy; grupováno: Třída (DP_data)						
	Průměr 1	Průměr 2	t	sv	p	F-poměr Rozptyly	p Rozptyly
Potřeba - druh	3,179570	2,850404	4,921542	247	0,000002	1,065349	0,735826

Tabulka č. 14 T-test pro potřebu pohybových aktivit podle jejich druhu a proměnnou navštěvovaná třída

Zdroj: vlastní výzkum

Tabulka č. 14 ukazuje, že existují statisticky významné rozdíly mezi vnímanou mírou potřeby pohybových aktivit podle jejich druhu a navštěvovanou třídou žáků ($p = 0,000002$, $p < 0,05$). Zamítáme nulovou hypotézu $4H_0$. Vyššího průměru dosáhli respondenti ze 4. a 5. tříd. Můžeme tedy konstatovat, že žáci 4. a 5. tříd vykazují vyšší potřebu pohybových aktivit podle jejich druhu vzhledem k žákům z 8. a 9. tříd.

5.3 Kategorie potřeba pohybových aktivit ve vztahu k jejich formě

Kategorie potřeba pohybových aktivit ve vztahu k jejich formě byla v dotazníku zastoupena položkami č. 13-17:

13. Výuku ve škole si dokážu představit bez tělesné výchovy.

14. Pohyb ve škole mi nestačí, navštěvuji, nebo bych chtěl(a) navštěvovat sportovní klub.

15. O přestávkách většinou sedím v lavici, nechce se mi pohybovat.

16. Po návratu ze školy potřebuji pohyb venku.

17. Rád(a) si zacvičím i sám doma.

Výzkumné otázky související s kategorií potřeba pohybových aktivit ve vztahu k jejich formě:

5. Do jaké míry žáci 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko uvádí potřebu pohybových aktivit ve vztahu k jejich formě?
 - 5.1. Do jaké míry žáci 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko uvádí potřebu organizovaných pohybových aktivit?
 - 5.2. Do jaké míry žáci 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko uvádí potřebu neorganizovaných pohybových aktivit?
6. Jaké jsou rozdíly ve vnímané míře potřeby pohybových aktivit ve vztahu k jejich formě u žáků 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko?

Úroveň vnímané míry potřeby pohybových aktivit ve vztahu k jejich formě uvádí tabulka č. 15.

Proměnná	Popisné statistiky (DP_data)				
	N platných	Průměr	Minimum	Maximum	Sm.odch.
Potřeba - forma	249	3,089157	1,400000	4,000000	0,579369

Tabulka č. 15 Potřeba pohybových aktivit ve vztahu k jejich formě

Zdroj: vlastní výzkum

Tabulka č. 15 znázorňuje průměrnou hodnotu vnímané míry potřeby pohybových aktivit ve vztahu k jejich formě a odpovídá škále „Spíše ano“. Žáci tedy vnímají i relativně vysokou potřebu pohybových aktivit ve vztahu k jejich formě. Rozlišujeme dva druhy, které jsou charakterizovány v následujícím textu.

Proměnná	Popisné statistiky (DP_data)				
	N platných	Průměr	Minimum	Maximum	Sm.odch.
Org. forma	249	3,050201	1,000000	4,000000	0,874418
13	249	3,212851	1,000000	4,000000	1,095664
14	249	2,887550	1,000000	4,000000	1,060378

Tabulka č. 16 Organizovaná forma pohybových aktivit

Zdroj: vlastní výzkum

V tabulce č. 16 jsou uvedeny průměrné hodnoty vnímané míry potřeby pohybových aktivit v organizované formě. Kladně hodnoceným zjištěným je výsledek u položky č. 13, která zkoumala, zda si žáci dokážou představit výuku ve škole bez tělesné výchovy. Uvedené hodnoty odpovídají již překódované škále, tzn. průměr 3,21 odpovídá škále „Spíše ne“. Z tabulky vyplývá, že respondenti vnímají tělesnou výchovu jako součást svého vzdělávání a souhlasí s jejím začleněním do výuky. Ke stejnému výsledku u položky č. 13 dospěli i ve výzkumu Mužík a Pech. Nezabývali jsme se však zkoumáním, jestli současné hodinové dotace žákům vyhovují, nebo by je změnili. Výsledek položky č. 14 se také shoduje s šetřením Mužíka a Pecha a průměrná hodnota odpovídá škále „Spíše ano“, což znamená, že děti mají potřebu pohybových aktivit i mimo školní prostředí.

Proměnná	Popisné statistiky (DP_data)				
	N platných	Průměr	Minimum	Maximum	Sm.odch.
Neorg. forma	249	3,114458	1,000000	4,000000	0,597895
15	248	3,278226	1,000000	4,000000	0,862635
16	248	2,919355	1,000000	4,000000	0,859307
17	245	3,155102	1,000000	4,000000	0,901061

Tabulka č. 17 Neorganizovaná forma pohybových aktivit

Zdroj: vlastní výzkum

Tabulka č. 17 popisuje průměrné hodnoty vnímané potřeby pohybových aktivit v neorganizované formě a výrazněji se neliší od vnímané míry potřeby pohybových aktivit v organizované formě. Můžeme konstatovat, že vnímaná míra potřeby pohybu u žáků je stejná bez ohledu na formu pohybových aktivit. Nejnižší průměrné hodnoty dosahuje položka č. 16, avšak stále odpovídá škále „Spíše ano“ a znamená, že respondenti potřebují i pohyb venku.

Pro kategorii potřeba pohybových aktivit ve vztahu k jejich formě byla stanovena jedna hypotéza:

Hypotéza č. 5: Existují rozdíly ve vnímané míře potřeby pohybových aktivit ve vztahu k jejich formě u žáků 4./5. tříd a u žáků 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko.

$5H_0$: Neexistují statisticky významné rozdíly mezi vnímanou mírou potřeby pohybových aktivit ve vztahu k jejich formě a navštěvovanou třídou žáků.

$5H_A$: Existují statisticky významné rozdíly mezi vnímanou mírou potřeby pohybových aktivit ve vztahu k jejich formě a navštěvovanou třídou žáků.

Proměnná	t-testy; grupováno: Třída (DP_data)						
	Skup. 1: 4. a 5. třída		Skup. 2: 8. a 9. třída				
	Průměr 1	Průměr 2	t	sv	p	F-poměr Rozptyly	p Rozptyly
Potřeba - forma	3,150699	3,006132	1,957956	247	0,051361	1,190560	0,332557

Tabulka č. 18 T-test pro potřebu pohybových aktivit ve vztahu k jejich formě a proměnnou navštěvovaná třída

Zdroj: vlastní výzkum

Dle tabulky č. 18 lze usoudit, že neexistují statisticky významné rozdíly mezi vnímanou mírou potřeby pohybových aktivit ve vztahu k jejich formě a proměnnou navštěvovaná třída ($p = 0,051361$, $p > 0,05$). Respondenti z 4./5. tříd a respondenti z 8./9. tříd nevykazují rozdíly ve vnímané míře potřeby pohybových aktivit ve vztahu k jejich formě. Přijímáme nulovou hypotézu $5H_0$.

5.4 Kategorie potřeba pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování

Kategorie potřeba pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování byla v dotazníku zastoupena položkami č. 18-30:

18. Rodiče mě nabádají k pohybu a často se mnou sportují.

19. Rodiče se nezajímají, kolik pohybu mám za den.

20. Rodiče jsou pro mne vzorem, abych se pravidelně pohyboval(a).

21. Pravidelně se pohybuji, abych potěšil(a) své rodiče.

22. Díky škole a tělesné výchově mě pohyb více baví.
23. Raději se vyhýbám pohybové aktivitě.
24. Učitelé i mimo tělesnou výchovu zařazují do hodin krátké pohybové chvílky, kterých se rád(a) zúčastním.
25. Nechce se mi do školy chodit pěšky, nebo jezdit na kole, proto se nechávám vozit rodiči autem.
26. S kamarády vyhledáváme sportování a trávíme tím hodně času.
27. Raději s kamarády hrajeme počítačové hry, než abychom si šli hrát ven.
28. Rozsáhlá nabídka organizovaných pohybových aktivit v mém okolí mě motivuje k pravidelné účasti.
29. Chodím do sportovních kroužků nebo oddílů, díky kterým mám dostatek pohybu.
30. Nezajímám se o pohybové aktivity v místě svého bydliště.

Výzkumné otázky související s kategorií potřeba pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování:

7. Do jaké míry žáci 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko uvádí potřebu pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování?
 - 7.1. Do jaké míry žáci 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko uvádí potřebu pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování rodinou?
 - 7.2. Do jaké míry žáci 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko uvádí potřebu pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování školou?
 - 7.3. Do jaké míry žáci 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko uvádí potřebu pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování kamarády?
 - 7.4. Do jaké míry žáci 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko uvádí potřebu pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování prostředím?
8. Jaké jsou rozdíly ve vnímané míře potřeby pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování rodinou a sportováním rodičů žáků základních škol v mikroregionu Východní Slovácko?
9. Jaké jsou rozdíly ve vnímané míře potřeby pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování u žáků 4./5. a 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko?

Úroveň vnímané míry potřeby pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování uvádí tabulka č. 19.

Proměnná	Popisné statistiky (DP_data)				
	N platných	Průměr	Minimum	Maximum	Sm.odch.
Potřeba - vliv	249	2,838328	1,384615	4,000000	0,483712

Tabulka č. 19 Potřeba pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování

Zdroj: vlastní výzkum

Jak naznačuje tabulka č. 19, průměrná hodnota dosažená u kategorie potřeba pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování po zaokrouhlení odpovídá škále „Spíše ano“, což znamená, že děti uvádí relativně vysokou potřebu pohybových aktivit i ve vztahu k jejich ovlivňování. V souvislosti s výsledky předchozích kategorií však můžeme konstatovat, že v dané kategorii bylo dosaženo nejnižšího průměru. Vystává tedy otázka, zda pouze určitá část kategorie výrazněji snižuje průměrnou hodnotu, nebo všechny části odpovídají zhruba stejné průměrné hodnotě. V další části poskytneme rozpracování a vysvětlení.

Proměnná	Popisné statistiky (DP_data)				
	N platných	Průměr	Minimum	Maximum	Sm.odch.
Rodina	249	2,493976	1,000000	4,000000	0,668024
18	249	2,289157	1,000000	4,000000	0,969662
19	248	2,810484	1,000000	4,000000	1,002210
20	247	2,550607	1,000000	4,000000	1,026315
21	249	2,329317	1,000000	4,000000	1,041471

Tabulka č. 20 Potřeba pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování rodinou

Zdroj: vlastní výzkum

Tabulka č. 20 znázorňuje průměrné hodnoty dosažené u podkategorie potřeba pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování rodinou. Průměr uvedených čtyř položek po výraznějším zaokrouhlení odpovídá škále „Spíše ano“, přičemž bylo dosaženo nejnižšího průměru vzhledem k ostatním kategoriím i podkategoriím. U položky č. 18 a 21 dokonce průměrná hodnota odpovídá škále „Spíše ne“, což znamená, že rodiče spíše nenabádají své děti k pohybu a nesportují s nimi a pohyb není provozován za účelem potěšení rodičů. Výsledek položky č. 18 srovnáváme s výsledkem od Mužíka a Pecha (2,289 vs. 2,840) a zjišťujeme, že průměrná hodnota se liší a odpovídá jiné škálové odpovědi. Položka č. 21

nám také nekoresponduje s výzkumem organizace HBSC, ve kterém žáci uváděli, že se pohybují proto, aby potěšili své rodiče. Pozitivněji však můžeme hodnotit výsledek položky č. 19 a konstatovat, že rodiče se spíše zajímají o pohyb svých dětí.

Proměnná	Popisné statistiky (DP_data)				
	N platných	Průměr	Minimum	Maximum	Sm.odch.
Škola	249	3,171687	1,500000	4,000000	0,558217
22	247	3,008097	1,000000	4,000000	0,995894
23	248	3,649194	1,000000	4,000000	0,698407
24	249	2,385542	1,000000	4,000000	1,134126
25	248	3,637097	1,000000	4,000000	0,689243

Tabulka č. 21 Potřeba pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování školou

Zdroj: vlastní výzkum

Dle tabulky č. 21 lze usoudit, že škola pozitivněji ovlivňuje potřebu pohybových aktivit vzhledem k rodičům. Průměrná dosažená hodnota koresponduje se škálou „Spíše ano“. Můžeme vyzdvihnout velmi pozitivní výsledky u položek č. 23 a 25, jedná se o negativně formulované výroky, které byly překódovány. Vyplývá tedy, že žáci se nechtějí vyhýbat tělesné výchově a do školy chodí pěšky nebo na kole. Obě tvrzení výrazně podporují pohybovou aktivitu ve vztahu ke škole. Průměrná hodnota položky č. 22 se shoduje se škálou „Spíše ano“ i s výsledky výzkumu Mužíka a Pecha.

Proměnná	Popisné statistiky (DP_data)				
	N platných	Průměr	Minimum	Maximum	Sm.odch.
Kamarádi	249	2,813253	1,000000	4,000000	0,802130
26	249	2,586345	1,000000	4,000000	0,996756
27	248	3,040323	1,000000	4,000000	1,052463

Tabulka č. 22 Potřeba pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování kamarády

Zdroj: vlastní výzkum

Tabulka č. 22 charakterizuje vnímanou míru potřeby pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování kamarády a lze určit, že průměrná hodnota dané podkategorie i obou položek odpovídá škále „Spíše ano“. Kamarádi spíše pozitivně ovlivňují potřebu pohybových aktivit respondentů. Výzkum Mužíka a Pecha ukázal stejné výsledky u položky č. 26.

Proměnná	Popisné statistiky (DP_data)				
	N platných	Průměr	Minimum	Maximum	Sm.odch.
Prostředí	249	2,872155	1,000000	4,000000	0,755394
28	247	2,607287	1,000000	4,000000	0,951906
29	249	2,895582	1,000000	4,000000	1,190156
30	249	3,108434	1,000000	4,000000	1,035795

Tabulka č. 23 Potřeba pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování prostředím

Zdroj: vlastní výzkum

V tabulce č. 23 jsou uvedeny průměrné hodnoty vnímané míry potřeby pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování prostředím. Průměrné hodnoty korespondují se škálou „Spíše ano“, z čehož vyplývá, že potřeba pohybových aktivit je ovlivněna i prostředím. Nejpozitivněji byla hodnocena položka č. 30, která ukazuje, že žáci se spíše zajímají o pohybové aktivity v místě svého bydliště. Výraznější nesrovnalost spatřujeme ve výsledku položky č. 29, která se liší od výsledků výzkumu Mužíka a Pecha, kteří zjistili, že žáci určitě chodí do sportovních kroužků nebo oddílů, díky kterým mají dostatek pohybu.

Pro kategorii potřeba pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování byly stanoveny dvě hypotézy:

Hypotéza č. 6: Existují rozdíly ve vnímané míře potřeby pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování rodinou u žáků, jejichž rodiče pravidelně sportují a u žáků, jejichž rodiče nesportují pravidelně.

H_0 : Neexistují statisticky významné rozdíly mezi vnímanou mírou potřeby pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování rodinou u žáků a pravidelným sportováním rodičů žáků.

H_A : Existují statisticky významné rozdíly mezi vnímanou mírou potřeby pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování rodinou u žáků a pravidelným sportováním rodičů žáků.

Proměnná	t-testy; grupováno: Rodiče (DP_data)						
	Skup. 1: rodiče sportují Skup. 2: rodiče nespoutují						
	Průměr 1	Průměr 2	t	sv	p	F-poměr Rozptyly	p Rozptyly
Rodina	2,834201	2,264444	7,194658	244	0,000000	1,011477	0,940158

Tabulka č. 24 T-test pro potřebu pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování rodinou a proměnnou sportování rodičů

Zdroj: vlastní výzkum

Jak naznačuje tabulka č. 24, existují statisticky významné rozdíly mezi vnímanou mírou potřeby pohybových aktivit žáků z hlediska jejich ovlivňování rodinou a proměnnou sportování rodičů žáků ($p = 0,000000$, $p < 0,05$). Zamítáme nulovou hypotézu H_0 . Je patrné, že vyšší průměrné hodnoty vnímané míry potřeby pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování dosáhla skupina žáků, která uvedla, že rodiče sportují. Žáci, jejichž rodiče pravidelně sportují, mají vyšší vnímanou míru potřeby pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování rodinou.

Hypotéza č. 7: Existují rozdíly ve vnímané míře potřeby pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování u žáků 4./5. tříd a u žáků 8./9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko.

H_0 : Neexistují statisticky významné rozdíly mezi vnímanou mírou potřeby pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování a navštěvovanou třídou žáků.

H_A : Existují statisticky významné rozdíly mezi vnímanou mírou potřeby pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování a navštěvovanou třídou žáků.

Proměnná	t-testy; grupováno: Třída (DP_data)						
	Skup. 1: 4. a 5. třída Skup. 2: 8. a 9. třída						
	Průměr 1	Průměr 2	t	sv	p	F-poměr Rozptyly	p Rozptyly
Potřeba - vliv	3,011476	2,604741	7,202139	247	0,000000	1,331017	0,122350

Tabulka č. 25 T-test pro potřebu pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování a proměnnou navštěvovaná třída

Zdroj: vlastní výzkum

Z tabulky č. 25 vyplývá, že existují statisticky významné rozdíly mezi vnímanou mírou potřeby pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování a navštěvovanou třídou ($p = 0,000000$, $p < 0,05$). Zamítáme nulovou hypotézu H_0 . Dle dosažených průměrů daných skupin lze usoudit, že žáci 4. a 5. tříd uvádí vyšší vnímanou míru potřeby pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování. Pro doplnění uvádíme tabulku č. 26, ve které jsou uvedeny průměrné hodnoty vnímané míry potřeby pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování jednotlivými podkategoriemi a z pohledu daných skupin – žáci 4./5. tříd a žáci 8./9. tříd.

Proměnná	4. a 5. třída	8. a 9. třída
Rodina	2,772727	2,117925
Škola	3,351399	2,929245
Kamarádi	2,905594	2,688679
Prostředí	2,949883	2,767296

Tabulka č. 26 Potřeba pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování a konkrétní třída

Zdroj: vlastní výzkum

Z tabulky č. 27 je patrné, že nejvyšší průměrné hodnoty vnímané míry potřeby pohybových aktivit bylo dosaženo v obou skupinách u ovlivňování školou. Další pořadí u obou skupin zahrnuje ovlivňování prostředím, kamarády a rodinou. Nejvýraznější vliv na potřebu pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování má škola, poté prostředí, kamarádi a nejmenší vliv má rodina.

6 SHRNU TÍ PRAKTICKÉ ČÁSTI

Kapitola poskytuje komplexní shrnutí výsledků získaných dotazníkovým šetřením u žáků 4., 5., 8. a 9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko. Analyzovaná data byla získána od 249 respondentů, kteří byli přibližně stejně rozloženi z hlediska pohlaví. Mírně převažovali žáci 4. a 5. tříd. Cílem práce bylo zjistit, do jaké míry žáci 4., 5., 8. a 9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko deklarují potřebu svých pohybových aktivit. Potřebu pohybových aktivit jsme rozdělili do 4 kategorií, jejichž výsledky poskytuje následující text.

První kategorii zastupuje síla potřeby pohybu, ve které bylo dosaženo nejvyšší průměrné hodnoty vzhledem k ostatním kategoriím. Respondenti uvádí vysokou míru vnímané míry potřeby pohybových aktivit. Nebyly zjištěny statisticky významné rozdíly mezi vnímanou mírou potřeby pohybových aktivit, pohlavím ani třídou žáků. V kontextu teoretických východisek i jiných výzkumných šetřeních je patrné, že u dětí dochází k neustálému snižování pohybových aktivit. Tato problematika však nebyla zkoumána přímo u respondentů našeho výzkumu. Vzniká tedy rozkol mezi snižující se pohybovou aktivitou dětí a vysokou potřebou pohybových aktivit u dětí. Jeví se důležité zkoumat, co zapříčiňuje uvedený nesoulad. Z výzkumu je také patrné, že žáci nepovažují pohyb za zbytečné unavování těla a spojují si jej s prospěšností pro zdraví.

Potřeba pohybových aktivit z hlediska druhu tvoří druhou kategorii. Žáci uvádí relativně vysokou vnímanou míru potřeby pohybových aktivit i v dané kategorii. Z testované hypotézy č. 4 vyplynulo, že existují statisticky významné rozdíly mezi vnímanou mírou potřeby pohybových aktivit z hlediska druhu ve prospěch žáků 4. a 5. tříd. Nejnižší průměrné hodnoty dosáhla podkategorie poznávací potřeba v souvislosti s pohybovými aktivitami, kterou žáci pozitivně hodnotí v kontextu sebepoznávání. Drobný nesoulad s výzkumem Mužíka a Pecha jsme shledali u výroku pohybová aktivita v přírodě za účelem poznávání nových míst, který je negativněji hodnocen v našem výzkumu. Nejpozitivněji vnímanou podkategorií je výkonová potřeba u pohybových aktivit. Odborníci doporučují omezovat výkonové pohybové činnosti u dětí, avšak výsledky šetření ukazují, že žáci vnímají svou potřebu výkonu. Zjistili jsme také, že chlapci udávají vyšší vnímanou míru výkonové potřeby pohybových aktivit než dívky, což nám koresponduje s teoretickými podklady. Poslední podkategorii tvoří sociální potřeba v kontextu pohybových aktivit, u které byla dosažena výrazněji nižší vnímaná míra potřeby pohybových aktivit v porovnání

s výzkumem Mužíka a Pecha. Potřeba poznávat nové kamarády a být ve společnosti dalších lidí se nejeví jako nejdůležitější u pohybových aktivit žáků.

Třetí kategorii představuje potřeba pohybových aktivit ve vztahu k jejich formě. Žáci vnímají relativně vysokou míru potřeby pohybových aktivit ve vztahu k jejich formě a zároveň nebyla zjištěna statisticky významná rozdílnost mezi žáky 4./5. tříd a žáky 8./9. tříd. Forma organizovaných i neorganizovaných pohybových činností dosáhla přibližně stejné vnímané míry potřeby. Z hlediska školního prostředí vyplynulo, že si žáci nedokážou představit výuku ve škole bez tělesné výchovy. V dalších výzkumech bychom mohli také zkoumat, zda jim vyhovují hodinové dotace pro tělesnou výchovu.

Největší část dotazníkového šetření zastupuje kategorie potřeba pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování. Z pohledu ostatních kategorií vyplývá, že respondenti vnímají nižší míru potřeby pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování. Existují statisticky významné rozdíly mezi danou kategorií a třídou žáků, přičemž žáci 4. a 5. tříd uvádí vyšší vnímanou míru potřeby pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování. Nejhůře dopadla podkategorie ovlivňování rodinou. Z výsledků je patrné, že rodiče spíše nenabádají své děti k pohybu a děti se neúčastní pohybových aktivit, aby potěšily rodiče. Obě uvedené položky nám nekorrespondují s jinými výzkumy. Nelze však určit příčinu daného nesouladu. Pozitivnější tvrzení představuje, že rodiče se spíše zajímají o pohyb svých dětí. Předpokládali jsme, že žáci, jejichž rodiče pravidelně sportují, deklarují vyšší vnímanou míru potřeby pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování rodinou. Daný předpoklad jsme statisticky ověřili. Opět se nám potvrdilo kladné hodnocení školního prostředí jako nejlépe hodnocené podkategorie ovlivňování pohybových aktivit. Potřebu pohybu žáků zajišťuje cesta do i ze školy i tělesná výchova. Žáci také uvádí spíše pozitivní ovlivňování pohybových aktivit svými kamarády a prostředím. Z výsledků vyplývá, že žáci se spíše zajímají o možnosti pohybových aktivit v místě svého bydliště, což podporuje předpoklady rozvoje pohybových aktivit v mikroregionu.

Vzájemné korelace mezi jednotlivými kategoriemi ukázaly, že nejsilnější vztah je mezi kategoriemi druh potřeby pohybu a kategorií potřeba pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování. Naopak nejslabší vztah je mezi kategorií síla potřeby pohybu a kategorií potřeba pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování.

Jeví se nám určité limity práce, které je vhodné uvést. Životní styl obsahuje mnoho faktorů. Zaměřili jsme se pouze na jeden z nich, který jsme ještě dále zúžili. Zkoumali jsme výhradně potřebu pohybových aktivit u žáků vybraných tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko. Nepochybně zajímavé by bylo i zjištění úrovně jejich pohybové aktivity, příp. příčiny vysoké potřeby a nízké úrovně pohybových aktivit. Pro další rozvoj je vhodné aplikovat výzkum do všech věkových skupin dětí, abychom poskytli komplexní obraz pohybových aktivit dětí v mikroregionu Východní Slovácko. Další omezení může představovat rozhodnutí ředitelů, kteří požadovali, aby dotazníky distribuovali žákům třídní učitelky/učitelé. Žáci se mohli obávat, že výsledky bude kontrolovat některá učitelka/učitel či ředitelka/ředitel. Osobní kontakt s žáky by mohl podpořit větší důvěru žáků. Možné zkreslení může znamenat i špatné pochopení jednotlivých výroků, avšak žádnou kritiku jsme v předvýzkumu ani samotném výzkumu neobdrželi. Určité ovlivnění může představovat i roční doba, protože dotazníkové šetření proběhlo v zimním období, kdy jsou možnosti pohybových aktivit částečně omezeny, což může hrát roli i v potřebě pohybových aktivit.

V rámci analýzy dat a shrnutí praktické části práce lze konstatovat, že na všechny výzkumné otázky, které byly na počátku stanoveny, jsme poskytli odpovědi. Jednotlivé hypotézy byly ověřeny a následně potvrzeny, nebo vyvráceny. Komplexně můžeme tvrdit, že žáci 4., 5., 8. a 9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko deklarují svou potřebu pohybových aktivit. Na základě popsaných závěrů navrhuje doporučení pro praxi.

7 DOPORUČENÍ

S ohledem na teoretická východiska a zejména získané informace přímo od žáků lze nastínit dvě formy doporučení pro praxi. První z nich tvoří další i rozsáhlejší projekt a druhý návrh představuje zorganizování setkání s obyvateli obcí mikroregionu Východní Slovácko, prezentování výsledků výzkumu a pravděpodobně i diskuzi. V následujícím textu nastíníme základní myšlenky pro obě doporučení.

Předpokládaný projekt by pokračoval v problematice pohybových aktivit u dětí. Náš výzkum byl zaměřen pouze na žáky konkrétních tříd základních škol v mikroregionu. Dotazníkové šetření můžeme rozšířit do všech tříd základních škol mikroregionu. Jedna zapojená základní škola již požádala jak o výsledky uskutečněného šetření, tak i o další spolupráci v ostatních třídách, ve kterých výzkum neproběhl. V prvním cíli projektu bychom zmapovali potřebu pohybových aktivit žáků základních škol v mikroregionu Východní Slovácko. Z výsledků již realizovaného výzkumu vyplývá relativně vysoká vnímaná míra potřeby pohybových aktivit u žáků v daném mikroregionu. Jiné výzkumy, které ovšem nebyly uskutečněny ve stejném prostředí, ukazují, že se snižuje úroveň pohybových aktivit u dětí. Druhý cíl projektu bychom stanovili jako zmapování úrovně pohybových aktivit žáků základních škol v mikroregionu Východní Slovácko. Uvedený záměr bychom mohli zjistit prostřednictvím dotazníkového šetření, pozorování, příp. kombinací dalších metod. Nelze odhadnout výsledky obou částí, proto závěry a doporučení nelze dále specifikovat.

Druhou možnost doporučení pro praxi tvoří zorganizování setkání a diskuze s rodiči, učiteli, žáky i širší veřejností zejména v mikroregionu Východní Slovácko. Příloha č. 2 obsahuje plakát jako pozvání na uvedené setkání. Hlavním cílem shromáždění by byla prezentace výsledků výzkumu, o kterou požádala jedna základní škola, jak jsme již uvedli výše. Předpokládáme dotazy i diskuzi k problematice pohybových aktivit a jejich potřeb u žáků. Zaměřili bychom se zejména na významné podklady, které plynou z analýzy dané oblasti. První bod prezentuje deklarovaná potřeba pohybových aktivit žáků. Zdůrazňujeme důležitost potřeby pohybových aktivit bez ohledu na jejich formu a není třeba zajistit pouze pohybové aktivit pro děti v organizovaných kroužcích nebo oddílech. Nechceme však snižovat jejich hodnotu. Výrazný akcent celého setkání je kladen na dosaženou relativně nízkou úroveň vnímané míry potřeby pohybových aktivit z hlediska ovlivňování rodinou. Na druhou stranu podpoříme pedagogy v zjištění, že žáci pozitivně hodnotí pohybové akti-

vity z pohledu školního prostředí. Nepatrný bod k diskuzi tvoří výkonová potřeba v kontextu teoretických východisek a praktických výsledků.

ZÁVĚR

Diplomová práce je zaměřena na problematiku pohybových aktivit u dětí. Hlavní cílem bylo zmapování potřeby pohybových aktivit u dětí. Domníváme se, že je nejprve nutné zjistit potřeby pohybových aktivit a až poté jejich úroveň. V teoretické části jsme se zaměřili na charakteristiku pohybových aktivit zejména u dětí, spojitost pohybových aktivit a práce sociálního pedagoga, který by měl znát strukturu i přínosy pohybu. Další část se věnuje potřebám v kontextu pohybových aktivit. Teoretická východiska uzavírá kapitola o osobnosti dítěte a sociálních činitelích z pohledu pohybových aktivit a sociální pedagogiky.

Praktická část se orientuje na zjištění vnímané míry potřeby pohybových aktivit u dětí. Konkrétně jsme se zaměřili na žáky 4. a 5. tříd, jako nejstarší reprezentanty 1. stupně základních škol i středního školního věku, a žáky 8. a 9. tříd, jako nejstarší zástupce 2. stupně základních škol i staršího školního věku. Data byla získána prostřednictvím dotazníkového šetření, které bylo realizováno na základních školách v mikroregionu Východní Slovácko. Při vzniku mikroregionu hrála důležitou roli příroda i podpora rozvoje daného prostředí z pohledu cyklostezek, naučných stezek apod. Lze vidět propojenost s pohybovými aktivitami.

Žáci 4., 5., 8. a 9. tříd základních škol v mikroregionu Východní Slovácko deklarují relativně vysokou vnímanou míru potřeby pohybových aktivit. Byly stanoveny čtyři kategorie, přičemž u každé z nich byla stanovena hypotéza na ověření statisticky významných rozdílů vnímané míry potřeby pohybových aktivit z hlediska dvou skupin – žáků 4./5. tříd a žáků 8./9. tříd. Pouze u dvou kategorií byly potvrzeny statisticky významné rozdíly ve prospěch žáků 4. a 5. tříd, kteří deklarují vyšší vnímanou míru potřeby pohybových aktivit z hlediska druhu a z hlediska jejich ovlivňování. S ohledem na teoretická východiska lze konstatovat, že žáci si uvědomují potřebu pohybu vzhledem ke svému zdraví. Výraznější rozpor nastává u výkonové potřeby. Odborníci doporučují omezovat a nezařazovat cvičení a hry zaměřené na výkon. Žáci však uvádí relativně vysokou vnímanou míru výkonové potřeby pohybových aktivit. Může tedy dojít ke konfrontaci zmíněných odlišností. Nebyly zjištěny rozdíly mezi potřebou organizovaných a neorganizovaných pohybových aktivit, proto je vhodné podporovat pohyb dětí bez ohledu na formu. Nejdůležitější a nejrozsáhlejší část dotazníku se zabývá sociálními činiteli v potřebě pohybových aktivit u dětí. Nejčastěji v dané kategorii i v celém dotazníkovém šetření dopadla rodina. Žáci odpovídali,

že se rodiče spíše zajímají o jejich pohybové aktivity, ale nenabádají je k pohybu, nesportují s nimi. Potěšit rodiče prostřednictvím účasti na pohybových aktivitách nemá význam pro žáky. Pozitivněji můžeme hodnotit zjištění, že žáci, jejichž rodiče pravidelně sportují, dosáhli vyšších průměrných hodnot potřeby pohybových aktivit. Předpokládáme, že postoje rodičů k pohybové aktivitě nelze jednoduše změnit. Můžeme však poukázat na jednotlivé přínosy, nebo se snažit podpořit pohyb dětí jinou cestou. Tu může představovat školní prostředí, které bylo řazeno do pozitivních činitelů. Žáci se chtějí účastnit tělesné výchovy a zároveň si bez ní nedokáží představit fungování školy. Z výzkumu vyplynulo, že pohybové aktivity dětí jsou ovlivněny i kamarády a prostředím. Lze zmínit i výrok, ve kterém žáci spíše uváděli, že se zajímají o možnosti pohybu ve svém okolí. Uvedené tvrzení může být podkladem pro další zkoumání i podporu možností pohybových aktivit v daném mikroregionu. Následně byla vytvořena doporučení v souladu s teoretickými východisky a získanými praktickými poznatky. Stanovené cíle byly splněny. Na závěr lze konstatovat, že děti vnímají potřebu pohybových aktivit a je vhodné je podporovat a poskytnout jim možnosti v uspokojení dané potřeby.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

1. Aktuální znění zákona o pedagogických pracovnících k 1. lednu 2015, © 2013-2015.
In: *Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy* [online]. Praha, [cit. 2015-02-09]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/dokumenty/aktualni-zneni-zakona-o-pedagogickych-pracovnicich-k-1-lednu>
2. BARTONÍČEK, Radek, 2011. Na Slovácku otevřeli naráz šest nových rozhleden.
In: *iDNES.cz* [online]. Praha: MAFRA, a. s., 30. prosince 2011 [cit. 2015-02-01]. Dostupné z: http://zlin.idnes.cz/na-slovacku-otevrel-naraz-sest-novych-rozhleden-f7s-/zlin-zpravy.aspx?c=A111230_1708085_zlin-zpravy_sot
3. BEAULIEU, Noemie P., 2008. *Physical activity and children: new research*. New York: Nova Science Publishers. ISBN 978-1-60456-306-1.
4. BOUCHARD, Claude, Steven N. BLAIR a William L. HASKELL, 2012. *Physical activity and health*. 2nd ed. Champaign, IL: Human Kinetics. ISBN 07-360-9541-1.
5. *Bystřice pod Lopeníkem* [online]. 2015 [cit. 2015-02-09]. Dostupné z: <http://www.bystricepodlopenikem.cz/>
6. ČÁP, Jan a Jiří MAREŠ, 2001. *Psychologie pro učitele*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-463-X.
7. ČELEDOVÁ, Libuše a Rostislav ČEVELA, 2010. *Výchova ke zdraví: vybrané kapitoly*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3213-8.
8. DVOŘÁKOVÁ, Hana, 2012. *Školáci v pohybu: tělesná výchova v praxi*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3733-1.
9. GALLOWAY, Jeff, 2007. *Děti v kondici: zdravé, šťastné, šikovné*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2134-7.
10. HÁJEK, Bedřich, Břetislav HOFBAUER a Jiřina PÁVKOVÁ, 2008. *Pedagogické ovlivňování volného času: současné trendy*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-473-1.
11. Health education, © 2014. In: *World Health Organization* [online]. [cit. 2014-10-08]. Dostupné z: http://www.who.int/topics/health_education/en/
12. HELUS, Zdeněk, 2007. *Sociální psychologie pro pedagogy*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-1168-3.
13. HENDL, Jan a Lubomír DOBRÝ, 2011. *Zdravotní benefity pohybových aktivit: monitorování, intervence, evaluace*. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-2000-8.

14. HOFBAUER, Břetislav, 2004. *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-927-5.
15. HRABAL, Vladimír a Vladimír HRABAL, 2002. *Diagnostika: pedagogickopsychologická diagnostika žáka s úvodem do diagnostické aplikace statistiky*. 2. vyd. Praha: Karolinum. ISBN 80-246-0319-5.
16. CHRÁSKA, Miroslav, 2007. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-1369-4.
17. JOWETT, Sophia a David LAVALLEE, 2007. *Social psychology in sport*. Champaign, IL: Human Kinetics. ISBN 978-0-7360-5780-6.
18. KALMAN, Michal, Zdeněk HAMŘÍK a Jan PAVELKA, 2009. *Podpora pohybové aktivity: pro odbornou veřejnost*. Olomouc: ORE-institut. ISBN 978-80-254-5965-2.
19. KLAPILOVÁ, Světlá, 2000. *Kapitoly ze sociální pedagogiky*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 80-7076-669-8.
20. KOLT, Gregory S., 2013. Children and Physical Activity. *Journal of Science and Medicine in Sport*. Roč. 16, č. 4, s. 291. ISSN: 1440-2440. Dostupné z: <http://search.proquest.com.proxy.k.utb.cz/docview/1400437248?pq-origsite=summon>
21. KRAUS, Blahoslav, 2008. *Základy sociální pedagogiky*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-383-3.
22. KRAUS, Blahoslav a Věra POLÁČKOVÁ et al., 2001. *Člověk - prostředí - výchova: k otázkám sociální pedagogiky*. Brno: Paido. ISBN 80-7315-004-2.
23. KUČERA, Miroslav, Pavel KOLÁŘ a Ivan DYLEVSKÝ, 2011. *Dítě, sport a zdraví: pro odbornou veřejnost*. Praha: Galén. ISBN 978-80-7262-712-7.
24. LANDRY, Bradford W. a Sherilyn Whateley DRISCOOL, 2012. Physical Activity in Children and Adolescents. *PM&R*. Č. 4, s. 826-832. Dostupné z: <http://www.sciencedirect.com.proxy.k.utb.cz/science/article/pii/S1934148212010520>
25. LOKŠOVÁ, Irena a Jozef LOKŠA, 1999. *Pozornost, motivace, relaxace a tvořivost dětí ve škole*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-205-X.
26. MACHOVÁ, Jitka, Dagmar KUBÁTOVÁ a kol., 2009. *Výchova ke zdraví*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2715-8.
27. MAREŠ, Jiří, 2013. *Pedagogická psychologie*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0174-8.

28. MARKOVÁ, Marie, 2012. *Determinanty zdraví*. Brno: Národní centrum ošetrovatelství a nelékařských zdravotnických oborů. ISBN 978-80-7013-545-7.
29. MUŽÍK, Vladislav a Petr VLČEK, 2010. *Škola, pohyb a zdraví: výzkumné výsledky a projekty*. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 978-80-7392-147-7.
30. Národní zpráva o zdraví a životním stylu dětí a školáků, © 2011. In: *HBSC* [online]. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, [cit. 2015-01-14]. ISBN 978-80-244-2986-1. Dostupné z: http://hbsc.upol.cz/download/narodni_zprava_zdravi_ziv_styl.pdf
31. Naše obec, © 2014. *Obec Bánov* [online]. [cit. 2015-02-09]. Dostupné z: <http://www.banov.cz/nase-obec/>
32. NĚMEC, Jiří, 2002. *Kapitoly ze sociální pedagogiky a pedagogiky volného času pro doplňující pedagogické studium*. Brno: Paido. ISBN 80-7315-012-3.
33. PERIČ, Tomáš, 2008. *Sportovní příprava dětí*. 2. dopl. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2643-4.
34. PLHÁKOVÁ, Alena, 2004. *Učebnice obecné psychologie*. Praha: Academia. ISBN 80-200-1086-6.
35. Praktické Info, © 2011. *Obec Korytná* [online]. [cit. 2015-02-09]. Dostupné z: <http://www.korytna.cz/prakticke-info/>
36. PROCHÁZKA, Miroslav, 2012. *Sociální pedagogika*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3470-5.
37. PRŮCHA, Jan, Eliška WALTEROVÁ a Jiří MAREŠ, 2013. *Pedagogický slovník*. 7. aktualiz. a rozš. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0403-9.
38. Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání, © 2013-2015. In: *Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy* [online]. Praha, [cit. 2015-02-01]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/vzdelavani/zakladni-vzdelavani/upraveny-ramcovy-vzdelavaci-program-pro-zakladni-vzdelavani>
39. SIGMUND, Erik a Dagmar SIGMUNDOVÁ, 2011. *Pohybová aktivita pro podporu zdraví dětí a mládeže*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 978-80-244-2811-6.
40. Spolkový život, © 2015. *Nivnice* [online]. [cit. 2015-02-10]. Dostupné z: <http://www.nivnice.cz/spolky-a-organizace/>
41. Sportovní organizace, © 2015. *Vlčnov* [online]. [cit. 2015-02-10]. Dostupné z: <http://www.vlcnov.cz/spolky-sdruzeni/sport/>

42. STRNADLOVÁ, Alice, 2011. *Tvorba a metodika projektů k podpoře zdraví*. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě. ISBN 978-80-7368-978-0.
43. *Suchá Loz* [online]. © 2007-2011 [cit. 2015-02-10]. Dostupné z: <http://www.suchaloz.cz/>
44. ŠAMÁNKOVÁ, Marie a kol., 2011. *Lidské potřeby ve zdraví a nemoci: aplikované v ošetrovatelském procesu*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3223-7.
45. VÁGNEROVÁ, Marie, 2012. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Vyd. 2. rozš. a přeprac. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-2153-1.
46. Vítejte v mikroregionu Východní Slovácko, © 2014. In: *Východní Slovácko* [online]. [cit. 2014-11-10]. Dostupné z: <http://vyhodnislovacko.eu/launch.php?s=page&ID=28>
47. VÝROST, Jozef a Ivan SLAMĚNÍK, 2008. *Sociální psychologie*. 2. přeprac. a rozš. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-1428-8.
48. Zákon o podpoře sportu, © 2013-2015. In: *Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy* [online]. Praha, [cit. 2015-02-09]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/sport/zakon-o-podpore-sportu>
49. Zdraví a životní styl dětí a školáků, © 2013. In: *HBSC* [online]. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, [cit. 2014-09-20]. ISBN 978-80-244-3409-4. Dostupné z: http://hbse.upol.cz/download/zdravi%20skolaci_publicace_WEB.pdf

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

Apod. A podobně

Atd. A tak dále

Č. Číslo

ČR Česká republika

HBSC Organizace Health Behaviour in School-aged Children

Např. Například

Resp. Respektive

S. Strana

Tab. Tabulka

TJ Tělovýchovná jednota

Tzn. To znamená

Tzv. Takzvaný

SEZNAM GRAFŮ

<i>Graf č. 1 Pohlaví žáků</i>	<i>52</i>
<i>Graf č. 2 Počet žáků jednotlivých tříd</i>	<i>53</i>
<i>Graf č. 3 Aktivní pohyb rodičů žáků</i>	<i>53</i>

SEZNAM TABULEK

<i>Tabulka č. 1 Celkový počet žáků</i>	48
<i>Tabulka č. 2 Výběrový soubor</i>	49
<i>Tabulka č. 3 Korelace kategorií</i>	54
<i>Tabulka č. 4 Síla potřeby pohybu</i>	55
<i>Tabulka č. 5 Položky ke kategorii síla potřeby pohybu</i>	55
<i>Tabulka č. 6 T-test pro kategorii síla potřeby pohybu a proměnnou pohlaví</i>	56
<i>Tabulka č. 7 Mann-Whitneyův U-test pro kategorii síla potřeby pohybu a proměnnou pohlaví</i>	56
<i>Tabulka č. 8 T-test pro kategorii síla potřeby pohybu a proměnnou navštěvovaná třída</i>	57
<i>Tabulka č. 9 Potřeba pohybových aktivit podle jejich druhu</i>	58
<i>Tabulka č. 10 Poznávací potřeba u pohybových aktivit</i>	59
<i>Tabulka č. 11 Výkonová potřeba u pohybových aktivit</i>	59
<i>Tabulka č. 12 Sociální potřeba u pohybových aktivit</i>	60
<i>Tabulka č. 13 T-test pro druh výkonové potřeby pohybových aktivit a proměnnou pohlaví</i>	60
<i>Tabulka č. 14 T-test pro potřebu pohybových aktivit podle jejich druhu a proměnnou navštěvovaná třída</i>	61
<i>Tabulka č. 15 Potřeba pohybových aktivit ve vztahu k jejich formě</i>	62
<i>Tabulka č. 16 Organizovaná forma pohybových aktivit</i>	63
<i>Tabulka č. 17 Neorganizovaná forma pohybových aktivit</i>	63
<i>Tabulka č. 18 T-test pro potřebu pohybových aktivit ve vztahu k jejich formě a proměnnou navštěvovaná třída</i>	64
<i>Tabulka č. 19 Potřeba pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování</i>	66
<i>Tabulka č. 20 Potřeba pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování rodinou</i>	66
<i>Tabulka č. 21 Potřeba pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování školou</i>	67
<i>Tabulka č. 22 Potřeba pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování kamarády</i>	67
<i>Tabulka č. 23 Potřeba pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování prostředím</i>	68
<i>Tabulka č. 24 T-test pro potřebu pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování rodinou a proměnnou sportování rodičů</i>	69

<i>Tabulka č. 25 T-test pro potřebu pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování a proměnnou navštěvovaná třída</i>	<i>69</i>
<i>Tabulka č. 27 Potřeba pohybových aktivit z hlediska jejich ovlivňování a konkrétní třída</i>	<i>70</i>

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha PI: Dotazník

Příloha PII: Poster

PŘÍLOHA P I: DOTAZNÍK

Vážení žáci,

jsem studentka 2. ročníku navazujícího magisterského oboru Sociální pedagogika na Fakultě humanitních studií Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně.

Obracím se na Vás s prosbou o vyplnění dotazníku, jenž bude sloužit ke zpracování mé diplomové práce na téma Pohybová aktivita jako potřeba dětí v mikroregionu Východní Slovácko. Dotazník je zcela anonymní, proto se nemusíte podepisovat. Na otázky neexistují správné ani špatné odpovědi. Získané údaje poslouží pouze k uvedenému účelu.

Předem Vám děkuji za kompletní a pravdivé vyplnění předloženého dotazníku.

Bc. Anna Borýsková

Pokyny k vyplnění: u každé věty zakřížkuj vždy jednu z odpovědí, jak pravdivě o Tobě vypovídá. Čím více je věta pravdivá, tím více bodů k ní přiřad.

	Určitě ne	Spíše ne	Spíše ano	Určitě ano
1. Pohyb potřebuji každý den.	1	2	3	4
2. Pohyb považuji za zbytečné unavování těla.	1	2	3	4
3. Pohyb je pro mě stejně důležitý, jako je jídlo, odpočinek a spánek.	1	2	3	4
4. Pohybovou aktivitu potřebuji pro své zdraví.	1	2	3	4
5. Rád(a) sportuji v přírodě, protože chci poznávat nová místa.	1	2	3	4
6. Rád(a) sportuji, protože chci poznávat, jak jsem šikovný(á).	1	2	3	4
7. Chci poznávat, co zvládnu, proto se pravidelně účastním pohybových aktivit.	1	2	3	4
8. Vyhledávám takové pohybové činnosti, ve kterých se můžu porovnávat (soutěžit) s ostatními.	1	2	3	4
9. V pohybových aktivitách chci dosáhnout co nejlepšího výkonu.	1	2	3	4
10. Raději se vyhýbám pohybovým aktivitám, protože se obávám neúspěchu.	1	2	3	4
11. Když si jdu zasportovat, hledám k sobě někoho dalšího, jsem rád ve společnosti.	1	2	3	4
12. Chci poznávat nové kamarády při pohybových aktivitách.	1	2	3	4
13. Výuku ve škole si dokážu představit bez tělesné výchovy.	1	2	3	4
14. Pohyb ve škole mi nestačí, navštěvuji, nebo bych chtěl(a) navštěvovat sportovní klub.	1	2	3	4

	Určitě ne	Spíše ne	Spíše ano	Určitě ano
15. O přestávkách většinou sedím v lavici, nechce se mi pohybovat.	1	2	3	4
16. Po návratu ze školy potřebuji pohyb venku.	1	2	3	4
17. Rád(a) si zacvičím i sám doma.	1	2	3	4
18. Rodiče mě nabádají k pohybu a často se mnou sportují.	1	2	3	4
19. Rodiče se nezajímají, kolik pohybu mám za den.	1	2	3	4
20. Rodiče jsou pro mne vzorem, abych se pravidelně pohyboval(a).	1	2	3	4
21. Pravidelně se pohybuji, abych potěšil(a) své rodiče.	1	2	3	4
22. Díky škole a tělesné výchově mě pohyb více baví.	1	2	3	4
23. Raději se vyhýbám tělesné výchově.	1	2	3	4
24. Učitelé i mimo tělesnou výchovu zařazují do hodin krátké pohybové chvílky, kterých se rád(a) zúčastním.	1	2	3	4
25. Nechce se mi do školy chodit pěšky, nebo jezdit na kole, proto se nechávám vozit rodiči autem.	1	2	3	4
26. S kamarády vyhledáváme sportování a trávíme tím hodně času.	1	2	3	4
27. Raději s kamarády hrajeme počítačové hry, než abychom si šli hrát ven.	1	2	3	4
28. Rozsáhlá nabídka organizovaných pohybových aktivit v mém okolí mě motivuje k pravidelné účasti.	1	2	3	4
29. Chodím do sportovních kroužků nebo oddílů, díky kterým mám dostatek pohybu.	1	2	3	4
30. Nezajímám se o pohybové aktivity v místě svého bydliště.	1	2	3	4

Pohlaví:

- chlapec
 dívka

Moji rodiče aktivně sportují:

- ano
 ne

Jsem žákem:

4. třídy základní školy
 5. třídy základní školy
 8. třídy základní školy
 9. třídy základní školy

Děkuji za pravdivé vyplnění.

PŘÍLOHA P II: POSTER

Mají vaše děti
potřebu pohybu?



Co ovlivňuje potřebu
pohybu dětí?

Setkání se koná dne 10. června
v 17 hodin v základní škole!

Výsledky dotazníkového
šetření z celého mikroregionu!

Přijďte zjistit
a diskutovat!

