

Pobyt dětí předškolního věku ve venkovním prostředí

Dominika Škardová

Bakalářská práce
2024



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

Akademický rok: 2023/2024

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení: **Dominika Škardová**
Osobní číslo: **H21571**
Studijní program: **B0111A190011 Sociální pedagogika**
Forma studia: **Prezenční**
Téma práce: **Pobyť dětí předškolního věku ve venkovním prostředí**

Zásady pro vypracování

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.

Vymezení terminologie a teoretických východisek z oblasti období dítěte v předškolním věku, venkovního prostředí a well-beingu.

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

Realizace kvantitativního výzkumu formou dotazníkového šetření.

Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.

Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

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

Seznam doporučené literatury:

- DANIŠ, Petr, 2016. Děti venku v přírodě: ohrožený druh? Ministerstvo životního prostředí ČR. ISBN 978-80-7212-610-1.
DANIŠ, Petr, 2019. Tajemství školy za školou. Ministerstvo životního prostředí ČR. ISBN 978-80-7212-638-5.
GILBERTSON, Ken et al., 2006. Outdoor Education: Methods and Strategies. Human Kinetics. ISBN 0-7360-4709-3.
CHRÁSKA, Miroslav, 2007. Metody pedagogického výzkumu. Grada. ISBN 978-80-247-1369-4.
LEARNING THROUGH LANDSCAPES, 2022. Teaching the Primary Curriculum Outdoors. Sage publications. ISBN 978-1-5297-8043-7.

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

Datum zadání bakalářské práce: **15. ledna 2024**

Termín odevzdání bakalářské práce: **26. dubna 2024**

Mgr. Libor Marek, Ph.D.
děkan



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

Ve Zlíně dne 15. ledna 2024

PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské 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 obhajoby¹⁾;
- beru na vědomí, že bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji bakalářskou 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. 3²⁾;
- podle § 60³⁾ 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 § 60³⁾ odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – bakalářskou 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 bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

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

Ve Zlíně 14.4.2024.....

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 Zveřejněním zástřeštěných prací

²⁾ Vysoká škola nejdříve musí zveřejnit 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, užitje-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacímu zařízení (školní dílo).*

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

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

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

(2) *Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo 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 jím dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přehledně k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.*

ABSTRAKT

Cílem našeho výzkumu je zjistit, kolik času tráví děti předškolního věku ve venkovním prostředí a jaké faktory ovlivňují délku jejich pobytu venku. Teoretická část naší práce se zaměřuje na různé aspekty pobytu venku u dětí předškolního věku. Začínáme zkoumáním vlivu pobytu venku na fyzické, psychické a sociální zdraví dětí. Dále se zabýváme prostředím venku ve školách, jak tradičních, tak alternativních, a popisujeme programy a aktivity, které podporují venkovní aktivity u dětí. V části věnované pobytu venku ve volném čase se zaměřujeme na svobodnou hru, organizované kroužky a vliv elektronických technologií na čas strávený venku. Tento segment naší práce se zabývá rovněž rodičovským přístupem k podpoře venkovních aktivit svých dětí. V praktické části našeho výzkumu zkoumáme konkrétně, kolik času děti předškolního věku tráví venku v mateřských školách a ve svém volném čase. Analyzujeme také, jak elektronické technologie ovlivňují délku pobytu dětí venku a jaký je rodičovský přístup k podpoře venkovních aktivit dětí.

Klíčová slova: předškolní období, pobyt venku, mateřská škola, volný čas

ABSTRACT

The aim of our research is to find out how much time preschool children spend outdoors and what factors influence the length of their time outdoors. The theoretical part of our work focuses on different aspects of outdoor time for preschool children. We begin by examining the impact of outdoor time on children's physical, psychological and social health. Next, we examine the outdoor environment in preschools, both traditional and alternative, and describe programs and activities that promote outdoor activity in children. In the section on outdoor leisure, we focus on free play, organized clubs, and the impact of electronic technology on time spent outdoors. This segment of our work also looks at parental attitudes toward supporting their children's outdoor activities. In the practical part of our research, we specifically examine how much time preschoolers spend outdoors in kindergarten and in their free time. We also analyse how electronic technologies affect children's length of time outdoors and parental attitudes towards supporting children's outdoor activities.

Keywords: preschool, outdoor, kindergarten, leisure time

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

OBSAH

ÚVOD	10
I TEORETICKÁ ČÁST	12
1 POBYT VENKU	13
1.1 FYZICKÉ ZDRAVÍ	13
1.2 PSYCHICKÉ ZDRAVÍ	14
1.3 SOCIÁLNÍ ZDRAVÍ.....	15
2 POBYT VENKU V MATEŘSKÉ ŠKOLE	16
2.1 TRADIČNÍ MATEŘSKÉ ŠKOLY	17
2.1.1 Školní vzdělávací program.....	18
2.1.2 Denní režim mateřské školy.....	19
2.2 ALTERNATIVNÍ MATEŘSKÉ ŠKOLY	20
2.2.1 Lesní mateřské školy	21
2.2.2 Ekoškoly.....	22
2.3 PROGRAMY MATEŘSKÝCH ŠKOL	23
2.3.1 Zahrada hrou	23
2.3.2 Ekoškola.....	24
2.3.3 Les ve škole.....	25
3 POBYT VENKU VE VOLNÉM ČASE DĚTÍ PŘEDŠKOLNÍHO VĚKU	26
3.1 SVOBODNÁ HRA	26
3.2 KROUŽKY.....	27
3.3 ELEKTRONICKÉ TECHNOLOGIE	28
II PRAKTICKÁ ČÁST	30
4.1 CÍL VÝZKUMU	31
4.2 VÝZKUMNÉ OTÁZKY	31
4.3 VÝZKUMNÝ SOUBOR	32
4.4 VÝZKUMNÝ NÁSTROJ	33
4.5 ZPŮSOB ZPRACOVÁNÍ DAT.....	35
4.6 ANALÝZA VÝZKUMNÉHO ŠETŘENÍ.....	36
4.6.1 Charakteristika vzorku	36
4.6.2 Jak probíhá trávení volného času venku dětí předškolního věku v mateřské škole?	39
4.6.3 Jak probíhá trávení volného času venku dětí předškolního věku ve svém volném čase?.....	43
4.6.4 Kolik času tráví děti předškolního věku používáním elektronických zařízení a internetu?	48
4.6.5 Jak podporují rodiče pobyt svých dětí předškolního věku venku?	51
4.6.6 Shrnutí výsledků výzkumu.....	61

4.6.7	Diskuse.....	62
4.6.8	Doporučení pro praxi	62
ZÁVĚR		64
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....		65
SEZNAM SYMBOLŮ A ZKRATEK		68
SEZNAM GRAFŮ		69
SEZNAM TABULEK.....		70
SEZNAM PŘÍLOH.....		71

ÚVOD

V našem výzkumu se zaměřujeme na pobyt dětí ve venkovním prostředí.

V posledních letech je stále větší počet dětí pohlcen používáním elektronických zařízení. Podle nedávné studie "Od nuly do osmi: Užívání médií dětmi v Americe" dokonce devítiměsíční miminka stráví téměř hodinu denně u televize, zatímco pětileté děti s úsměvnými výmluvami naléhají na své rodiče, aby jim půjčili jejich telefony. Tento trend roste s věkem, přičemž děti tráví čím dál více času ve světě digitálních technologií. Zájem dětí o elektronická zařízení a internet se stává jednou z hlavních bariér, které brání jejich aktivnímu času strávenému venku. Tento jev ovlivňuje jejich životní styl a omezuje možnosti pro přímý kontakt s přírodou a okolím (Daniš, 2016). Při pobytu venku v přírodě se projevuje celá řada zdravotních výhod, které přispívají k celkovému zlepšení kondice a kvality života. Jednou z klíčových výhod je posílení imunitního systému, což dělá tělo odolnějším vůči infekcím a nemocem. Díky pravidelnému pobytu venku dochází k menšímu výskytu běžných onemocnění, jako jsou nachlazení a chřipka. Taková přirozená terapie není prospěšná pouze fyzickému zdraví, ale má i pozitivní dopad na duševní stav jedince. Pobyt v přírodě napomáhá snižování stresu, uklidňuje mysl a přináší pocit klidu a pohody. Tyto zdravotní benefity jsou důležitou motivací k tomu, trávit více času venku a propojit se s přírodou (Daniš, 2019).

Venkovní vzdělávání představuje koncept výuky, který se odehrává na školním pozemku, v bezprostředním okolí školy nebo prostřednictvím výletů a pobytových akcí mimo školní areál. Tento způsob výuky přináší řadu výhod, které obohacují vzdělávací proces. Mezi hlavní přínosy patří zlepšení výsledků ve vzdělávání, delší trvání soustředění, zvýšený zájem o učení, lepší chování a snížený výskyt kázeňských problémů, stejně jako rozvoj životních dovedností. Tento typ výuky umožňuje studentům propojit teorii s praxí prostřednictvím praktických zkušeností v reálném prostředí. Učení venku nabízí studentům možnost objevovat a zkoumat přírodní a kulturní prostředí kolem nich, což podporuje jejich zájem o učení a aktivní zapojení do vzdělávacího procesu. Díky interaktivnímu a zážitkovému přístupu ke vzdělávání se také zvyšuje jejich motivace a chuť učit se. Další výhodou učení venku je jeho pozitivní vliv na chování studentů. Práce v přírodním prostředí často stimuluje jejich kreativitu, vytrvalost a týmovou spolupráci, což má za následek lepší chování a menší výskyt kázeňských problémů ve třídě. Tím se vytváří příznivé prostředí pro efektivní vzdělávání a rozvoj životních dovedností, které studenti budou moci využít i mimo školní prostředí (Daniš, 2019).

Tento výzkum je zaměřen na zjištění kolik času děti předškolního věku tráví v mateřské škole a ve svém volném čase.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 POBYT VENKU

Hra s přírodními materiály a aktivita venku jsou zásadní pro rozvoj dětí. Při hrách venku se děti zapojují do činností, které podporují všechny jejich smysly a přispívají k rozvoji širokého spektra tělesných i mentálních dovedností. Kromě toho, že přírodní prostředí přináší výhody pro fyzické a duševní zdraví dětí, také podporuje rodinné vztahy a posiluje úctu k přírodě. Vědecké studie v oblasti medicíny, psychologie a pedagogiky jednoznačně potvrzují přínosy pobytu venku pro celkový vývoj a blahobyt dětí (TEREZA, vzdělávací centrum, 2024).

Mezi zdravotní benefity spojené s přírodou patří snížená úmrtnost, posílení imunitního systému, menší riziko pro běžné nemoci, rychlejší zotavení po chirurgických zákrocích, lepší kontrola hladiny cukru v krvi u pacientů s diabetem, prevence astmatu, nižší riziko krátkozrakosti a ochrana před kardiovaskulárními onemocněními. Pobyt v přírodě také pozitivně ovlivňuje naši náladu, zvyšuje pocit štěstí a snižuje úroveň stresu a riziko deprese. Děti, které tráví čas venku, jsou často aktivnější a mají menší tendenci k nadváze a obezitě. Tyto výhody kontaktu s přírodou jsou dobře zdokumentovány v různých odborných i populárních zdrojích, včetně publikace "Děti venku v přírodě: ohrožený druh?" (Daniš, 2019).

1.1 Fyzické zdraví

Děti, které tráví více času venku, jsou obvykle fyzicky aktivnější a mají nižší riziko nadváhy či obezity. U malých dětí, které si hrají v přírodním prostředí, je pozorován rychlejší rozvoj hrubé motoriky. Dokonce i dospělí, kteří žijí v blízkosti zeleně, jsou méně často nemocní a jejich nemoci jsou obvykle kratší. Kromě toho mají tendenci k delšímu životu. Pobyt v zeleném prostředí má celkově pozitivní vliv na lidské zdraví, zlepšuje fyzickou kondici a posiluje imunitní systém. I přes mnoho faktorů ovlivňujících fyzické zdraví, jako je strava, životní styl a genetické predispozice, stále se jednoznačně prokazuje, že pravidelný kontakt s přírodou má pozitivní vliv na lidské zdraví. Výzkumy naznačují, že pobyt v zeleném prostředí, ať už jde o procházky v přírodě, relaxaci v parku nebo pouhý pohled na zeleň z okna, přináší mnohé zdravotní výhody, které nelze jednoduše přičítat pouze cvičení a pohybu. Například studie ukazují, že pacienti umístění v nemocnicích s výhledem na zeleň často prokazují rychlejší uzdravení a méně pooperačních komplikací ve srovnání s těmi, kteří mají výhled na sterilní stěny. Krátké procházky v přírodě jsou často účinnější než jiné formy pohybu nebo sportu pro celkové zlepšení zdraví a blahobytu. Může to být způsobeno

tím, že přírodní prostředí podporuje imunitní systém tím, že zvyšuje aktivitu lymfocytů v krvi a pomáhá snižovat hladinu stresu a únavu. Tyto zdravotní výhody zelených prostor se dále projevují i na psychickém zdraví, což může mít významný dopad na celkovou kvalitu života. Ačkoli je přínos zeleně pro lidské zdraví nepopiratelný, stále nejsou zcela objasněny mechanismy, jakými působí na náš organismus, a to je oblast, která si vyžaduje další výzkumy a pozornost (Daniš, 2016).

Pravidelné hry a aktivity venku mají zásadní vliv na pohyb u dětí, což může významně snížit riziko nadváhy a obezity. Výzkum provedený v roce 2010 Ashley Cooperem a jeho týmem ve Velké Británii sledoval více než 1000 jedenáctiletých dětí pomocí GPS a zařízení na měření rychlosti pohybu. Zjistili, že venkovní fyzická aktivita u dětí byla v průměru 2–3krát vyšší než ta uvnitř. Podobně v roce 2011 provedla studii skupina amerických vědců v čele s Rachel Kimbro, Jeanne Brooks-Gunn a Sarou McLanahan. Tato studie analyzovala údaje o 1822 pětiletých dětech, zahrnující informace o jejich hrách venku, sledování televize a indexu tělesné hmotnosti (BMI). Zjištění naznačila, že děti, které trávily více času venku, měly nižší BMI, zatímco ty, které trávily více času u televize, měly vyšší BMI. Tyto výsledky potvrzují důležitost venkovních aktivit a hraní ve snaze podpořit zdravý životní styl a prevenci obezity u dětí. (Daniš, 2016).

1.2 Psychické zdraví

Podle vědeckých studií má kontakt s přírodou zásadní vliv zejména na naše psychické zdraví. I když příroda přináší celou řadu fyzických a sociálních výhod, je právě pozitivní účinek na naši duševní pohodu možná nejdůležitější. Existuje několik klíčových faktorů, jak příroda přispívá k našemu psychickému blahu. Za prvé, blízkost k přírodě či pouhý pohled na zeleň může výrazně snížit úroveň stresu, úzkosti a deprese. Za druhé, aktivity prováděné v přírodě mají schopnost zlepšit naši pozornost a soustředění a zároveň snižují mentální únavu. A konečně, kontakt s přírodou může posílit naši sebeúctu, zvýšit naši spokojenost a celkově zlepšit náladu. Tyto pozitivní vlivy jsou natolik významné, že se začínají prosazovat iniciativy, které by začlenily kontakt s přírodou do léčebných procesů, a provádějí se výzkumy zaměřené na optimální "dávku" přírodního prostředí pro lidské zdraví (Daniš, 2016).

Snížení stresu díky přítomnosti zeleně nebylo jenom subjektivním dojmem, ale bylo prokázáno i prostřednictvím objektivních měření fyziologických ukazatelů spojených se stresem. Vědecký výzkum provedený Bum Jin Parkem a japonskými kolegy zahrnoval sérii

experimentů uskutečněných ve 24 různých lesích po celém Japonsku. Porovnávali účinky relaxační procházky v lese s podobnou procházkou ve městě na vzorku 280 studentů. Před a po procházce byly analyzovány jejich fyziologické reakce spojené se stresem. Jaké byly výsledky? Procházka v lese vedla k významnému snížení stresu: došlo k poklesu hladiny stresového hormonu kortizolu, snížení krevního tlaku a tepové frekvence, zvýšení aktivity parasympatického nervového systému a snížení aktivity sympatického nervového systému (Daniš, 2016).

1.3 Sociální zdraví

Je dobře známo, že zvířata, která jsou držena v umělých podmínkách, často vykazují nepřírozené a agresivní chování, stejně jako lidé v podobných situacích. Studie naznačují, že nedostatek zeleně v blízkosti lidských obydlí má přímou souvislost s nárůstem násilí, agresivity a kriminality. Naopak, přítomnost přírodního prostředí v okolí domů podporuje venkovní aktivity a posiluje sousedské vztahy. Děti, které mají přístup k zeleným prostorům, častěji tráví čas venku a vykazují zdravější sociální chování. Fascinující jsou také výsledky studií zkoumajících vztah mezi kontaktem s přírodou a altruistickým chováním: lidé, kteří mají možnost strávit čas v přírodě, jsou častěji ochotní pomáhat druhým a projevují větší míru štědrosti. Tato spojitost se zdá být důležitá nejen pro individuální blaho, ale i pro celkovou společenskou harmonii a udržitelnost (Daniš, 2016).

Zeleň v okolí našich domovů není jen estetickým prvkem, ale má také hlubší sociální a psychologický význam. Výzkumy z různých částí světa ukazují, že přítomnost zeleně nejenže podněcuje k větší aktivitě venku, ale také posiluje pocity sounáležitosti s komunitou a utváří silnější sociální vazby mezi obyvateli. Co se týče dětí, zdá se, že kontakt s přírodou může hrát důležitou roli ve vývoji sociálních dovedností. Při rozvíjení schopnosti respektovat druhé, spolupracovat a vytvářet spravedlivé dohody má významný vliv prostředí, ve kterém se děti nacházejí, a aktivity, které podnikají, bez ohledu na to, zda se odehrávají venku či uvnitř. Volná hra dětí je v tomto ohledu klíčová, zejména když se odehrává venku v přírodním prostředí. Při hře si děti osvojují sociální dovednosti a chování, jako je empatie, porozumění druhým nebo schopnost spolupracovat. Další výzkumy naznačují, že venkovní prostory s dostatkem zeleně podporují tuto kreativní hru a zlepšují kognitivní, emoční a sociální rozvoj dětí. Příroda není automaticky učitelem sociálních dovedností, nicméně setkání s ní může významně obohatit a přirozeně podporovat rozvoj zdravého sociálního chování (Daniš, 2016).

2 POBYT VENKU V MATEŘSKÉ ŠKOLE

Předškolní vzdělávání, které je poskytováno prostřednictvím mateřských škol, včetně lesních mateřských škol, je zaměřeno na děti ve věku od 2 do zpravidla 6 let. Jeho hlavním úkolem je přizpůsobit se vývojovým potřebám dětí v této specifické věkové skupině, což zahrnuje fyziologické, kognitivní, sociální a emocionální aspekty. Důležitým cílem předškolního vzdělávání je poskytnout dětem prostředí, které je přátelské, podnětné a obsahově bohaté, aby se v něm cítily jistě, bezpečně, radostně a spokojeně. Tímto způsobem se dětem umožňuje projevit se, bavit se a učit se přirozeným dětským způsobem, což je klíčové pro jejich celkový rozvoj a přípravu na další vzdělávací etapy (Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, 2021).

Kiviranta et al. (2023) uvádí, že stále více studií naznačuje, že kontakt s přírodou může mít pozitivní dopad na celkové zdraví a pohodu jednotlivců. Současně se zdá, že některé charakteristiky moderního životního stylu, například nadměrný pobyt v interiéru, mohou přispívat k různým zdravotním problémům. Výzkumy naznačují, že venkovní aktivity a kontakt s přírodou jsou klíčové pro zdravý vývoj dětí a formální vzdělávání. Využití venkovních prostor jako prostředí pro vzdělávání může významně ovlivnit pohodu a učení. Inspirativní příroda se stala základem pro některé pedagogické přístupy, které podporují výuku venku, a výzkum se často zaměřuje na zkušenosti učitelů a žáků při výuce a učení v přírodě.

V zařízeních pro výchovu a vzdělávání dětí předškolního věku se věnuje venkovnímu pobytu obvykle kolem 2 hodin dopoledne, s ohledem na potřeby dětí a specifika provozu zařízení, zatímco délka venkovního pobytu odpoledne je variabilní a závisí na individuálních potřebách a délce přítomnosti dětí v zařízení. V zimních i letních měsících lze dobu venkovních aktivit přizpůsobit aktuálním teplotním podmínkám. Pobyt venku může být omezen nebo zcela zrušen pouze v případě extrémně nepříznivého počasí nebo při hrozbě smogové situace. V letních měsících se provoz zařízení optimalizuje tak, aby bylo co nejvíce využito venkovního prostředí nebo stíněných teras pro vzdělávací a výchovné aktivity, což přispívá k celkovému rozvoji dětí a podpoře jejich zdraví a pohody (Vyhláška o hygienických požadavcích na prostory a provoz zařízení a provozoven pro výchovu a vzdělávání dětí a mladistvých, 2004).

2.1 Tradiční mateřské školy

Během předškolního období se formují základní návyky a hodnoty, které mají dlouhodobý dopad na život jedince, včetně jeho schopnosti respektovat pravidla a normy společnosti. Už ve věku dvou let začínají děti postupně rozumět těmto konceptům, což je důležitý milník v jejich sociálním a emocionálním vývoji. Děti ve věku od dvou do tří let vyžadují zvláštní pozornost, protože mají specifické potřeby, které se odlišují od starších dětí. Patří sem potřeba pravidelného denního režimu, dostatečné emoční podpory, pocitu bezpečí a podnětného prostředí s vhodnými aktivitami. Jsou důležité individuální péče a jasně stanovená pravidla, která jim pomáhají pochopit očekávané chování a fungování ve společnosti (Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, 2021).

Každá mateřská škola má od roku 2007 svůj vlastní školní vzdělávací program, který se označuje jako školní kurikulum. Tento pojem reflektuje určené vzdělávací směry s konkrétními cíli, procesem práce a očekávanými výsledky v různých oblastech vzdělávání. Základem pro tvorbu školního vzdělávacího programu je Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání (RVP PV), který je povinný. Mateřské školy mají stejně jako ostatní stupně škol možnost přizpůsobit si svůj vzdělávací program podle místních podmínek a specifik regionu, ve kterém působí. To zahrnuje zvážení dostupnosti kulturních, sportovních a přírodních zdrojů v okolí, stejně jako individuální odbornosti pedagogického sboru, které mohou obohatit a rozšířit možnosti výchovy v souladu s rodinnými hodnotami (Kot'átková, 2008).

Výuka v mateřské škole představuje klíčový prostředek vzdělávání dětí. Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání je koncipován tak, aby podporoval dosažení vzdělávacích cílů a naplňoval vzdělávací záměry. Struktura vzdělávacího obsahu v RVP PV se odlišuje od dřívějších přístupů. I přes rozdělení obsahu do různých vzdělávacích oblastí je zachováno integrální pojetí, které respektuje přirozenou celistvost osobnosti dítěte a jeho postupné začleňování do životního a sociálního kontextu. Jednotlivé oblasti a jejich obsahy se prolínají, což ukazuje na neustálou interakci mezi nimi. Z toho vyplývá potřeba organického propojení oblastí v praxi. Učitelé by měli přistupovat k výuce s vědomím, že oddělená provádění jednotlivých oblastí by byla umělá, nerealistická a nežádoucí. Naopak, čím úžeji jsou oblasti vzájemně propojeny a podmínky pro vzdělávání, tím přirozenější, efektivnější a hodnotnější je vzdělávací proces. Obsah vzdělávání v RVP PV je rozdělen do pěti vzdělávacích oblastí: biologické, psychologické, interpersonální, sociálně-kulturní a

environmentální. Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy (2021) tyto oblasti pojmenovalo:

- dítě a jeho tělo,
- dítě a jeho psychika,
- dítě a ten druhý,
- dítě a společnost,
- dítě a svět.

2.1.1 Školní vzdělávací program

Při koncipování školního vzdělávacího programu pro mateřskou školu je vycházeno z Rámcového vzdělávacího programu pro předškolní vzdělávání, přičemž jsou brány v potaz jeho základní cíle a kompetence. Dále jsou pečlivě zváženy individuální potřeby, zájmy a věková specifika dětí, stejně jako jejich možnosti, rodinné prostředí a podmínky v mateřské škole. Cílem je formovat školní vzdělávací program tak, aby bylo umožněno jednotlivým třídám pracovat autonomně, což poskytne prostor pro realizaci vlastních nápadů a využití zkušeností dětí. Prostřednictvím postupného vývoje je dosaženo současné podoby a struktury programu, která efektivně reflektuje potřeby dětí, personálu školy i rodičů (15. mateřská škola při ZŠ Edvarda Beneše, Písek, © 2024).

Při vstupu do mateřské školy se dítě ocitá v novém prostředí, kterému se musí přizpůsobit. Zde začíná proces adaptace na nové podmínky a interakce s různými stimuly, včetně hraček, nových tváří a činností. Zároveň se v tomto prostředí setkává s vrstevníky, což mu poskytuje příležitost rozvíjet sociální dovednosti a učit se komunikovat. Během této fáze se děti učí důležité hodnoty jako vzájemný respekt, toleranci a solidaritu. Skrze interakci s ostatními dětmi postupně objevují význam spolupráce a podpory mezi sebou. Děti se učí důvěřovat svým vrstevníkům, a uvědomují si, že s jejich pomocí je možné překonávat různé překážky a problémy. V rámci skupinových aktivit a her děti začínají rozumět důležitosti týmové práce a společného úsilí. Vzájemná pomoc a solidarity přispívají k vytváření pozitivního a podpůrného prostředí, ve kterém se děti cítí bezpečně a důvěrně. Tato interakce s vrstevníky je nejen zábavná, ale také klíčová pro sociální a emocionální rozvoj dítěte, a pomáhá mu budovat pevné vztahy s ostatními (15. mateřská škola při ZŠ Edvarda Beneše, Písek, © 2024).

Při vzdělávání jsou respektovány rámcové cíle předškolního vzdělávání, které zahrnují několik klíčových aspektů. Jedním z nich je podpora rozvoje dítěte a jeho schopnosti učení. To je prováděno aktivním podněcováním dítěte k objevování a učení se nových věcí, aby mohlo postupovat v osobním rozvoji. Dále je dětem umožněno osvojování základních hodnot, které jsou základem naší společnosti. Tímto způsobem jsou připravovány na aktivní a odpovědné členství ve společnosti. Kromě toho je kladen důraz na získání osobní samostatnosti a schopnosti projevit se jako jedinečná osobnost, která má pozitivní vliv na své okolí. Tyto cíle jsou pro vzdělavatele důležité, neboť přispívají k celkovému rozvoji dítěte a jeho přípravě na další životní výzvy (15. mateřská škola při ZŠ Edvarda Beneše, Písek, © 2024).

Vzdělávací aktivity během dne jsou zaměřeny na metody přímých zážitků, jako je prožitkové a kooperativní učení, jež reflektují přirozenou zvědavost a potřeby dětí objevovat. Děti jsou směřovány k individuální práci a jsou vytvářeny podmínky, které jim umožňují svobodně rozvíjet své schopnosti a dovednosti. Motivace k aktivitě a spontaneitě je vhodně podněcována, a nikoli vnucována. Hlavním nástrojem vzdělávání je hra, která vychází z přirozených možností a schopností dětí, posiluje jejich psychickou rovnováhu, rozvíjí dovednosti a zkušenosti a upevňuje vztahy s vrstevníky i dospělými. Při hře děti získávají zručnosti, učí se logicky uvažovat a přiměřeně jednat. Kromě toho se využívají i metody situačního učení, které vycházejí z praktických zážitků a situací během dne a spontánně vedou děti k nápodobě pozitivních projevů a vzorů chování. Pedagogické působení je zaměřeno na probuzení aktivního zájmu dětí o své okolí, podporováním rozvoje jejich smyslů a komunikativnosti a povzbuzováním tvořivého myšlení. Dětem nejsou pouze předkládána hotová řešení, ale jsou podporována v hledání vlastních cest a tvořivých přístupů (15. mateřská škola při ZŠ Edvarda Beneše, Písek, © 2024).

2.1.2 Denní režim mateřské školy

Určení denního harmonogramu pro děti vyžaduje vyváženost mezi strukturou a volností, aby se podpořil jejich celkový rozvoj. Ráno je vyhrazeno pro individuální aktivity a přípravu na den, následované obdobím společných aktivit a komunitního angažmá. Během tohoto času se děti podílí na různých aktivitách, jak samostatně, tak ve skupinách, a zároveň jsou poskytovány individuální péče a podpora. Důraz je kladen na fyzickou aktivitu a venkovní aktivity, které podporují pozorování a pohyb. Po polední pauze je odpoledne vyhrazeno pro odpočinek, další aktivity a individuální práci, přičemž se respektuje přání dětí. Doplňkové

programy a individuální práce jsou součástí odpoledního bloku, který končí při rozchodu domů. (15. mateřská škola při ZŠ Edvarda Beneše, Písek, © 2024).

2.2 Alternativní mateřské školy

V zahraničí se začal pojem alternativní mateřské školy užívat od poloviny 70. let pro předškolní instituce, které uplatňovaly tzv. nové pedagogické myšlení. Tato zařízení stavěla veškerou svou činnost na principu respektování osobnosti dítěte a jeho zdravého vývoje. Tento přístup výrazně ovlivnil práci mateřských škol na začátku tohoto století tím, že odmítal normativní přístup k výchovné práci s dětmi předškolního věku, který byl považován za málo efektivní z hlediska didaktických a metodických aspektů. To vedlo k hledání a testování alternativních didaktických a metodických přístupů, které by zvýšily efektivitu výchovné práce a lépe motivovaly děti k vlastnímu vzdělávání a osobnostnímu rozvoji. To vedlo k vzniku prakticky orientovaného pedagogického hnutí, které kladlo důraz na aktivní zapojení dítěte, jeho spontánnost, činnost a prožitkovost, s cílem vést ho k objevování poznání a získávání nových dovedností. Tím došlo k podstatné změně role učitele a celého vzdělávacího systému. Tento důraz na činnostní prvky vedl v 70. letech k iniciativě nekonvenčních (alternativních) společenských skupin zakládat vlastní alternativní pedagogická zařízení. Současná legislativa i RVP PV umožňuje vytvářet a uskutečňovat vlastní výchovné programy respektující místní podmínky a osobní možnosti učitelek, dětí, rodičů i zřizovatelů (Smolíková, 2004).

Alternativní školy (© 2001–2024) uvádí jako typické znaky alternativních škol:

- rozvíjení přirozené touhy dětí objevovat nové věci a jevy je základním cílem vzdělávání. Učitelé by měli vytvářet prostředí, které podporuje zvědavost a zájem dětí o nové poznatky,
- důležitým prvkem je také vytvoření přátelského vztahu mezi učitelem a dítětem, který umožňuje pozitivní motivaci a podporu pro každého jednotlivého žáka,
- spolupráce s rodinou dítěte je klíčová pro celkový rozvoj dítěte. Učitelé by měli aktivně komunikovat s rodiči a využívat jejich znalostí a podpory k lepšímu pochopení potřeb každého dítěte,
- aktivní zapojení dětí ve výuce a podpora spolupráce a rozvoj komunikace jsou nezbytné pro rozvoj kritického myšlení a sociálních dovedností. Učitelé by měli

vytvářet prostředí, které podporuje vzájemné učení a respektuje individualitu každého žáka,

- podpora odpovědnosti a participace dětí na rozhodování je důležitá pro rozvoj samostatnosti a sebedůvěry. Učitelé by měli podporovat aktivní zapojení dětí do rozhodování a řešení problémů ve školním prostředí, což přispívá k jejich osobnímu růstu a rozvoji,
- propojování učiva a ukazování souvislostí mezi různými předměty je důležité pro porozumění širšímu kontextu vzdělávání a aplikaci poznatků v praxi,
- učitelské prostředí by mělo být přizpůsobeno potřebám dětí, s důrazem na dostupnost materiálů a přístupnost pro všechny,
- poskytování kvalitního slovního hodnocení a konstruktivní zpětné vazby je klíčové pro podporu učení a rozvoje žáků. Učitelé by měli aktivně komunikovat s žáky o jejich pokroku a úspěších a pomáhat jim identifikovat oblasti pro další růst a rozvoj.

Jak již bylo uvedeno v první kapitole, venkovní pobyt má pro děti významné zdravotní a výchovné přínosy, což vedlo k vzniku mateřských škol s důrazem na venkovní aktivity jako klíčovou součást vzdělávacího programu.

2.2.1 Lesní mateřské školy

Od školního roku 2016/17 se lesní mateřské školy staly oficiálním typem mateřských zařízení v souladu s platnými legislativními předpisy. Tyto školy se vyznačují svým unikátním přístupem k vzdělávání, které se odehrává především v přírodním prostředí, obvykle bez tradičních budov, čímž se dětem poskytuje jedinečná možnost prozkoumávání a objevování okolního světa. Přestože se v mnoha ohledech řídí stejnými pravidly jako běžné mateřské školy – včetně obsahu vzdělávání, řízení, financování a kvalifikace pedagogických pracovníků – jsou na ně kladeny mírnější hygienické požadavky. Kromě toho jsou stanovena nižší maximální počty dětí ve třídě a na pedagogického pracovníka, což umožňuje větší individuální péči o každé dítě. Dále je omezena délka pobytu dětí ve školním zařízení, aby se respektovala přirozená potřeba dětí po pohybu a prozkoumávání okolního prostředí. Asociace lesních mateřských škol sdružuje různé typy těchto zařízení a podporuje spolupráci a výměnu zkušeností mezi nimi. V posledních letech je stále větší zájem rodičů o tento alternativní přístup k vzdělávání dětí, což se odráží i v rostoucím počtu lesních mateřských

škol. Podle posledních dostupných dat (2022/23) bylo v České republice evidováno 82 lesních mateřských škol, které navštěvovalo celkem 1609 dětí (European comission, 2024).

I když děti v lesních školkách většinu času věnují pobytu venku, obzvláště v lese, program zahrnuje i další aktivity a výlety. Například, jsou plánovány návštěvy kulturních událostí a veřejných institucí, které doplňují vzdělávací zážitky a umožňují dětem poznávat širší spektrum prostředí a situací. Tímto způsobem se lesní školky snaží poskytnout dětem pestrou a komplexní vzdělávací zkušenost, která zahrnuje nejen přírodu, ale i různorodé aspekty života ve společnosti (Asociace lesních mateřských škol, © 2024).

V lesních školách se děti učí komplexnímu rozvoji, který zahrnuje mentální, fyzický, sociální, emocionální a duchovní růst. Práce v přírodním prostředí poskytuje neomezené možnosti pro rozvoj na různých úrovních. Díky úspěšným zážitkům a překonávání výzev získávají děti sebeúctu a důvěru v sebe sama. Podpora dospělých a prostředí, které podporuje růst, jim pomáhají budovat si sebedůvěru a víru v sebe sama při řešení nových situací. Klíčem k rozvoji sebepřijetí je učení se z neúspěchů jako přirozené součásti procesu učení. Děti jsou povzbuzovány k tomu, aby se nejen učily z úspěchů, ale i z neúspěchů. Lesní školy také přispívají k rozvoji emoční inteligence dětí, posilující jejich schopnost porozumět a regulovat své emoce a empatii k emocím ostatních. Práce v přírodním prostředí a interakce v rámci týmových aktivit posilují schopnost dětí porozumět svým i cizím emocím a efektivně se s nimi vyrovnávat. Učení se této dovednosti již v dětství má dlouhodobé pozitivní dopady na osobní a sociální život jedince (Unique Beginnings Childcare & Forest School, 2019).

2.2.2 Ekoškolky

Ekoškolky kladou větší důraz na ekologickou výchovu než tradiční mateřské školy. Tyto ekoškolky se zaměřují na vzdělávání dětí s ohledem na životní prostředí a ekologickou udržitelnost. Jsou zde dětem poskytovány praktické zkušenosti a znalosti o ochraně přírody a udržitelném životním stylu. Takovýto přístup k vzdělávání podporuje ekologické myšlení již od raného věku (European comission, 2024).

Hlavním úkolem ekologicky zaměřené mateřské školy (MŠ) je podporovat rozvoj klíčových dovedností u dětí, které přispívají k udržitelnému životnímu prostředí a celkové kvalitě života. Tento cíl se dosahuje prostřednictvím přímé interakce s přírodou a aktivní účastí dětí na ekologických aktivitách a projektech ve školním prostředí. Ekologická výchova může být začleněna do různých tematických bloků v rámci vzdělávacího programu MŠ nebo může tvořit základ celého vzdělávacího programu školy (Vošahlíková, 2010).

Ekologická mateřská škola v sobě spojuje základní principy předškolního vzdělávání s důrazem na environmentální výchovu a úzký vztah k přírodnímu světu. V rámci předškolního vzdělávání má klíčový význam při formování identity dítěte a vytváření prostředí, které mu umožňuje aktivně se zapojovat do interakce s okolním světem. Venkovní prostředí, které tato škola poskytuje, přináší další výhody tím, že umožňuje praktickou environmentální výchovu. Program školy se zaměřuje na aktivní zapojení dětí do interakce s přírodou a ekologickými principy, což je nedílnou součástí vzdělávacího procesu (The Village Eco Preschool, 2016).

2.3 Programy mateřských škol

Projekty podporující pobyt venku v mateřských školách přinášejí inovativní přístupy k vzdělávání a rozvoji dětí. Jak už jsme několikrát zmiňovaly, pobyt venku s sebou přináší spoustu výhod, a proto vznikají grantové programy, které se snaží tuto iniciativu více podporovat. Tyto programy umožňují školám získat finanční prostředky na realizaci projektů zaměřených na vylepšení venkovních prostor, pořízení speciálního vybavení pro výuku venku, školení učitelů nebo organizaci outdoorových aktivit pro děti. Některé projekty se zaměřují na vybavení venkovních prostor škol vhodnými materiály a zařízení pro výuku venku, jako jsou zahradní nástroje, pozorovací přístroje, sadové stoly a lavice nebo herní prvky. Další grantové programy poskytují finanční podporu na organizaci speciálních vzdělávacích programů a akcí, které umožňují dětem objevovat přírodní prostředí a učit se venku. Celkově tyto projekty přispívají k rozvoji dětí a podpoře jejich vztahu k přírodě a životnímu prostředí, což má dlouhodobé pozitivní dopady na jejich vzdělávání, zdraví a celkový rozvoj.

2.3.1 Zahrada hrou

Zahrada hrou je inovativní grantový program, který aktivně podporuje transformaci školních zahrad do inspirativních prostředí pro celostní rozvoj dětí. Tento program klade důraz na zapojení široké škály účastníků, včetně učitelů, rodičů, dětí a odborníků, s cílem vytvořit prostředí, které podporuje kreativitu, učení a radost ze hry. Školy mají možnost získat finanční podporu na přípravu a realizaci projektu, včetně odborné konzultace, metodického vedení a podpory při zapojení celé školní komunity. Součástí programu jsou také školení, semináře a exkurze, které slouží jako inspirace a podpora pro účastníky. Dále jsou k dispozici metodické materiály a videa, které poskytují návody a tipy pro práci s dětmi v rámci projektu. Hlavním cílem Zahrady hrou je rozvíjet vnímavost dětí k okolnímu prostředí a

podněcovat jejich zájem o přírodu a udržitelnost. Program poskytuje tvůrčí dílny, které nabízejí praktické tipy a nápady, jak efektivně využívat venkovní prostor školní zahrady pro výuku a hravou aktivitu. Součástí programu je také online portál "Proměny pro školy", který slouží jako centrální zdroj informací, metodik a inspirace pro účastníky programu. Tento portál je navržen tak, aby podpořil plánování a realizaci kreativních projektů na školách a usnadnil sdílení zkušeností a osvědčených postupů mezi účastníky (Daniš, 2016).

2.3.2 Ekoškola

Ekologická výchova ve školách je klíčovým prvkem vzdělávání, který přináší nejenom znalosti, ale i praktické dovednosti pro péči o životní prostředí. Metodika 7 kroků, představovaná programem Ekoškola, je osvědčeným nástrojem, který dětem umožňuje aktivně přispívat ke zlepšování stavu životního prostředí kolem své školy a ve svém okolí. Tato metodika poskytuje strukturovaný rámec pro praktické akce a projekty, které nejenom motivují děti k účasti, ale také je učí konkrétním krokům, jak svým jednáním mohou ovlivnit pozitivní změny (TEREZA, vzdělávací centrum, 2024).

Ekoškola (2007) uvádí metodiku 7 kroků:

- ekotým: Spolupracujeme jako tým,
- průzkum školy: Identifikujeme pozitiva a negativa,
- plán akcí: Navrhujeme a provádíme inovace,
- monitorování a hodnocení: Posuzujeme úspěšnost provedených změn,
- ekoškola ve výuce: učíme se a hledáme souvislosti,
- partnerství a sdílení: Společně směřujeme k cíli,
- ekokodex: Rozvíjíme uvědomění o našich hodnotách.

Děti a pedagogové spojují své síly v rámci týmu pro ochranu životního prostředí. Tento tým pečlivě prozkoumává každý kout školy, od sklepa až po půdu, včetně tříd a školní zahrady. Společně identifikují oblasti, kde lze provést zlepšení, a důkladně analyzují problémy spojené s odpady, energií, vodou, jídlem, dopravou, biodiverzitou a klimatickými změnami. Poté společně plánují a realizují projekty, které přinášejí pozitivní změny pro životní prostředí nejen ve školních prostorách, ale i v domovech a celé komunitě. Děti aktivně zapojují nejen své spolužáky, ale i své rodiče a místní obyvatele. Program Ekoškola se zaměřuje na devět klíčových témat, mezi které patří voda, jídlo, udržitelná spotřeba,

klimatické změny, odpady, školní prostředí, energie, doprava a biodiverzita. Tento program postupně získává stále větší oblibu mezi školami v České republice i po celém světě, a oslovuje desítky milionů dětí (TEREZA, vzdělávací centrum, 2024).

Program Ekoškola je vhodná pro každou školu, která touží dát svým žákům možnost učit se v praxi a prožívat zážitky spojené s tím, že mohou ovlivnit své okolí, je Ekoškola skvělou volbou. Program se otevírá širokému spektru škol – od mateřských až po střední, od malých venkovských po velké sídlištní. Ekoškola je otevřená všem, kteří chtějí posunout ekologické vzdělávání na vyšší úroveň a motivovat děti k aktivnímu zapojení do péče o životní prostředí (TEREZA, vzdělávací centrum, 2024).

2.3.3 Les ve škole

Les ve škole je inovativní program zaměřený na podporu učitelů v začleňování výuky o přírodě do školního prostředí. Nabízí komplexní podporu v podobě výukových plánů, seminářů, konzultací a ověřených tipů, jak efektivně vést výuku venku, v přirozeném prostředí. Cílem programu je, aby se co nejvíce dětí učilo prostřednictvím pozorování a prožitků v přírodě. Věří, že stávající forma výuky nedostatečně využívá potenciál, který příroda nabízí, a často spíše demotivuje, než motivuje žáky. Proto se snaží inspirovat učitele k tomu, aby své žáky vedli k objevování krás a tajemství přírody přímo v ní. Každý rok jsou školám poskytovány nové materiály v tištěné i elektronické podobě, pořádány jsou semináře a webináře a je umožněno získání certifikátu Lesní třídy. Program nebyl sice primárně určen pro MŠ, ale lekce z výukových plánů pro 1. stupeň ZŠ jsou rády využívány i v mateřských školách (Les ve škole, 2021).

Samozřejmě, existuje mnoho dalších programů, které jsou zaměřeny na podporu environmentálního vzdělávání nejen v mateřských školách ale také na základních a středních školách.

3 POBYT VENKU VE VOLNÉM ČASE DĚTÍ PŘEDŠKOLNÍHO VĚKU

V prvních letech života je rodinné prostředí pro dítě klíčové. Je to místo, kde začíná budovat své první vztahy a získává základní povědomí o světě kolem sebe. Tato blízkost a pevná rodinná pouta jsou pro dítě základním kamenem pro jeho další rozvoj a sociální integraci. Důvěra a bezpečí poskytované rodinným prostředím jsou klíčové pro budování zdravých vztahů a sebedůvěry, které jsou důležité pro celoživotní učení a adaptaci v různých situacích. V tomto kontextu je třeba si uvědomit, že podpora rodičů a péče o dítě v prvních letech života mají dlouhodobý vliv na jeho další vývoj a schopnost adaptace. Pečlivá rodinná péče v tomto období je základem pro budoucí úspěch dítěte ve škole i v životě (Kořátková, 2008).

Rodina je pro většinu dětí základním prostředím volnočasových aktivit a výchovy, které mají klíčový vliv na jejich osobnostní vývoj. Volný čas dětí v rodině je ovlivněn nejen objektivními podmínkami, jako je velikost a struktura rodiny, ale také způsobem, jakým rodiče tráví čas se svými dětmi a jakým způsobem podporují jejich volnočasové aktivity. To zahrnuje jak jejich životní styl a postoje, tak i výchovné praktiky, které vytvářejí pro děti prostředí pro rozvoj a zábavu. Ideálním a dosud ne zcela naplněným cílem je aktivní zájem každé rodiny o bohaté a smysluplné trávení volného času dětí, přičemž děti mají možnost volby a jsou citlivě prováděny rodiči či dalšími členy rodiny. Rodina může být jak zdrojem inspirace, tak i podporovatelem aktivního trávení volného času a rozvoje kreativního myšlení u dětí, přičemž formuje postoj, který bude děti schopny uplatňovat i v budoucnosti. Toto působení může být realizováno skrze modelování pozitivního chování, aktivní účast dětí na rodinných akcích, pravidelnou organizaci zájmových činností a citlivou reakci na individuální potřeby, zájmy a talent dětí (Hofbauer, 2004).

3.1 Svobodná hra

Venkovní prostředí nabízí dětem předškolního věku nekonečné možnosti objevování, učení a rozvoje. Svobodná hra, kde děti mají volnost a autonomii, je klíčem k jejich přirozenému růstu a rozvoji.

V průběhu posledních desetiletí došlo k výrazné transformaci typických dětských her. Zatímco kdysi se dětské aktivity odehrávaly převážně venku, v současnosti většina dětí tráví svůj volný čas v uzavřených prostorech. Tato změna je důsledkem moderních životních stylů, nátlaku reklamy a rozmachu průmyslu zabývajícího se elektronickými hračkami.

Tradiční hry s volnými přírodními materiály, které dětem nabízely možnost tvořivého projevu a objevování, byly nahrazeny komerčními hračkami, jež mají často jediný, již předem daný účel. Neméně výrazná je i změna samotné povahy her. Zatímco dříve převažovaly jednoduché hry bez pevných pravidel, dnes jsou populárnější hry s jasně stanovenými pravidly. Velké týmové aktivity stírají drobné, spontánní herní skupiny. Dospělí dozoruje každý krok dětí, což omezuje jejich samostatnost a svobodu ve hře. Tento trend doprovází i větší obezřetnost vůči aktivitám, které by mohly děti vystavit i minimálnímu riziku, a tím se potlačuje přirozená schopnost dětí přijímat a zvládat přiměřené riziko jako součást jejich vývoje (Danišová a Daniš, 2020).

Hra přináší dětem širokou škálu výhod, které mají pozitivní vliv na jejich fyzický, kognitivní, sociální a emoční rozvoj. Fraser Brown ve své knize "Play and Playwork: 101 stories of children playing" popisuje, jak svobodná hra obohacuje dětství a jakým způsobem formuje dovednosti a schopnosti. Například, v oblasti fyzického rozvoje se děti učí běhat, skákat, lézt, plazit se a rozvíjejí jak hrubou, tak jemnou motoriku. Dále se učí koordinaci ruka-oko a efektivnímu pohybu těla. Hra také pomáhá rozvíjet mimiku a zvyšovat fyzickou sílu. V dlouhodobém horizontu hra přispívá k lepšímu fyzickému zdraví dětí a k rozvoji svalů a kostí. Tyto přínosy jsou důležité pro celkový rozvoj dětí a posilují jejich zdraví a pohybové schopnosti (Danišová a Daniš, 2020).

3.2 Kroužky

V dnešní uspěchané době jsou děti často přetíženy různými aktivitami a povinnostmi, což jim neumožňuje mít dostatek času na svobodnou hru. Tento trend je často posilován tlakem na rodiče, kteří chtějí, aby jejich děti měly v budoucnosti úspěch a byly vybaveny různými dovednostmi, které jim pomohou v životě. Rodiče se často snaží naplnit rozvrh svých dětí různými organizovanými aktivitami, jako jsou sportovní kluby, jazykové kurzy, hudební lekce a další. Cílem je poskytnout dětem co nejvíce příležitostí k rozvoji a získání dovedností, které jsou považovány za důležité pro jejich budoucí kariéru a úspěch.

Rodiče jsou často klidnější, když vidí, jak jejich děti excelují ve strukturovaných aktivitách, jako jsou fotbalové zápasy, baletní vystoupení nebo klavírní recitály. Tyto momenty jsou pro ně zdrojem hrdosti, když mohou pozorovat úspěchy svých dětí a ocenění, jako jsou medaile a poháry. Takové aktivity a úspěchy často považují za indikátory toho, že dělají dobrou práci jako rodiče a že připravují své děti na úspěšnější a prosperující budoucnost.

Věří, že strukturované aktivity a podpora k dosažení cílů budou dětem prospěšné ve vytváření cenných dovedností a schopností pro život (Alexander a Dissing Sandahl, 2019).

Existují však také kroužky, které volný čas dětí věku podporují. Jedním z příkladů je například skaut.

JUNÁK – český skaut je živoucí organizace, která neustále hledá nové cesty ke komplexnímu rozvoji osobnosti mladých jedinců. V jeho jádru leží hluboké hodnoty, z nichž jednou z nejvýznamnějších je úcta k přírodě a ohleduplnost k životnímu prostředí. Skautská výchovná metoda je srdcem tohoto poslání, poskytující mladým lidem prostředí k osobnímu růstu a vztahu k okolnímu světu. Příroda je pro skauty víc než jen prostředí, je to zrcadlo jejich dobrodružství a inspirace. Každá schůzka, výprava, tábor či expedice je příležitostí nejen k objevování a ochraně přírody, ale i k hlubokému emočnímu a duchovnímu obohacení. Skautský duch žije v souladu s přírodou, a tím se stává zdrojem neustálého učení, respektu a vzájemného porozumění (Daniš, 2016).

Skautské hodnoty tvoří základ pro osobní rozvoj mladých lidí a formování jejich charakteru. Skauting není pouze o dobrodružstvích, ale také o budování pevných vztahů a individuálním růstu. Přátelství vytvořená během skautských aktivit často přetrvávají po celý život, protože sdílené zážitky a společné hodnoty propojují lidi a poskytují jim pocit sounáležitosti. Zážitky z akčních her, dobrodružných výprav a nočních výzev podporují hravost a zvědavost mladých skautů. Tyto společné zážitky nejen formují nezapomenutelné vzpomínky, ale také posilují pouta mezi jednotlivci. Skautské dovednosti a výzvy pomáhají mladým lidem rozvíjet se a věřit v jejich vlastní schopnosti. Skautské prostředí podporuje individuální růst a samostatnost. Mladí skauti se učí hledat informace, rozhodovat se a jednat nezávisle, což je připravuje na výzvy dospělosti. Zároveň skrze skautské hodnoty se učí spravedlivému jednání a respektu k ostatním, což formuje jejich charakter a způsob jednání ve společnosti (Junák – český skaut, © 2024).

3.3 Elektronické technologie

V dnešním světě, který je nabitý moderními technologiemi a elektronickými zařízeními, se setkáváme s nekonečnými možnostmi využití digitálních médií. Od chytrých telefonů po tablety a televize s internetovým připojením, elektronické zařízení jsou nedílnou součástí našeho každodenního života. Tento rozvoj technologií má značný dopad i na volný čas dětí, který dříve trávily hráním venku či tvůrčími aktivitami. Dnes se však často setkáváme s tím, že děti tráví svůj volný čas před obrazovkou. Tato skutečnost přináší nové výzvy, zejména

v oblasti rovnováhy mezi digitálním a fyzickým světem, a vyžaduje pečlivé zvažování vlivů digitálních médií na rozvoj dětí a jejich schopnost využívat volný čas kreativní a smysluplným způsobem.

Přílišné používání elektronických zařízení u dětí je spojeno s několika zdravotními riziky, které zahrnují negativní dopad na různé aspekty života dítěte, jako je jazykový vývoj, schopnost poznávání, sociální interakce, kvalita spánku, proces učení, chování, a dokonce i zvýšené riziko vzniku nepřenosných nemocí (Rathnasiri et al., 2022).

Podle doporučení Americké pediatrické akademie by děti starší dvou let neměly trávit u obrazovky více než dvě hodiny denně (Chapman a Pellicane, 2014).

Studie provedená organizací Common Sense Media zkoumala vývoj používání technologií u dětí mladších osmi let v letech 2011 až 2020, s účastí přes 5 000 respondentů. Zjištění ukazují, že i když celková doba strávená u displejů zůstává přibližně stejná jako před lety, dochází k výraznému nárůstu času věnovaného sledování videí namísto tradiční televize. Studie konstatuje: „Poprvé jsme zaznamenali, že největší podíl času, který děti tráví u televize a videí, nyní připadá na sledování online videí na platformách jako YouTube. Průměrně děti stráví sledováním online videí 39 minut denně, což je dvojnásobek oproti předchozím třem letům.“ Americká pediatrická akademie (AAP) vydala v roce 2016 soubor zásad pro rodiče týkající se používání moderních technologií jejich dětmi. Světová zdravotnická organizace (WHO) má téměř identická doporučení jako AAP, včetně omezení času stráveného u obrazovek na maximálně jednu hodinu denně pro děti ve věku od dvou do pěti let. Striktní doporučení AAP se soustředí především na děti předškolního věku. Po vstupu dítěte do školy se situace stává komplikovanější. AAP sice neurčuje přesný časový limit, ale stále zdůrazňuje nutnost omezit používání mobilních zařízení, protože tablety a chytré telefony mohou děti izolovat od okolního světa. Pro děti, které se učí číst, psát a mluvit, je nezbytná komunikace s ostatními lidmi (Rogers-Whitehead, 2022).

II. PRAKTICKÁ ČÁST

4 VÝZKUM

Tento výzkum se zabývá analýzou času stráveného venku dětmi předškolního věku, jak v prostředí mateřské školy, tak ve volném čase.

Metodologie výzkumu zahrnovala sběr dat pomocí dotazníkového šetření mezi rodiči dětí ve věku 3-6 let, které navštěvují mateřské školy a mají rozmanité zkušenosti s venkovními aktivitami. Vzorek byl vybrán s cílem získat reprezentativní přehled o postojích a zkušenostech rodičů v této oblasti.

Cílem tohoto výzkumu je nejen poskytnout aktuální data a informace o praxi pobytu venku dětí, ale také identifikovat klíčové vlivy a trendy, které mohou mít dopad na jejich zdraví a vývoj. Doufáme, že výsledky tohoto výzkumu poskytnou poznatky pro rodiče a pedagogy.

Tímto výzkumem se snažíme přispět k lepšímu porozumění a zdokumentování významu pobytu venku pro děti předškolního věku v dnešní digitalizované společnosti a poskytnout podklady pro formulaci doporučení a strategií pro podporu zdravého životního stylu a optimálního vývoje dětí.

4.1 Cíl výzkumu

Hlavním cílem je zjistit, kolik času tráví děti předškolního věku venku, jak tráví čas venku, kde ho tráví a jaké jsou faktory, které ovlivňují množství času, které děti tráví venku, a to jak v mateřské škole, tak i ve svém volném čase. Zároveň nás zajímá, kolik času tráví děti používáním elektronických zařízení a jestli existují významné rozdíly v míře tohoto stráveného času v porovnání s trávením volného času venku. V neposlední řadě nás zajímá, jak rodiče podporují pobyt svých dětí předškolního věku ve venkovním prostředí. Zjišťujeme, jakým způsobem motivují své děti pro trávení volného času venku, jakého důvodu jej podporují, jaký mají rodiče názor na trávení času svých dětí venku a zda mají rodiče obavy, které jim brání podporovat trávení času svých dětí venku.

4.2 Výzkumné otázky

1. Jak probíhá trávení volného času venku dětí předškolního věku v mateřské škole?

- 1.1. Kolik času tráví děti v mateřské škole venku?
- 1.2. Jak tráví děti čas v mateřské škole venku?
- 1.3. Kde tráví děti čas venku v mateřské škole?

- 1.4. Jaké jsou faktory, které ovlivňují množství času, které děti tráví v mateřské škole venku?
- 2. Jak probíhá trávení volného času venku dětí předškolního věku ve svém volném čase?**
 - 2.1. Kolik času tráví děti venku ve svém volném čase?
 - 2.2. Jak tráví děti čas venku ve svém volném čase?
 - 2.3. Kde tráví děti čas venku ve svém volném čase?
 - 2.4. Jaké jsou faktory, které ovlivňují množství času, které děti tráví venku ve svém volném čase?
- 3. Jaká je míra stráveného času používáním elektronických zařízení a internetu u dětí předškolního věku?**
 - 3.1. Kolik času tráví děti u elektronických zařízení a internetu v porovnání s trávením času venku?
H1: Mezi trávením času venku a u elektronických zařízení existuje souvislost.
 - 3.2. Jaký vliv má používání elektronických zařízení na množství času tráveného venku dětí předškolního věku?
- 4. Jak podporují rodiče pobyt svých dětí předškolního věku venku?**
 - 4.1. Jakým způsobem motivují rodiče své děti předškolního věku pro trávení volného času venku?
 - 4.2. Z jakého důvodu podporují rodiče pobyt svých dětí ve školním prostředí?
 - 4.3. Jaký mají rodiče názor na trávení času venku svých dětí?
 - 4.4. Jaké obavy mají rodiče, které jim brání podporovat trávení času svých dětí venku?

4.3 Výzkumný soubor

Výzkumným souborem jsou rodiče, jejichž děti navštěvují mateřské školy. Osloveni byli rodiče z různých krajů České republiky. Ti byli vybráni náhodným výběrem.

V rámci výzkumného šetření byly mateřské školy vylosovány na základě náhodného výběru, jelikož jsme se snažily o co největší různorodost výzkumného souboru. Z údajů vycházejících z Rejstříku škol a školských zařízení jsme si sestavily seznam škol ve všech okresech České republiky a následně jsme z každého okresu vybraly tři mateřské školy, které jsme později oslovily.

4.4 Výzkumný nástroj

Vzhledem ke kvantitativnímu charakteru výzkumu a stanovených výzkumných otázek jsme pro výzkumné šetření použili dotazník. Dotazník má 26 očíslovaných položek s možnostmi dichotomických odpovědí a výčtu položek. Dotazníky byly poslány emailem ředitelům mateřských škol, kteří je následně je přeposlali rodičům. Respondentům byl v úvodu dotazníku sdělen cíl výzkumného šetření a byla jim slíbena anonymita. Vyplnění dotazníku trvalo zhruba 15 minut.

Dotazník použitý pro toto výzkumné šetření byl vytvořen přímo pro náš výzkum. První část dotazníku se skládá ze 4 otázek zaměřených na to abychom se dozvěděly něco o rodiči a o dítěti. Druhá část obsahuje 22 otázek ve kterých se již zaměřujeme na téma výzkumu.

Dotazník jsme rozdělily do 4 kategorií:

1. Trávení času venku v mateřské škole (5 otázek)
2. Volný čas venku (6 otázek)
3. Elektronická zařízení a volný čas (2 otázky)
4. Podpora a motivace k venkovním aktivitám (9 otázek)

Trávení času venku v mateřské škole – zaměřuje se na venkovní aktivity a dobu strávenou v mateřské škole ve venkovním prostředí. Otázky jsou koncipovány tak, aby poskytly pohled na to, jak jsou venkovní dobrodružství začleňována do každodenního života dětí v mateřské škole. Respondenti jsou vyzváni ke sdělení svých názorů a postřehů ohledně času, způsobu, místa a faktorů realizace venkovních aktivit svých dětí v mateřské škole.

Volný čas venku – se zaměřuje na volný čas dětí venku mimo prostředí mateřské školy. Otázky v této kategorii jsou navrženy tak, aby poskytly vhled do toho, kolik času děti tráví svůj volný čas venku, jakým aktivitám se věnují a jaké faktory ovlivňují jejich rozhodnutí.

Elektronická zařízení a volný čas – soustředí se na zjištění kolik času tráví děti předškolního věku používáním elektronických zařízení a na zjištění rozdílů mezi množstvím času tráveném u elektronických zařízení a volným časem dětí venku.

Podpora a motivace k venkovním aktivitám – zaměřuje se na roli rodičů při podporování a motivaci dětí k účasti na venkovních aktivitách. Otázky v této kategorii se snaží získat informace o konkrétních způsobech, kterými povzbuzují své děti k trávení více času venku,

snaží se vyjádřit názor rodičů na důvody pobytu jejich dětí venku a zjistit jaké mohou mít rodiče obavy kvůli kterým pobyt venku podporují méně.

Trávení času venku v mateřské škole	5	Kolik času podle Vás tráví vaše dítě v mateřské škole denně venku?
	6	Jak často jsou venkovní aktivity zařazeny do denního rozvrhu vašeho dítěte v mateřské škole?
	7	Myslíte, že by mělo být množství času tráveného venku v mateřské škole navýšeno?
	8	Kde a jak často tráví děti čas venku v mateřské škole?
	9	Které faktory ovlivňují množství času, které vaše dítě tráví v mateřské škole venku?
Volný čas venku	10	Co vaše dítě nejraději dělá ve svém volném čase?
	11	Kolik času tráví Vaše děti venku ve svém volném čase?
	12	Jak často tráví vaše dítě svůj volný čas venku?
	13	Jakým aktivitám se vaše dítě většinou venku věnuje?
	14	Kde a jak často tráví děti čas venku ve svém volném čase?
15	Které faktory nejvíce ovlivňují, jak děti tráví svůj volný čas venku?	
Elektronická zařízení a volný čas	16	Kolik času tráví vaše dítě denně používáním elektronických zařízení (např. telefon, televize, tablet, ...)?
	17	Jaký vliv má používání elektronických zařízení na venkovní aktivity vašeho dítěte?

Podpora a motivace k venkovním aktivitám	18	Jak byste zhodnotili důležitost pobytu venku pro celkový rozvoj vašeho dítěte?
	19	Jak často se aktivně zapojujete do venkovních aktivit se svým dítětem?
	20	Má vaše dítě přístup k hracím plochám a hřištím ve vašem okolí?
	21	Jak by se podle vás mohla zlepšit podpora trávení času venku?
	22	Máte nějaké obavy, která vám brání v podporování trávení volného času dětí venku?
	23	Jakými způsoby povzbuzujete své dítě k tomu, aby trávilo více času venku?
	24	Jak reagujete na odpor vašeho dítěte ohledně pobytu venku?
	25	Preferujete spíše aby děti trávily čas venku jak chtějí nebo organizaci času venku?
	26	Máte nějaké strategie k motivaci dětí k trávení času venku během nevhodného prostředí?

4.5 Způsob zpracování dat

Pro náš hlavní výzkumný cíl, zjistit kolik času tráví děti předškolního věku ve venkovním prostředí v mateřské škole, která odpovídá první výzkumné otázce použijeme pro zpracování dat popisnou analýzu.

Pro popisnou statistiku je klíčové zaměření na statistické znaky. Když máme k dispozici data z měření nebo zjišťování, buď v číselné nebo slovní podobě, musíme je vhodně uspořádat, abychom získali užitečné informace o sledované veličině. To zahrnuje setřídění dat, případně jejich uspořádání podle velikosti a vytvoření tabulek, které shrnují klíčové informace. Dále je důležité pozorně sledovat číselné charakteristiky, které nám umožňují detailně popsat vlastnosti datových souborů (Neubauer, Sedlačík a Kříž, 2021).

Za účelem zjištění, jak probíhá trávení volného času venku dětí předškolního věku ve svém volném čase, což je druhá výzkumná otázka jsme opět zvolily popisnou analýzu. V této výzkumné otázce budeme analyzovat kolik času tráví děti venku ve svém volném čase, jak tráví děti čas venku ve svém volném čase, kde tráví děti čas venku ve svém volném čase a jaké jsou faktory, které ovlivňují množství času, které děti tráví venku ve svém volném čase.

Abychom zjistily, kolik času tráví děti používáním elektronických zařízení, představující naši třetí výzkumnou otázku opět použijeme popisnou analýzu. Zde máme také hypotézu. Pro zjištění hypotézy, kolik času tráví děti předškolního věku používáním elektronických zařízení a internetu v porovnání s časem stráveným venku jsme pro analýzu dat vybraly Pearsonův koeficient korelace.

Pearsonův koeficient korelace měří stupeň lineárního vztahu mezi dvěma proměnnými a může nabývat hodnot v rozmezí od -1 do +1. Hodnota 0 naznačuje, že mezi proměnnými neexistuje žádný lineární vztah. Hodnota blízká +1 (nebo -1) naznačuje, že existuje silný lineární vztah mezi proměnnými. Kladná hodnota naznačuje, že vyšší hodnoty jedné proměnné jsou spojeny s vyššími hodnotami druhé proměnné a nižší hodnoty jedné proměnné jsou spojeny s nižšími hodnotami druhé proměnné. Naopak, negativní hodnota naznačuje, že vyšší hodnoty jedné proměnné jsou spojeny s nižšími hodnotami druhé proměnné a naopak. Zjednodušeně řečeno, čím blíže je koeficient korelace k hodnotě 1 nebo -1, tím těsnější je lineární vztah mezi proměnnými, které zkoumáme (Chráska, 2016).

Poslední cíl se soustředil na způsoby, jakými rodiče motivují své děti v předškolním věku k pobytu venku, což je čtvrtá výzkumná otázka. Prozkoumali jsme různé aspekty této motivace a identifikovali vzorce a trendy ve způsobech, jakými rodiče podněcují své děti k venkovním aktivitám. Na základě této popisné analýzy jsme získali hlubší vhled do strategií, které rodiče používají k podpoře zájmu dětí o venkovní prostředí.

Data získaná z dotazníků jsme převedly do tabulky v MS Excel, který byl použit i pro výpočty, grafy a tabulky jsme použily. Všechny výsledky výzkumu jsou graficky znázorněny ve formě grafů nebo tabulek vytvořených pomocí MS Excel.

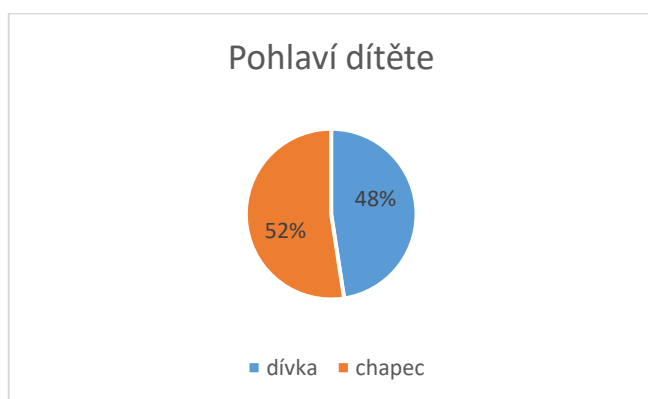
4.6 Analýza výzkumného šetření

4.6.1 Charakteristika vzorku

V rámci tohoto výzkumu se zaměřujeme na děti, které chodí do mateřské školy. Respondenti, kteří odpověděli na otázku týkající se účasti jejich dítěte v mateřské škole, *ne*

byli z našeho vzorku vyřazeni. Toto rozhodnutí bylo záměrné, aby náš výzkum reflektoval skutečnost, že se soustředíme na specifickou skupinu dětí, které jsou již ve věku mateřské školy.

Z celkového počtu 103 respondentů, kteří se účastnili průzkumu, 49 z nich uvedlo, že mají dceru, zatímco 54 respondentů odpovědělo, že mají syna. Tento rozdíl v odpovědích naznačuje, že většina respondentů má syna, což ukazuje na to, že výzkum se zaměřuje spíše na to, jak svůj volný čas tráví chlapci.



Graf 1: Pohlaví dětí

Zdroj: vlastní výzkum

Data ukazují rozmanité rozložení počtu tříd ve vzorku mateřských škol. Nejčastějším počtem tříd je 5, který se vyskytuje ve 26 případech, což představuje významnou část školského prostředí. Šestitřídní struktury jsou také poměrně časté, s 23 případy, následované sedmitřídními školami s 20 případy. Tato čísla naznačují, že většina mateřských škol v tomto

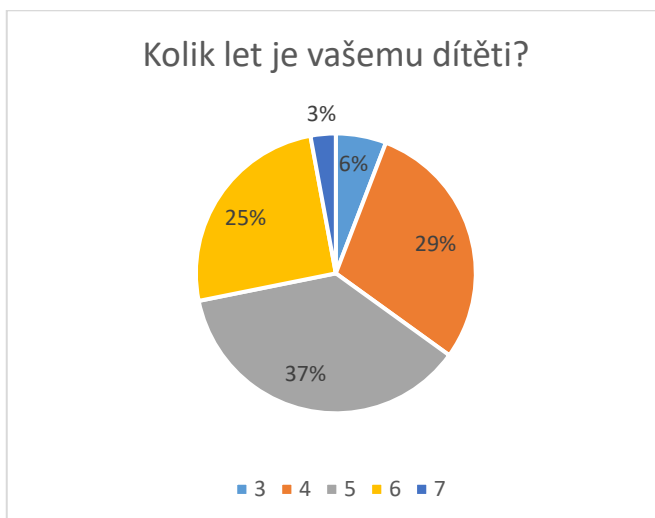
vzorku má střední až větší velikost. Naopak, třídy s počty 2, 8 a 9 jsou výjimečné, s pouze 2 nebo méně případy.



Graf 2: Počet tříd

Zdroj: vlastní výzkum

Poskytnutá data poskytují přehled o věkové struktuře dětí ve vzorku mateřské školy. Nejvíce dětí (37 %) se nachází ve věku 5 let, což představuje největší skupinu. To naznačuje, že ve vzorku je větší počet dětí v tomto věku. Dále následuje skupina 4letých dětí s 29 % jedinců a skupina 6letých dětí s 25 % jedinců. Tato data ukazují, že ve vzorku jsou dobře zastoupeny i tyto věkové skupiny. Naopak, nejméně zastoupené jsou věkové skupiny 3 a 7 let, které zastávají 6 % a 3 %.



Graf 3: Věk

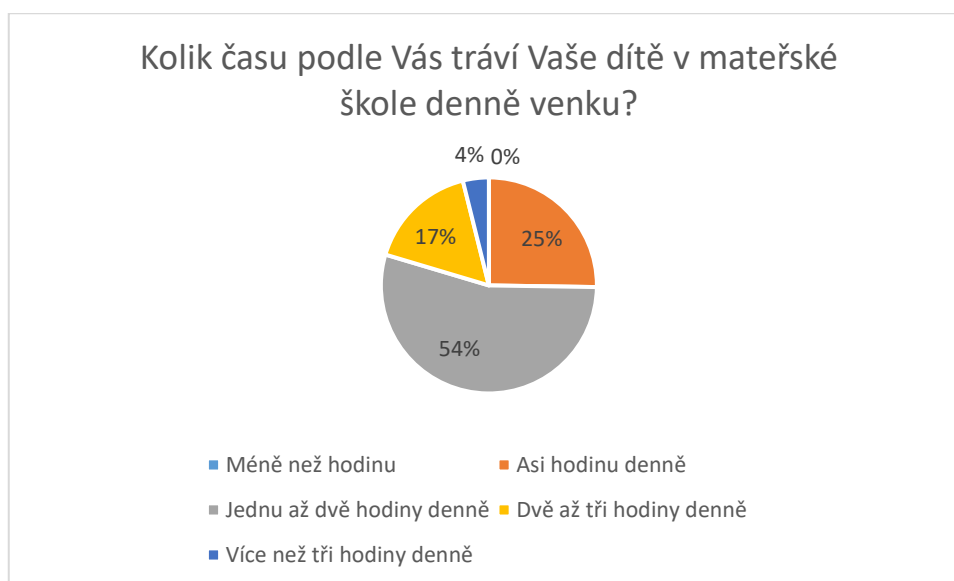
Zdroj: vlastní výzkum

4.6.2 Jak probíhá trávení volného času venku dětí předškolního věku v mateřské škole?

V otázce číslo 5 jsme se zaměřily na výzkum času, který děti tráví venku v mateřské škole podle rodičů. Tato otázka byla uzavřená, což znamená, že respondenti měli k dispozici předem definované možnosti odpovědí: Méně než hodinu denně, Asi hodinu denně, Jednu až dvě hodiny denně, Dvě až tři hodiny denně nebo Více než tři hodiny denně.

Podle rodičů je nejčastější odpovědí možnost "Jedna až dvě hodiny denně", kterou zvolilo 54 % respondentů. Tato skupina představuje většinu a podle nich většina dětí v dané mateřské škole tráví venku kolem dvou hodin denně. Následující nejběžnější odpovědí byla možnost "Asi hodinu denně", kterou vybralo 25 % respondentů. Tato odpověď také podle nich ukazuje na to, že část dětí tráví venku kolem jedné hodiny denně. Méně časté odpovědi zahrnovaly "Méně než hodinu denně", "Dvě až tři hodiny denně" a "Více než tři hodiny denně". Tyto odpovědi, ačkoliv méně běžné, podle rodičů stále poskytují informace o rozmanitosti časového trávení venku ve vybrané mateřské škole.

Je důležité si uvědomit, že pobyt venku může být zkrácen nebo zcela vynechán pouze při mimořádně nepříznivých klimatických podmínkách a při vzniku nebo možnosti vzniku smogové situace, jak stanovuje zákon č. 410/2005 Sb. o hygienických požadavcích. Tato ustanovení mají za cíl chránit zdraví dětí a minimalizovat riziko nepříznivých dopadů prostředí na jejich pohodu a bezpečí.



Graf 4: Čas venku v mateřské škole

Zdroj: vlastní výzkum

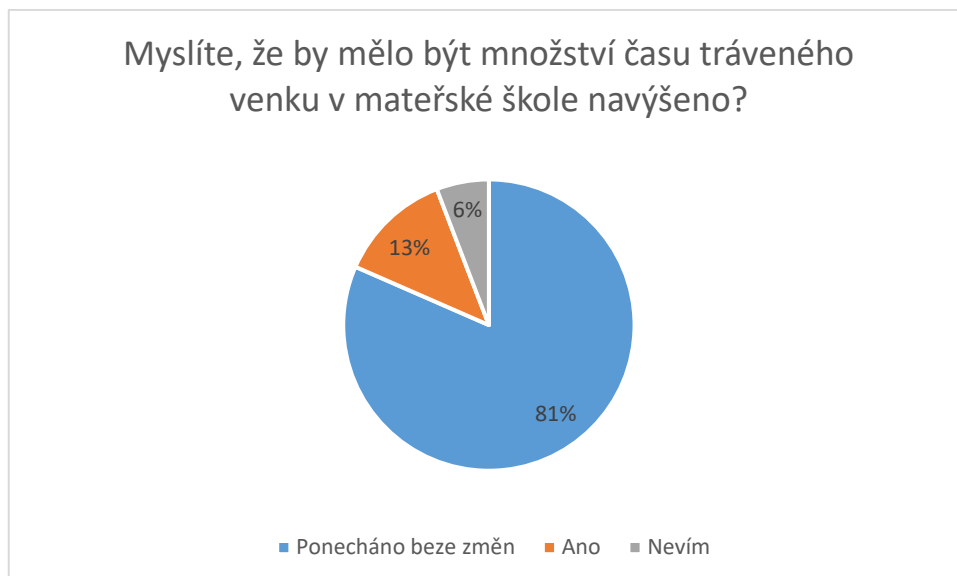
V otázce číslo 6 jsme se zaměřily na to, zda děti v mateřské škole tráví čas venku každý den. Podle názoru respondentů většina, konkrétně 87 % z nich, si myslí, že jejich děti chodí ven každý den. Podle nich tato četnost naznačuje vysokou míru zapojení dětí do aktivit venku a pravidelnou expozici venkovnímu prostředí, což může být důležité pro jejich zdraví a vývoj. Na druhou stranu, menší skupina respondentů, 13 % z nich, si myslí, že jejich děti nechodí ven každý den. Podle jejich názoru tato odpověď může odrážet různé faktory, jako jsou podnebí, rozhodnutí vedení školy nebo individuální preference rodičů. Zároveň si myslí, že to může naznačovat určitou variabilitu v praxi venkovních aktivit v různých mateřských školách.



Graf 5: Pravidelnost pobytu venku v mateřské škole

Zdroj: vlastní výzkum

V sedmé otázce jsme se ptaly rodičů, zda si myslí, že by mělo být množství času tráveného venku v mateřské škole navýšeno. Získané výsledky naznačují, že většina respondentů, konkrétně 84 z nich, preferuje ponechat stávající množství času venku beze změn. Menší skupina respondentů (13) vyjádřila názor, že by mělo být množství času venku navýšeno. Tato odpověď může reflektovat jejich přesvědčení o prospěšnosti pobytu venku pro děti a důležitosti jejich vystavení venkovnímu prostředí. Někteří respondenti (celkem 6) uvedli, že nevědí, zda by mělo být množství času venku navýšeno. Tato odpověď může odrazovat nejistotu ohledně optimálního časového rozvržení pro venkovní aktivity.



Graf 6: Navýšení množství času venku v mateřské škole

Zdroj: vlastní výzkum

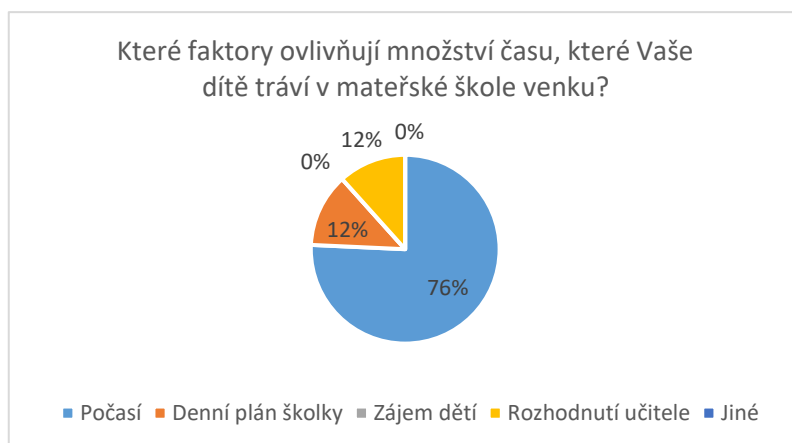
V osmé otázce jsme se zaměřovaly na to, kde a jak často tráví děti čas venku v mateřské škole. Získané odpovědi jsme rozdělili do několika kategorií podle místa venkovní aktivity (školní zahrada, školní hřiště, procházka v okolí mateřské školy, les nebo jiné místo) a četnosti této aktivity (denně, několikrát týdně, jednou týdně, několikrát měsíčně, jednou měsíčně nebo nikdy). Podle názoru rodičů je nejčastějším místem, kde děti tráví čas venku, školní zahrada, a to si myslí většina z nich (62,1 %), že jsou tam denně, a dalších 51,5 % uvádí, že tam jsou několikrát týdně. Následuje školní hřiště, kde si myslí, že 27,2 % dětí tráví čas venku denně a 31,1 % několikrát týdně. Procházka v okolí mateřské školy je také podle jejich názoru častou aktivitou, kterou vykonává 42,7 % dětí denně a 53,4 % několikrát týdně. Naopak, les je místem, kam děti chodí méně často, s pouze 1,9 % uvádějícími denní návštěvu a 5,8 % několikrát týdně.

Kde a jak často tráví děti čas venku v mateřské škole?						
	Denně	Několikrát týdně	Jednou týdně	Několikrát měsíčně	Jednou měsíčně	Nikdy
Na školní zahradě	62,1 %	51,5 %	29,1 %	24,3 %	21,4 %	2,9 %
Na školním hřišti	27,2 %	31,1 %	21,4 %	20,4 %	18,4 %	16,5 %
Procházka v okolí mateřské školy	42,7 %	53,4 %	35,9 %	44,7 %	30,1 %	3,9 %
V lese	1,9 %	5,8 %	21,4 %	15,5 %	19,4 %	26,2 %
Jiné	11,7 %	9,7 %	23,3 %	33,0 %	43,7 %	61,2 %

Tabulka 1: Kde a jak často tráví děti v mateřské škole

Zdroj: vlastní výzkum

V deváté otázce jsme se zaměřily na faktory, které ovlivňují množství času, které děti tráví venku v mateřské škole. Získané odpovědi jsme rozdělili do několika kategorií, abychom lépe porozuměli tomu, co nejvíce ovlivňuje rozhodování rodičů a pedagogického personálu ohledně venkovních aktivit dětí. Podle názoru respondentů je nejvíce klíčovým faktorem ovlivňujícím množství času, který jejich děti tráví venku, počasí, a to si myslí 76 % z nich. Tato odpověď jasně ukazuje, že povětrnostní podmínky mají významný vliv na to, zda jsou děti povzbuzovány k venkovním aktivitám. Dále, 12 % respondentů si myslí, že denní plán školky ovlivňuje časové rozvržení aktivit dětí během dne. Tato odpověď naznačuje, že organizační struktura a plánování činností ve školce mohou hrát roli v tom, kolik času děti tráví venku. Rozhodnutí učitelů bylo také identifikováno jako faktor ovlivňující venkovní aktivity dětí, a to podle 12 % respondentů. To naznačuje, že pedagogové mají větší pravomoc v rozhodování o venkovních aktivitách. Kategorie "jiné faktory" nebyla vybrána žádným respondentem, což naznačuje, že povětrnostní podmínky, denní plán školky a rozhodnutí učitelů jsou klíčové faktory ovlivňující množství času, které děti tráví venku, a že ostatní možné faktory nebyly považovány za relevantní.



Graf 7: Faktory ovlivňující pobyt venku

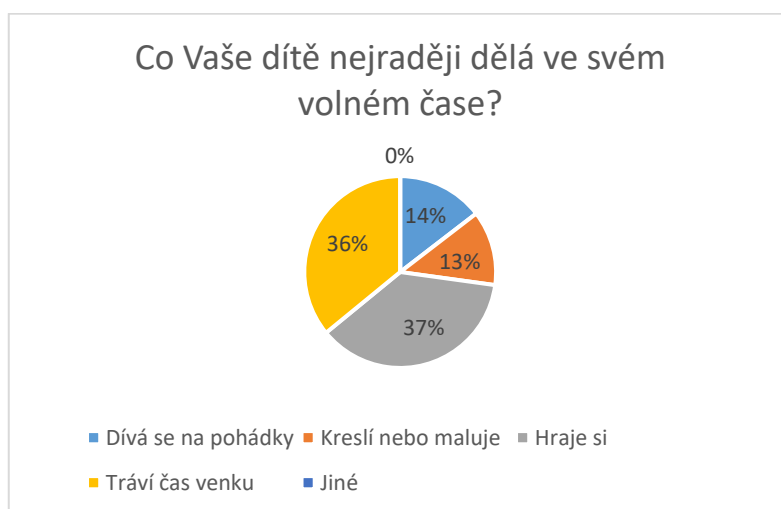
Zdroj: vlastní výzkum

Trávení volného času venku dětí předškolního věku v mateřské škole je pravidelnou a důležitou součástí jejich denního režimu. Na základě získaných dat si respondenti myslí, že děti průměrně tráví venku kolem dvou hodin denně. Většina dětí podle názoru respondentů tráví venku každý den, což svědčí o pravidelné expozici venkovnímu prostředí. Nejběžnějšími místy, kde děti tráví čas venku, jsou podle názoru respondentů školní zahrada, školní hřiště a procházky v okolí mateřské školy. Tato místa, jak si respondenti myslí, poskytují bezpečné a stimulující prostředí pro děti k prozkoumávání, hraní a rozvoji sociálních dovedností. Většina rodičů preferuje zachování současného množství času venku,

což naznačuje jejich důvěru v osvědčený režim a význam venkovních aktivit pro rozvoj jejich dětí. Nicméně existuje menší skupina rodičů, kteří by uvítali navýšení tohoto času, což naznačuje potenciální zájem o prohloubení venkovních zkušeností jejich dětí. Klíčovými faktory ovlivňujícími délku pobytu venku, podle názoru rodičů, jsou počasí, denní plán školky a rozhodnutí učitelů. Tyto faktory ukazují na flexibilitu a adaptabilitu v organizaci venkovních aktivit v mateřské škole a důležitost komunikace mezi rodiči, učiteli a vedením školy při tvorbě optimálního prostředí pro rozvoj dětí. Celkově poskytují tato data přehled o praxi venkovních aktivit dětí předškolního věku v mateřské škole a odpovídají na první výzkumnou otázku, jak probíhá trávení volného času venku v této skupině dětí.

4.6.3 Jak probíhá trávení volného času venku dětí předškolního věku ve svém volném čase?

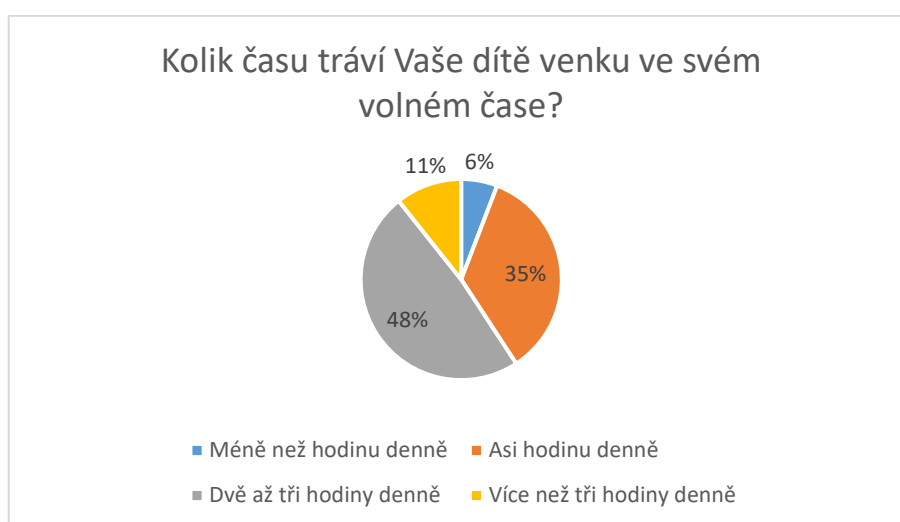
Desátá otázka nám poskytla přehled o oblíbených aktivitách dětí ve volném čase. Získané výsledky ukazují, že preference dětí jsou různorodé, což odráží individualitu každého dítěte. Nejoblíbenější aktivitou mezi dětmi bylo hraní si, které vybralo 37 % respondentů. Hra je pro děti často zdrojem radosti, kreativity a sociální interakce. Na druhém místě se umístilo trávení času venku, což označilo 36 % respondentů. Tento výsledek naznačuje, že venkovní aktivity mají pro děti v mateřské škole významnou přitažlivost a mohou být důležitou součástí jejich volného času. Sledování pohádek se umístilo na třetím místě s 14 % odpověďmi. Pohádky mohou být pro děti zábavné a poučné zároveň. Kreslení nebo malování bylo čtvrtou nejoblíbenější aktivitou s 13 % uváděnými odpověďmi. Tyto výsledky potvrzují pestrost zájmů a aktivit, které děti předškolního věku vyhledávají ve svém volném čase.



Graf 8: Co dělají děti nejraději ve svém volném čase

Zdroj: vlastní výzkum

Jedenáctá otázka se zaměřovala na množství času, který děti tráví venku ve svém volném čase. Získané výsledky naznačují, že nejvíce respondentů (48 %) uvádí, že jejich děti tráví venku dvě až tři hodiny denně. Tato odpověď naznačuje, že většina dětí má pravděpodobně dostatek času na venkovní aktivity, což může být důležité pro jejich fyzický a duševní rozvoj. Na druhém místě se umístilo trávení asi hodinu denně, což uvedlo 35 % respondentů. Tato odpověď naznačuje, že další část dětí má možnost strávit aspoň část svého volného času venku. Méně časté byly odpovědi, které uváděly trávení méně než hodinu denně (6 % respondentů) nebo více než tři hodiny denně (11 % respondentů).



Graf 9: Trávení času dětí venku ve volném čase

Zdroj: vlastní výzkum

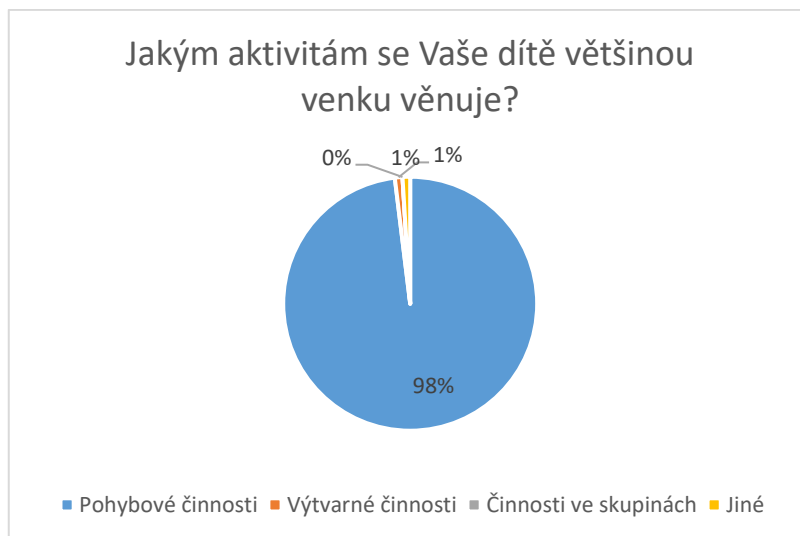
Dvanáctá otázka byla zaměřena na četnost, s jakou děti tráví svůj volný čas venku. Získané výsledky ukazují, že většina respondentů (51 %) uvádí, že jejich děti venku tráví volný čas denně. Tento pravidelný kontakt s venkovním prostředím naznačuje, že pro většinu dětí je venkovní aktivita běžnou součástí jejich každodenního života. Dalších 47 % respondentů uvedlo, že jejich děti venku tráví čas několikrát týdně, což také představuje značnou část populace. To naznačuje, že většina dětí má pravidelné příležitosti k venkovním aktivitám, což může pozitivně ovlivnit jejich zdraví a celkový rozvoj. Méně časté byly odpovědi, které označovaly venkovní čas jednou týdně (2 % respondentů) nebo méně než jednou týdně (žádný respondent). Tato data poukazují na rozmanitost četnosti venkovních aktivit mezi dětmi a zároveň naznačují, že většina z nich má pravidelný a častý kontakt s venkovním prostředím.



Graf 10: Pravidelnost trávení času venku ve volném čase

Zdroj: vlastní výzkum

Třináctá otázka zkoumala, jakým aktivitám se děti většinou venku věnují. Výsledky naznačují, že pohybové činnosti jsou dominantní formou aktivity pro děti při venkovních hrách a zábavě. Většina respondentů (98 %) uvádí, že jejich děti preferují různé pohybové aktivity, což může zahrnovat běhání, skákání, hraní míčových her a další aktivity, které podporují fyzickou aktivitu a koordinaci. Tato odpověď odpovídá doporučením odborníků na výchovu a zdraví dětí, kteří zdůrazňují důležitost fyzické aktivity pro celkový vývoj dítěte. Pouze 1 % uvádí, že jeho dítě se venku věnuje výtvarným činnostem, což naznačuje menší zastoupení této formy aktivity ve srovnání s pohybovými aktivitami. Další 1 % v rámci odpovědi "jiné" specifikuje aktivity jako stavění domečků pro skřítky, broučky, hledání hmyzu a podobně, což naznačuje zájem o přírodní vzdělávání a průzkum prostředí. Tyto výsledky ukazují na různorodost zájmů dětí při venkovních aktivitách a důležitost poskytnutí prostoru pro pohyb a objevování přírody ve vzdělávacím prostředí mateřské školy.



Graf 11: Venkovní činnost dětí ve volném čase

Zdroj: vlastní výzkum

V otázce číslo čtrnáct jsme se zabývaly tím, kde a s jakou frekvencí děti tráví čas venku ve svém volném čase. Výsledky odhalují rozmanitost vzorců venkovní aktivity v závislosti na různých místech a četnosti těchto aktivit. Nejčastěji uváděným místem pro venkovní aktivity je zahrada, kterou denně navštěvuje 58,3 % dětí a několikrát týdně 34 % dětí. Dětská hřiště jsou také populární, přičemž 41,7 % dětí je denně navštěvuje a 54,4 % několikrát týdně. V parku tráví děti méně času, s denní návštěvou u 13,6 % a několikrát týdně u 18,4 % dětí. Naopak, v lese tráví děti podobně jako na dětském hřišti, s denní návštěvou u 7,8 % a několikrát týdně u 16,5 % dětí.

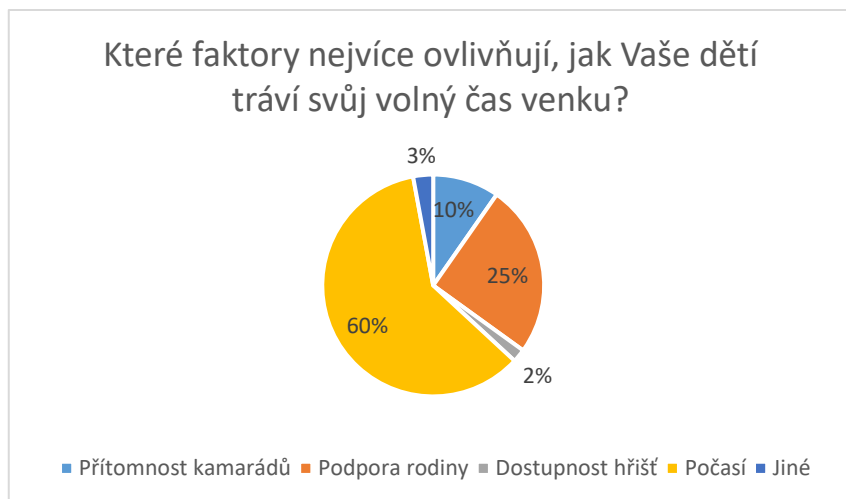
Kde a jak často tráví děti čas venku ve svém volném čase?						
	Denně	Několikrát týdně	Jednou týdně	Několikrát měsíčně	Jednou měsíčně	Nikdy
Na zahradě	58,3 %	34,0 %	22,3 %	25,2 %	12,6 %	6,8 %
Na dětském hřišti	41,7 %	54,4 %	28,2 %	39,8 %	15,5 %	0,0 %
V parku	13,6 %	18,4 %	24,3 %	22,3 %	19,4 %	10,7 %
V lese	7,8 %	16,5 %	29,1 %	29,1 %	31,1 %	1,9 %
Jiné	10,7 %	13,6 %	31,1 %	38,8 %	45,6 %	82,5 %

Tabulka 2: Kde a jak často tráví děti čas venku ve volném čase

Zdroj: vlastní výzkum

V otázce číslo patnáct jsme se zaměřovaly na faktory, které nejvíce ovlivňují to, jak děti tráví svůj volný čas venku. Respondenti měli možnost vybrat z několika možností. Nejčastěji uváděným faktorem bylo počasí, které zaznamenalo 60 % odpovědí. Tato odpověď jasně ukazuje, že povětrnostní podmínky mají klíčový vliv na to, zda jsou děti povzbuzovány k venkovním aktivitám. Dále 25 % respondentů uvádělo podporu rodiny jako důležitý faktor

ovlivňující volný čas venku dětí. Rodinná podpora může hrát roli v tom, zda jsou děti motivovány k venkovním aktivitám a zda mají přístup k prostředkům a podnětům pro venkovní hry a činnosti. Dalšími faktory, které byly zmíněny, byly přítomnost kamarádů (10 % odpovědí) a dostupnost hřišť (2 % odpovědí). "Jiné" faktory, které uvedly 3 % respondentů, zahrnovaly zájmové kroužky a nemoc.



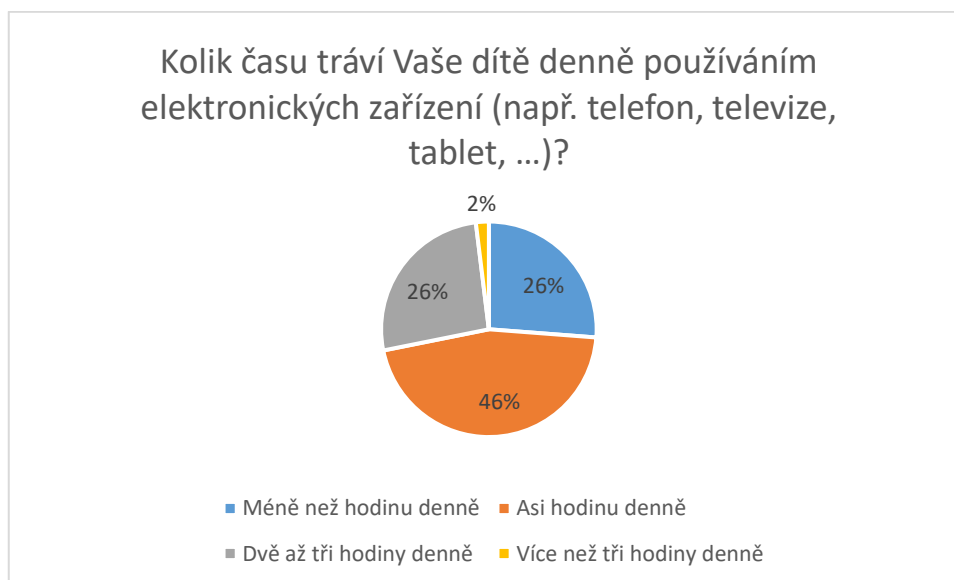
Graf 12: Faktory ovlivňující volný čas venku

Zdroj: vlastní výzkum

Výsledky ukazují, že preference dětí jsou různorodé a odrážejí individualitu každého dítěte. Nejoblíbenějšími aktivitami mezi dětmi jsou hraní si a trávení času venku, které vybralo významné množství respondentů. Hra je pro děti zdrojem radosti, kreativity a sociální interakce, zatímco venkovní aktivity mají pro ně významnou přitažlivost a mohou být důležitou součástí jejich volného času. Pokud jde o četnost a délku venkovního pobytu, většina dětí tráví venku alespoň nějaký čas téměř denně, což naznačuje pravidelný a častý kontakt s venkovním prostředím. Preference míst pro venkovní aktivity se liší, s nejčastějšími lokacemi jako jsou zahrady a dětská hřiště. Vliv na trávení volného času venku dětí předškolního věku zahrnuje faktory jako je počasí, podpora rodiny, přítomnost kamarádů a dostupnost hřišť. Povětrnostní podmínky jsou nejčastěji uváděným faktorem, což naznačuje, že jsou klíčovým rozhodovacím prvkem pro rodiče a pedagogy při povzbuzování dětí k venkovním aktivitám. Tato zjištění odpovídají na druhou výzkumnou otázku, jak děti předškolního věku tráví svůj volný čas venku.

4.6.4 Kolik času tráví děti předškolního věku používáním elektronických zařízení a internetu?

V šestnácté otázce jsme se rodičů ptaly na to kolik času tráví jejich děti denně používáním elektronických zařízení jako jsou telefon, televize nebo tablet. Nejběžnější odpovědí je strávení času s elektronikou asi hodinu denně, což zvolilo 46 % respondentů. To naznačuje, že pro většinu dětí je používání elektronických zařízení běžnou součástí jejich každodenního života, avšak stále se drží na úrovni, která není příliš vysoká. Dalších 26 % uvádí, že jejich děti tráví s elektronickými zařízeními dvě až tři hodiny denně, což je již podstatně více. Tato data mohou naznačovat trend stoupajícího používání elektroniky mezi dětmi v mladším věku, což může mít dopady na jejich sociální a kognitivní vývoj. Méně časté jsou odpovědi, které uvádějí méně než hodinu denně (26 %), což může znamenat, že pro některé rodiny omezení času stráveného s elektronikou je prioritou. Naopak, pouze malý počet respondentů (2 %) uvádí, že jejich děti tráví s elektronickými zařízeními více než tři hodiny denně, což může být vnímáno jako relativně nízké procento, ale zároveň naznačuje existenci skupiny dětí, které jsou vystaveny dlouhodobějšímu času strávenému u elektroniky, což může vyvolávat obavy o jejich celkový vývoj a zdraví. Tato data podtrhují důležitost sledování a omezení času stráveného dětmi s elektronickými zařízeními, aby se zajistil vyvážený životní styl a zdravý rozvoj.

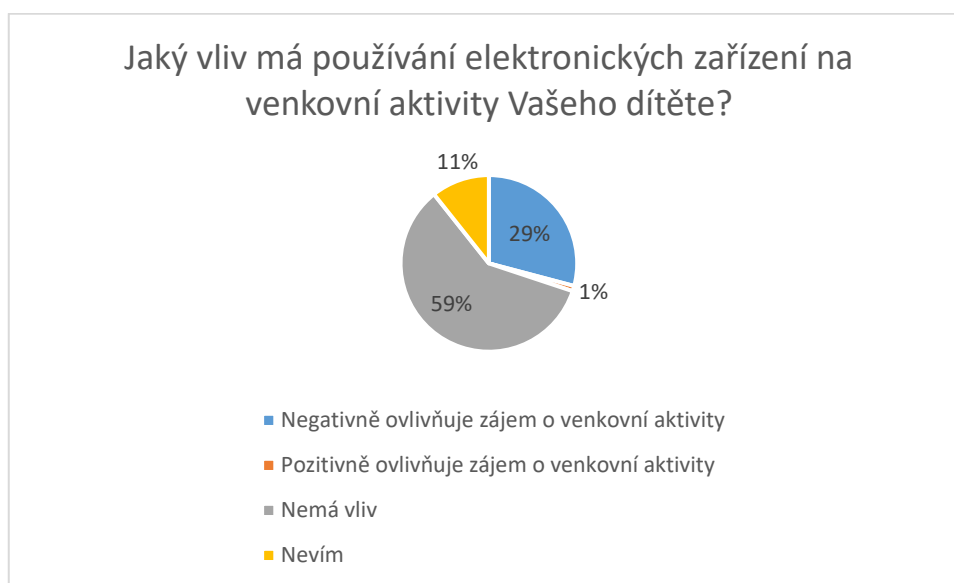


Graf 13: Množství času stráveného používáním elektronických zařízení

Zdroj: vlastní výzkum

Odpovědi na otázku sedmnáct, jaký vliv má používání elektronických zařízení na venkovní aktivity dětí, ukazují, že většina respondentů vnímá používání elektronických zařízení jako

faktor, který nemá vliv na zájem jejich dětí o venkovní aktivity. To potvrdilo 59 % respondentů. Tato odpověď naznačuje, že pro většinu dětí není elektronika překážkou ve vychutnávání si venkovních aktivit nebo naopak v jejich podněcování. Pouze malý počet respondentů (1 %) uvedlo, že používání elektronických zařízení má pozitivní vliv na zájem dětí o venkovní aktivity. Tento názor může být založen na předpokladu, že některé digitální prvky mohou dětem pomoci objevovat venkovní svět, například pomocí mobilních aplikací zaměřených na přírodu nebo virtuálních prohlídek outdoorových lokalit. Na druhé straně, 29 % respondentů vnímá používání elektroniky jako faktor, který negativně ovlivňuje zájem jejich dětí o venkovní aktivity. Tato odpověď naznačuje obavy z toho, že nadměrné zapojení do digitálního světa může omezovat čas a motivaci pro venkovní hry a průzkum přírody. Celkově lze tedy říci, že i když pro většinu dětí používání elektronických zařízení nemá výrazný vliv na jejich zájem o venkovní aktivity, pro menší část dětí může být elektronika vnímána jako překážka nebo omezení.



Graf 14: Vliv používání elektronických zařízení na pobyt venku

Zdroj: vlastní výzkum

Abychom odpověděly na třetí výzkumnou otázku, tak výsledky naznačují, že většina dětí předškolního věku tráví přibližně jednu až dvě hodiny denně s elektronickými zařízeními, přičemž pouze malý podíl dětí tráví s elektronikou více než tři hodiny denně. Zároveň většina rodičů nevnímá používání elektronických zařízení jako klíčový faktor ovlivňující zájem dětí o venkovní aktivity, přičemž většina z nich uvádí, že elektronika nemá vliv na venkovní aktivity jejich dětí. Tento trend naznačuje, že i přes rozšíření elektroniky mezi dětmi zůstává venkovní aktivita důležitou součástí jejich volného času a rozvoje.

U této výzkumné otázky jsme si také stanovily hypotézu, která zní „Mezi trávením času a u elektronických zařízení existuje souvislost.“ Výsledky hypotézy jsme zjišťovaly Pearsonova korelačního koeficientu. Pearsonova korelace je statistická metoda používaná k měření síly a směru vztahu mezi dvěma kvantitativními proměnnými. Její hodnota se pohybuje v rozmezí od -1 do +1. Kladná hodnota blíží se k +1 naznačuje silnou pozitivní korelaci, což znamená, by znamenalo že čím více času dítě tráví používáním elektronických zařízení, tím více také tráví času venku. Naopak, hodnota blíží se k -1 ukazuje silnou negativní korelaci, to by znamenalo, že čím více času dítě tráví používáním elektronických zařízení, tím méně času tráví venku. Hodnota blíží se k 0 naznačuje, že mezi proměnnými není žádná lineární korelace. Jinými slovy, neexistuje žádný vztah mezi tím, kolik času dítě tráví s elektronikou a kolik času tráví venku (Chráska, 2016).

V tomto případě máme hodnotu korelace -0,2269, což naznačuje slabou negativní korelaci. To znamená, že čím více času dítě tráví používáním elektronických zařízení, tím mírně méně času tráví venku ve svém volném čase. Nicméně je třeba si uvědomit, že tato korelace není příliš silná, a nelze z ní jednoznačně vyvodit příčinný vztah mezi těmito dvěma proměnnými.

Kolik času tráví Vaše dítě denně používáním elektronických zařízení (např. telefon, televize, tablet, ...)?		
Kolik času tráví Vaše dítě denně používáním elektronických zařízení (např. telefon, televize, tablet, ...)?	1	
Kolik času tráví Vaše dítě venku ve svém volném čase?	-0,22693	1

Tabulka 3: Pearsonův korelační koeficient

Zdroj: vlastní výzkum

Abychom zjistily, zda je korelace statisticky významná udělaly jsme si t-test.

T-test je významný statistický test pro analýzu metrických dat, který umožňuje porovnání průměrných hodnot dvou nezávislých skupin. Jeho hlavním účelem je zjistit, zda jsou rozdíly mezi těmito skupinami statisticky významné, či zda by mohly být pouhým náhodným jevem. Tímto způsobem nám t-test umožňuje posoudit, zda jsou hodnoty získané z těchto dvou skupin signifikantně odlišné (Chráska, 2016).

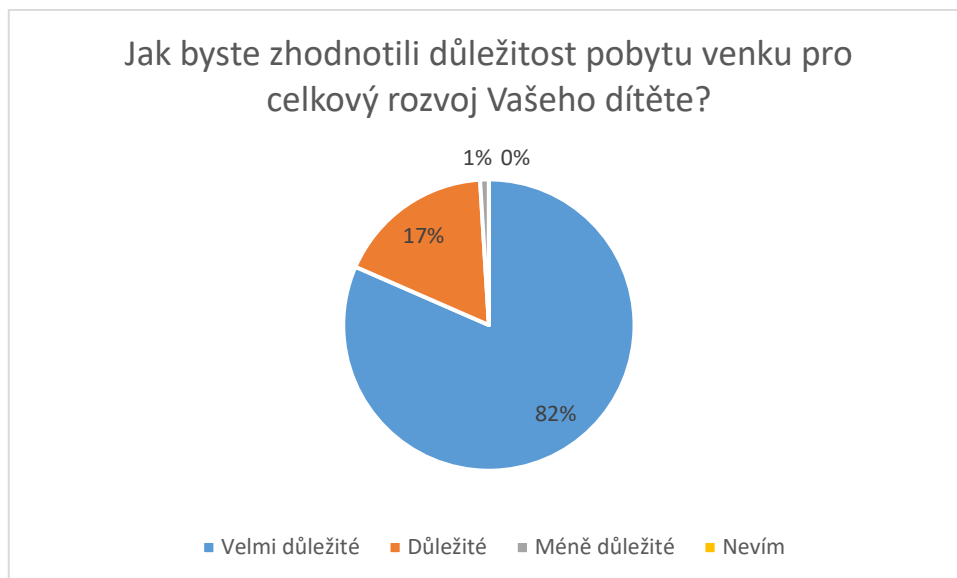
Nejdříve jsme stanovily nulovou a alternativní hypotézu. Nulová hypotéza tvrdila, že neexistuje žádná souvislost mezi trávením času venku a trávením času používáním elektronických zařízení, zatímco alternativní hypotéza navrhovala, že taková souvislost existuje. Poté jsme využily výsledek Pearsonovy korelace k výpočtu t-hodnoty, která nám poskytla informaci o tom, zda je pozorovaná korelace statisticky významná. Pro výpočet t-hodnoty jsme použily vzorec $t = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$ kde r je Pearsonova korelace a n je počet vzorků.

Dosažením hodnot jsme získaly $t = \frac{-0,2269 \cdot \sqrt{103-2}}{\sqrt{1-(-0,2269)^2}}$, což následně vyšlo jako -2,34138. Poté jsme vypočítaly stupeň volnosti $df = n-2$, kde n je počet respondentů. Pro náš vzorek o velikosti 103 jsme získaly $df = 101$. Nakonec jsme pomocí softwaru Excel vypočítaly p -hodnotu, která činila $3,21352 \times 10^{-7}$. Při převedení tohoto výsledku na desetinnou formu získáme hodnotu 0,000000321352, která je menší než hladina významnosti $\alpha = 0,05$. To znamená, že naše hypotéza je statisticky významná. Na základě tohoto zjištění jsme zamítly nulovou hypotézu a přijaly alternativní hypotézu „*Existuje souvislost mezi trávením času venku a trávením času používáním elektronických zařízení.*“

I když si mnozí rodiče možná myslí, že používání elektronických zařízení nemá vliv na to, jak často jejich děti tráví čas venku, výsledek korelace naznačuje, že existuje spojení mezi oběma faktory. I když rodiče mohou zdůrazňovat jiné důvody než používání elektroniky pro čas strávený uvnitř, data naznačují, že děti, které tráví více času na elektronických zařízeních, mají tendenci strávit méně času venku. Toto zjištění by mohlo ovlivnit rodiče při rozhodování o omezení času stráveného s elektronikou ve prospěch venkovních aktivit, i když samotný vliv může být poměrně malý. Je důležité brát v úvahu různé faktory a individuální potřeby dítěte při plánování jejich času a podporování zdravého životního stylu.

4.6.5 Jak podporují rodiče pobyt svých dětí předškolního věku venku?

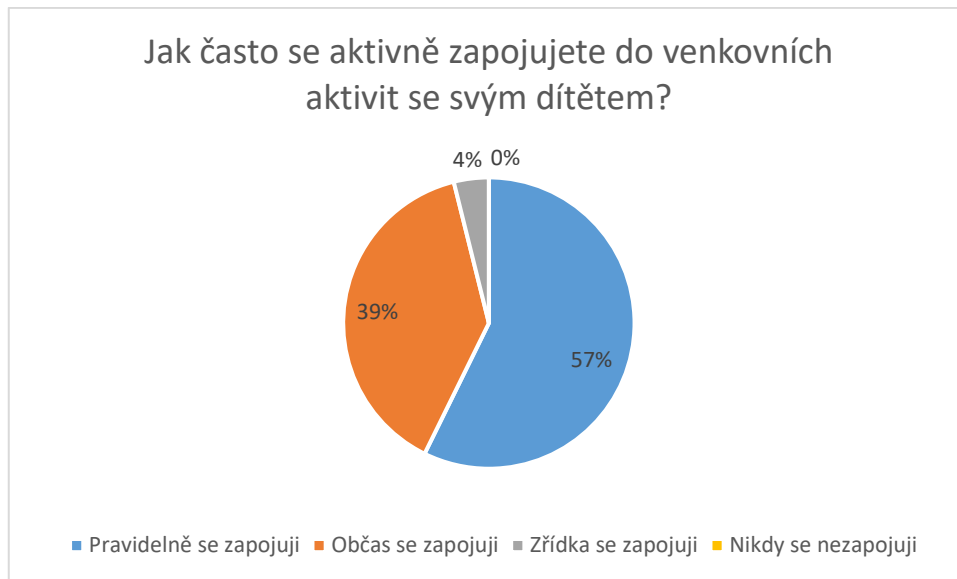
V otázce číslo osmnáct, která se zaměřuje na to, jestli je podle rodičů důležitý pobyt jejich dětí venku pro celkový rozvoj, výsledky jasně ukazují, že pobyt venku má pro celkový rozvoj dětí zásadní význam, a to potvrzuje vysoké procento respondentů ve zkoumaném souboru, konkrétně 82 %. Tato výsledná čísla jasně naznačují, že rodiče přisuzují venkovním aktivitám mimořádnou hodnotu, která se promítá do fyzického, sociálního a emocionálního rozvoje jejich potomků. Je zajímavé, že pouze menší část respondentů, a to 17 %, vyjádřila názor, že pobyt venku není pro rozvoj jejich dětí důležitý. Tento fakt odráží různorodost názorů a přístupů k tomu, jak moc je venkovní prostředí klíčové pro optimální růst a vývoj dítěte. Zdá se, že existuje určitá variabilita mezi rodiči ohledně toho, jak velkou váhu přikládají venkovním aktivitám ve srovnání s jinými formami vzdělávání a zážitků. Celkově lze tedy z tohoto výzkumu vyvodit, že většina respondentů chápe pobyt venku jako klíčový prvek v procesu výchovy a vzdělávání jejich dětí. Tento poznatek otevírá důležitou diskuzi o tom, jakým způsobem by měly být venkovní aktivity integrovány do pedagogických programů a rodinného života s cílem podpořit zdravý a harmonický vývoj dětí.



Graf 15: Důležitost pobytu venku pro celkový rozvoj dětí

Zdroj: vlastní výzkum

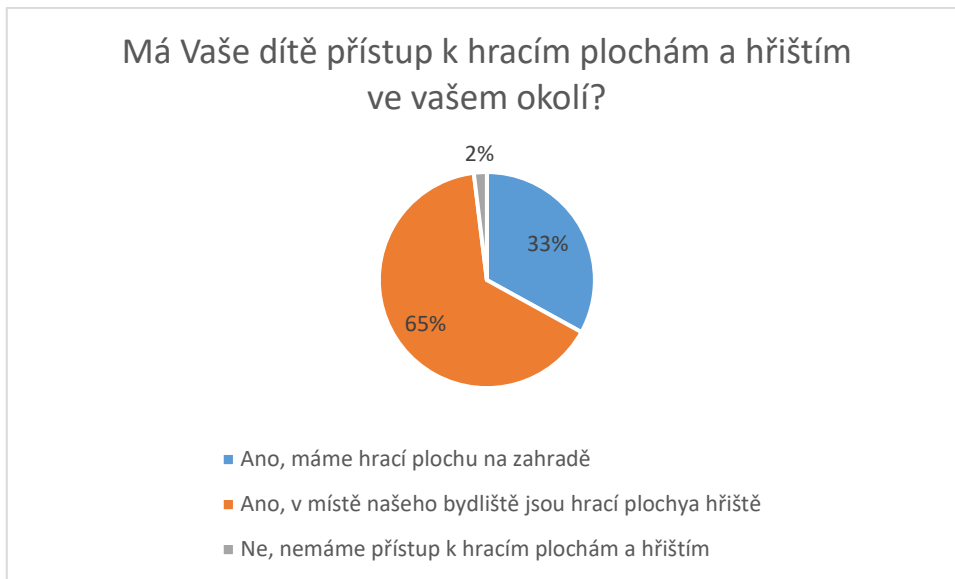
Analýza odpovědí na otázku devatenáct, týkající se účasti respondentů na venkovních aktivitách se svými dětmi, odhaluje zajímavé vzorce chování. Z celkového počtu respondentů se 57 % z nich pravidelně zapojuje do těchto aktivit. To nasvědčuje tomu, že tito rodiče považují venkovní aktivity za klíčový prvek ve výchově a rozvoji svých dětí a aktivně hledají příležitosti k interakci venku. Další skupina, tvořená 39 % respondentů, se do venkovních aktivit se svými dětmi zapojuje občas. Tato skupina naznačuje určitou pružnost v přístupu k venkovním zážitkům a může reflektovat různé faktory, jako je například pracovní vytížení rodičů nebo sezónní změny v možnostech venkovních aktivit. Je zajímavé, že pouze 4 % respondentů uvedli, že se do venkovních aktivit se svými dětmi zapojují zřídka. Tato menší skupina by mohla být motivována různými faktory, jako je nedostatek času nebo možnosti, nebo preferenci jiných typů aktivit. Je pozoruhodné, že žádný respondent nevybral možnost, že se nikdy nezapojuje do venkovních aktivit se svými dětmi. Tento výsledek ukazuje, že většina respondentů si je vědoma významu venkovních aktivit pro rozvoj jejich dětí a aspoň občas se snaží tuto formu zážitků začlenit do rodinného života.



Graf 16: Jak se rodiče zapojují do venkovních aktivit se svými dětmi

Zdroj: vlastní výzkum

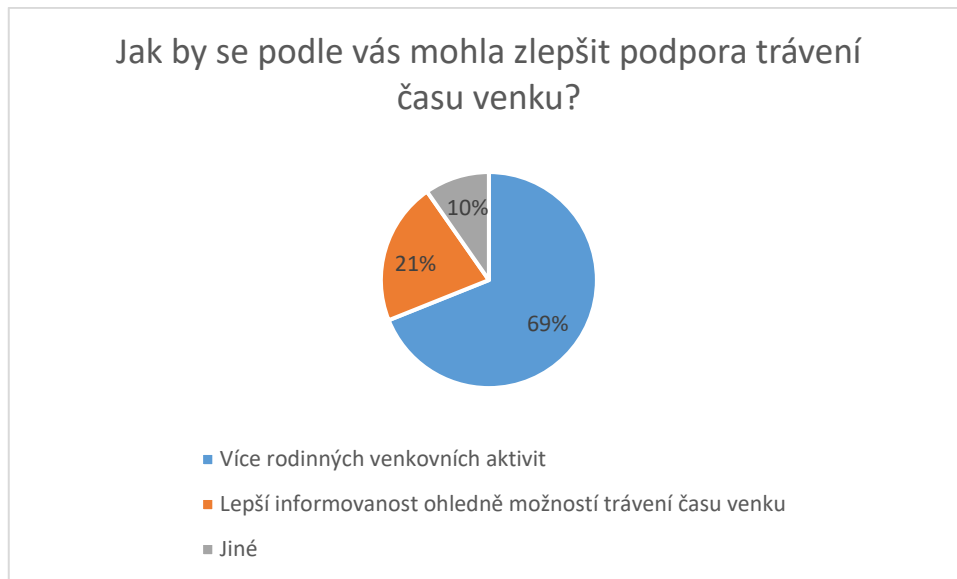
Výsledky odpovědí na otázku dvacet nám poskytuje poznatky o dostupnosti hracích ploch a hřišť pro děti v okolí respondentů a o prostředí, ve kterém tyto rodiny žijí a vychovávají své potomky. Z výsledků vyplývá, že většina respondentů, konkrétně 65 % z nich, má v místě svého bydliště přístup k veřejným hracím plochám a hřištím. Tento fakt naznačuje, že v jejich okolí existuje dostatečná infrastruktura pro venkovní aktivity dětí, což může být přínosem pro rozvoj jejich dovedností a sociálních interakcí. Dalších 33 % respondentů uvádí, že mají vlastní hrací plochu přímo na své zahradě. Tato skupina rodičů preferuje možnost kontroly nad prostředím, ve kterém se jejich děti hrají, a soukromí poskytované domácím prostředím. Pouze 2 % respondentů sdělilo, že nemají v okolí přístup k hracím plochám a hřištím. Tento fakt naznačuje možné omezení ve veřejné infrastruktuře nebo lokalitě, ve které žijí, což může mít vliv na možnosti dětí trávit čas venku a zapojovat se do fyzických aktivit. Celkově tyto výsledky podtrhují důležitost prostředí, které rodiny poskytují pro své děti, a naznačují různé způsoby, jakými rodiče usilují o zajištění bezpečného a stimulačního prostředí pro rozvoj svých potomků.



Graf 17: Dostupnost k hracím plochám

Zdroj: vlastní výzkum

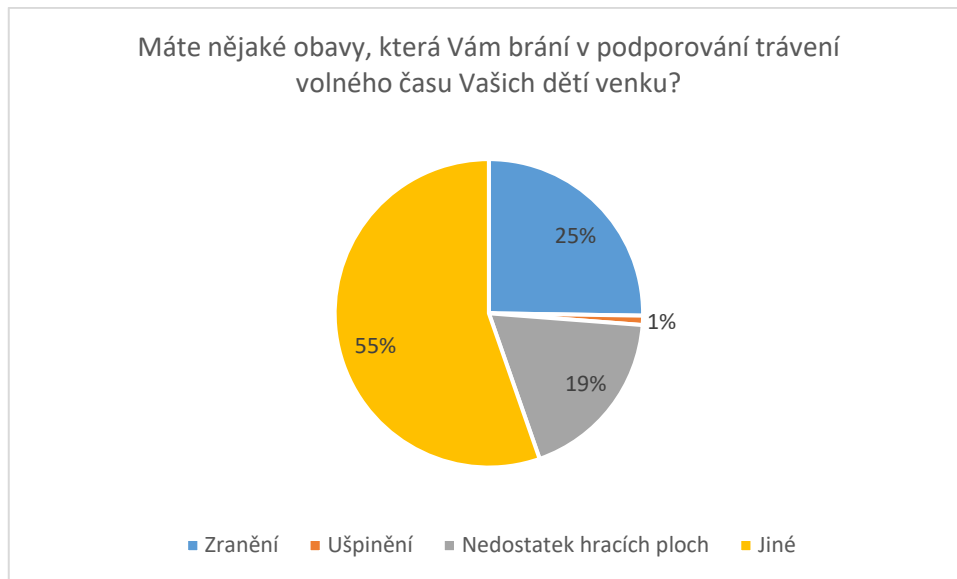
Vyhodnocení odpovědí na otázku dvacet jedna nabízí klíčové návrhy a poznatky ohledně zlepšení podpory trávení času venku u dětí. Nejčastějším návrhem, který zdůraznila většina respondentů (69 %), je implementace více rodinných venkovních aktivit. Tento návrh reflektuje důležitost propojení rodinného života s venkovními zážitky a naznačuje, že společné aktivity venku mohou posílit vztahy v rodině a přispět k zdravému rozvoji dětí. Druhým nejčastějším návrhem, který zdůraznilo 21 % respondentů, je potřeba lepší informovanosti o možnostech trávení času venku. Tento návrh naznačuje, že někteří rodiče mohou mít omezený přístup k informacím o venkovních aktivitách pro své děti a chtějí mít více zdrojů a podpory při plánování těchto aktivit. Zlepšení informovanosti by mohlo rodičům poskytnout vhodnější a bohatší venkovní zážitky pro jejich děti. 10 % respondentů vybralo možnost jiné odpovědi, kdy mezi odpovědi zařazovali informovanost ohledně přínosu trávení času venku pro dítě, motivace ze strany rodičů nebo více volného času rodičů.



Graf 18: Možnosti zlepšení trávení času dětí venku

Zdroj: vlastní výzkum

Analýza odpovědí na otázku dvacet dva odhaluje pestrost obav, které rodiče uvádějí jako faktory bránící podpoře venkovního trávení volného času jejich dětí. Velká část respondentů (25 %) vyjádřila obavu z možnosti zranění při venkovních aktivitách. Tato obava zdůrazňuje prioritní ohled na bezpečnost dětí během jejich her a sportů venku, což je pochopitelný aspekt, který má vliv na rozhodování rodičů o tom, jaké aktivity povolit. Následující obavou je nedostatek hracích ploch, který uvedlo 19 % respondentů. Tato obava naznačuje, že nedostatek vhodných prostor pro venkovní hry a aktivity může být překážkou v podpoře trávení času venku u dětí a omezuje možnosti pro rodiny využít venkovního prostředí pro zábavu a relaxaci. Jeden respondent vyjádřil obavu z ušpinění při venkovních aktivitách, což zdůrazňuje důležitost čistoty a hygieny pro některé rodiče při rozhodování o povolení venkovních her a aktivit jejich dětí. Nejvíce respondentů (55 %) uvedlo jiné obavy, mezi které patří nemoc, obavy z únosu, šikana ze strany starších dětí, nedostatek času rodičů nebo že nemají žádné obavy.

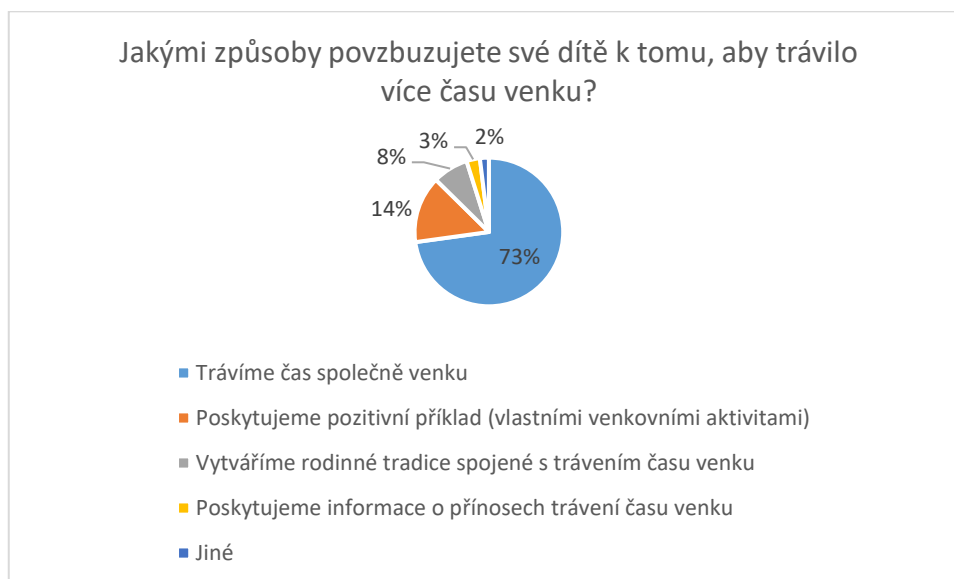


Graf 19: Obavy bránící rodičům podporovat trávení času jejich dětí venku

Zdroj: vlastní výzkum

Odpovědi na otázku číslo dvacet tři "Jakými způsoby povzbuzujete své dítě k tomu, aby trávilo více času venku?" odhalují různé strategie, které rodiče používají k podpoře venkovního trávení času svých dětí. Nejčastějším způsobem, který uvádí většina respondentů (73 %), je trávení času společně venku. Tento přístup zdůrazňuje důležitost rodinného času a aktivit venku jako příležitosti k posílení rodinných vazeb a podpory zdravého životního stylu. Společné venkovní aktivity mohou být pro děti nejen zábavné, ale také vzdělávací a přínosné pro celkový rozvoj. Další častou strategií je poskytování pozitivního příkladu prostřednictvím vlastních venkovních aktivit, což zdůrazňuje 14 % respondentů. Aktivní účast rodičů ve venkovních aktivitách ukazuje dětem, že venkovní čas je důležitý a zábavný, a může vést k jejich větší motivaci k trávení času venku. Někteří respondenti (8 %) uvádějí, že vytvářejí rodinné tradice spojené s trávením času venku. Tento přístup podporuje pravidelnost a stabilitu v rodinném životě a může pomoci vytvořit pozitivní asociace s venkovními aktivitami, které budou dětem připomínat významné a radostné rodinné okamžiky. Méně častými způsoby jsou poskytování informací o přínosech trávení času venku (3 % respondentů) a další způsoby uváděné 2 % respondenty jsou, že dítě tráví čas venku rádo bez jakéhokoliv podporování k tomu. Tyto strategie mohou zahrnovat diskuse o přínosech venkovního života pro zdraví a pohodu dětí nebo individuální přístupy přizpůsobené potřebám a zájmům každé rodiny. Celkově tyto odpovědi ukazují, že rodiče používají různé strategie a přístupy k podpoře venkovního trávení času svých dětí, a

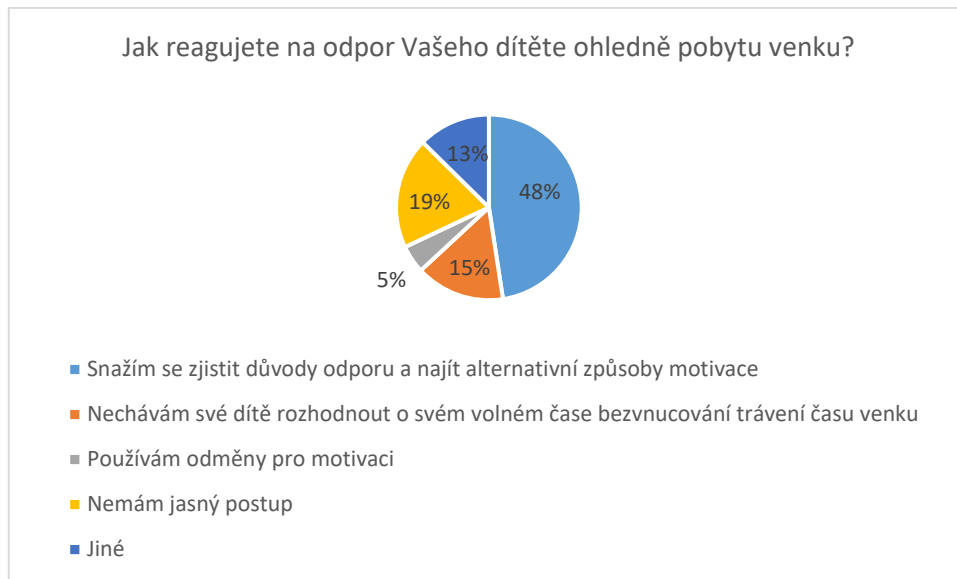
zdůrazňují důležitost rodinného času, aktivní účasti rodičů a vytváření pozitivních asociací s venkovními aktivitami pro děti.



Graf 20: Způsoby motivace pro trávení času venku

Zdroj: vlastní výzkum

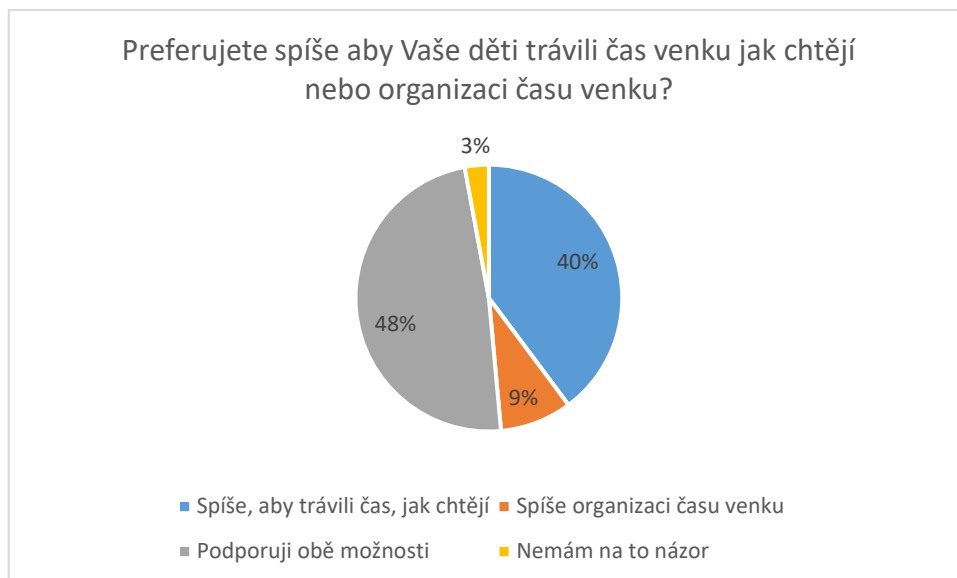
Zjištění, jak rodiče reagují na odpor svých dětí k venkovnímu pobytu, což je otázka číslo dvacet čtyři, naznačuje, že existuje široká škála přístupů, které rodiče v této situaci uplatňují. Nejběžnější reakcí rodičů na odpor dítěte k venkovnímu pobytu, jak uvedlo 48 % respondentů, je snaha porozumět důvodům tohoto odporu a hledání alternativních způsobů motivace. Tento přístup odhaluje rodičovskou snahu pochopit potřeby a preference dětí a aktivně hledat způsoby, jak je zapojit do venkovních aktivit, které je zaujmou a baví. Někteří rodiče (15 % respondentů) se rozhodují respektovat autonomii svých dětí tím, že jim umožní svobodně rozhodovat o svém volném čase bez nátlaku k trávení času venku. Tento přístup odráží snahu o podporu rozhodovacích dovedností a nezávislosti dítěte. Používání odměn pro motivaci k venkovním aktivitám bylo zmíněno 5 % respondentů. Tento přístup zahrnuje poskytování pozitivních stimulů nebo odměn za účast dítěte na venkovních aktivitách, což může být užitečné při podněcování jejich zájmu o pobyt venku. Někteří rodiče (19 % respondentů) uvedli, že nemají jasný postup, jak reagovat na odpor dítěte k pobytu venku. To naznačuje určitou nejistotu nebo nedostatek konkrétních strategií v této oblasti. Dalších 13 % respondentů indikuje, že v případě, kdy jejich děti nevyjadřují odpor vůči venkovnímu pobytu, nepotřebují uplatňovat specifické reakce. Tato skupina respondentů tak identifikuje možnost "jiné" jako svou volbu, což naznačuje, že situace není pro ně problematická a nemají potřebu přijímat specifická opatření.



Graf 21: Reakce na odpor dítěte vůči trávení času venku

Zdroj: vlastní výzkum

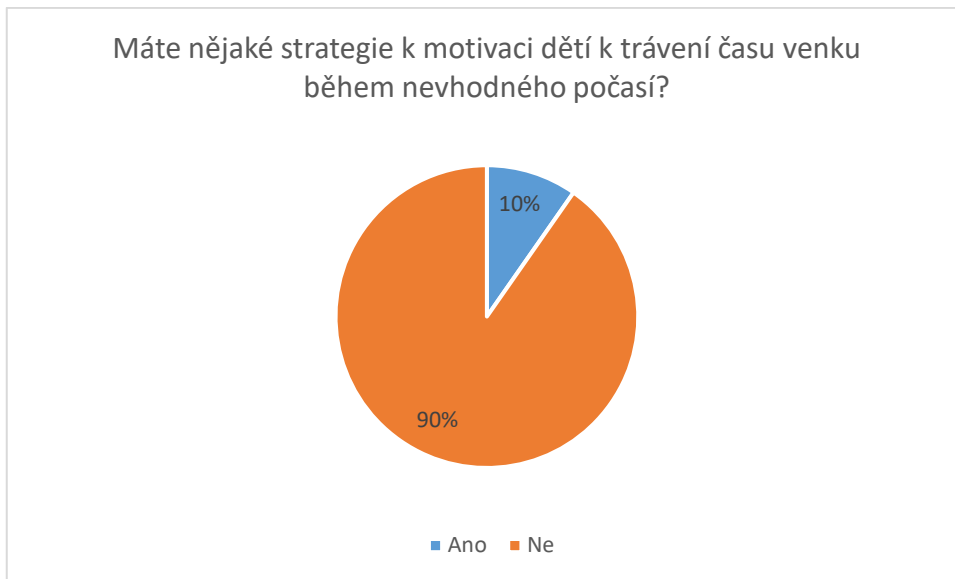
Na otázku dvacet pět, která se rodičů ptala, jestli preferují spíše aby jejich děti trávili čas venku jak chtějí nebo organizaci času venku odpovědělo 40 % respondentů tím, že upřednostňují, aby jejich děti měly možnost trávit čas venku podle vlastních představ. To zdůrazňuje důležitost individuální svobody a autonomie při venkovních aktivitách. 9 % respondentů naopak vyjádřilo přednost organizaci času venku, což naznačuje, že preferují strukturovaný přístup k venkovním aktivitám, možná s cílem optimalizovat využití času a zajištění určitého směru pro dětské aktivity. 48 % respondentů se vyjádřilo tak, že podporuje obě možnosti, což naznačuje flexibilitu a otevřenost v přístupu k venkovnímu pobytu svých dětí a možnost kombinovat volný čas s organizačními aktivitami podle potřeb a preferencí dětí. 3 % respondentů nevedlo konkrétní názor, což může odrážet různorodost názorů a zkušeností v této oblasti nebo nejistotu ohledně toho, jak by měl být venkovní čas pro jejich děti strukturován.



Graf 22: Preference rodičů ve způsobu trávení jejich dětí venku

Zdroj: vlastní výzkum

Na otázku dvacet šest, zda mají rodiče nějaké strategie k motivaci dětí k trávení času venku během nevhodného počasí odpovědělo pouze 10 % respondentů, že mají nějaké strategie k motivaci dětí k trávení času venku v nevhodném prostředí. Mezi tyto strategie patří skákání v kalužích, procházka s deštníkem, stavění přehrad, uplácení dobrotami, uplácení kamarády a promluvení si s dětmi o důvodech. Tyto odpovědi naznačují kreativní a variabilní přístup rodičů k podpoře venkovních aktivit svých dětí i v nepříznivých podmínkách. Místo pasivního přístupu se rodiče snaží vytvořit pozitivní a zábavné zážitky, které motivují děti k tomu, aby i za nepříznivého počasí trávily čas venku. Naopak většina, konkrétně 90 % respondentů, uvedla, že takové strategie nemají. Tato odpověď může naznačovat, že mnoho rodičů nepovažuje za nutné vyvinout zvláštní úsilí k motivaci dětí k pobytu venku v nepříznivých podmínkách nebo že se s touto situací setkávají jen zřídka a nevnímají ji jako významný problém.



Graf 23: Strategie k motivaci dětí k pobytu venku za nevhodného počasí

Zdroj: vlastní výzkum

Abychom odpověděly na čtvrtou výzkumnou otázku tak z analýzy vyplývá, že rodiče přikládají velký význam venkovním aktivitám pro celkový rozvoj svých dětí. Pobyt venku je vnímán jako klíčový prvek ve výchově a rozvoji dětí, což je zdůrazněno vysokým procentem rodičů, kteří se pravidelně nebo občas zapojují do venkovních aktivit se svými dětmi. Většina respondentů má také přístup k veřejným hracím plochám a hřištím, což naznačuje existenci dostatečné infrastruktury pro venkovní aktivity. Rodiče upřednostňují různé strategie k podpoře venkovního trávení času svých dětí, jako je organizování rodinných aktivit venku, poskytování pozitivního příkladu a vytváření rodinných tradic spojených s venkovními zážitky. I přesto existuje určitá variabilita v přístupu rodičů k řešení odporu dětí vůči venkovnímu pobytu, přičemž někteří rodiče se snaží pochopit důvody odporu a najít alternativní způsoby motivace, zatímco jiní respektují autonomii svých dětí. Celkově je patrné, že rodiče si jsou vědomi významu venkovních aktivit pro zdravý a harmonický vývoj svých dětí a aktivně se snaží integrovat tyto aktivity do rodinného života.

4.6.6 Shrnutí výsledků výzkumu

Získaná data ukazují, že venkovní aktivity tvoří pravidelnou a významnou část denního režimu dětí předškolního věku. Respondenti uvádějí, že průměrně děti tráví venku asi dvě hodiny denně, a většina z nich se venkovním aktivitám věnuje každý den. Nejčastějšími lokalitami pro venkovní aktivity jsou školní zahrada, školní hřiště a procházky v okolí mateřské školy. Tyto lokality jsou považovány za bezpečné a stimulující pro děti, umožňují jim prozkoumávat prostředí a rozvíjet sociální dovednosti. Většina rodičů podporuje současnou délku času, kterou děti tráví venku, nicméně existuje i zájem o prohloubení venkovních zkušeností jejich dětí. Klíčovými faktory ovlivňujícími délku venkovního pobytu jsou podle respondentů počasí, plán školky a rozhodnutí učitelů. Toto potvrzuje důležitost komunikace mezi rodiči, učiteli a vedením školy. Výsledky studie poskytují přehled o praxi venkovních aktivit dětí předškolního věku v mateřské škole a naznačují, že preference dětí jsou různorodé a odrážejí individualitu každého dítěte. Hra a trávení času venku jsou mezi dětmi oblíbené aktivity a zůstávají důležitou součástí jejich volného času.

Mezi dětmi jsou nejoblíbenějšími aktivitami hraní si a trávení času venku, což potvrdilo významné množství respondentů. Pro děti je hra zdrojem radosti, kreativity a sociální interakce, zatímco venkovní aktivity mají pro ně význam a jsou důležitou součástí jejich volného času. Většina dětí tráví venku alespoň nějaký čas téměř denně, což svědčí o pravidelném a častém kontaktu s venkovním prostředím. Preference míst pro venkovní aktivity se mohou lišit, avšak nejčastějšími lokalitami jsou zahrady a dětská hřiště. Na trávení volného času venku dětí předškolního věku mají vliv různé faktory, včetně počasí, podpory rodiny, přítomnosti kamarádů a dostupnosti hřišť. Povětrnostní podmínky jsou často uváděny jako rozhodující faktor, což naznačuje, že rodiče berou v úvahu počasí při podněcování dětí k venkovním aktivitám.

I když mnozí rodiče mohou tvrdit, že elektronické zařízení neovlivňuje množství času, který jejich děti tráví venku, výsledky korelace odhalují opak. Data naznačují, že děti, které se více věnují elektronickým zařízením, tendují k menšímu času strávenému na čerstvém vzduchu. I když rodiče mohou zdůrazňovat jiné důvody než samotné elektronické zařízení jako faktor ovlivňující dobu strávenou uvnitř, tyto výsledky by mohly podpořit rodiče v rozhodnutí omezit používání elektroniky a motivovat děti k venkovním aktivitám. Důležité je brát v úvahu různé faktory a individuální potřeby dítěte při plánování jejich času, což může vést k podpoře zdravějšího životního stylu.

4.6.7 Diskuse

Námi prováděný výzkum ukazuje trend narůstajícího času, který děti tráví před elektronickými zařízeními, což může být spojeno s úbytkem času stráveným venku. Tento trend je potvrzen i v pracích Bc. Lenky Děkány a Petra Daniše, kteří zdůrazňují význam pobytu venku pro rozvoj dětí v předškolním věku. Jejich výzkumy naznačují, že venkovní aktivity jsou klíčovou součástí výchovy a vzdělávání dětí a že trávení času venku představuje důležitý prvek pro zdravý rozvoj osobnosti. Shodujeme se s Bc. Lenkou Děkány v tom, že venkovní aktivity mají významný vliv na rozvoj dětí v předškolním věku. Její práce poskytuje cenné poznatky o významu pobytu venku a může sloužit jako inspirace pro další studie v oblasti výchovně vzdělávací praxe v mateřských školách. Souhlasíme také s Petrem Danišem, který zdůrazňuje nutnost integrovat venkovní aktivity do pedagogické praxe jako prostředek ke zvýšení angažovanosti žáků a jejich celkového rozvoje. Tato shoda posiluje význam a relevanci venkovních aktivit pro zdravý vývoj dětí v předškolním věku. Vzhledem k narůstajícímu trendu trávení času před elektronickými zařízeními je důležité, aby rodiče, učitelé a vedení škol spolupracovali na podpoře venkovních aktivit a vytvářeli prostředí, které dětem umožní strávit více času venku. Integrace venkovních aktivit do pedagogické praxe může pomoci snížit čas strávený u elektronických zařízení a motivovat děti k aktivnímu životnímu stylu.

4.6.8 Doporučení pro praxi

V našem výzkumu jsme identifikovali několik klíčových doporučení, která by mohla přispět k podpoře a zlepšení venkovních aktivit dětí předškolního věku. Jedním z hlavních bodů je poskytování podpory rodičům, aby byli informováni o významu venkovních aktivit pro zdravý vývoj jejich dětí a aby byli motivováni k integrování těchto aktivit do rodinného života. Zároveň je důležité, aby školní programy byly flexibilní a poskytovaly dostatek času a prostoru pro venkovní aktivity, a aby se školy zaměřily na vytváření bezpečných a stimulujících venkovních prostor pro děti.

Dalším klíčovým bodem je podpora profesního rozvoje pedagogů, aby byli schopni efektivně vést venkovní aktivity a podporovat rozvoj dětí ve venkovním prostředí. Je také důležité investovat do vytváření komunitních prostor pro venkovní aktivity, které jsou přístupné a bezpečné pro všechny děti v rámci města nebo obce. Zapojení širší komunity je klíčové pro úspěšnou podporu venkovních aktivit, a proto je nutné spolupracovat s lokálními

komunitami na vytváření prostředí, které podporuje zdravý a aktivní životní styl pro všechny její členy.

V neposlední řadě je důležité podporovat různorodé venkovní aktivity, které respektují individuální potřeby, zájmy a schopnosti dětí. Tím můžeme zajistit, že venkovní aktivity budou atraktivní a přitažlivé pro všechny děti, a umožníme jim objevovat různé formy pohybu, hry a kreativity. Tyto doporučení představují klíčové kroky směrem k podpoře a zlepšení venkovních aktivit dětí předškolního věku a k vytvoření prostředí, které přispívá k jejich celkovému zdraví a rozvoji.

ZÁVĚR

V dnešní době, kdy jsou děti stále více pohlceny elektronickými zařízeními a digitálními aktivitami, je nezbytně důležité si uvědomit význam venkovních aktivit pro celkový rozvoj dětí. Naše studie, prováděná v prostředí mateřských škol a ve volném čase, poskytuje důležité poznatky o tom, jakým způsobem děti tráví čas venku a jaký vliv mají tyto aktivity na jejich život. Zjištění z našeho výzkumu ukazují, že venkovní aktivity mají pozitivní vliv na fyzické, sociální a psychické zdraví dětí předškolního věku. Rodiče a pedagogové hrají klíčovou roli v podpoře venkovních aktivit dětí. Jejich aktivní účast a podpora vytvářejí prostředí, ve kterém se děti mohou bezpečně projevat, objevovat svět kolem sebe a rozvíjet své dovednosti. Navzdory rostoucímu vlivu elektronických médií si rodiče stále uvědomují důležitost venkovních aktivit a jejich pozitivního dopadu na dětský vývoj. Důraz na venkovní aktivity v dětském věku má dalekosáhlé důsledky nejen pro zdraví dětí, ale také pro budoucí generace. Podpora venkovních aktivit může vést k vyváženějšímu životnímu stylu, zlepšenému fyzickému a psychickému zdraví a lepší sociální integraci. Investice do venkovních aktivit dětí má dlouhodobý pozitivní vliv na kvalitu života a společenské vazby, což má prospěch nejen pro jednotlivce, ale i pro celou společnost. Proto je zásadní, aby školy, rodiny a celá společnost vytvářely podmínky pro podporu a rozvoj venkovních aktivit dětí. To zahrnuje nejenom dostatečné vybavení venkovních prostor, ale i podporu a povzbuzení rodičů k zapojení svých dětí do aktivit venku. Školy by měly vytvářet prostředí, která podporují venkovní aktivity jako nedílnou součást vzdělávacího procesu a nabízet příležitosti k prozkoumávání a objevování přírody a venkovního prostředí. Zavedení a podpora venkovních aktivit dětí nejen v mateřských školách, ale i v rodinách a komunitách, přináší mnoho výhod. Tato opatření mohou napomoci k vybudování zdravějších a aktivnějších životních stylů již od útlého věku, což má dlouhodobé pozitivní dopady na celkové zdraví a pohodu dětí. Jedině tak můžeme zajistit, aby naše děti rostly a rozvíjely se optimálním způsobem, připraveny na výzvy a možnosti, které je čekají v dospělosti.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

15. MATEŘSKÁ ŠKOLA PŘI ZŠ EDVARDA BENEŠE, PÍSEK, © 2024. Školní vzdělávací program. *15. mateřská škola při ZŠ Edvarda Beneše, Písek* [online]. [cit. 2024-04-10]. Dostupné z: <https://www.15mspisek.cz/vzdelavani/>
- ALEXANDER, Jessica Joelle a Iben DISSING SANDAHL, 2019. *Proč jsou dánské děti šťastné*. CPress. ISBN 978-80-264-2699-8.
- ALTERNATIVNÍ ŠKOLY, © 2001–2024. Alternativní školy v ČR. *Alternativní školy* [online]. [cit. 2024-04-14]. Dostupné z: <https://alternativniskoly.cz/>
- ASOCIACE LESNÍCH MATEŘSKÝCH ŠKOL, © 2024. Co je lesní školka. *Asociace lesních mateřských škol* [online]. [cit. 2024-03-29]. Dostupné z: <https://www.lesnims.cz/lesni-ms/co-je-lesni-skolka.html>.
- ČESKO, 2004. Vyhláška o hygienických požadavcích na prostory a provoz zařízení a provozoven pro výchovu a vzdělávání dětí a mladistvých. In: *Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy*.
- DANIŠ, Petr, 2016. *Děti venku v přírodě: ohrožený druh?* TEREZA, vzdělávací centrum, z. ú. ISBN 978-80-87905-10-4.
- DANIŠ, Petr, 2019. *Tajemství školy za školou*. Ministerstvo životního prostředí ČR. ISBN 978-80-7212-638-5.
- DANIŠOVÁ, Justina a Petr DANIŠ, 2020. *Svobodná hra*. Smart Press. ISBN 978-80-88244-17-2.
- EKOŠKOLA, 2007. Co vám pomůže Ekoškola rozvinout a kam? *Ekoškola* [online]. [cit. 2024-04-14]. Dostupné z: <https://ekoskola.cz/o-programu/pavucina-rozvoje/>
- EUROPEAN COMMISSION, 2024. Vzdělávání a péče v raném dětství. *European comission* [online]. [cit. 2024-04-11]. Dostupné z: <https://eurydice.eacea.ec.europa.eu/cs/national-education-systems/czechia/organizacni-varianty-alternativni-struktury-ve-vzdelavani-peci-v>
- HOFBAUER, Břetislav, 2004. *Děti, mládež a volný čas*. Portál. ISBN 80-7178-927-5.
- CHAPMAN, Gary a Arlene PELLICANE, 2014. *Vztahy v digitálním světě*. Northfield Publishing. ISBN 978-80-7255-358-7.

CHRÁSKA, Miroslav, 2016. *Metody pedagogického výzkumu*. 2. vydání. Grada Publishing. ISBN 978-80-247-5326-3.

JUNÁK – ČESKÝ SKAUT, © 2024. Proč se stát skautem. *Skaut.cz* [online]. [cit. 2024-04-15]. Dostupné z: <https://www.skaut.cz/skauting/proc-skauting/>

KIVIRANTA, Leena et al., 2023. Outdoor learning in early childhood education: exploring benefits and challenges. *Taylor&Francis online* [online]. [cit. 2024-04-01]. Dostupné z: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/00131881.2023.2285762>

KOŤÁTKOVÁ, Soňa, 2008. *Dítě a mateřská škola*. Grada Publishing. ISBN 978-80-247-1568-1.

LES VE ŠKOLE, 2021. Co je Les ve škole? *Les ve škole* [online]. [cit. 2024-04-14]. Dostupné z: <https://www.lesveskole.cz/o-programu/>

MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY, 2021. Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání. *Metodický portál RVP.cz* [online]. [cit. 2024-04-10]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/predskolni-vzdelavani/opatreni-ministra-zmena-rvppv-2021>

NEUBAUER, Jiří, Marek SEDLAČÍK a Oldřich KŘÍŽ, 2021. *Základy statistiky*. 3. doplněné vydání. Grada. ISBN 978-80-271-3421-2.

RATHNASIRI, Asanka et al., 2022. Electronic screen device usage and screen time among preschool-attending children in a suburban area of Sri Lanka. *National Library of Medicine* [online]. [cit. 2024-04-20]. Dostupné z: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9251924/>

ROGERS-WHITEHEAD, Carrie, 2022. *Digitální rodičovství*. Grada. ISBN 978-80-271-3495-3.

SMOLÍKOVÁ, Kateřina, 2004. Alternativní vzdělávání v mateřských školách. *Metodický portál RVP.cz* [online]. [cit. 2024-04-11]. Dostupné z: <https://clanky.rvp.cz/clanek/c/P/28/alternativni-vzdelavani-v-materskych-skolach.html>

TEREZA, VZDĚLÁVACÍ CENTRUM, 2024. CELOROČNÍ PROGRAM: Ekoškola. *Tereza, vzdělávací centrum, z.ú.* [online]. [cit. 2024-04-14]. Dostupné z: <https://terezanet.cz/cz/celorocni-program-ekoskola>

TEREZA, VZDĚLÁVACÍ CENTRUM, 2024. Proč chodit ven. *Jděteven!cz* [online]. [cit. 2024-04-10]. Dostupné z: <https://jdeteven.cz/cz/proc-chodit-ven>

THE VILLAGE ECO PRESCHOOL, 2016. Eco school. *The Village Eco Preschool* [online]. [cit. 2024-04-01]. Dostupné z: <https://www.thevillage-ecopreschool.co.za/eco-school/>

UNIQUE BEGINNINGS CHILDCARE & FOREST SCHOOL, 2019. What is Forest School? *Unique Beginnings Childcare & Forest School* [online]. [cit. 2024-04-01]. Dostupné z: What is Forest School?

VOLKOVÁ, Kateřina, 2021. Pobyt v přírodě jako cesta k psychické pohodě. *Skauting*. **60. ročník** (4. číslo), 18-19.

SEZNAM SYMBOLŮ A ZKRATEK

GPS	Global Positioning Systém
BMI	Body Mass Index
RVP PV	Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání
©	copyright
MŠ	Mateřská škola
AAP	American Academy of Pediatrics
WHO	World Health Organization
např.	například
MS	Microsoft
č.	číslo
Sb.	sbírka
Bc.	bakalář

SEZNAM GRAFŮ

Graf 1: Pohlaví dětí.....	37
Graf 2: Počet tříd.....	38
Graf 3: Věk	38
Graf 4: Čas venku v mateřské škole	39
Graf 5: Pravidelnost pobytu venku v mateřské škole	40
Graf 6: Navýšení množství času venku v mateřské škole	41
Graf 7: Faktory ovlivňující pobyt venku	42
Graf 8: Co dělají děti nejraději ve svém volném čase	43
Graf 9: Trávení času dětí venku ve volném čase	44
Graf 10: Pravidelnost trávení času venku ve volném čase	45
Graf 11: Venkovní činnost dětí ve volném čase	46
Graf 12: Faktory ovlivňující volný čas venku	47
Graf 13: Množství času stráveného používáním elektronických zařízení	48
Graf 14: Vliv používání elektronických zařízení na pobyt venku	49
Graf 15: Důležitost pobytu venku pro celkový rozvoj dětí	52
Graf 16: Jak se rodiče zapojují do venkovních aktivit se svými dětmi	53
Graf 17: Dostupnost k hracím plochám	54
Graf 18: Možnosti zlepšení trávení času dětí venku.....	55
Graf 19: Obavy bránící rodičům podporovat trávení času jejich dětí venku.....	56
Graf 20: Způsoby motivace pro trávení času venku	57
Graf 21: Reakce na odpor dítěte vůči trávení času venku	58
Graf 22: Preference rodičů ve způsobu trávení jejich dětí venku.....	59
Graf 23: Strategie k motivaci dětí k pobytu venku za nevhodného počasí.....	60

SEZNAM TABULEK

Tabulka 1: Kde a jak často tráví děti v mš.....	41
Tabulka 2: Kde a jak často tráví děti čas venku ve volném čase.....	46
Tabulka 3: Pearsonův korelační koeficient.....	50

SEZNAM PŘÍLOH

Dotazník

Dobrý den, jmenuji se Dominika Škardová a jsem studentkou 3. ročníku Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně. Studuji obor Sociální pedagogika na Fakultě humanitních studií. Prosím Vás o vyplnění mého dotazníku. Výsledky dotazníku budou použity výhradně pro mou bakalářskou práci. Zaměřuje se na pobyt dětí předškolního věku ve venkovním prostředí. U všech otázek je možnost jen jedné odpovědi. Dotazník je zcela anonymní a zabere Vám maximálně 15 minut. Předem moc děkuji za pomoc.

1. Navštěvuje vaše dítě mateřskou školu?
 - a) Ano
 - b) Ne

2. Kolik tříd má mateřská škola, kterou vaše dítě navštěvuje?

3. Je vaše dítě dívka nebo chlapec?
 - a) Dívka
 - b) Chlapec

4. Kolik let je vašemu dítěti?

5. Kolik času podle Vás tráví Vaše dítě v mateřské škole denně venku?
 - a) Méně než hodinu denně
 - b) Asi hodinu denně
 - c) Jednu až dvě hodiny denně
 - d) Dvě až tři hodiny
 - e) Více než tři hodiny

6. Chodí vaše dítě v mateřské škole ven každý den?
 - a) Ano
 - b) Ne

7. Myslíte, že by mělo být množství času tráveného venku v mateřské škole navýšeno?
 - a) Ano (pokud ano proč)
 - b) Ne (pokud ne proč)
 - c) Ponechán beze změn
 - d) Nevím

8. Kde a jak často tráví děti čas venku v mateřské škole?

	Na školní zahradě	Na školním hřišti	Procházka v okolí mateřské školy	V lese	Jiné:
Denně					
Několikrát týdně					
Jednou týdně					
Několikrát měsíčně					
Jednou měsíčně					

9. Které faktory ovlivňují množství času, které vaše dítě tráví v mateřské škole venku?

- a) Počasí
- b) Denní plán školky
- c) Zájem dítěte
- d) Rozhodnutí učitele
- e) Jiné:

10. Co vaše dítě nejraději dělá ve svém volném čase?

- a) Dívá se na pohádky
- b) Kreslí nebo maluje
- c) Hraje si
- d) Tráví čas venku

11. Kolik času tráví Vaše děti venku ve svém volném čase?

- a) Méně než hodinu denně
- b) Asi hodinu denně
- c) Dvě až tři hodiny denně
- d) Více než tři hodiny denně

12. Jak často tráví vaše dítě svůj volný čas venku?

- a) Denně
- b) Několikrát týdně
- c) Jednou týdně
- d) Méně než jednou týdně

13. Jakým aktivitám se vaše dítě většinou venku věnuje?

- a) Pohybové činnosti
- b) Výtvarné aktivity
- c) Činnosti ve skupinách
- d) Činnosti propojující hudbu a pohyb
- e) Jiné:

14. Kde a jak často tráví děti čas venku ve svém volném čase?

	Na zahradě	Na dětském hřišti	V parku	V lese	Jiné:
Denně					
Několikrát týdně					
Jednou týdně					
Několikrát měsíčně					
Jednou měsíčně					

15. Které faktory nejvíce ovlivňují, jak děti tráví svůj volný čas venku?

- a) Přítomnost kamarádů
- b) Podpora rodiny
- c) Dostupnost hřišť
- d) Počasí
- e) Jiné:

16. Kolik času tráví vaše dítě denně používáním elektronických zařízení (např. telefon, televize, tablet, ...)?

- a) Méně než hodinu denně
- b) Asi hodinu denně
- c) Dvě až tři hodiny denně
- d) Více než tři hodiny denně

17. Jaký vliv má používání elektronických zařízení na venkovní aktivity vašeho dítěte?

- a) Negativně ovlivňuje zájem o venkovní aktivity
- b) Pozitivně ovlivňuje zájem o venkovní aktivity
- c) Nemá vliv
- d) Nevím

18. Jak byste zhodnotili důležitost pobytu venku pro celkový rozvoj vašeho dítěte?

- a) Velmi důležité
- b) Důležité

- c) Méně důležité
 - d) Nevím
19. Jak často se aktivně zapojujete do venkovních aktivit se svým dítětem?
- a) Pravidelně se zapojuji
 - b) Občas se zapojuji
 - c) Zřídka se zapojuji
 - d) Nikdy se nezapojuji
20. Má vaše dítě přístup k hracím plochám a hřištím ve vašem okolí?
- a) Ano, máme hrací plochu na zahradě
 - b) Ano, v místě našeho bydliště jsou hrací plochy a hřiště
 - c) Ne, nemáme přístup k hracím plochám a hřištím
21. Jak by se podle vás mohla zlepšit podpora trávení času venku?
- a) Více rodinných venkovních aktivit
 - b) Lepší informovanost ohledně možností trávení času venku
 - c) Jiné:
22. Máte nějaké obavy, která vám brání v podporování trávení volného času dětí venku?
- a) Zranění
 - b) Ušpinění
 - c) Nedostatek hracích ploch
 - d) Jiné:
23. Jakými způsoby povzbuzujete své dítě k tomu, aby trávilo více času venku?
- a) Trávíme čas společně venku
 - b) Poskytujeme pozitivní příklad (vlastními venkovními aktivitami)
 - c) Vytváříme rodinné tradice spojené s trávením času venku
 - d) Poskytujeme informace o přínosech trávení času venku
 - e) Jiné:
24. Jak reagujete na odpor vašeho dítěte ohledně pobytu venku?
- a) Snažím se zjistit důvody odporu a najít alternativní způsoby motivace
 - b) Nechávám své dítě rozhodnout o svém volném čase bez vnučování trávení času venku
 - c) Používám odměny pro motivaci
 - d) Nemám jasný postup
25. Preferujete spíše aby děti trávily čas venku jak chtějí nebo organizaci času venku?
- a) Spíše, aby trávily čas, jak chtějí
 - b) Spíše organizaci času venku
 - c) Podporuji obě možnosti
 - d) Nemám na to názor

26. Máte nějaké strategie k motivaci dětí k trávení času venku během nevhodného prostředí?

- a) Ano (pokud ano jaké)
- b) Ne