

Náplň volného času u dětí základní školy

Leisure time in elementary school children

Jiří Tůma

Vysoká škola zdravotnictví a sociální práce sv. Alžbety v Bratislavě,
Ústav sv. Jana Nepomuka Neumanna, Příbram, Česká republika

Abstrakt:

Tento příspěvek se zaměřuje na náplň využívání volného času dětí na základní škole. Seznamuje s problematikou, která je velmi aktuální postihuje problémy využití volnočasových aktivit, spolupráce rodiny a školy. Chce přiblížit, jakým činnostem se věnují děti na základních školách ve svém volném čase. Zjišťuje, jak se děti aktivně zapojují do svého využití volného času.

Abstract:

This paper focuses on filling their leisure time of children in primary school. Introduces the issue that is very current issues affecting the use of leisure time activities, cooperation between family and school. He wants to bring such activities to give children at primary schools in their volitional time. Figuring out how children actively involved in their leisure time.

Klíčová slova: dítě, volný čas, výchova, rodina.

Key words: child, leisure, Education, family.

ÚVOD

Nabídka volnočasových aktivit pro dítě je velmi široká. Přitom prostor, který je pro tuto činnost určený není velký, i když by se dalo říci, že se čas pro aktivitu dětí postupně pomalu zvětšuje. Zvolené činnosti však konkuruje celá řada možností, jimiž lze volný čas zaplnit. Které různorodé činnosti si jedinec ve svém volném času vybere je podmíněno řadou subjektivních a objektivních faktorů. Do nich se zahrnují hodnoty uznávané ve společnosti. Stále více dětí má potíže nalézt správnou rovnováhu mezi hodnotami a jejich osobní model hodnot tak může obsahovat dokonce nepřekonatelný rozpor (Slepičková, 2000).

DÍTĚ A NÁPLŇ VOLNÉHO ČASU

„V celé oblasti výchovy mimo vyučování má významné postavení hra jako výchovný prostředek“ (Pávková et al., 1999, p. 93). Dítě v ní nalézá nejen základní vědomosti, zručnost, ale hlavně se dostává do kontaktu s ostatními vrstevníky. Známe dva aspekty herní činnosti: Je to individuální a kolektivní. V individuální hře dítě uspokojuje své osobní zájmy a potřeby, formuje se jeho osobnost a zároveň mu hra přináší experimentující orientaci v sociálních kontaktech.

Hra

Kolektivní hra dítěti přináší především sociální vztahy v dětském kolektivu. Existují různé možnosti, podle kterých se hry třídí. Můžeme rozlišit hry pro dívky a chlapce nebo rozdělit na hry tvořivé, s pravidly, hry individuální a kolektivní. Formy her u žáků na prvním stupni jsou ještě podobné hrám v období předškolním, ale projevy jsou mnohem bohatší. Tyto hry vhodně kompenzují vyučování a dobře působí jako relaxace (Pávková et al., 1999). Hra dítěti přináší především radost a odreagování se od školní výuky. Dítě se hrou, tak jako ve škole, učí, zdokonaluje svou paměť a přemýšlení, stává se zručnějším. Skrze hru osobnost dítěte poznává život, získává v ní základní poznatky o práci. Na rozdíl od hry je práce cílevědomá. Teprve u starších dětí můžeme při některých

herních činnostech pozorovat cílevědomost a tvořivost. V herní činnosti má možnost dítě nalézt odreagování a uvolnění. Díky hře se dítě seberealizuje, zbavuje se konfliktů a napětí. Dítě ví, že při hře nemusí nikoho poslouchat i ono chce, aby někoho řídilo, aby ho někdo poslouchal. Učí se tak samo řešit různé situace, získává potřebné zkušenosti a dovednosti, které později využije ve svém životě. Je známo, že dobrými společníky jsou děti, které si dlouho hrály. Na rozdíl dětí, jenž si hrály málo nebo jim tato činnost nebyla vůbec poskytnuta, neumí s ostatními vrstevníky vhodně jednat, dělá jim velké problémy přizpůsobit se kolektivu. Herní činnost ovlivňuje citový vývoj dítěte. Činnost, kterou jedinec provádí, v něm vyvolává kladné pocity (nadšení, radost, aktivita). K některým činnostem děti přistupují s velkým zájmem. Pomocí hry se utváří charakterové a volní vlastnosti (Pávková et al., 1999). Dítě si ve svém volném čase mimo školu hraje nejenom s hračkami, ale i se zvířaty, dospělými a samozřejmě s ostatními dětmi. Zvláště u dětí prvního stupně se projevuje zájem o herní činnost, ale také zde můžeme najít touhu po opravdovém zvířátku. Touha je zvláště velká, když už je dítě schopno se o zvíře, ve svém volném čase, postarat (krmit ho, chodit s ním na vycházky). Zvíře má pro malého jedince specifický význam, může ho brát do ruky, mazlit se s ním, což u něho vydatně posiluje pečovatelské tendence, jemnost, něžnost, potřebu druhého a řadu dalších vlastností, které se uplatní teprve až v jeho dospělém životě. V herních činnostech děti se objevují hračky, jenž hru určitým způsobem rozvíjejí, mají dominující význam u mladších dětí (Tůma, 2005). Není někdy ani nutno, aby dítě bylo obklopeno spoustou hraček, neboť ani nemá čas si s nimi hrát. Tyto hračky jsou pak nevyužity. K autíčkům, panenkám přibývají stále nové a moderní hračky, jsou to videohry, počítače nebo i digitální hry, které dítě kolikrát ochuzují o prožitek ze hry samotné. Rodiče si ani neuvědomují, o co tak dítě připravují, možná jim tak vynahrazují to, že na děti nemají prakticky vůbec žádný volný čas. Typickými činnostmi dětského věku jsou hry, které obsahují sportovní tematiku. Tyto hry mají soutěživý charakter, rozvíjí pohybové dovednosti, rychlost, obratnost, šikovnost a vytrvalost. Jsou to hry, kterých se účastní chlapci i dívky. Aktivitu

se mohou organizovat v tělocvičně i venku. Jak děti využívají hru, záleží na jejich zaměření, zájmu a vyspělosti psychiky. Stále větší převahu si u dětí získávají hry didaktické, hry s pravidly, kterým se děti věnují ve svém volném čase.

Učení

Vedle herní činnosti musíme brát v potaz i přípravu do školy, na kterou si žák musí vytvořit čas, neboť hlavní činností školního věku je učení. Jedinec při něm získává znalosti, návyky dovednosti, jenž využije v dalším životě. V prvních letech školní docházky má škola na dítě největší vliv. Vstup do školy znamená velkou změnu, něco nového. Žáka čekají nejruznější činnosti, které se budou podobat práci dospělých. Dítě se začne zabývat činnostmi, které jsou pro něho nové, tyto činnosti pak bude moci přenést do mimoškolního prostředí a využívat je (např. uvolňovací cviky psacích pohybů – odvozeno od umění psát a tuto činnost jednou využije v pracovní činnosti). Tato činnost může být pro dítě zajímavá, může ji brát jako hru, ale zároveň ji musí vykonávat, ať chce nebo nechce. Samotné soustředění na školní práci, si vyžádá uvolnění nahromaděné energie, někdy děti křičí, běhají, pošťuchují se. Některým dětem nestačí k odreagování ani přestávka, a tak se kolikrát nesoustředí ani na samotnou výuku. Školák si také musí zvyknout na různé školní překážky, se kterými se musí patřičně vypořádat, už to není nejenom hra, kterou zaplňoval svůj volný čas, ale také už musí zodpovědně přistupovat (např. k plnění domácích úkolů). Návyk svědomitě a pečlivě se připravovat na vyučování je velmi cenný po dobu celé školní docházky (Říčan, Pithartová, 1995). Nutným předpokladem je, aby jedinec měl zájem poznávat nové věci. Nemá-li žák zájem o nové věci a nemá vůli udržet si získané poznatky v paměti, je marná snaha jak pro učitele, tak pro rodiče. Naučí-li se dítě zodpovědně pracovat ve škole, tím bude mít méně práce doma a tím i více volného času na své zájmy, které rádo provádí. Má-li si žák, především z vyšší třídy základní školy, trvaleji zapamatovat probírané učivo, musí se doma učit. Jedinec má tedy méně volného času na své zájmy, ale i kamarády, škola na něho ukládá určité povinnos-

ti. Čemu se žák ve škole naučil, tomu musí být vymezen určitý časový úsek. Domácí příprava by měla být pevně zahrnuta v programu dne. Dítě si musí na tento režim nejenom zvyknout, ale přistupovat ke školní přípravě zodpovědně a s chutí. Vytvoření tohoto návyku má velký význam k přístupu k práci, kterou pak jedinec koná pravidelně. Dítě si, prostřednictvím přípravy do školy, ve svém volném čase osvojuje vlastnosti jako je smysl pro povinnost, poctivost, snaživost, které potřebuje pro svůj další život. Přípravu na vyučování žák provádí v době mimo vyučování a to buď doma sám nebo pod vedením rodičů, popřípadě ve školní družině pod vedením vychovatelek. Příprava na vyučování by měla následovat až po důkladné relaxaci a odpočinku (Fontana, 1997). Školní družina ovšem nemůže v plné míře zabezpečit přípravu na vyučování (dítě zde nemá ani dostatek klidu a nemá tak možnost dostatečně se soustředit na zadaný úkol). Proto by se rodiče neměli spoléhat jen na přípravu ze školní družiny a zbavovat se tak odpovědnosti za přípravu svých dětí do školy. Chybou rodičů je kolikrát i to, že při přípravě na vyučování neberou ohled na čas a dítě se učí několik hodin v celku, bez ohledu na odpočinek, odreagování a ztrácí pak možnost mít nějaký volný čas. Dítě se má při přípravě na vyučování věnovat učivu, na prvním stupni základní školy, přibližně jednu až dvě hodiny, na druhém stupni dvě až tři hodiny denně. Příprava by měla začít až po odpočinku, nikoli večer, při učení by měl být klid. Pomoc od rodičů by měla být omezena na rady a kontrolu, dítě by mělo pracovat samostatně. Dobrá spolupráce rodičů s učiteli přináší uspokojivé výsledky nejen ve výchově, ale i ve vzdělání. Na vzájemné informace je vhodné vyhradit si přiměřený čas (Fontana, 1997). Laskavou domluvou se přece docílí mnohem víc než křikem.

Četba

K základním návykům člověka patří četba. Ta je součástí výchovy a nelze ji proto podceňovat. Jakmile se žák naučí dobře číst, otevře se mu tak svět knihy. Některé děti kniha zaujme dokonce tak, že se od knihy nedají ani odtrhnout. Zájem dozvědět se něco nového a zajímavého vede dítě k lásce ke knize. Smysl četby není v kvantitě, ale v kvalitě zpracová-

ní čteného. Čtenář se tak mění, stává se lepším, zkušenějším. Kniha plní svůj úkol tím, že nás nutí k zamyšlení nad tím, co přečteme. Je třeba mít neustále před sebou vztah ke skutečnosti, při čtení hledat spojitosti mezi životními obsahy díla a vlastními zkušenostmi, hledat krásu života. Období od šesti do devíti let je pro dítě věkem pohádek, především pro jejich hravost. Měli bychom dávat přednost pohádkám, které probouzejí v dětech fantazii, víru ve vítězství dobra a spravedlnosti, vyloučit pohádky strašidelné nebo se smutným koncem. U školáků od devíti do jedenácti let se začínají projevovat věčné zájmy. Proto milují především knihy dobrodružné, cestopisné, pověsti, báje, ale i knihy o zvířatech, či o přírodě vůbec. Děti rády čtou knihy, kde je hrdina odvážný, statečný, nebojácny, ze kterého si berou příklad a chtěly by se mu ve všem podobat. Také dobrodružná četba se dobře osvědčí při usměrňování osobnosti čtenáře. Vzbudit zájem o čtení není jednoduché, zde se uplatní vhodná motivace nebo upoutávka na knihu. Kniha může sloužit i k odpočinku (prohlížení obrázků, různých map a nákresů apod.) (Pávková et al., 1999). Impulsy k výběru četby dává dětem škola, jejíž vliv bývá větší. Také rodiče by měli projevit snahu a zajímat se o to, co jejich děti čtou, vhodným způsobem kontrolovat jejich četbu, aby se jim nedostávaly do rukou nevhodné knihy. Místo v životě dítěte zaujímají také časopisy nebo noviny, které téměř každá rodina odebírá a tím také probouzí zájem dítěte o jejich obsah. Příklad rodičů může způsobit, že se kniha stane pro dítě potřebou. Některé děti dokonce samy pravidelně odebírají dětské časopisy (např. Čtyřlístek, ABC atd.).

Televize

Častým vzorem se stává mnohokrát pro děti televize, před kterou tráví celé hodiny. Aby měli dospělí od dětí trochu klidu, pustí jim televizi, i když je venku pěkné počasí. Častokrát rodiče ani neví, co jejich dítě sleduje za pořady. To vše má špatný vliv na kladný vývoj osobnosti dítěte a ovlivňuje ho ve způsobu trávení volného času. Obsah i způsob využívání volného času mají značný vliv na duševní hygienu jedince. Televize kolikrát nabízí takové pořady, které neobohacují, nepřináší

žádné nové informace, vědomosti, poznatky ani znalosti. Nutno říci, že některé seriály vyhrazené pro děti nevypovídají o dobrém vlivu výchovnosti. Nabízené pořady jsou často plné násilí, agrese a vulgarismů. Také svět barev, který je kolikrát úplně nesmyslný (např. růžový slon, fialová kráva, zelená kočka atd.), nepůsobí příliš pozitivně. Pak se nesmíme divit, že děti nás překvapí slovníkem, při kterém se tají dech a rozporuplnými informacemi. Kladný vliv televize na dítě spatřujeme tehdy, pokud zachovává pedagogicko – psychologické hledisko a vazbu na věk dítěte. Jestliže je překročena míra a popřípadě i nevhodnost sledovaných pořadů, může se pak stát, že televize začne ovlivňovat jedince negativně. Televize mnohdy narušuje emocionální pouta mezi rodiči a dětmi. Pro rozvoj osobnosti je vhodné, aby v době volného času probíhal vztah mezi rodiči a dětmi, aby byl prožíván a pocíťován. Toto děti potřebují k uspokojování svých vrozených potřeb. Rodičovská láska se jen tak nedá v žádném případě nahradit televizí, videem, počítačem atd.

Zájmy

K činnostem ve volném čase, majícím vliv na rozvoj osoby dítěte, patří práce. V práci se modeluje a utváří osobnost. Typické zájmy pro tento věk je možno pojmenovat jako zájmy technické, vedoucí ke vztahu k práci. Vztah k práci je třeba vytvářet již od útlého dětství zejména vhodnou a citlivou volbou hraček, které mají vliv na představivost, obraznost, fantazii, paměť i myšlení. Mnoho dětí školního věku ve svém volném čase něco dělá (skládají, lepí, vystřihují, modelují, vybarvují, kreslí a malují nebo se starají o zvířata). Tyto pracovní činnosti mají velký vliv na další rozvoj osobnosti dítěte (Tůma, 2005). Je spousta způsobů jak vhodně motivovat žáka k práci nebo vyvolat v něm pracovní úsilí. Jde zde o přístup ke konkrétní pracovní činnosti, což je pro školáka školní práce, učení, příprava na vyučování a plnění veškerých školních povinností. Prostřednictvím rodiny se žák setkává se světem práce (matka a otec chodí do zaměstnání), vidí pracovat lidi v různých profesích, vytváří si představu, čím by chtěl jednou být. Vykonávání školních povinností, které jsou pro žáka mnohdy nepříjemné, ale jsou vykonávané

pro určitý cíl, je jeden z předpokladů školní zralosti. Výchova k práci má zvláštní postavení především na prvním stupni základní školy (první až pátá třída), neboť vytváří nejen správné návyky, ale i kladný vztah ke školní práci a celkově k práci vůbec. Pohnutku k činnosti také dává škola, která klade na žáka určité požadavky a učí ho svědomitě přistupovat k práci i ve volném čase. Na nižším stupni základní školy žáci získávají pracovní návyky, dovednosti a zkušenosti jednak s některými materiály (dřevo, kovy, sklo, keramika, přírodniny, papír atd.) nebo při pěstitelských pracích na školním pozemku. Dítě se zde naučí zacházet a manipulovat s různými pomůckami a nářadím (nůžky, lepidlo, nožík, rýč, hrábě, lopata, motyčka atd.) (Pávková et al., 1999). Tyto poznatky a zkušenosti si dítě přináší do volného času, kde je také často využívá a jsou mu přínosem. Nemalý podíl zůstává na přístupu rodičů. V tomto školním věku by měly být vytvořeny stereotypní činnosti, které dítě běžně vykonává. Jde zde o činnosti sebeobslužné, učení, mimoškolní činnosti kulturního či sportovního charakteru. Rodiče by měli tyto činnosti v dětech nejen vhodně rozvíjet, ale i důsledně kontrolovat. Nikdy by však neměli práci používat jako nástroj k trestům, protože to u dětí vyvolává k práci odpor. Při výchově k pracovní činnosti je dobrá vhodná motivace, povzbuzování a příklad rodičů. Pracovní a volní výchovu dítěte je třeba řídit v optimistickém duchu tak, aby přinášela žádoucí výsledky.

Sport

Od hry vede cesta ke sportu. Dítě si nejprve hraje s míčem, rádo soutěží, začíná si osvojovat pravidla. Tím se začínají formovat u dítěte závodivé sporty. Pro vývoj osobnosti jsou důležité týmové sporty, jako je košíková, fotbal, volejbal, házená atd., ve kterých by si dítě mělo uvědomit, že k úspěchu je potřeba souhra. V těchto sportech roste osobnost dítěte, získává sebevědomí, hrdost i skromnost. Některé sporty jsou pro děti příliš náročné, je pak vhodné dát přednost spíše sportům závodivým, ať už se soupeří v rychlosti, síle nebo obratnosti. (atletika, plavání, akrobacie atd.) (Vážanský, 1995). Někteří rodiče ze svého dítěte vychovávají jen pasivního diváka, musí vidět každý zápas, turnaj, mistrovství

a přitom nechtějí, aby dítě nějaký sport pěstovalo. Zájem o sport probudí především v dítěti zejména rodiče. Kupodivu přeplněný program ve volném čase nemívají děti, jejichž rodiče buď sami aktivně sportují nebo se věnují pravidelně a hojně mnohým zájmovým činnostem, svoje děti obvykle berou sebou a záhy je do svých zájmů zasvěčují. Tímto způsobem se celá řada sportů, uměleckých profesí, ale i vztahů k lidem, či přírodě stává věcí přenosu z generace na generaci (otec je dobrým hokejistou – syn musí být také hokejista apod.). „*Některé činnosti se mohou vykonávat pouze ve spolupráci se zájmovými a sportovními organizacemi, občanskými sdruženími apod.*“ (Pávková et al., 1999, s. 101).

Příroda

Dostatek prostoru k zájmové činnosti ve volném čase poskytuje také příroda. Toulky krajinou nabízejí nejen odpočinek či osvěžení, ale i mnoho poučných rad, které nás dovedou k poznání hodnot naší vlasti a k novým vlastním objevům. Objevování, třeba jen nových zákoutí v okolí našeho bydliště, je někdy cíl na dlouhou dobu, neboť prostředí kolem nás je kolikrát plné ještě neobjevených míst. Vztah dítěte ke krajině, k její minulosti či současnosti je zdrojem mnohých kulturních zážitků, které ho velmi vnitřně obohacují. Velkým činem v historii bylo založení skautského hnutí, které od počátku století vede a vychovává mládež ke vztahu a soužití s naší krásnou přírodou. Později přišly i jiné organizace pro děti a mládež, ale nutno říci, že žádná z těchto organizací nezapomněla ve svém programu na vztah k přírodě ve volném čase (Tůma, 2005). Velkým kladem je návrat k přírodě a její ochrana (táboření či výlety). V řadě zájmových útvarů si děti osvojují praktické a pracovní činnosti. Proto je úkolem rodičů, školy, ale i nás samotných přispívat k výchově dětí a pěstovat v nich kladný vztah nejen k ostatním lidem, ale i k přírodě a to již od útlého věku. Člověk je součástí přírody, a proto by mělo být v jeho zájmu přírodu chránit, neničit ji. Vždyť příroda má také své zákony a my jako její součást bychom ji měli chápat, respektovat a učit tomu mladou generaci, každý podle svých sil.

ZÁVĚR

Aktivita, kterou chce dítě dělat, má pro něho mnohé kladné stránky. Především zvětšuje pocity štěstí a blaha, vítězství nad sebou samým, pocit uspokojení z výkonu, ze své vlastní síly, nad přírodou, jíž jsme součástí, z vlastního jáství. Schopnost spolupráce s kamarády, zvyšování pocitu zodpovědnosti za členy skupiny a skupinové soudržnosti, schopnost vyrovnat se se zátěžovou situací. Aktivita současně přináší požitek z uvolněné energie, odreagování a příjemné únavy. Volnočasové činnosti všeho druhu, od vycházky až po skutečné sportovní zatížení, jsou současně prevencí proti nemocem. Lékaři konstatují, že vhodné provozování činností i využívání volného času je velmi vhodným, levným a hlavně zdravým lékem. Jedinec si tak vytváří zásobu protilátek pro nebezpečné vlivy z vnějšku. Dítě se aktivitou nejen odreaguje od učení ze školy, ale svou činností dělá něco zejména pro sebe. Dobře zvolený plán volnočasové aktivity úměrné věku a individuální vitalitě zbystruje pozornost a zvyšuje učební možnosti. Duševní i fyzické schopnosti lze stavět jedině na velmi vyrovnané vnitřní energii jedince. Volný čas ale působí i výchovně. Na světě se volnočasovou činností zabývají především děti a mládež. V naší republice sportují převážně chlapci. Dávají volný čas na jedno z prvních míst ve svém žebříčku hodnot (hierarchii činností), které realizují ve svém volném čase. Školní dětství je obdobím mobility už zvládnuté a ke konci období citově zaměřené. Žáci jsou připraveni a ochotni řešit různé pohybové aktivity. Mezi starší a střední generací je převážně na prvním místě manuálně praktická činnost. Naši dospělí moc ve volném čase nesportují. Množství času věnované tělesné kultuře klesá s přibývajícím věkem.

LITERATURA

- Fontana, D. (1997). *Psychologie ve školní praxi*. Praha: Portál.
- Pávková, J. et al. (1999). *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času*. Praha: Portál.
- Řičan, P., & Píthartová, D. (1995). *Krotíme obrazovku*. Praha: Portál.
- Slepičková, I. (2000). *Sport a volný čas*. Praha, Česká republika: Karolinum.

Tůma, J. (2005). *Náplň volného času dětí na základní škole*. Nepublikovaná diplomová práce. České Budějovice: Jihočeská univerzita, Česká republika.

KONTAKT:

PhDr. Jiří Tůma, Ph.D., jirkatuma@centrum.cz