

# Obsah

ÚVOD	7
I. PRACOVNÍ DEN A VOLNÝ ČAS	13
1. PROČ A K ČEMU POTŘEBUJEME VOLNÝ ČAS	13
K problematice volného času v Československu	17
2. VÝZNAM ZKRACOVÁNÍ PRACOVNÍ DOBY PRO VÝVOJ SPOLEČNOSTI I ROZVOJ JEDNOTLIVCE	21
Společenská úloha pracovní doby	21
Optimální délka pracovní doby	27
Zkracování pracovní doby jako podmínka postupných komunistických přeměn práce a života	28
3. PERSPEKTIVA ZKRACOVÁNÍ PRACOVNÍ DOBY V ČESKO-SLOVENSKU	32
Nejvhodnější způsob zkrácení pracovní doby	33
Organizace provozních režimů při pětidenním pracovním týdnu	37
Rozložení pracovní doby a volna při pětidenním provozním režimu	38
Význam soustředování volného času	40

Vliv zkracování pracovní doby na nevýrobní sféru	40
Některé právní aspekty zkracování pracovní doby	41
<b>II. MIMOPRACOVNÍ DOBA A VOLNÝ ČAS</b>	<b>44</b>
<b>1. ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ</b>	<b>45</b>
Vliv životního prostředí na velikost a využívání mimo- pracovní doby	46
<i>Podmínky bydlení</i>	46
<i>Řešení větších obytných celků</i>	49
Širší urbanistické podmínky a vztahy	50
Vliv zkracování pracovní doby na tvorbu životního prostředí	51
<i>Důsledky zkrácení týdenní pracovní doby a přechodu k pětidennímu pracovnímu týdnu</i>	52
<b>2. DOPRAVA</b>	<b>58</b>
Doprava do zaměstnání	59
Vnitroměstská doprava	60
Meziměstská doprava	61
<b>3. OBCHOD</b>	<b>64</b>
Proč ztrácíme tolik času při nákupech zboží?	66
<i>Nesoulad mezi nabídkou a poptávkou</i>	66
<i>Nedostatky ve vybavení a organizaci práce obchodu</i>	68
Jak uspořít čas při nákupu zboží?	71
<i>Nákup základního spotřebního zboží</i>	72
<i>Nákup ostatního spotřebního zboží</i>	73
<i>Doplňující formy maloobchodu</i>	74
<i>Objednávková a dodávková služba potravinářských obchodů</i>	75



4. STRAVOVÁNÍ	76
Hromadná výroba pokrmů	77
<i>Veřejné stravování</i>	77
<i>Průmyslová výroba jídel a polotovarů</i>	80
Perspektivy veřejného stravování	80
5. BYTOVÁ KULTURA A VYBAVENÍ DOMÁCNOSTI	83
Příprava jídel	84
<i>Varná zařízení</i>	84
<i>Zařízení pro ohřev vody</i>	85
<i>Zařízení pro mechanizaci přípravy pokrmů a jejich uchování</i>	85
<i>Ostatní zařízení odstraňující namáhavou práci v domácnosti</i>	86
Údržba domu, bytu, vozu	87
Péče o oděv a obuv	89
6. SLUŽBY NAHRAZUJÍCÍ DOMÁCÍ PRÁCE	91
Příčiny nedostatků služeb domácnostem	93
<i>Nedostatečná materiální vybavenost</i>	93
<i>Nedostatek kvalifikovaných pracovních sil</i>	93
<i>Ekonomická ztrátovost služeb</i>	94
<i>Překotná kolektivizace služeb</i>	94
Předpoklady rozvoje služeb domácnostem	94
<i>Růst příjmů a změny v jejich diferenciaci</i>	95
<i>Změny v demografické struktuře obyvatel</i>	95
III. VOLNÝ ČAS A ROZVOJ OSOBNOSTI	98
1. VZDĚLÁVÁNÍ	99
Narůstající potřeba vzdělání	100
Mimoškolní vzdělání	103

2. ÚČAST NA ŘÍZENÍ A SPRÁVĚ SPOLEČENSKÝCH ZÁLEŽITOSTÍ	106
Kolik času věnují pracující účasti na řízení?	106
Formy účasti pracujících na řízení	108
3. AKTIVNÍ ODPOČINEK	110
Tělovýchova, sport a turistika	111
Manuální zájmová práce a činnost	113
Aktivní duševní odpočinek	114
Rozvíjení společenských a přátelských vztahů	115
4. PÉČE O ZDRAVÍ	115
Vytváření zdravotně optimálních pracovních režimů	116
Vliv péče o zdraví na rozšiřování volného času	120
5. CESTOVNÍ RUCH	121
Fond volného času a cestovní ruch	123
Budoucnost cestovního ruchu	125
IV. NĚKTERÉ SPECIÁLNÍ PROBLÉMY	128
1. TENDENCE VÝVOJE VOLNÉHO ČASU NA SLOVENSKU	128
Činitelé shodně ovlivňující na celém území státu členění úhrnného časového fondu obyvatelstva	128
Činitelé rozdílně ovlivňující využití času a zejména členění mimopracovní doby na Slovensku	130
<i>Početnost rodin</i>	130
<i>Ekonomická aktivita práceschopného obyvatelstva</i>	132
<i>Rozvoj služeb</i>	134
<i>Osídlení a bytový fond</i>	138



Členění a využívání volného času	140
<i>Závěrečné poznámky</i>	140
<b>2. VOLNÝ ČAS V ZEMĚDĚLSTVÍ</b>	141
Pracovní doba v zemědělství	141
Podmínky života na vesnici	143
<b>3. VOLNÝ ČAS A MLÁDEŽ</b>	146
Nové sociálně psychologické rysy mládeže	146
Náplň volného času naší mládeže	147
Jak zlepšit využití volného času mládeže?	151
<b>V. TABULKOVÁ ČÁST</b>	154
Přehled o využití času podle statistiky rodinných účtů	154
<b>ZÁVĚR</b>	171
<b>PŘEHLED POUŽITÉ LITERATURY</b>	179