

Úvod	5
I. Volný čas – břímě, nebo bohatství?	9
II. Sociologie volného času	21
Konkrétní poznání	29
Experimentální a hypotetické zkoumání volného času	37
III. Mohu či musím?	47
Vymezení pojmů volný čas a osobní volno vojáka	47
Význam osobního volna vojáka	60
IV. Časový snímek	65
Velký rozptyl	74
Tendence ve vztahu k osobnímu volnu	79
V. Makro- a mikrosvět osobního volna	97
Společenské potřeby	100
Společenské prostředí	105
Reálné tvary techniky	111
VI. Organizovat či neorganizovat?	121
Intenzita zájmu velitelů a politických pra- covníků	121
„Reglementující“ a „ignorující“ postoje	128
VII. Progresivní pojetí volného času	141
Kategorizace zájmů a potřeb	142
Funkce osobního volna	150
Poznámky	157
Seznam literatury	160