

Volný čas mládeže a tělovýchovné činnosti

Ve stranických dokumentech XIV. a XV. sjezdu je zdůrazněn význam tělesné kultury jako nedílné složky socialistické výchovy — právě tak jako její nezastupitelná úloha při formování socialistického životního způsobu, při upevňování zdraví a v harmonickém rozvoji člověka. Tělovýchovná činnost by se měla stát trvalou součástí životního způsobu každého jedince.

Z řady výzkumů tělesné zdatnosti a výkonnosti vyplývá, že zatím nedochází ke zvyšování průměrné fyzické zdatnosti našeho obyvatelstva a že dosud tělovýchovné činnosti v dostatečné míře nepronikly do způsobu života dospělých a mládeže.

U školní mládeže se tělovýchovné činnosti rozvíjejí ve třech směrech:

1. v masové tělesné výchově a sportu
2. ve výkonnostním a vrcholovém sportu
3. ve zvláštní a léčebné tělesné výchově

Za optimální se považuje, aby školní mládež věnovala tělovýchovným činnostem týdně 10–12 hodin. Tento požadavek není u její větší části (odhlédneme-li od zvláštní léčebné tělesné výchovy) splněn. Dvě povinné hodiny tělesné výchovy týdně jsou nedostatečné. Vezmeme-li v úvahu, že zvyšující se nároky na vzdělání, intenzifikace vyučovacího procesu v důsledku zkrácení vyučovacího týdne a pronikání techniky do běžného života stále více omezují možnost spontánní pohybové aktivity, je nutné učinit vhodné kroky pro to, aby se tělesná výchova a sport staly významnou součástí volného času.

Výchozím předpokladem k tomu musí být analýza současného stavu tělesné výchovy dětí a mládeže. Za tím účelem provedla KTV Pedagogické fakulty v Ústí nad Labem výzkum volného času žáků a jeho využívání činnostmi tělesné výchovy a sportu. Byla použita dotazníková metoda a záznam denního režimu. V dotazníku byly kromě otázek sociální anamnézy sledovány názory žáků na volný čas a překážky volného času, oblíbenost činnosti volného času, včetně činnosti tělesné kultury. Odpovědi byly alternativní, vyjádřeny stupnicí 4–0. Čtyřka znamenala oblíbenost, nulou děti označily činnosti neoblíbené. Vyplnění dotazníku probíhalo na pěti vylosovaných základních školách v okrese Ústí nad Labem v 5.–9. třídách, v I. ročnících gymnázia a učňovské školy (obor prodavačka, kuchař, kuchařka) v Ústí nad Labem a dále v učňovské škole v Děčíně (obor obráběč kovů a zámečnick). Celkově byl shromážděn materiál od 962 žáků, počet v 5.–9. třídách základní školy pokrýval 10 % populace v Ústí nad Labem.

Na základě získaných dat jsme vyhodnotili souhrnné mezní názory žáků, tj. nadbytek a nedostatek volného času bez ohledu na věk. U žáků, kteří udávají nadbytek volného času, jsme zaznamenali daleko horší studijní průměr a kratší dobu přípravy na vyučování.

Pořadí oblíbených činností skupiny sportujících jsou tělovýchovné činnosti, sledování televize, poslech rádia, magnetofonu, gramofonu, četba a návštěva kina. U skupiny nesportujících je toto pořadí: sledování televize, poslech rádia, magnetofonu, gramofonu, četba, návštěva kina, tělovýchovné činnosti.

Počet dětí a mládeže aktivně provozujících závodní sport se pohybuje v jednotlivých typech škol mezi 15–41 %. Nejvíce je tento typ aktivity zastoupen na gymnáziích, nejméně na učňovských školách. Zde je rovněž tělesná výchova nejméně oblíbená.

V této etapě náš průzkum sledoval pouze objemové ukazatele bez ohledu na intenzitu tělovýchovného procesu. Z šetření vyplývá, že ani objemové limity tělesné výchovy nejsou plněny a že je třeba hledat a vytvářet další podmínky pro jejich splnění.

Dotazníkové šetření bylo doplněno pedagogickým experimentem. a to jednak v období prázdnin, jednak v období školní výuky.

a) Na třech vybraných pionýrských táborech (5.–9. tříd) byl program připraven tak, že 4× v průběhu 20 dnů (délka pobytu na táboře) byly dětem — bez ohledu na věk a pohlaví — navrženy různé činnosti, včetně tělovýchovných. Šlo o zjištění

Tabulka 1. Názory na množství volného času (v %)

Třída	5	6	7	8	9	G 8	G 9	UŠ	sportující	nesportující
nadbytek	2,52	5,66	2,68	1,67	1,32	—	—	1,54	2,40	2,14
dostatek	88,68	76,42	75,84	72,50	61,59	51,49	64,29	60,77	67,20	69,62
spíše nedostatek	5,66	14,15	18,79	22,50	31,79	48,51	35,71	30,77	25,20	23,97
nedostatek	3,14	3,77	2,69	3,33	5,30	—	—	6,92	5,20	4,27
Celkem	100,00	100,00	100,00	100,00	100,00	100,00	100,00	100,00	100,00	100,00
n	155	104	144	120	148	65	42	167		

V tabulkách jsou hodnoty zachyceny po třídách, třídy vystihují kalendářní věk žáků. Sloupce jsou označeny číslem 5–9, což jsou jednotlivé třídy ZDS, G 8 a G 9 jsou žáci gymnázia, kteří přišli ze základní školy z 8. nebo 9. třídy, UŠ je označení žáků z učňovské školy.

Sloupce označující třídy jsou v tabulce 1 doplněny členěním na mládež sportující a nesportující. Do kategorie sportujících jsou zahrnuti žáci, kteří provádějí závodně některou z tělovýchovných činností, do kategorie nesportujících žáci, kteří takovou činnost neprovádějí. Žáci vyjádřili názor na množství volného času jednou ze čtyř alternativ.

Tabulka 2. Volný čas, podíl tělovýchovných a receptivních činností (soubor chlapců; údaje uvedeny v hodinách a minutách za den)

Třída	5	6	7	8	9	G 8	G 9	UŠ
volný čas celkem	3:48	3:34	3:41	3:22	3:52	2:40	2:52	1:28
z toho tělovýchovné činnosti	0:39	1:10	1:08	0:59	0:50	0:34	0:40	0:20
z toho receptivní činnosti	1:56	0:57	1:19	1:15	1:22	0:33	0:47	0:22
Počet jedinců n	72	61	90	59	82	28	14	38

Tabulka 3. Volný čas, podíl tělovýchovných a receptivních činností (soubor dívek; údaje uvedeny v hodinách a minutách za den)

Třída	5	6	7	8	9	G 8	G 9	UŠ
volný čas celkem	2:59	3:33	2:53	2:39	3:06	1:56	2:11	1:50
z toho tělovýchovné činnosti	0:47	0:36	0:47	0:25	0:23	0:24	0:18	0:13
z toho receptivní činnosti	1:34	1:42	0:58	0:54	1:21	0:17	0:56	0:32
Počet jedinců n	87	46	59	61	69	37	28	129

procenta dětí, které v rámci svobodného rozhodování volí jinou než tělovýchovnou činnost. Tuto činnost si zpravidla nevybralo 23–28 % dětí.

b) Druhé pozorování provedli posluchači Pedagogické fakulty v Ústí nad Labem, obor tělesná výchova, v době pedagogické praxe jako součást diplomového úkolu. V měsíci říjnu 1978 připravili pro mimovyučovací dobu 5–6 tělovýchovných kroužků týdně pro každý postupný ročník (5.–9.). Do jejich programu byly zařazeny nejoblíbenější činnosti, určené na základě dotazníkové metody z I. etapy. Žáci mohli docházet do libovolného počtu kroužků. Podmínkou byla účast pouze těch žáků, kteří neprovádějí některou z tělovýchovných činností závodně. Průměrná docházka do jednotlivých kroužků byla 22 %, všech činností se zúčastnilo pouze 5 % žáků, 27 % žáků se nedostavilo do žádného kroužku.

Řízeným rozhovorem byly zjišťovány příčiny nezájmu o tělovýchovnou činnost. Jako nejčastější byl uváděn názor, že tato činnost neuspokojuje, ale spíše deprimuje. Dalším častým důvodem pak byl zájem o činnosti kulturní.

Z analýzy vyplývá, že přes řadu opatření týkajících se tělesné kultury mládeže nejsou plněny objemové limity tělesné výchovy u školní mládeže jako celku. Poměrně velké procento dětí se kromě školní tělesné výchovy nevěnuje jiným tělovýchovným aktivitám. Činnosti receptivní jsou častější než činnosti tělovýchovné, jejichž objem současně s věkem klesá.

Domníváme se, že jednou z cest řešení tohoto problému by bylo zavedení organizované nebo poloorganizované tělesné výchovy v mimovyučovací době při základních školách. Škola by se tak stala centrem tělovýchovného života, čímž by se nejen ovlivnil objem, ale i kvalita pohybového režimu dětí a zároveň by se vytvářel vztah dětí k systematické tělovýchovné činnosti.

Zdeněk Havel

Specifické rysy zemědělského prostředí a tělesná kultura

Dnešní zemědělská velkovýroba klade na pracovníky tohoto výrobního odvětví, zejména na jejich tvůrčí síly, stále vzrůstající nároky. S postupující mechanizací sice těžká fyzická práce rychle ubývá, ale současně se ve větším měřítku uplatňují jiné nepříznivé vlivy, jako například hlučnost, prašnost, otřesy (traktoristé), konfliktní situace. Zbývající fyzická činnost zatěžuje pracující staticky, což působí velmi nepříznivě na jejich organismus. Úbytek dynamické pohybové činnosti a růst smyslového a nervového zatížení vedou k postupnému oslabování psychofyzické výkonnosti zemědělských pracovníků. A proto i u nich se stává problematika záměrné pohybové, zejména tělocvičné činnosti aktuální. Tyto dva momenty významným způsobem ovlivňují životní způsob pracovníků v zemědělství a tím i možnosti jejich tělocvičné aktivity.

Za účelem zjištění disponibilního času pro organizovanou a individuální činnost v oblasti tělesné kultury bylo provedeno zvláštní šetření zaměřené na hospodaření s časem u družstevního rolnictva, a to v průběhu roku 1976; bylo koncipováno jako devítidenní šetření (pět všedních dnů a dvě soboty a neděle), opakované ve čtyřech obdobích charakteristických pro činnost zemědělského družstva. K získání základních údajů o struktuře časového fondu družstevního rolnictva bylo použito techniky časového snímku aplikované na soubor populace sestavený náhodným výběrem ze seznamu pracujících v živočišné a rostlinné výrobě. Celkem bylo získáno 3240 časových snímků od 93 respondentů z JZD Středočeského kraje.

Struktura časového fondu

Družstevní rolnictvo věnuje v průměru třetinu svého týdenního časového fondu práci, více než polovinu tohoto fondu spotřebuje na mimopracovní čas a na volný čas mu zbývá jen 13 % z celkového fondu týdenního času.

Pracující v živočišné výrobě mají zřetelně horší strukturu časového fondu než pracující v rostlinné výrobě. Zvlášť výrazné rozdíly pak byly zaznamenány mezi muži a ženami, a to v neprospěch žen (viz tabulka 1). Družstevnice spotřebují podstatně větší množství času na plnění mimopracovních povinností, přičemž časově nejnáročnější se ukázaly složky náležející k domácím pracím, jež tvoří čtyřnásobek spotřeby času mužů. Ženy disponují podstatně menším množstvím volného času než muži a jeho struktura je u žen výrazně horší.