

TELESNÁ VÝCHOVA A ŠPORT V ŽIVOTE ČLOVEKA

RECENZOVANÝ ZBORNÍK VEDECKÝCH PRÁC



ZVOLEN 2015

RECENZENTI

Prof. Rajko Vute, PhD. – Univerzity of Lublana, Slovinsko

Doc. PaedDr. Jiří Michal, PhD., KTVŠ FHV UMB, Banská Bystrica

Doc. PaedDr. Štefan Adamčák, PhD., KTVŠ FHV UMB, Banská Bystrica

Prof. Ing. Jozef Štefko, CSc., KNDV DF, TU Zvolen

Zostavili: Mgr. Karin Baisová, PhD.
PaedDr. Martin Kružliak, PhD.
PaedDr. Stanislav Azor, PhD.

Neprešlo jazykovou úpravou. Za gramatickú a obsahovú stránku príspevkov zodpovedajú jednotliví autori.

ISBN 978-80-228-2802-4

PREDSLOV

Ústav telesnej výchovy a športu Technická univerzita vo Zvolene zostavil a vydal recenzovaný zborník vedeckých prác slovenských a zahraničných autorov zaoberajúcich sa problematikou telesnej výchovy a športu týkajúcich sa všetkých vekových kategórií a tiež všetkých stupňov škôl. V zborníku nájdete 28 prác na 319 stranách.

Aj tento rok bol zborník vydaný s podporou vedenia Technickej univerzity vo Zvolene v zastúpení prorektora pre pedagogickú prácu Technickej univerzity vo Zvolene RNDr. Andreja Jankecha, PhD., Vydavateľstva Technickej univerzity vo Zvolene, v spolupráci s Centron ďalšieho vzdelávania. Osobitne by sme chceli vyzdvihnúť dlhoročnú spoluprácu s KTVŠ FF Univerzity Mateja Bela v Banskej Bystrici v zastúpení doc. PaedDr. Jiří Michal, PhD. a ostatných zahraničných aj domácich odborných pedagogických pracovníkov. V mene zostavovateľov zborníka vedeckých prác ďakujeme aj recenzentom zborníka a všetkým prispievateľom.

Mgr. Karin Baisová, PhD., PaedDr. Martin Kružliak, PhD., PaedDr. Stanislav Azor, PhD.

zostavovatelia

OBSAH

ŠPORT A POHYBOVÉ AKTIVITY AKO PROSTRIEDOK PROTIDROGOVEJ ZÁVISLOSTI U ŽIAKOV ZÁKLADNÝCH ŠKÔL Jiří Michal	6
POHYBOVÉ AKTIVITY ŽIAKOV 8. ROČNÍKOV ZÁKLADNÝCH ŠKÔL Štefan Adamčák, Elena Bendíková	18
POSTOJE CHLAPCOV VYBRANÝCH FUTBALOVÝCH MUŽSTIEV ZO SLOVENSKA, MAĎARSKA, NEMECKA A RUMUNSKA K TELESNEJ A ŠPORTOVEJ VÝCHOVE A ŠPORTU Peter Mesiarik	29
ŠTRUKTÚRA TELOVÝCHOVNÝCH AKTIVÍT VYSOKOŠKOLÁKOV Miroslava Barcalová, Jozef Živčák, Peter Hančin	44
VPLYV ÚROVNE TELESNEJ ZDATNOSTI NA KVALITU POSKYTNUTIA KARDIOPULMONÁLNEJ RESUSCITÁCIE BEZPROSTREDNE PO FYZICKEJ ZÁŤAŽI U HASIČOV ZÁCHRANÁROV Michaela Slováková, Miroslav Slovák	50
OBSAHOVÁ NÁPLŇ WORKSHOPU MLÁDEŽ V AKCII V NEMECKEJ JENE V RÁMCI PROGRAMU ERASMUS+ SO ZAMERANÍM NA HALOVÝ FUTBAL Peter Mesiarik	60
POSTOJE ŽIAKOV K TELESNEJ A ŠPORTOVEJ VÝCHOVE NA VYBRANÝCH ZÁKLADNÝCH ŠKOLÁCH V MESTE BANSKÁ BYSTRICA Cipov Boris, Adamčák Štefan	67
RETROSPETKÍVNY POHĽAD NA PLAVECKÚ AERÓBNU ZDATNOSŤ ŠTUDENTOV TELESNEJ VÝCHOVY NA UMB V BANSKEJ BYSTRICI V ROKOCH 2006 – 2013 Peter Mandzák, Martina Mandzáková	75
ÚROVEŇ DRŽANIA TELA ŽIAČOK VPLYVOM POHYBOVÉHO PROGRAMU PILATES Elena Bendíková	84
VPLYV POHYBOVÉHO PROGRAMU V RÁMCI TELESNEJ A ŠPORTOVEJ VÝCHOVY NA VYBRANÉ POSTURÁLNE SVALOVÉ SKUPINY ŽIAČOK Elena Bendíková, Wioletta Łubkowska, Hanna Żukowska, Mirosława Szark-Eckardt, Michal Marko, Lukáš Šmída	99
MODELOVÉ RIEŠENIE KLASIFIKÁCIE SILOVÝCH SCHOPNOSTÍ V BOULDERINGU Peter Hančin, Miroslava Barcalová	111
POHYBOVÉ HRÝ AKO PROSTRIEDOK ROZVOJA BASKETBALOVÝCH ZRUČNOSTÍ ŽIACKEHO DRUŽSTVA ŠKP 08 BANSKÁ BYSTRICA Andrea Izáková	118
ŠPORT A POHYB V ŽIVOTE ŠTUDENTIEK TECHNICKEJ UNIVERZITY VO ZVOLENE Z HLADISKA VOĽNÉHO ČASU A VÝBEROVÉHO PREDMETU TELESNÁ A ŠPORTOVÁ VÝCHOVA Karin Baisová	126
ZÁUJEM ŠTUDENTOV ŽILINSKEJ UNIVERZITY V ŽILINE O VÝBEROVÝ PREDMET TELESNÁ VÝCHOVA Daniel Baránek, Ľudmila Malachová	139

STAV POHYBOVÉ AKTIVNOSTI U STUDENTEK PEDAGOGICKE FAKULTY JU V ČASKÝCH BUDĚJOVICÍCH Vladislav Kukačka, Martina Faustová	145
VYBRANÉ OSOBNOSTNÉ CHARAKTERISTIKY A ICH POROVNANIE U ŠPORTOVCOV A NEŠPORTOVCOV Miroslava Rošková	155
VZŤAH ŠTUDENTOV TU VO ZVOLENE K POHYBOVÝM A ŠPORTOVÝM AKTIVITÁM Martin Kružliak	169
POSTOJE ŽIEN K VYKONÁVANIU REKREAČNEJ ATLETIKY Marcel Nemec – Dominik Jakubkovič	182
HYDROKINEZIOTERAPIA A ZDRAVOTNÉ PLÁVANIE V EDUKÁCII A VO FYZIOTERAPEUTICKEJ PRAXI Tatiana Nevlná, Miroslav Malay	193
MIESTO A OBLÚBENOSŤ ŠPORTOVEJ HRY FLORBAL V ŠKOLSKEJ TELESNEJ A ŠPORTOVEJ VÝCHOVE Anna Kozaňáková - Štefan Adamčák – Rastislav Kollár	208
PLAVECKÁ SPÔSOBILOSŤ A JEJ VÝZNAM U ŠTUDENTOV FYZIOTERAPIE Tatiana Nevlná	222
POROVNANIE ZÁVISLOSTI KVALITY NAHRÁVKY OD KVALITY PRÍJMU PODANIA LIBEROM A OSTATNÝMI HRÁČKAMI VO VOLEJBALOVOM DRUŽSTVE ŽIEN Jaroslav Popelka	236
ÚROVEŇ KOORDINAČNÝCH SCHOPNOSTÍ ŽIAKOV NIŽŠIEHO SEKUNDÁRNEHO VZDELÁVANIA Barbora Novotná, Romana Kandová	243
ŠPORTOVO – POHYBOVÉ AKTIVITY V PRÍRODE V SPÔSOBE ŽIVOTA STREDOŠKOLSKEJ MLÁDEŽE V HUMENNOM Stanislava Straňavská, Karol Görner	256
ÚROVEŇ VYBRANÝCH OSOBNOSTNÝCH CHARAKTERISTÍK VRCHOLOVÝCH PRETEKÁROK V AKROBATICKOM LYŽOVANÍ A SNOWBOARDINGU Martin Horička	269
POHYBOVÝ PROGRAM NA ROZVOJ RÝCHLOSTNÝCH A RÝCHLOSTNO - SILOVÝCH SCHOPNOSTÍ PRE ŽIAKOV 4. ROČNÍKA ZÁKLADNEJ ŠKOLE Robert Rozim, Michal Marko, Lukáš Šmída	276
ROZVOJ ZÁKLADNÝCH LOKOMÓCIÍ U DETÍ PREDŠKOLSKÉHO VEKU Robert Rozim, Elena Bendíková	298
REALIZÁCIA PROJEKTU IPA 14/2015 : „SPRÍSTUPNENIE VYBRANEJ LOKALITY ZÁUJMOVÉHO ÚZEMIA VŠLP ZA ÚČELOM JEHO REKREAČNÉHO VYUŽITIA.“ Stanislav Azor, Vladimír Juško	310

ŠPORT A POHYBOVÉ AKTIVITY AKO PROSTRIEDOK PROTIDROGOVEJ ZÁVISLOSTI U ŽIAKOV ZÁKLADNÝCH ŠKÔL

Jiří Michal

Katedra telesnej výchovy a športu, Filozofická fakulta,

Univerzita Mateja Bela v Banskej Bystrici

ABSTRAKT

Cieľom výskumu práce bolo získanie informácií o účinnosti pohybových aktivít a športu na II. stupni základných škôl v prevencii proti užívaniu drog. Autor mapuje situáciu u žiakov 9. ročníka základných škôl v okrese Žilina. Výskumný súbor tvorilo spolu 161 žiakov. Hlavnou metódou výskumu bola dotazníková metóda. Dotýka sa vzťahov užívania legálnych, aj prevenciou proti užívaniu drog prostredníctvom pohybových aktivít a športu. Pokúša sa nájsť východiská z tejto situácie spolu s koordinátormi prevencie drogovej závislosti na základných školách a navrhnúť riešenia na odstránenie zneužívania drog žiakmi staršieho školského veku prostredníctvom pohybových aktivít a telesnej výchovy na II. stupni základných škôl.

Kľúčové slová:

telesná výchova – pohybové aktivity – alkohol – tabak – protidrogová prevencia

SPORTS AND PHYSICAL ACTIVITIES AS A MEANS OF ANTI-DRUG ADDICTION AMONG PRIMARY SCHOOL PUPILS

ABSTRACT

The aim of the research study was to obtain information on the effectiveness of physical activities and sports for II. stage of primary education in preventing drug use. Author maps the situation in pupils of Grade 9 of primary schools in the district Žilina. The sample

included 161 students together. The main method of research was the questionnaire method. It touches upon the use of legal relations, and preventing the use of drugs through physical activities and sports. Attempts to find a way out of this situation together with the coordinators of drug prevention in primary schools and propose solutions to eliminate drug abuse by pupils older school age through physical activities and physical education II. level of primary schools.

Key words:

physical education - sport activities – alcohol – tobacco –drug prevention

ÚVOD

Pred drogou nie je nikto chránený a imúnny, môže zasiahnuť každého, kto sa k nej dostane a kto ju chce čo i len okúsiť. Človek nebadane padá do osídíel drogy, ktorá sa od tej chvíle stáva pre neho všetkým. Splnením túžob, plánov, nádejí, cieľov a hľadaním vysnených rajov, útekem zo skutočnosti do sveta snov. Prechod z detského veku k obdobiu dospievania predstavuje vstup do ešte neznámych oblastí života. Mladistvý sa nachádza v medzi postavení od detstva k silnejšej dospeljej bytosti, zodpovednej za seba (Bartík, 2009).

Dievčatá a chlapci podliehajú psychologickým, fyzickým a spoločenským zmenám, ktoré môžu viesť k narušeniu rovnováhy osobnosti, najmä ak mladistvý zároveň so spoločenským učením nezískava aj pozitívne podnety na svoje správanie. Mnohé deti majú problém poradiť si v bežných životných situáciách. Sú plaché, často mávajú depresie, majú nízku sebaúctu a práve pre ne sa drogy stávajú alternatívou ako čeliť takýmto problémom (Göhlert – Kühn, 2001). Jednou z príčin užívania drog je aj vplyv rovnocennej skupiny. Človek počas svojho života vstupuje do rôznych vzťahov a stáva sa členom rôznych skupín, partií. Rovesnícke skupiny dokážu zmeniť správanie a konanie jednotlivca na nepoznanie. Mnohokrát je podmienkou prijatia do skupiny práve užívanie drogy a môže sa stať, že jednotlivec podľahne (Pavúk, 2001).

Najčastejšou príčinou užívania drog je túžba po získavaní nových zážitkov, sklon experimentovať a zvedavosť, ktorá je typickým sprievodným znakom dospievania. V žiadnej etape ľudského vývoja sa zvedavosť na nepoznané a radosť z experimentovania neprejavujú

až tak silno ako v mladosti. Zvedavosť však môže priviesť k závislosti (Michal, 2004, 2006, 2009).

Základným faktorom, ktorý vyvoláva návyk je droga. Je vhodnejšie hovoriť o chemickej látke, pretože nie každá zneužívaná látka má charakter drogy (Hajný, 2001).

Organizmus neznáša každú látku rovnako a dokonca nie každý organizmus znáša tú istú látku. Je zrejmé, že existujú individuálne reakcie a individuálna znášanlivosť každej drogy v rôznych organizmoch. Hovoríme, že rôzne drogy majú rozdielny stupeň návyku, preto môže byť aj vznik závislosti rozdielne rýchly. O účinku látky rozhoduje nielen spôsob podania ale aj miera veľkosti dávky. Niektoré drogy je nutné brať vo vysokých dávkach, aby sa dosiahol potrebný účinok a niekedy stačí len nepatrné množstvo. Záleží na tom, ako rýchlo sa látka dostane k orgánom, na ktoré má pôsobiť (Brezák, 2001).

Významným rizikovým faktorom užívania drog sa stáva vplyv rovesníckej skupiny a partie, ktoré hlavne v mestskom prostredí drogy zneužívajú, často z dôvodu nedobre vyplneného voľného času, nezájmu, z nudy. Častým javom je, že užitie marihuany alebo inej drogy je podmienkou členstva v skupine. Vstupné podmienky bývajú rôzne, napr. pokus o samovraždu, spáchanie trestného činu, hospitalizácia na psychiatrickom oddelení. Hodnotí sa aj prospešnosť nového člena pre partiu, musí byť schopný obstarat' drogu alebo byť partii prospešný iným spôsobom. Dobré je ak pochádza z rodiny lekára, sudcu, či príslušníka polície. Oceňovaná je tiež predchádzajúca skúsenosť s užívaním drog (Straňavská, 2014).

V tomto období sa už okruh drog rozširuje o „tvrdé drogy“ a túžba ich vyskúšať je často vysoká z dôvodu rebelstva voči dospelým, ich príkazom, pravidlám, z dôvodu nespokojnosti so svetom dospelých a snahou odlíšiť sa. Dieťa si uvedomuje škodlivosť drog a predsa ich má túžbu vyskúšať (Gorner- Starší 2001).

Rodina a škola by mali byť hlavnými zdrojmi vhodného a zdravého správania. Ak sa dieťaťu doma prejavuje málo lásky, používajú sa neprimerané a prísne tresty, alebo dieťa cíti nezáujem rodičov, často ho to vedie k únikom do mimorodinných zoskupení. Je veľmi dôležité, aby rodičia vedeli, ako a s akými priateľmi prežíva dieťa ich voľný čas (Emmerová, 2004).

Z aspektu prevencie nežiadúcich sociálnych javov je práve pre skupinu pubescentov významným prvkom zabezpečenie aktívneho a zdravého trávenia voľného času, tréning uvoľňovania a relaxácie (Verešová, 2004).

CIEĽ

Cieľom výskumu bolo zistiť názory žiakov 9. ročníkov základných škôl v meste a na dedine na užívanie alkoholu a fajčenie a jej prevenciu prostredníctvom pohybových aktivít a športu, taktiež zistiť rozdiely v počtoch užívateľov alkoholu a cigariet v meste a na dedine.

METODIKA

Výskum sme uskutočnili v 9. triedach II. stupňa na vybraných základných školách v okolí a v meste Žilina. Výskumný súbor tvorilo spolu 161 žiakov, z toho 76 chlapcov, 86 dievčat, pričom 85 žiakov bolo z mesta a 76 žiakov z dediny. Výskum sa uskutočnil v mesiaci január 2015. Navštívili sme vybrané základné školy, kde v každej sme sa skontaktovali s riaditeľmi škôl a vysvetlili sme im naše požiadavky, s ich súhlasom sme boli odporučení na učiteľov tried, kde sme výskum uskutočnili. Učiteľov sme požiadali, aby nám boli nápomocní pri realizácii nášho výskumu, dali žiakom vyplniť formulár dotazníkov. V našom dotazníku sme použili dotazník, ktorý obsahoval sústavu otvorených aj zatvorených otázok. Dotazník obsahoval 26 otázok, 6 otázok bolo z telovýchovnej a športovej aktivity žiakov, 5 z oblasti fajčenia, 4 z oblasti požívaní alkoholických nápojov, 6 z oblasti drog a 5 z oblasti ich prevencie. Uvedený dotazník bol zameraný na žiakov, na ich osobné skúsenosti, pričom ku každej otázke boli pridelené aj odpovede. Žiaci si mohli vybrať a zaznačiť odpoveď akú považovali pre nich za najsprávnejšiu. Pri vypracovaní výsledkovej časti našej práce sme použili metódy indukčnej (χ^2 test nezávislosti) a deskriptívnej štatistiky (grafické znázornenie, percentuálne vyjadrenia, popisná štatistika). Zisťovali sme štatistickú významnosť na hladine $p < 0,05$.

Popis k štatistickej významnosti:

štatisticky významný rozdiel na hladine $p < 0,05$

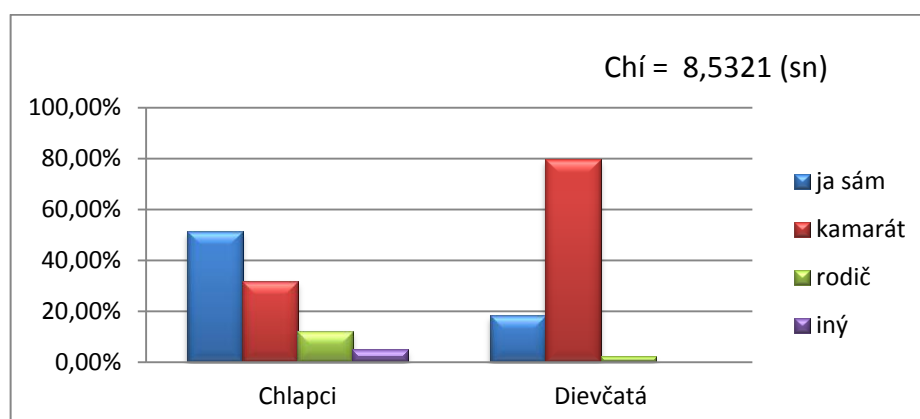
sn – štatistický nevýznamný rozdiel

VÝSLEDKY

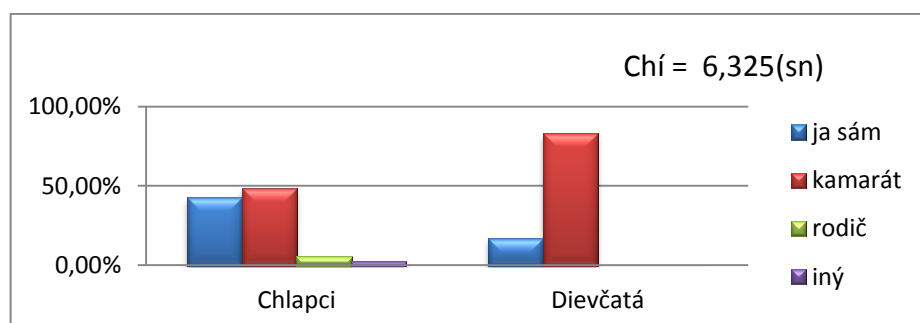
V prvej časti výskumu sme sa zamerali na problematiku fajčenia. Viac ako polovica žiakov uviedla, že prvú cigaretu im ponúkol kamarát / kamarátka (Obrázok 1 a Obrázok 2). Túto možnosť uviedlo 99 (61,49%) žiakov, pričom prekvapujúcim zistením je, že išlo skôr o dievčatá ako o chlapcov bez ohľadu na to, či pochádzali z mesta alebo dediny.

Uvedomujeme si silný vplyv rovesníckych skupín na jedinca v tomto období, preto sme očakávali preferenciu tejto voľby odpovede od žiakov. 51 (31,68%) respondentov uviedlo, že prvú cigaretu si vzali oni sami. Na rozdiel od predchádzajúceho zistenia, tento postoj zaujali vo väčšej miere chlapci v porovnaní s dievčatami. Až 8 (4,97%) žiakom ponúkli prvú cigaretu rodičia, kde stojí za povšimnutie fakt, že išlo skôr o chlapcov a dievčatá žijúcich v meste, z dediny tento postoj zaujali len 2 (5,71%) chlapci.

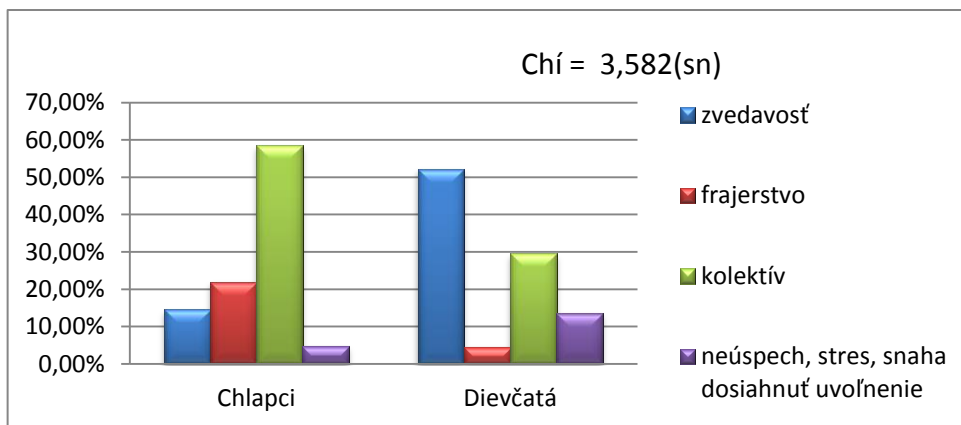
Zvyšní 3 (1,86%) respondenti uviedli, že prvú cigaretu im ponúkol iný rodinný príslušník, cudzí človek a učiteľ, čo je pre nás zarážajúcim zistením tak ako skutočnosť, že vlastní rodičia ponúkli svojmu dieťaťu prvú cigaretu.



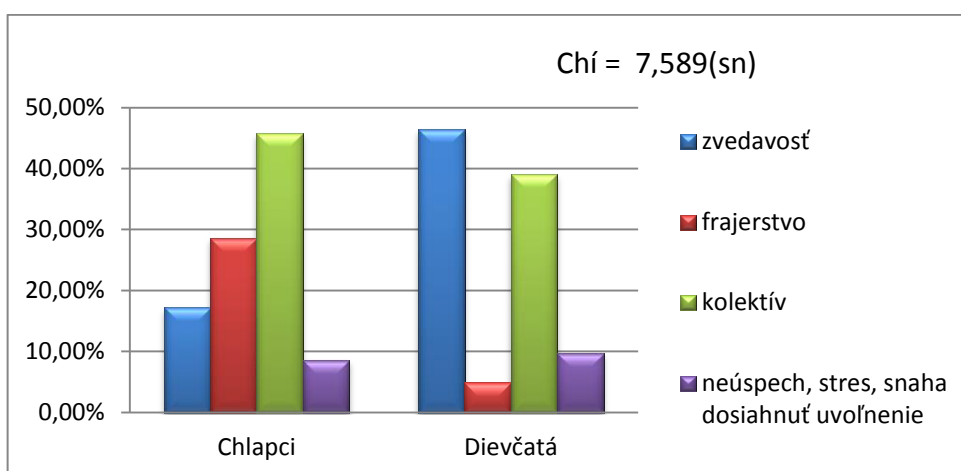
Obrázok 1 Kto Vám ponúkol prvú cigaretu? – mesto



Obrázok 2 Kto Vám ponúkol prvú cigaretu? – dedina



Obrázok 3 Čo Vás viedlo k tomu, aby ste fajčili? – mesto



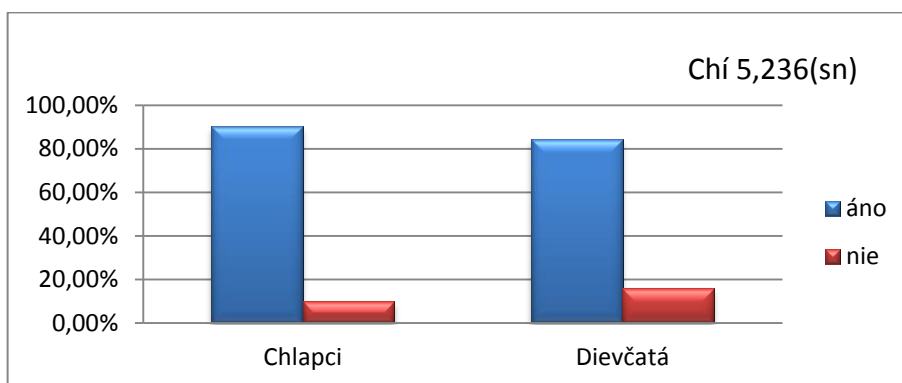
Obrázok 4 Čo Vás viedlo k tomu, aby ste fajčili? – dedina

Silný vplyv rovesníckych skupín sme zaznamenali aj v tomto prípade (Obrázok 3 a Obrázok 4), to znamená, že väčšina žiakov uviedla kolektív ako hlavný motív toho, čo ich viedlo k fajčeniu – 69 (42,86%). Vo väčšej miere v porovnaní s ostatnými žiakmi, uvádzali túto možnosť chlapci bývajúci v meste – 24 (58,54%). Druhým najpočetnejším podnetom, ktorý viedol žiakov k fajčeniu bola zvedavosť, túto možnosť uviedlo 54 (33,54%) respondentov, pričom sme zaznamenali väčšie rozdiely z hľadiska pohlavia. Dievčatá túto alternatívu uvádzali v porovnaní s chlapcami častejšie – dievčatá žijúce v meste 23 (52,27%), dievčatá žijúce na dedine 19 (46,34%) a chlapci žijúci v meste 6 (14,63%) a chlapci z mesta uviedli tento postoj 6 (17,14%). „Frajerstvo“ ako motív vedúci k fajčeniu uviedlo 23 (14,28%) respondentov. Z hľadiska pohlavia tento postoj zaujali vo väčšej miere chlapci ako dievčatá. Medzi výskumnou vzorkou boli aj takí žiaci, presne 15 (19,32%), ktorí uviedli že k fajčeniu ich priviedol neúspech, stres a snaha dosiahnuť uvoľnenie. V tomto prípade túto

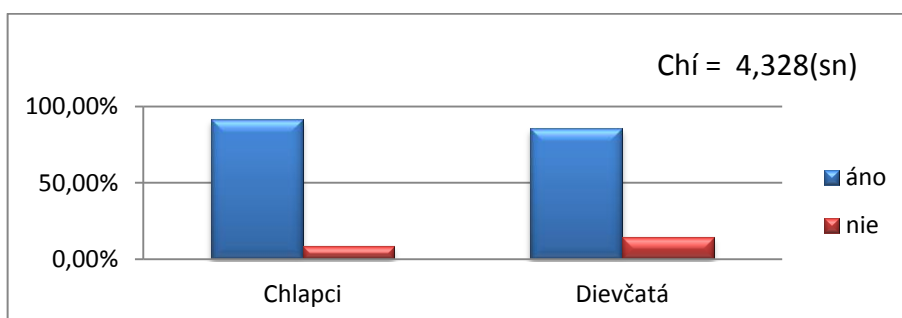
alternatívu uvádzali naopak skôr dievčatá ako chlapci. V rámci tejto otázky a odpovedí na ňu sme zaznamenali vo väčšine prípadov medzipohlavné rozdiely našich respondentov.

V ďalšej časti výskumu sme sa zamerali na problematiku alkoholu. Alkohol z radu našich respondentov ochutnalo 141 (87,58%) žiakov (Obrázok 5 a Obrázok 6). Významné rozdiely medzi pohlaviami a z hľadiska bydliska našich respondentov sme nepostrehli, aj keď isté rozdiely medzi žiakmi boli. Našli sa aj takí, ktorí alkoholické nápoje do teraz nepožili – 20 (12,42%) žiakov. V rámci tejto skupiny žiakov išlo skôr o dievčatá ako chlapcov.

Alkohol žiakom najčastejšie ponúkali kamaráti, v menšej miere si dali alkohol sami resp. im ho ponúkli rodičia alebo známi. Žiaci uvádzali, že alkohol požili najviac 10 – 20 krát, v o čosi menšej miere 5 – 10 krát, zopár žiakov uviedlo 1 – 5 krát a tiež viac ako 20 krát. Najmenej žiakov uviedlo, že alkohol nepožili vôbec.



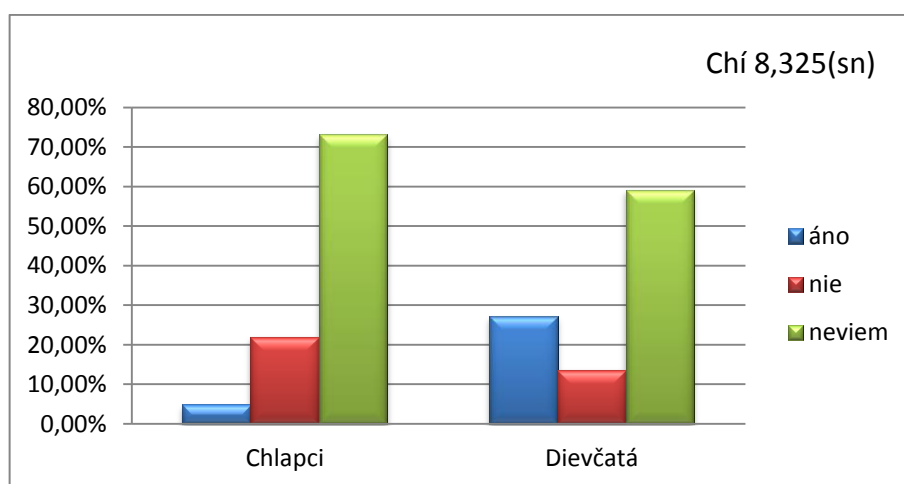
Obrázok 5 Ochutnali ste už niekedy alkoholické nápoje? – mesto



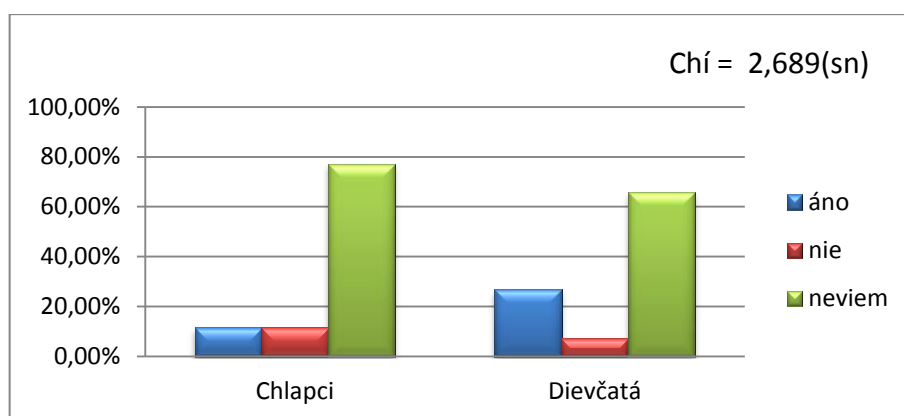
Obrázok 6 Ochutnali ste už niekedy alkoholické nápoje? – dedina

V ďalšej časti výskumu sme sa zamerali na problematiku vhodnosti športovania ako prostriedku boja proti závislostiam. Trochu nás prekvapil nerozhodný postoj žiakov k tomu, či šport je vhodným prostriedkom proti fajčeniu alebo nie – až 110 (68,3%) žiakov sa k tejto

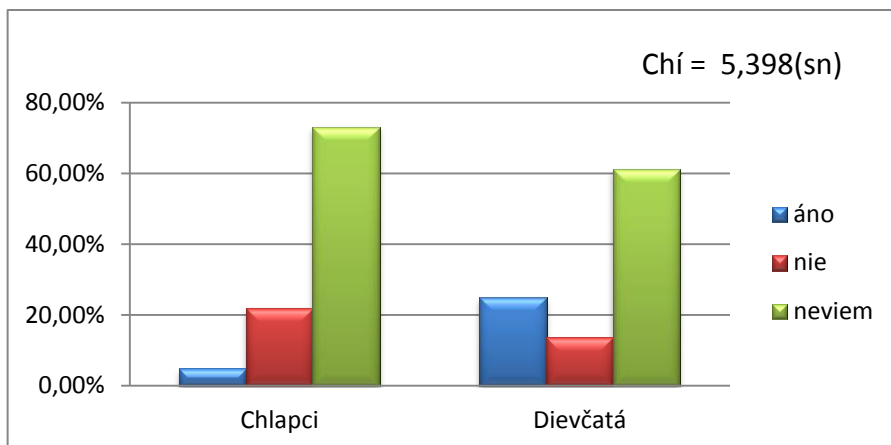
otázke nevedelo vyjadriť (Obrázok 7 a Obrázok 8). Potešilo nás, že prevažoval súhlasný postoj nad nesúhlasným tých žiakov, ktorí vyjadrili svoj názor jednoznačne, aj keď medzi nimi nebol veľký rozdiel, pričom 29 (18,01%) žiakov si myslí, že šport je vhodným prostriedkom proti fajčeniu a 22 (13,67%) žiakov si naopak myslí, že nie je. Nesúhlasné stanovisko vyjadrili vo väčšej miere respondenti žijúci v meste v porovnaní so žiakmi žijúcimi na dedine.



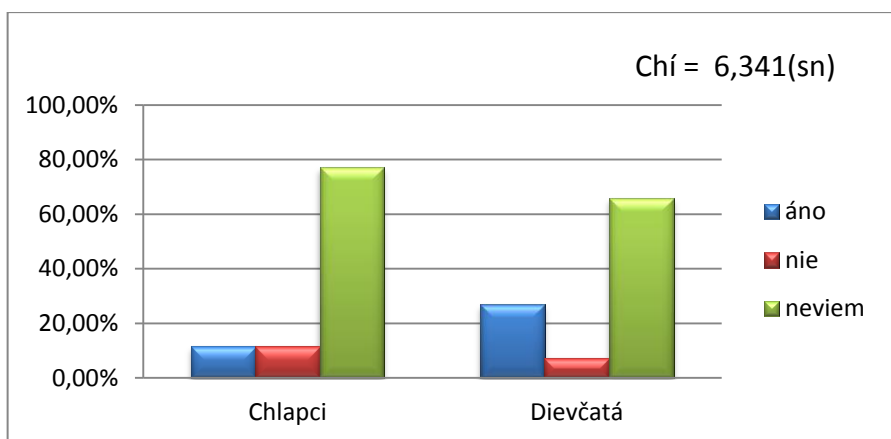
Obrázok 7 Myslíte si, že športovanie môže byť vhodným prostriedkom proti fajčeniu? – mesto



Obrázok 8 Myslíte si, že športovanie môže byť vhodným prostriedkom proti fajčeniu? – dedina



Obrázok 9 Myslíte si, že športovanie môže byť vhodným prostriedkom proti konzumácii alkoholu? – mesto



Obrázok 10 Myslíte si, že športovanie môže byť vhodným prostriedkom proti konzumácii alkoholu? – dedina

Aj v tomto prípade väčšina žiakov nevedela zaujať jednoznačné stanovisko, pretože väčšina z nich sa k tejto otázke nevedela vyjadriť – 111 (68,94%) žiakov (Obrázok 9 a Obrázok 10). Malý rozdiel bol aj medzi tými respondentmi, ktorí k otázke zaujali jednoznačný postoj – 28 (17,39%) žiakov si myslí, že športovanie môže byť vhodným prostriedkom proti konzumácii alkoholu a 22 (13,67%) žiakov si myslí, že nie. Podobne ako v predchádzajúcej otázke, aj tu mali nesúhlasný názor vo väčšej miere skôr respondenti žijúci v meste v porovnaní so žiakmi žijúcimi na dedine.

ZÁVER

Cieľom práce bolo zistiť názory žiakov 9. ročníkov základných škôl v meste a na dedine na užívanie alkoholu a fajčenie a jej prevenciu prostredníctvom pohybových aktivít a športu, taktiež zistiť rozdiely v počtoch užívateľov alkoholu a cigariet v meste a na dedine. Zistili sme, že väčšina žiakov – 120 (74,53%) sa venuje pravidelnému športovaniu a 41 (25,47%) žiakov sa pravidelnému športovaniu nevenuje. Medzi počtom žiakov, ktorí skúšali a neskúšali fajčiť cigarety, nie je veľmi veľký rozdiel. 85 (52,80%) žiakov už fajčilo a 76 (47,20%) žiakov uviedlo, že cigarety ešte neskúšali. Cigarety skúšali fajčiť vo väčšej miere žiaci z mesta (67 žiakov) v porovnaní so žiakmi z dediny (18 žiakov). Alkohol z radu našich respondentov ochutnalo 141 (87,58%) žiakov, pričom s ním majú väčšie skúsenosti v tomto prípade skôr žiaci z dediny ako z mesta. Na druhej strane, žiaci žijúci v meste, že alkohol požívali viackrát a častejšie v porovnaní so žiakmi z mesta.

Prekvapil nás nerozhodný postoj žiakov k tomu, či šport je vhodným prostriedkom proti fajčeniu alebo nie – až 110 (68,3%) žiakov sa k tejto otázke nevedelo vyjadriť. Potešilo nás, že prevažoval súhlasný postoj nad nesúhlasným tých žiakov, ktorí vyjadrili svoj názor jednoznačne, aj keď medzi nimi nebol veľký rozdiel, pričom 29 (18,01%) žiakov si myslí, že šport je vhodným prostriedkom proti fajčeniu a 22 (13,67%) žiakov si naopak myslí, že nie je. Nesúhlasné stanovisko vyjadrili vo väčšej miere respondenti žijúci v meste v porovnaní so žiakmi žijúcimi na dedine. V prípade alkoholu väčšina žiakov nevedela zaujať jednoznačné stanovisko, pretože väčšina z nich sa k tejto otázke nevedela vyjadriť – 111 (68,94%) žiakov. Malý rozdiel bol aj medzi tými respondentmi, ktorí k otázke zaujali jednoznačný postoj – 28 (17,39%) žiakov si myslí, že športovanie môže byť vhodným prostriedkom proti konzumácii alkoholu a 22 (13,67%) žiakov si myslí, že nie. Podobne ako v predchádzajúcej otázke, aj tu mali nesúhlasný názor vo väčšej miere skôr respondenti žijúci v meste v porovnaní so žiakmi žijúcimi na dedine. Pri vypočítaní chí-kvadrátu sme nezaznamenali štatisticky významné rozdiely na hladine významnosti $p < 0,05$.

Na základe výsledkov výskumu navrhujeme odporúčania pre prax:

prostredníctvom všestranných aktivít u žiakov podporovať návyk k pravidelnému športovaniu, viesť žiakov vo väčšej miere k aktívnemu športovaniu, prostredníctvom vhodných preventívnych aktivít a peer programov sa pokúsiť minimalizovať fajčenie, požívanie alkoholických nápojov a drog u žiakov resp. ich prostredníctvom aktivít, vhodnej

intervencie a prevencie úplne odstrániť, pokúsiť sa minimalizovať vplyv rovesníckych skupín na fajčenie, požívanie alkoholických nápojov a drog u žiakov a ísť im v tom príkladom, pokúsiť sa minimalizovať resp. úplne odstrániť ponuku cigariet, alkoholu a drog v žiackych kolektívoch resp. v školách – dbať na tieto aspekty zvýšenú pozornosť, prostredníctvom vhodných športových a preventívnych aktivít, vlastným príkladom žiakom poukázať na to, že šport je vhodným prostriedkom nielen prevencie fajčenia, alkoholu a drog, ale aj prostriedkom rozvíjajúcim osobnosť po všetkých stránkach.

LITERATÚRA

- BARTÍK, P.: 2009. *Postoje žiakov základných škôl k telesnej výchove a športu a úroveň ich teoretických vedomostí z telesnej výchovy v intenciách vzdelávacieho štandardu*. Banská Bystrica: FHV UMB, 2009. 132 s. ISBN 978 – 80 – 8083 – 764 – 8
- BREZÁK, J. 2001. *Sociálna patológia*. 2. rozšír. vyd. Bratislava : Veda, 2001. 310 s. ISBN 80 – 224 – 0685 – 6.
- EMMEROVÁ, I. 2004. Realizované projekty primárnej prevencie drogových závislostí. In *Pedagogické rozhľady, časopis pre školy a školské zariadenia*. ISSN 1335 – 0404, 2004, roč. 13, č. 4, s. 24.
- EMMEROVÁ, I. 2003. Primárna prevencia drogových závislostí s osobitným zreteľom na vek žiakov. In *Pedagogické rozhľady, časopis pre školy a školské zariadenia*. ISSN 1335 – 0404, 2003, roč. 12, č. 1, s. 13.
- GÖHLERT, H. – KÜHN, F. 2001. *Falošné vedomie*. 1. vyd. Bratislava : Ikar, 2001. 142 s. ISBN 80 – 551 – 0207 – 4.
- GÖRNER, K. – STARŠÍ, J. 2001. Postoje, vedomosti a názory žiakov II. stupňa ZŠ na telesnú výchovu. Banská Bystrica: UMB, Fakulta humanitných vied, 2001, 162 s. ISBN 80-8055-565-2.
- HAJNÝ, M. 2001. *O rodičoch, dětech a drogách*. 1. vyd. Praha : Grada Publishing, 2001. 133 s. ISBN 80 – 247 – 0135 – 9.
- MASARIK, P. a kol. 2000. *Prevencia a protidrogová výchova*. Nitra : PF UKF, 2000. 73 s. ISBN 80-8050-295-1.

- MICHAL, J. 2004. *Drogová závislosť mládeže a šport*. Banská Bystrica : UMB, 2004. 70 s. ISBN 80 – 8055 – 969 – 4.
- MICHAL, J. 2009. *Pohybová aktivita, mládež a drogy*. Banská Bystrica : UMB, 2009. 106 s. ISBN 978 – 80 – 89183 – 63 – 0.
- MICHAL, J. 2006. Pohybová aktivita ako špecifický prostriedok v prevencii proti fajčeniu na školách. In *Recenzovaný zborník vedecko-výskumných prác „Vedy o športe“*. Banská Bystrica : PF UMB, 2006. ISBN 80 – 8083 – 227 – 7, s. 197-206.
- PAVÚK, A. 2001. *Primárna prevencia drogových závislostí na základných a stredných školách*. 1. vyd. Prešov : Prešovská univerzita, 1997. 99 s. ISBN 80 – 88885 – 00 – 0.
- STRAŇAVSKÁ, S. 2014. Zdravý životný štýl a protidrogová prevencia u žiakov stredných škôl. In *Telesná výchova a šport v živote človeka : recenzovaný zborník vedeckých prác*. Zvolen : Technická univerzita, 2014, s. 284-292.
- VEREŠOVÁ, M. 2004. *Mediátory užívania drog. Cesta k efektívnej prevencii drogových závislostí*. Nitra : Fakulta sociálnych vied a zdravotníctva UKF, 2004. 388 s. ISBN 80 – 8050 – 767 – 85.

Názov TELESNÁ VÝCHOVA A ŠPORT V ŽIVOTE ČLOVEKA

Autor Mgr. Karin Baisová, PhD, PaedDr. Stanislav Azor, PhD., PaedDr. Martin Kružliak, PhD.

Recenzenti Doc. PaedDr. Jiří Michal, PhD. KTVŠ UMB, Banská Bystrica
Doc. PaedDr. Štefan Adamčák, PhD., KTVŠ FHV UMB, Banská Bystrica
Prof. Ing. Jozef Štefko, CSc., KNDV DF, TU Zvolen

Vydavateľ VTU vo Zvolene

Tlač ÚTVŠ TU vo Zvolene

Vydanie prvé, september 2015

Počet strán 319

Náklad 60 výtlačkov

Táto publikácia neprešla jazykovou úpravou v redakcii nakladateľstva.
Za vecnú a jazykovú správnosť diela zodpovedá autor.

ISBN 978-80-228-2802-4