

# Obsah

Úvod.....	3
1. Volný čas – definice, historie, aspekty, funkce .....	4
1.1 Definice pojmu volný čas.....	4
1.2 Historický vývoj ve výchově volného času.....	5
Pravěk .....	5
Středověk .....	6
Novověk.....	7
1.3 Aspekty volného času .....	11
1.4 Funkce volného času .....	13
2. Člověk a volný čas.....	15
2.1 Kultura a volný čas.....	15
2.2 Lidé a volný čas .....	16
2.3 Činitelé ovlivňující vývoj jedince .....	17
2.3.1 Vliv genetiky .....	17
2.3.2 Prostředí.....	18
2.3.3 Rodina .....	19
2.3.4 Vliv skupin .....	19
2.3.5 Vliv médií (hromadných sdělovacích prostředků) .....	20
2.3.6 Vlastní aktivita .....	21
3. Výchova mimo vyučování .....	23
3.1 Vymezení pojmu - výchova mimo vyučování .....	23
3.2 Historie výchovy mimo vyučování .....	23
3.3 Funkce výchovy mimo vyučování .....	25
3.4 Obsah výchovy mimo vyučování.....	26
4. Vybrané instituce pro volný čas dětí a mládeže.....	29
4.1 Školní družina .....	29
4.2 Školní klub .....	31
4.3 Střediska volného času.....	32
4.4 Domov mládeže .....	33
4.5 Základní umělecké školy.....	33
4.6 Jiné volnočasové instituce.....	34
5. Hra a herní systémy .....	35
5.1 Fenomén hry .....	35
5.2 Nástin historických koncepcí hry.....	36
5.3 Funkce hry.....	38
5.3 Typologie her .....	39
5.5 Herní systémy .....	39
5.5.1 Mistrovský herní systém .....	40
5.5.2 Vylučovací herní systém .....	42
5.5.3 Kombinace herních systémů.....	44
5.6 Pravidla .....	44
5.7 Bezpečnost při volnočasových aktivitách .....	45

6.	Zážitková pedagogika .....	47
6.1	Stručná historie zážitkové pedagogiky .....	47
6.2	Charakteristika zážitkové pedagogiky .....	47
6.3	Outward Bound .....	49
7.	Zdravý životní styl .....	51
7.1	Wellness .....	51
7.1.1	Fitness .....	52
7.1.2	Výživa .....	53
8.	Osobnost pedagoga volného času .....	55