

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Teologická fakulta

Katedra pedagogiky

Bakalářská práce

Vztah dětí a mládeže ke sportu a vliv sportu na jejich psychiku

Autor práce: Marie Krátká

Vedoucí práce: Mgr. Václav Turek

Studijní program: Vychovatelství

Studijní obor: Pedagogika volného času

Forma studia: Prezenční

2010

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění, souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách.

23. března 2010

Podpis autora

Děkuji Mgr. Václavu Turkovi za odborné vedení mé bakalářské práce,
poskytování rad a příkladů, za cenné připomínky a čas strávený na konzultacích.

Dále děkuji pí. Janě Lepičové za gramatickou a stylistickou korekci.

I. OBSAH

I. OBSAH.....	1
II. ÚVOD.....	7
III. TEORETICKÁ ČÁST.....	9
1 VYMEZENÍ POJMŮ.....	9
1.1 DĚTI.....	9
1.2 MLÁDEŽ.....	9
1.3 SPORT.....	10
1.3.1 Souvislost sportu a hry.....	10
1.3.2 Hranice sportu.....	10
1.4 PSYCHIKA.....	11
1.5 POJMOVÉ VÝCHODISKO.....	11
2 HISTORIE.....	12
2.1 POHYB JAKO PŘIROZENOST.....	12
2.2 STAROVĚK.....	12
2.2.1 Egypt.....	12
2.2.2 Kréta a Peloponés.....	13
2.2.3 Antické Řecko.....	13
2.2.4 Starověký Řím.....	15
2.3 STŘEDOVĚK.....	15
2.3.1 Ideál rytířství.....	16
2.3.2 Lov.....	16
2.4 NOVOVĚK.....	17
2.4.1 Význam novověku pro sportovní aktivity.....	17
2.4.2 Osmnácté století.....	17
2.4.3 Anglie jako kolébka sportu.....	18
2.4.4 Další historické osobnosti.....	18
2.5 OLYMPIJSKÉ HRY.....	18
2.5.1 Starověké olympijské hry.....	18
2.5.2 Novodobé olympijské hry.....	19
3 DRUHY SPORTU.....	20
3.1 DĚLENÍ SPORTOVNÍCH ODVĚTVÍ.....	20
3.1.1 Komentář k dělení sportovních odvětví.....	20

3.2	DEFINOVÁNÍ REKREAČNÍHO SPORTU.....	21
3.3	TYOLOGIE DLE ROGERA CAILLOISE.....	21
3.3.1	Ilinx	21
3.3.2	Agon.....	22
3.3.3	Alea	22
3.3.4	Mimikry.....	22
3.3.5	Jedinečnost Caillosovy typologie.....	22
4	VÝVOJOVÉ FÁZE.....	23
4.1	VÝZNAM POHYBU PRO PSYCHICKÝ VÝVOJ.....	23
4.2	SENZOMOTORICKÝ VÝVOJ BATOLETE.....	23
4.3	PŘEDŠKOLNÍ VĚK – ZLATÝ VĚK HRY.....	24
4.4	MLADŠÍ ŠKOLNÍ VĚK – OBRATNOST, SÍLA, VYTRVALOST.....	24
4.4.1	Motivační podmínky	25
4.5	STARŠÍ ŠKOLNÍ VĚK – SOUPEŘIVOST A ZAČLENĚNÍ.....	25
4.6	ADOLESCENCE A MLÁDEŽ.....	25
5	SPORT A SOCIALIZACE.....	26
5.1	SPORT JAKO SOCIOKULTURNÍ FENOMÉN.....	26
5.2	SOCIALIZACE PROSTŘEDNICTVÍM SPORTU.....	27
6	SPORT A EKONOMIE.....	28
6.1	SPORT JAKO UKAZATEL SOCIÁLNÍ STRATIFIKACE.....	28
6.2	UKAZATELE PROPOJENOSTI SPORTU S EKONOMIÍ.....	28
6.2.1	Vliv médií.....	29
6.2.2	Média a národní hrdost.....	29
6.2.3	Větší životní úspěšnost sportujících jedinců	30
7	VZTAH SPORTU A PEDAGOGIKY VOLNÉHO ČASU.....	30
7.1	DEFINOVÁNÍ VOLNÉHO ČASU.....	30
7.2	JAK SPRÁVNĚ ZACHÁZET S VOLNÝM ČASEM.....	31
7.3	ŠKOLA, ZÁJMOVÉ VZDĚLÁVÁNÍ A SPORT.....	31
7.4	ZÁŽITKOVÁ PEDAGOGIKA.....	32
7.4.1	Prožitek, zážitek, zkušenost	32
7.5	PRŮSEČÍK PŮSOBNÍ VÝCHOVNÝCH INSTITUCÍ.....	32
8	VLIV SPORTU NA PSYCHIKU.....	33
8.1	VNÍMÁNÍ VLASTNÍHO TĚLA.....	33
8.2	SPORTOVNÍ MYŠLENÍ.....	33

8.3	POHYBOVÁ INTELIGENCE	33
8.4	POZORNOST	34
8.5	VNÍMÁNÍ	34
8.5.1	Zrak a sluch	34
8.5.2	Kinestéze	35
8.6	PŘEDSTAVY	35
8.7	ZDROJE SPORTOVNÍ RADOSTI	35
8.7.1	Rozdíl vnímání sportovní radosti mezi dětmi a mládeží.....	36
8.8	SCHOPNOST, DOVEDNOST, VLOHA, NADÁNÍ, TALENT	36
IV.	PRAKTICKÁ ČÁST	37
9	VÝZKUM	37
9.1	CÍLE VÝZKUMU	37
9.2	POPIS VÝZKUMNÉ METODY	37
9.2.1	Definování dotazníku	38
9.3	OTÁZKY A HYPOTÉZY	39
9.3.1	Vyhodnocení hypotéz.....	40
9.4	DALŠÍ POZNATKY A POSTŘEHY Z VÝZKUMU	43
V.	ZÁVĚR	45
VI.	SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ	47
VII.	SEZNAM PŘÍLOH	49
VIII.	PŘÍLOHY	50
IX.	ABSTRAKT	63

II. ÚVOD

Téma své bakalářské práce jsem volila na základě dvou hlavních kritérií. První kritérium bylo, aby téma práce významně zasahovalo do oblasti mého studijního programu Vychovatelství a oboru Pedagogiky volného času. Druhým kritériem bylo, abych tématu rozuměla a bavilo mě. Sama sportuji a považuji sport za významný fenomén volného času, proto jsem volila jako základní část názvu sport. Aby bylo téma přínosné pro Pedagogiku volného času, zaměřila jsem se na děti a mládež. Nejen z hlediska osobního zaujetí, ale také aby téma bylo zajímavější a přínosnější, volila jsem jako druhou část tématu vliv sportu na psychiku dětí a mládeže.

V teoretické části jsem vycházela z poznatků z odborné literatury, ze svých znalostí a myšlenek. První kapitola vymezuje pojmy potřebné pro celkové pochopení práce. Druhá kapitola je poměrně obsáhlá, protože se věnuje dějinám sportu. Stručně zde popisují vývoj sportovních činností od počátku lidstva do současnosti. Samostatnou podkapitolou jsou olympijské hry. Ve třetí kapitole je rozebírána kategorizace sportovních činností z klasického pohledu a z pohledu psychologického. Čtvrtá kapitola pojednává o významu pohybu pro psychický vývoj. Rozebírá jednotlivé psychické vývojové fáze člověka od narození do mládežnického věku ve vztahu k pohybovým činnostem. Kapitola také zahrnuje motivační podmínky ke sportování. Pátá kapitola je věnována sportu jako sociokulturnímu činiteli a socializaci prostřednictvím sportu. V šesté kapitole nastiňují vztah sportu, ekonomie a médií. Sedmá kapitola definuje volný čas a věnuje se úloze sportu v rodině, škole a v zájmovém vzdělávání. Svě místo zde má moderní metoda zážitkové pedagogiky. V poslední kapitole teoretické části se snažím o proniknutí do komplikovaného tématu vlivu sportu na psychiku. Jsou zde rozebrány kognitivní funkce ve vztahu ke sportu, pohybová inteligence, zdroje sportovní radosti a zmíněny jsou také rozdíly v pojmech schopnost, dovednost, vloh, nadání a talent. V neposlední řadě kapitola zahrnuje několik připomenutí, čemu by měl sport především sloužit. Cílem teoretické části

je proniknutí do problematiky vztahu dětí a mládeže ke sportu a vlivu sportu na jejich psychiku.

V praktické části jsem využila výzkumné dotazníkové metody. Na začátku jsem popsala vybranou metodu a stanovila otázky, ze kterých vycházejí různé hypotézy. Podle otázek a hypotéz jsem sestavila položky dotazníku. Dále následuje vlastní výzkum, jeho vyhodnocení prostřednictvím grafů, tabulek a závěr. Cílem praktické části je potvrzení či vyvrácení hypotéz a ověření teoretické části.

Své znalosti a myšlenky jsem opírala, potvrzovala a rozvíjela primárně o tyto literární zdroje: Psychologie sportu od Pavla Slepíčky, Václava Hoška, Běly Hátlové, Dějiny sportu od Jiřího Sommera a Metody pedagogického výzkumu od Miroslava Chrásky. Často jsem také vycházela z publikace Pedagogické ovlivňování volného času, jejímž hlavním autorem je Břetislav Hofbauer a z publikace s názvem Sociologické problémy sportu od Aleše Sekota. Nezbytnou pomůckou pro mě také byl Pedagogický a Psychologický slovník.

1 VYMEZENÍ POJMŮ

1.1 DĚTI

Vztah dětí a mládeže ke sportu a vliv sportu na jejich psychiku je název obsahující výrazy, které jsou každému srozumitelné. Když se nad tím zamyslíme hlouběji, zjistíme, že si pod těmito pojmy může každý dosadit něco nepatrně jiného. V případě pojmů děti a mládež záleží na tom, z jakého dokumentu týkajícího se dětí a mládeže vycházíme. Úmluva o právech dítěte přijata roku 1989 organizací OSN v New Yorku se shoduje s Bílou knihou mládeže Evropské komise, že dítě je člověk mladší 18 let. Pojem dítě vymezuje také Psychologický slovník a to jako: „*Lidský jedinec od narození do 15 let.*“¹

1.2 MLÁDEŽ

Mládež Úmluva o právech dítěte vymezuje věkem 18 – 26 let, ovšem Bílá kniha Evropské komise z roku 2001 zavádí pojem mladí dospělí, kterými myslí věkovou kategorii 18 – 25 let. Nejen pro účely trestního řízení existuje ještě pojem mladiství, čímž se rozumí občané ve věku 15 – 18 let, kteří jsou již zodpovědní sami za své jednání a mohou být trestáni dle klasického trestního řízení, může na ně být uvalena vazba s následným trestem ve věznici. O mládeži pojednává Pedagogický slovník: „*Sociální skupina tvořená lidmi ve věku přibližně od 15 do 25 let, kteří již ve společnosti neplní role dětí, avšak společnost jim ještě nepřiznává role dospělých. Má charakteristické způsoby chování a myšlení, jiný systém vzorů, norem a hodnot. Každá generace mládeže reprodukuje některé kulturní hodnoty dané společnosti, jiné odmítá a vytváří hodnoty nové. Proto vzniká v průběhu socializace mládeže určité napětí, vyvolané její větší schopností prosadit nové věci, ale menší ochotou společnosti tyto změny připustit.*“²

¹ HARTL, P.; HARTLOVÁ, H. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2000, str. 117

² PRŮCHA, J.a KOL. *Pedagogický slovník*. Praha: Portál, 1997, str. 120

1.3 SPORT

Sport je nadřazený pojem pro různá sportovní odvětví jako například atletika, vodní sporty, zimní sporty. „*Je to individuální nebo skupinová aktivita prováděna jako cvičení nebo pro zábavu, často s prvky zkoušky fyzických schopností a ve formě soutěže; sport se stal díky nárůstu volného času a masovým médiím globálním jevem sociálním, psychologickým, i pedagogickým; je náhradou za autentické konflikty a prožitky.*“³ Tato definice přesně vystihuje pojetí sportu v mé práci. Jde o aktivní pohybovou činnost, která může být vykonávána za účely zdravého životního stylu, zdokonalování fyzické a psychické kondice, výhry v soutěži či za účely zábavy a prožitku. Sport může být nástrojem k odreagování, uvolnění stresu, zvýšení sebevědomí a zlepšení fyzického i psychického zdraví. Sport je také důležitým výchovným prostředkem a zároveň zábavou pro široké masy.

1.3.1 Souvislost sportu a hry

Význam slova sport se částečně překrývá s významem slova hra. Často používáme sousloví sportovní hry, říkáme „jdeme hrát hokej“ a i světově nejproslulejší vrcholové soutěže jsou nazývány olympijské hry. Sport, především rekreační sport, obsahuje několik shodných aspektů se hrou. Stejně jako hra je provozován ve volném čase, dobrovolně. Obsahuje také zážitek, prožitek, zkušenost a slouží k rozvoji a regeneraci kognitivních i tělesných dispozic. Je to dáno tím, že sport se vyvinul ze hry. Je vyšším vývojovým stádiem hry.

1.3.2 Hranice sportu

I přes široké pojetí sportu nelze za sport považovat každý pohyb. Vysvětlím svou myšlenku na příkladu jízdy na kole. Jízdu na kole považuji za sport, pokud splňuje alespoň jeden ze dvou cílů. Mezi tyto cíle patří jízda pro pocit z ní a jízda pro to, abychom se dostali na místo kam chceme, nikoli musíme. Z toho plyne rozdíl mezi cestou na kole do školy, kdy je kolo často používáno jen jako

³ HARTL, P.; HARTLOVÁ, H. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2000, str. 558

dopravní prostředek k urychlení cesty a jízdou na kole na výlet. Další hranici sportu tvoří šachy Při hře šachy se lidé moc nepohybují, přesto jsou považovány za sportovní disciplínu. Často se vedou diskuze, zdali jde o sport, umění nebo jednoduše deskovou hru. Jelikož v každém sportu je zapotřebí fyzická a psychická aktivita, dalo by se říci, že šachy jsou sportem s výrazně převládající psychickou aktivitou, čili sportem duševním.

1.4 PSYCHIKA

Psychikou se zde rozumí souhrn motivačních vlastností a temperamentu každého jedince, jenž „*má biologický základ, je vybaven funkcemi, které umožňují plnit biologické cíle, jako jsou instinkty, učení, vnímání, na vyšší vývojové úrovni umožňující adaptaci na sociální a kulturní prostředí a schopnost je měnit.*“⁴

1.5 POJMOVÉ VÝCHODISKO

Pro účely této práce budu vycházet z definice Pedagogického slovníku, která sice není totožná s tradicí jak jsou děti a mládež vnímány v České republice, ale je bližší mému chápání. Dítě je tedy osoba od narození do věku 15 let a mládež od 15 do 25 let. Ve chvíli, kdy jedinec dostává občanský průkaz, má již více možností a odpovědnosti sám za sebe. Neměl by proto být považován za dítě.

Sport je v této práci rozebírán především jako rekreační, v jeho závodní a kondiční podobě a v podobě různých pohybových her. Vrcholového sportu se práce dotýká jen okrajově, protože profesionalizací sportu se stírá hranice mezi sportováním ve volném čase a v čase pracovním.

⁴ HARTL, P.; HARTLOVÁ, H. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2000, str. 470

2 HISTORIE

2.1 POHYB JAKO PŘIROZENOST

Pohyb je člověku dán jako přirozenost a zároveň nutnost od samého počátku lidstva. V prvopočátcích nejen pravěké společnosti se přirozená funkce pohybu omezovala na zajištění potravy, ať již náročným lovením zvěře či sbíráním plodů. Dále byl pohyb nutný pro stěhování se z neúrodných oblastí do oblastí na úrodu přívětivější či pro migraci z důvodu potyček mezi jednotlivými kmeny. Lidé se tak často pohybovali v náročném terénu na velmi dlouhé vzdálenosti, přičemž si nevědomě udržovali výbornou fyzickou kondici. S jistou nadsázkou se dá říci, že také soutěžili. Šlo přece o to, který jedinec či skupina uloví lepšího mamuta, aby tak co nejlépe nasýtily svou ženu a potomky. Kdo byl úspěšný v lovu, byl také úspěšný v sexuálním životě.

2.2 STAROVĚK

Je všeobecně známo, že nejvyspělejší starověké civilizace pocházely z oblasti Mezopotámie. Je tedy dobré začít sledovat historii sportu od 4.až 2.tisíciletí před Kristem, kdy v této oblasti docházelo ke kulturnímu rozkvětu. Pohyb byl stále brán jako nutnost či jako součást kultovních a rituálních obřadů, při kterých se provozoval zápas a pěstní souboje, což doložili archeologové nálezem bronzové sošky s těmito motivy. Ve spisech o dějinách Mezopotámie můžeme také najít zmínky o závodech vozů. „*Je dokonce známo, že ze 14. století před Kristem se dochovala chetitská příručka pro výcvik a trénink koní.*“⁵

2.2.1 Egypt

Do čtvrtého tisíciletí před naším letopočtem se datuje vznik Egyptské civilizace. Toto období přineslo počátek písemných pramenů, což se považuje za přelom pravěku a starověku. Díky písemným pramenům, dochovaným malbám a reliéfům víme, jaký způsob života lidé vedli. Můžeme zde již hovořit o pohybu

⁵ SOMMER, J. *Dějiny sportu*. Olomouc: Fontána, 2003, str. 15

nejen jako nutnosti, ale také radosti. To dokládají četné reliéfy s motivem tanců či zápasníků. Egypťané měli své rituální záležitosti, při kterých využívali tělesného pohybu. Například běh byl znakem horlivosti a odevzdanosti poddaných panovníkovi a bohům. Mimo jiné uctívali bohyni plavání. Vzhledem k poloze Egypta na řece Nil se dá předpokládat, že plavání a mistrovské ovládní říčních plavidel bylo spíše nutností nežli radostí. O potěše z pohybu v době starověkého Egypta můžeme hovořit v souvislosti s oblibou dětských pohybových her.⁶

2.2.2 Kréta a Peloponés

Za zmínku z období starověku rozhodně stojí oblast Egejského moře, zejména ostrovy Kréta a Peloponés. Zde byly oblíbeny akrobatické prvky, které se objevovaly během kultovních slavností při velmi populárních býčích zápasech. Zápasníci získávali poháry, můžeme tedy říci, že šlo o skutečná sportovní klání.⁷

2.2.3 Antické Řecko

Když se přeneseme do období 1000 let před Kristem, každý si jistě v souvislosti s dějinami sportu vybaví ideál starověkého Řecka. Řekové kladli důraz na krásu duchovní i fyzickou. V řecké filozofii pro harmonii těla a ducha existuje termín kalokagathie. Zásahu na uchování zmínek o řeckém starověkém sportování má básník Homér. Dle jeho básnického podání byly první řeckou soutěží závody s koňským dvojspřežím. Již tehdy měli pro tyto závody speciální dráhy nazývané hipodromy. *„Homérovo zbásnění je jakousi první sportovní reportáží v dějinách lidstva a zároveň to je jedinečný historický dokument, který ukazuje na vyspělou organizaci závodů, existence pravidel v jednotlivých disciplínách i všeobecné rozšíření sportovních závodů.“*⁸

⁶ Srov. SOMMER, J. *Dějiny sportu*. Olomouc: Fontána, 2003, str. 17 - 20

⁷ Srov. SOMMER, J. *Dějiny sportu*. Olomouc: Fontána, 2003, str. 24 - 26

⁸ SOMMER, J. *Dějiny sportu*. Olomouc: Fontána, 2003, str. 32

V polovině 5. století před Kristem zažilo Řecko a především hlavní město Atény největší rozvoj. Vznikly první instituce pro fyzickou přípravu, gymnasia a palaistry. V souladu s ideálem kalokagathie šlo o instituce zaměřující se jak na tělesnou, tak i duševní výchovu. Mladí Řekové se zde zdokonalovali v gymnastice, zápasu, běhu, skoku do dálky, hodu oštěpem, hodu diskem stejně tak jako ve filozofii či hře na kytaru. O vyspělosti řecké kultury svědčí vybavení těchto institucí, a to že některá gymnasia byla otevřena také dívkám. Zařízení disponovala běžeckou dráhou se speciálním povrchem, míčovny a většinou též bazénem a parními lázněmi. Mezi nejznámější gymnasia patří Akademie, kterou proslavil Platón a Lykeón, jenž je pevně spjat s Aristotelem. Aristoteles i Platón dokonale naplňovali ideál kalokagathie. Jsou známi nejen jako nepřekonatelní filozofové, ale také jako obratní sportovci a sportovní teoretici. Za palaistry jsou považovány části gymnasií, které sloužily přímé sportovní činnosti, tedy hřiště, šatny, koupelny, sklady nářadí atp.⁹

Řecký sportovní pokrok podtrhl slavný lékař Hippokrat. „*Snad poprvé vnesl do chápání sportu charakteristiku závodění či pojem zdravé výživy jako předpokladu vynikajících sportovních výkonů.*“¹⁰ V Aténách se prosazuje ideál kalokagathie, který chápe fyzickou kulturu spíše jako potěchu těla, ve Spartě se prosazuje areté. Pod pojmem areté se skrývá celek vlastností a schopností, které tvoří správného člena občanské společnosti. Tento správný člen musí být ctnostný, statečný a fyzicky zdatný. Za správné občany byli považováni ti, kteří prošli tvrdým spartánským systémem tělesné výchovy. Tento systém byl založen na výcviku v běhu, zápasu, hodu diskem a oštěpem. Militaristický systém fyzické přípravy opomíjel vývoj duševní, což bylo jedním z důvodů úpadku řeckého městského státu Sparty.¹¹

⁹ Srov. SOMMER, J. *Dějiny sportu*. Olomouc: Fontána, 2003, str. 75 - 79

¹⁰ SOMMER, J. *Dějiny sportu*. Olomouc: Fontána, 2003, str. 83

¹¹ Srov. SOMMER, J. *Dějiny sportu*. Olomouc: Fontána, 2003, str. 27 - 37

2.2.4 Starověký Řím

Přes veškerou vyspělost Řecka je z historie známo, že Apeninský poloostrov a celé středomoří se dostalo pod nadvládu Římanů. V mnoha ohledech to bylo ku prospěchu věci. Postupně byla všechna gymnasia otevřena nejen ženám, ale i otrokům. Významné jsou římské lázně, které v tomto období neplnily jen relaxační a ozdravnou funkci, ale byly místem pro řešení kulturních, obchodních, politických a vojenských otázek. Římané také organizovali veřejné kultovní hry. Sem spadají soutěže v cirku, při nichž se soutěžilo v jízdách závodech, dále v běhu, boxu a skoku. Otroci mohli za vítězství dostat svobodu, ostatní získávali nezanedbatelné hmotné odměny. „*V císařské době existovaly císařské kluby, organizované už na slušných kapitálových principech. Vlastnili koně, vozy, jezdce, stáje, odborný i pomocný personál.*“¹² K hrám v cirku byl časem přiřazen jako zvláštní ukázka umělý lov. Umělé lovy se staly v krátké době velmi populární. Staly se z nich samostatné gladiátorské hry. Pro gladiátorské hry byly stavěny amfiteátry. Nejslavnějším amfiteátre je Koloseum zbudováno v Římě v letech 69 – 79 po Kristu. Pojalo až 50 000 diváků. Hry se udržely v duchu olympijském, ale přes všechnu snahu Římanům chyběla řecká spontánnost.¹³

2.3 STŘEDOVĚK

Každé období má svůj vznik, rozkvět a bohužel také úpadek či zánik. K zániku řeckořímské říše došlo po nájezdech gótských kmenů. Gótské kmeny území dobily, ale nebyly na takové úrovni civilizační vyspělosti jako stávající občané. Nedokázaly využít kulturní bohatství, které po staletí budovali Řekové a Římané. Vztah k pohybu se opět dostal na úroveň počátků lidstva.. Byla to také doba epidemií a válek. Lidé měli jiné starosti, čímž se do popředí dostává církve, která hlásala, že jakékoliv tělesné potěšení odvádí člověka od jeho duchovní podstaty.¹⁴

¹² SOMMER, J. *Dějiny sportu*. Olomouc: Fontána, 2003, str. 102

¹³ Srov. SOMMER, J. *Dějiny sportu*. Olomouc: Fontána, 2003, str.92 - 108

¹⁴ Srov. SOMMER, J. *Dějiny sportu*. Olomouc: Fontána, 2003, str. 118 - 127

2.3.1 Ideál rytířství

Ideál rytířství se zrodil ve Francii v období mezi 11. a 12. stoletím, odtud se rozšířil do celé Evropy. Rytíři byli válečníky, museli být velmi zdatní a všestranní. Dovedli výborně běhat, plavat, střílet z luku, kuše, zvedat těžká břemena, ale ovládali také umění veršovat za doprovodu hudebního nástroje. Řád rytířů vždy dodržoval přísné předpisy, mezi něž patří způsob pasování, ochrana slabých, společné stolování a spousta dalších. Díky dodržování těchto předpisů a rituálů vedlo rytířství nejen k utužování fyzické kondice, ale také znovu ke zlepšení společenské úrovně v oblasti kulturní a umělecké, zejména v oblasti literatury a hudby. Mladí rytíři toužící po pasování do řádu předváděli své dovednosti, znalosti a ctnosti na speciálních turnajích. Tyto turnaje bývaly velkolepé a mezi lidmi velmi populární. Je známo, že v hledišti se vyskytoval sám Karel IV. Zánik rytířství přišel v 16. století spolu s rozvojem palných zbraní.¹⁵

2.3.2 Lov

Fyzické aktivity v pozdním středověku jsou také spojeny s lovem. Lov se v tomto období mění z pouhé nutnosti na zábavu pořádanou šlechtou v jejich polích a lesích. Pro širokou veřejnost se žádné velké organizované turnaje nekonaly. Ale i přes všechny nemoci způsobené negativním přístupem církve k fyzickým aktivitám (včetně hygienické péče) se dovedli vesničané a měšťané bavit fyzickými aktivitami závislých na krajině a počasí – již ve 14. století vznikl v Nizozemí cech výrobců ledních bruslí. Mezi nejrozšířenější aktivity prostého lidu patřil vrh kládou, zápas, běh o sázky, hra v kostky, karty a dětské hry.¹⁶

¹⁵ Srov. SOMMER, J. *Dějiny sportu*. Olomouc: Fontána, 2003, str. 118 - 127

¹⁶ Srov. SOMMER, J. *Dějiny sportu*. Olomouc: Fontána, 2003, str. 138 - 150

2.4 NOVOVĚK

Velký obrat nastává v období objevení nového kontinentu Kryštofem Kolumbem roku 1492. Jde o mezník, který udává pomyslnou čáru mezi koncem starověku a počátkem novověku. Dochází k velkému pokroku ve všech oblastech lidského života. Do popředí se namísto církve dostává věda. „*Pedagogové 16. a 17. století vyžadují popularizaci vědy a pracovní i tělesnou přípravu.*“¹⁷ S nástupem humanismu se lidstvo vrací k antické kalokagathii.

2.4.1 Význam novověku pro sportovní aktivity

Na začátku 16. století začínají mít fyzické aktivity opravdu významný sportovní akcent. Nesmíme zapomínat, že spousta fyzických aktivit a pohybových her má své kořeny ve starověku a středověku. Novověk je však významný tím, že se výrazně zlepšily podmínky pro trávení volného času a spolu s tím prostor pro rozvoj tělesných aktivit pro zábavu či jako profesní zaměření.¹⁸

2.4.2 Osmnácté století

Dalším historickým mezníkem v oblasti sportu je 18. století. V tomto období dochází plně k naplnění další dimenze sportu tak, jak ho známe dnes. První velká průmyslová revoluce přinesla nové materiály, a tím vylepšení sportovního náčiní i zázemí pro sportování. Zřetel nabírá i v oblasti sportu ekonomie. Sportovní klání byly součástí různých slavností, které již tenkrát byly spojeny s občerstvením a nákupem propagačních materiálů. Také se začaly uzavírat sázky, a to především na dostihové závody. Osmnácté století je spojeno s postupným úpadkem šermířských soubojů a jejich nahrazení tehdy stejně jako dnes populárním boxem. Největší popularitu zaznamenal box v Anglii.¹⁹

¹⁷ ŠVEC, J. *Stručná historie tělesné kultury*. Hradec Králové: Gaudeamus, 1996, str. 22

¹⁸ Srov. SOMMER, J. *Dějiny sportu*. Olomouc: Fontána, 2003, str. 161 - 164

¹⁹ Srov. SOMMER, J. *Dějiny sportu*. Olomouc: Fontána, 2003, str. 184 - 193

2.4.3 Anglie jako kolébka sportu

Anglie je ostatně známá jako kolébka několika dalších významných sportů. Jde například o stolní tenis, golf, kriket, organizovaný fotbal. Za rozvojem sportu v Anglii stojí především Tomáš Arnold, ředitel vysoké školy a sportovní pedagog. Tomáš Arnold propagoval pohybové hry a upozorňoval na jejich výchovnou funkci. Z dalších osobností, které přispěly k rozvoji sportu je Němec Adolf Spiess, který požadoval tělocvik jako součást školního rozvrhu.²⁰

2.4.4 Další historické osobnosti

Pro oblast sportu ve volném čase je významná osobnost sira Baden-Powella, který založil skautské hnutí. Z Čechů nesmím zapomenout zmínit Miroslava Tyrše, který se zasloužil o vznik sportovní organizace Sokol a Josefa Rosslera-Ořovského, který byl iniciátorem a zakladatelem mnoha sportovních odvětví a také některých sportovních organizací. Tím jsem se již dostala do století devatenáctého, které se vyznačuje zakládáním národních a mezinárodních sportovních organizací. První národní organizace vznikla roku 1863 v Anglii, jednalo se o organizaci fotbalovou. Mezi první mezinárodní organizace patří federace gymnastiky, která byla založena roku 1881.

2.5 OLYMPIJSKÉ HRY

Utvářením organizací jsou již definitivně zpevněny podmínky pro sportování tak jak ho známe dnes, což ještě upevnilo novodobé olympijské hnutí.

2.5.1 Starověké olympijské hry

Původní olympijské hry, které se poprvé konaly roku 776 před Kristem na athénské hoře Olympii, byly největší ze všech starořeckých sportovních klání. Jejich počátky pocházejí z rodových slavností, které se konaly v posvátné oblasti hory Olympie, na které se nacházely chrámy a závodiště. Hry nevynikaly jen svou velkolepostí, ale také svou mírovou myšlenkou, tzv. ekecheirií, která zaručovala,

²⁰ Srov. ŠVEC, J. *Stručná historie tělesné kultury*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2006, str. 30

že během her nevstoupí na řecké území žádný voják. Na první hry byl zařazen pouze běh. V průběhu doby přibývaly další sporty a změny v organizaci her. Vítězové obvykle dostávali olivové věnce a především uznání veřejnosti, které jim přinášelo další výhody. Hry se těšily velké oblibě a slávě, konaly se i v době římské nadvlády. Přesto došlo k jejich zániku. Císař Theodosius II. vydal roku 426 po Kristu zákaz všech pohanských svátků, mezi něž bohužel zařadil i olympijské hry.²¹

2.5.2 Novodobé olympijské hry

Myšlenka obnovení původních her se v historii objevila několikrát, ale až francouzský baron Pierre de Coubertine dokázal za svou velkolepou myšlenkou jít až do konce. K tomu mu pomohla studia pedagogiky a filozofie na Sorbonně, cesta do Anglie, která byla v oblasti sportu velmi vyspělá, a v neposlední řadě post generálního tajemníka Unie francouzských spolků pro atletické sporty. Skrze unii od roku 1892 neoblomně prezentoval svoji myšlenku, až došlo v roce 1894 na Pařížském kongresu k ustanovení Mezinárodního olympijského výboru. Pierre de Coubertin se stal generálním tajemníkem. Na pozici předsedy usedl Demetrios Bikelás, který přišel s myšlenkou, že první obnovené hry se budou konat v Aténách, které měly symbolizovat inspiraci obnovených her v antické tradici²²

S výjimkou období světových válek se hry konají od roku 1896 do dneška každé čtyři roky. Předválečná atmosféra poznamenala hry roku 1936 v Berlíně, během které se neprezentovali jen sportovci, ale také již velmi vyhrocený německý nacionalismus. Další hry se konaly až roku 1948 a poznamenány byly neúčastí německé a japonské delegace, které jako důsledek válečných nálad nebyly pozváni. Od roku 1948 se hry konají pravidelně a pokojně, ovšem v dnešní době roste hrozba terorismu, díky které vzrůstají náklady na bezpečnost celé akce do monstrózních výšek. Od roku 1924 se konají také zimní olympijské hry.²³

²¹ Srov. SOMMER, J. *Dějiny sportu*. Olomouc: Fontána, 2003, str. 42 - 46

²² Srov. PROCHÁZKA, K. *Olympijské hry*. Praha: Olympia, 1984, str. 22 - 26

²³ Srov. SOMMER, J. *Dějiny sportu*. Olomouc: Fontána, 2003, str. 247 - 265

3 DRUHY SPORTU

3.1 DĚLENÍ SPORTOVNÍCH ODVĚTVÍ

Jak již bylo výše řečeno, sport je nadřazený pojem pro různá sportovní odvětví, která shrnuji v tomto seznamu:

- Atletika: běh, skok vysoký, skok do dálky, hod oštěpem...
- Vodní sporty: plavání, vodní pólo, akvabely...
- Zimní sporty: lyžování, snowboarding, moguly, hokej, krasobruslení...
- Bojové sporty: karate, aikido, judo, wrestling...
- Míčové sporty: fotbal, basketbal, volejbal...
- Pálkové sporty: pingpong, badminton, tenis, squash...
- Adrenalinové sporty: letecká akrobacie, freestyle lyžování...
- Střelecké sporty: sportovní střelba, lukostřelba, paintbal...
- Aerobní sporty: aerobik, jumping, cyklistika, běh...
- Moderní sporty: frisbee, parkúr, jo-jo...

3.1.1 Komentář k dělení sportovních odvětví

Na první pohled je patrné, že takové dělení sportu je nedostatečné. Některé z disciplín spadají do několika kategorií. Například plavání je sport vodní, ale současně aerobní. Jiné sporty se dají dělit dále. Pro ilustraci uvádím, že střelecké sporty lze rozdělit na individuální, jako lukostřelba a týmové jako paintbal či airsoft. Atletiku dělíme na lehkou a těžkou, a tak bych mohla pokračovat. Pojem zimní sporty je také zavádějící, protože ostatní sporty by musely být letní, což rozhodně nejsou, protože například aerobik se provozuje v halách celoročně. Tím se dostáváme k dalšímu dělení na outdoorové a indoorové sporty.

Sport se také rozděluje na rekreační a vrcholový. Rekreační je forma odpočinku ve volném čase, často spojená s tělesnou aktivitou. Rekreační sport je forma aktivního odpočinku s cílem regenerovat psychické a fyzické schopnosti po práci či učení. Vrcholový sport je mnohem více institucionalizovaný a na rozdíl od sportu rekreačního představuje pro toho, kdo ho provozuje, nejen koníček, ale také zdroj obživy. Nejde již tolik o zábavu, ale o výkony, které se snad ve všech

sportovních disciplínách neustále posunují k hranicím lidských možností. Tyto aspekty přenášejí na vrcholového sportovce spoustu napětí, stresu, ale také motivace. Aby sportovec uspěl a stál na nejvyšších stupních vítězů, musí mít pevnou vůli, velký talent a být psychicky vyrovnaný. Ve vrcholovém sportu se často stírá hranice volného času s časem pracovním. Předmětem zájmu Pedagogiky volného času a tedy i mé práce je spíše sport rekreační.

3.2 DEFINOVÁNÍ REKREAČNÍHO SPORTU

Rekreační či jinak řečeno volnočasový nebo kondiční sport je subsystémem moderního sportu, do kterého spadají všechny typy sportovních aktivit, které nejsou vázány na vítězství, rekordy a materiální odměny. Rekreační sport se vyznačuje otevřenou účastí a principem soutěže s někým, nikoli proti někomu. V popředí je zde osobní projev, prožitek, vzájemné porozumění, sounáležitost a zlepšování zdravotního stavu.²⁴

3.3 TYPOLOGIE DLE ROGERA CAILLOISE

Vzhledem k možnosti spontánnosti volnočasového sportu můžeme vycházet při členění sportu z teorie her Rogera Cailloise. Rogere Caillois přišel v roce 1958 s dnes již všeobecně známou a respektovanou typologií, kterou založil na rozdílech v prožitcích u jednotlivých her.

3.3.1 Ilinx

První nazval ilinx neboli vertigo, čili prožitky vertiginální. Jsou spojeny se závratí, s vychýlením těla do netypických a gravitaci odporujících pozic. Stává se tak při zrychlení, skluzu, rotacích, akrobacii atd. Do této skupiny náleží převážná část adrenalinových sportů a zážitků, které poskytují lunaparky.²⁵

²⁴ Srov. SEKOT, A. *Sociologické problémy sportu*. Praha: Grada, 2008, str. 31

²⁵ Srov. SLEPIČKA, P. a KOL. *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum, 2006, str.14

3.3.2 Agon

Druhou skupinu nazval agon, neboli boj. Protivníkem v boji nemusí být nutně druhý člověk. Výzvou se může stát hora, jejíž vrchol chceme zdolat, jezero, které se chystáme přeplavat či jiná vzdálenost.²⁶

3.3.3 Alea

Alea neboli náhoda, štěstí, hazard tvoří třetí kategorii Cailloisovy typologie. Aleatorické prožitky nejsou závislé na dovednostech a schopnostech, nýbrž na náhodě a risku ve hře.²⁷

3.3.4 Mimikry

Poslední skupinou jsou mimikry neboli předstírání, hraní rolí. Mimikry se spojují především s karnevaly a se sociálními hrami, ale objevují se i ve sportu. Například výbava sportovce prezentuje jeho prestiž či úroveň.²⁸

3.3.5 Jedinečnost Cailloisovy typologie

Caillosova typologie přehledně a jasně člení nepřehledné množství existujících a nově vznikajících sportů do pouhých čtyř kategorií. Bylo by tedy až neuvěřitelné, kdyby neexistovala aktivita, která by nespadala do dvou či více kategorií. Vždy se ale dá říci, do které kategorie daná aktivita spadá zřetelněji. Je to tím, že tato typologie vychází z psychologických poznatků o prožívání. Poznátky o psychice jsou velmi důležité z hlediska vhodnosti výběru sportu pro jednotlivé věkové kategorie nejen dětí a mládeže.²⁹

²⁶ Srov. SLEPIČKA, P. a KOL. *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum, 2006, str. 14 - 15

²⁷ Srov. SLEPIČKA, P. a KOL. *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum, 2006, str. 15

²⁸ Srov. SLEPIČKA, P. a KOL. *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum, 2006, str. 15

²⁹ Srov. SLEPIČKA, P. a KOL. *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum, 2006, str. 15

Ovšem někteří autoři této typologii vyčítají, že je zde opomenutý prožitek skupinové dynamiky a prožitek spojený s taneční rolí. „*Nejde o prožitek mimetický, ale o prožitek rytmického souladu s hudbou. V těchto prožitcích participuje i určitý moment kreace. Blízko k tomu mají prožitky v esteticko-koordinačních sportech.*“³⁰

4 VÝVOJOVÉ FÁZE

4.1 VÝZNAM POHYBU PRO PSYCHICKÝ VÝVOJ

Jakékoliv pohyby novorozence, kojence a batolete jako je přitahování se, převalování nebo lezení jsou velmi důležité pro další pohybový a psychický vývoj. Používáním celého těla a jeho částí, pohyby a používáním smyslů „*mimino programuje své motorické a senzorycké nástroje - nervy a mozkové buňky.*“³¹ Jsou to období pro celý život nesmírně důležitá, podle některých odborníků nejdůležitější pro další životní vývoj. To je názor, k němuž se přikláním i já.

4.2 SENZOMOTORICKÝ VÝVOJ BATOLETE

V období batolete, trvajícím od jednoho do tří let, dochází k prudkému senzomotorickému vývoji. Roční dítě zažívá své první krůčky, zjišťuje, že si může někam dojít, něco si podat. Všichni by měli mít na vědomí známý fakt, že v tomto věku dítě pokouší hranice toho, co je a není povoleno. Rodiče či vychovatelé by tedy měli tyto hranice správně nastavovat. Jde o období, kdy se začínají vyskytovat pohybové a tematické hry jako nápodoba zvířat.

²⁹ SLEPIČKA, P. a KOL. *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum, 2006, str. 15.

³¹ GALLOWAY, J. *Děti v kondici*. Praha: Grada, 2007, str. 31

4.3 PŘEDŠKOLNÍ VĚK – ZLATÝ VĚK HRY

Předchozí vývojové fáze jsou důležité především z hlediska biologického, psychologického a výchovného působení. Z hlediska pedagogiky volného času a vztahu dětí a mládeže ke sportu a vlivu sportu na jejich psychiku začíná být opravdu zajímavé až předškolní období. Jde o věk tří až šesti let. Přesto, že jde o zlatý věk hry, dochází v tomto věku k významné psychické zkoušce - nástupem do školky se dítě v tomto období poprvé významným způsobem vyděluje od rodiny a začíná na něj působit pedagog. Pedagog pracující s touto věkovou skupinou by měl vědět, že dítě v tomto období má velkou potřebu pohybu, nápodoby, je velmi zvědavé a používá bohatou fantazii. Tyto mé domněnky potvrzuje i odborná literatura: „*předškolní dítě má velkou potřebu pohybu, kterou uspokojuje nejčastěji při hrách, i když děti v tomto věku se mohou věnovat i organizované tělovýchově. Důležitá je však pestrost a mnohostrannost pohybu, poznatky odborníků svědčí proti předčasné specializaci.*“³² Protože se rozvíjí pohybová koordinace, můžeme se s dětmi tohoto věku ve volném čase věnovat všelijakým pohybovým hrám. Zvládnou jednoduché sestavy, učí se jezdit na kole a lyžovat. Výuka lyžování a snowboardingu je dle mého názoru nejrozšířenější institucionální výuka a výchova ve volném čase v této věkové skupině.

4.4 MLADŠÍ ŠKOLNÍ VĚK – OBRATNOST, SÍLA, VYTRVALOST

Totéž platí pro mladší školní věk, tedy 6 – 11 let. Platí totéž, ale jedinec nestagne, vyvíjí se dál. Výrazně se zlepšuje hrubá i jemná motorika, zvětšuje se svalová síla a zrychlují se pohyby. To je příčinou zvyšujícího zájmu o pohybové hry a sportovní výkony jenž vyžadují obratnost, sílu a vytrvalost. Chlapci proto tíhnou k fotbalu, hokeji a dívky ke sportům estetičtějších a harmonických, jako je například aerobic či gymnastika.³³ Vhodné je také plavání. Nejen že je při něm potřeba síla a vytrvalost, ale hlavně jsou procvičovány všechny svaly aniž by se tělo přetěžovalo, protože je nadnášeno vodou.

³² HÁJEK, B. a KOL. *Pedagogické ovlivňování volného času*. Praha: Portál, str. 84

³³ Srov. LANGMAIER, J. KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*. Praha: Grada, 2006 str. 120

4.4.1 Motivační podmínky

Vývoj pohybových schopností nezávisí jen na stupni vývojové fáze těla, ale také na podmínkách, které dítěti připravuje rodina a škola. Děti potřebují povzbuzení a motivaci. Motivaci nepředstavují jen odměny, kladný příklad v rodině, ale v tomto věkovém období především uznání od vrstevníků a správný pedagogický přístup. U dětí tohoto věku je patrná přelétavost z jedné činnosti na druhou, je proto dobré umět odhadnout talenty a motivovat je v pokračování. Byla by škoda, kdyby děti zahazovaly nadání jen proto, že jsou v tomto věku přelétavé.

4.5 STARŠÍ ŠKOLNÍ VĚK – SOUPEŘIVOST A ZAČLENĚNÍ

Dalším obdobím je střední školní věk, tedy zhruba 11-15 let. V tomto období dochází k důležitým změnám. Tyto změny se neprojevují jen prvním ochlupením, menstruací či polucí. Jako pedagoga volného času mě zajímají spíše změny nálad, demonstrace dospělosti, potřeba někam se zařadit a podobné psychické projevy. Schopnost kontrolovat své pohyby je na dokonalé úrovni, k tomu se přidávají stále vyzrálejší kognitivní schopnosti jako vnímání, paměť a myšlení, děti již dovedou logicky usuzovat a velmi dobře kooperovat.³⁴ Vhodný je nejen v tomto věku jakýkoliv sport, kde děti vybijí svou energii a naplní soupeřivou tendenci. Také tím obohatí sociální kontakty, a pokud patří do nějakého týmu, družstva či klubu, tak naplní i potřebu začlenění.

4.6 ADOLESCENCE A MLÁDEŽ

Střední školní věk (15 - 20 let) známe pod pojmem adolescence. Je to období, ve kterém dochází k bouřlivým duševním i tělesným změnám. Adolescenti ve svém volném čase rozvíjejí činnosti, kterým se věnují již od mladšího věku, což se stává třeba u fotbalu. Opouští ale kroužky, pokud některé navštěvovali při

³⁴ Srov. HÁJEK, B. A KOL. *Pedagogické ovlivňování volného času*. Praha: Portál, str. 91 - 92

základní škole, a mění se jejich sociální prostředí s přechodem na střední školu či učiliště. Tím vznikají dvě skupiny dospívajících, které se navzájem překrývají. Jedni mají méně volného času než dříve a druzí ho mají pořád stejně a k tomu ještě dávku potřeby experimentovat s adrenalinem nejen v podobě sportu, ale také hazardu a drog. V tomto věku je člověk již plně sám sebou, záleží tedy především na tom, jaké hodnoty si s sebou nese z období předcházejících. Pokud je jedinec zvyklý pravidelně sportovat z předchozích období, pravděpodobně u sportu zůstane, protože už ví, že je to zábava, odreagování a také způsob sebeprosazení. Vlivem přechodu na střední školu se ale změní časové a často také motivační podmínky pro sportování. Pro adolescenty je důležité, co je právě takzvaně „in“. Sociální okolí a média vytvářejí obraz právě populárních sportů, což může vést dokonce i k tomu, že začne sportovat jedinec dříve nesportující. Pokud má někdo velký talent, začíná v tomto období jeho kariéra profesionálního sportovce, ve které pokračuje, dokud mu to zdraví dovolí a stává se vzorem pro mladší věkové kategorie. V další vývojové fázi, kterou nazýváme mládeží, už je jasná diferencovanost mezi sportovci profesionály a sportovci rekreačními.

5 SPORT A SOCIALIZACE

5.1 SPORT JAKO SOCIOKULTURNÍ FENOMÉN

Vliv sportu není patrný jen jako důležitý činitel při psychickém zrání člověka. Je to celkově jeden z nejpodstatnějších sociokulturních činitelů. Sport zasahuje do pedagogiky, psychologie, sociologie, politiky, ekonomiky i umění. To je způsobeno velkou oblibou sportu díky jeho rozmanitosti. „Podle průzkumu agentury Eurobarometer z listopadu roku 2004 přibližně 60 % evropských občanů pravidelně provozuje sportovní aktivity v rámci nebo mimo rámec zhruba 700 000 klubů, které jsou samy členy velkého počtu sdružení a federací.“³⁵ To dokazuje podstatný vliv sportu na sociální začleňování člověka do společnosti, což je

³⁵ KOMISE EVROPSKÝCH SPOLEČENSTVÍ. *Bílá kniha o sportu*. [online dokument]. @ 2007 [cit. 2010-03-10]. Dostupné z WWW: <<http://www.msmt.cz/sport/bila-kniha-o-sportu>>

zvláště důležité u dětí a mládeže. Pojem sport je dokonce zmíněn v samotné definici socializace v Psychologickém slovníku od P.a H. Hartlových. Socializace je zde popsána jako postupné začlenění jedince do společnosti prostřednictvím imitace a identifikace, primárně v rodině, dále v malých společenských skupinách, jako je školní třída, zájmový klub či sportovní družstvo, až po zapojení do širokých celospolečenských vztahů, včetně přijetí základních etických a právních norem dané společnosti. „Sociokulturní vlivy se na utváření osobnosti projevují komplexně především tím, že u každého lidského individua vytváří určitý systém závazných a jeho okolím očekávaných způsobů chování, které vytváří systém rolí.“³⁶ Od jedince či skupiny v roli sportovců se očekává férové jednání, aktivita, hrdost, spolupráce, akceptace pravidel i v běžném občanském životě a celkový zdravý přístup k životu.

5.2 SOCIALIZACE PROSTŘEDNICTVÍM SPORTU

Socializace probíhá primárně v rodině. Rodiny se liší svými preferovanými hodnotami a sociálními nerovnostmi. Díky lepšímu vzdělání včetně sportovní přípravy mají děti ze středních a vyšších vrstev lepší základy pro život oproti intelektuálně a pohybově stejně nadaným dětem ze sociálně slabších rodin. Tyto rozdíly by měla stírat škola a volnočasová zařízení. Výborným nástrojem pro to je právě sport. Pedagogové, trenéři a vychovatelé by se měli zajímat o to, z jakého prostředí děti pocházejí a pomoci jim například pohybovými aktivitami k rozvoji. Socializační aspekty sportu ukazují stimulační význam uznání a obdivu okolí ke sportovním výkonům dospívajících. Nejčastější odpovědi studentů fakulty sportovních studií Masarykovy univerzity v Brně na otázku: „Co mi sport dal“, jsou socializačně významné. Jde například o možnost někam se začlenit, něco dokázat a upevňovat přátelská pouta. Sportovní aktivity jsou jistě socializačně přínosné, je třeba ale nepřeceňovat jejich význam a nezapomenout ani na negativní prvky, jako je násilí ve sportu či doping.³⁷

³⁶ NAKONEČNÝ, M. *Základy psychologie osobnosti*. Praha: Management Press, 1993, str. 20

³⁷ Srov. SEKOT, A. *Sociologické problémy sportu*. Praha: Grada, 2008, str. 22 - 26

6 SPORT A EKONOMIE

6.1 SPORT JAKO UKAZATEL SOCIÁLNÍ STRATIFIKACE

Tématem sport a sociální stratifikace se plynule dostávám od vztahu sportu a socializace, ke vztahu sportu a ekonomie. „*Nedávné reprezentativní šetření ukázalo, že ve stratifikační mapě české společnosti je aktivní provozování jednotlivých sportů do různé míry spojeno se společenským postavením respondentů.*“³⁸ Pohybovou aktivitu dávno neurčují jen časové možnosti, ale také finanční prostředky. Sport se stal jedním z ukazatelů životní úrovně. Svou exkluzivitou je známý tenis a golf, ale také lyžování či fitness se věnují spíše lidé z vyšších vrstev. Napříč všemi ekonomickými vrstvami se lidé věnují fotbalu.

6.2 UKAZATELE PROPOJENOSTI SPORTU S EKONOMIÍ

Mezi aspekty určující propojenost sportu s ekonomikou patří:

- Sport jako profese
- Sponzoring
- Nabídka komerčních sportovních aktivit, které jsou často velmi drahé
- Konkurence i mezi neziskovými středisky, nabízející sportovní aktivity
- Široká nabídka sportovního oblečení a náčiní, za které lidé utrací v obchodech
- Vliv médií, jenž mohou zvyšovat popularizaci jednotlivých sportů
- Větší životní úspěšnost sportujících jedinců

Propojenost profesionálního sportu je více než zřejmá, navíc profesionální sport není hlavním tématem této práce, proto přecházím rovnou ke vztahu ekonomie a sportu rekreačního. Z pohledu pedagoga volného času mě nejvíce zajímají poslední dva aspekty.

³⁸ SEKOT, A. *Sociologické problémy sportu*. Praha: Grada, 2008, str. 42

6.2.1 Vliv médií

Propojenost médií, sportu a ekonomie jasně dokazuje například sportovní zpravodajství v tištěných médiích. Názornou ukázkou je polistopadová zkušenost Lidových novin, které zprvu sport prezentovaly jen jako zcela okrajovou záležitost a omezovaly své reference o něm na pouhé výsledkové zpravodajství. „*Postupem času se ukázalo, že taková koncepce zásadním způsobem zužuje profil čtenářské obce.*”³⁹ Jako aktivní snowboardistka mohu říci, že další ukázkou propojenosti médií, sportu a ekonomie je viditelný nárůst dětí a mládeže snažící se naučit jezdit na snowboardu, k čemuž došlo po úspěšném uvedení filmové komedie *Snowboardáci* do filmových sálů a na televizní obrazovky. Osobním postřehem k tomuto tématu je i to, že film je ukázkovou skrytou reklamou, takzvaným product placementem pro firmu Burton. Burton je velmi známá americká společnost vyrábějící snowboardy, veškeré příslušenství a oblečení pro tento sport. Právě na snowboardech této firmy se proháněli ve filmu herecké idoly naší mládeže.

6.2.2 Média a národní hrdost

Internet, televize, rozhlas i noviny někdy přináší sportovní zprávy, které mohou mít na děti a mládež negativní vliv. Příkladem jsou časté fotbalové aféry s úplatky či řádění hráčů v nevěstincích. Všechna média také přispívají svým sportovním zpravodajstvím k národní hrdosti. Dokladem toho je například křivka sledovanosti přenosů z olympijských her, která prudce vylétává nahoru, pokud jde o soutěže s účastí českých sportovců. K tomu napomáhá technologie přímých přenosů. První přímý televizní přenos ze sportovní soutěže se konal před 50. lety během olympiády v italské Cortině.⁴⁰

³⁹ DĚKANOVSKÝ, J. *Sport, média a mýty*. Praha: Dokořán, 2008, str. 42

⁴⁰ Srov. ČT4, *Olympijské studio*, 18.2., 01:50h

6.2.3 Větší životní úspěšnost sportujících jedinců

Větší úspěšnost sportujících jedinců je tvrzení vyvolávající diskuze. Známým faktem je, že sedavý způsob života a nevhodná strava způsobují, že mnoho dnešních dětí je méně zdatných a obéznějších než bývaly děti v předchozích generacích. Tento nezdravý životní styl zvyšuje pravděpodobnost vzniku degenerativních onemocnění. Takové děti pak mívají nízkou sebedůvěru, hůře se učí a v dospělosti jsou méně úspěšní než jejich sportující vrstevníci. Výzkumy ukazují, že cvičení vede k lepší činnosti mozku, protože podporuje spojení mezi neurony. Obezita omezuje okruh příležitostí, snižuje mzdu a dokonce i šanci vdát se či oženit.⁴¹

7 VZTAH SPORTU A PEDAGOGIKY VOLNÉHO ČASU

7.1 DEFINOVÁNÍ VOLNÉHO ČASU

Nejen z těchto faktů, tvrzení a myšlenek vyplývá poslání Pedagogiky volného času ve vztahu ke sportu. Za volný čas je považovaný čas, který nám zůstane po odečtení času potřebného ke studiu, práci, spánku, hygieně, péče o děti a domácnost. Z toho je patrné, že každý člověk má k dispozici jinou délku volného času, ale obecně v průmyslové době došlo k jeho velkému nárůstu. Je potřeba s ním umět dobře hospodařit, abychom předešli například výše zmíněné obezitě u dětí, způsobenou vasedáváním u televize či počítačů.

⁴¹ Srov. GALLOWAY, J. *Děti v kondici*. Praha: Grada, 2007, str. 7-12

7.2 JAK SPRÁVNĚ ZACHÁZET S VOLNÝM ČASEM

Jak zacházet s volným časem se děti učí především v rodině. Hodnoty, které rodina vyznává, a způsob motivace k jejich dosahování značně ovlivňuje výchovu dítěte. Toto působení se odehrává za pomoci těchto činitelů:

- Nápodoba a reprodukce
- Uskutečňování individuálních i společných zájmových činností
- Citlivé sledování a cílevědomé reagování na potřeby, zájmy a nadání dětí

Ideálem je demokratický styl rodinného života, který učí děti chovat se aktivně, vstřícně a odpovědně vůči ostatním členům společnosti.⁴²

7.3 ŠKOLA, ZÁJMOVÉ VZDĚLÁVÁNÍ A SPORT

Ať již je rodinný ideál naplněn či nikoli, další nezanedbatelnou roli ve výchově k volnému času má škola a útvary zájmového vzdělávání. Ke sportu škola vychovává povinnou tělesnou výchovou, kurzy plavání, lyžování či školními výlety do přírody. Během školní docházky mají zájemci o sport možnost ukázat svůj zájem a talent na řadě sportovních soutěží, které školy pořádají mezi jednotlivými třídami či mezi jednotlivými školami. Na dobrovolnosti jsou založené pohybové aktivity v rámci školní družiny, školních klubů a kroužků, které škola nabízí. Dnes už je standardem, že škola nabízí kroužek klasických pohybových her, atletiky či aerobiku, což dokazuje zájem dětí o pohyb. Mezi školská zařízení pro zájmové vzdělávání patří v neposlední řadě také střediska volného času. Střediska volného času nabízejí široké spektrum možností jak trávit volný čas. Zájemci o pohyb mohou vybírat mezi skautskými a turistickými kluby, dále pak mezi jednotlivými druhy tance, kolektivních sportů jako je nyní populární florbal, basketbal, individuálních sportů jako atletika, gymnastika, plavání, cyklistika. Své zájemce neztrácí ani bojové sporty či šachy. Střediska volného času reflektující poptávku nabízí také stále rozšířenější lezecké stěny.

⁴² Srov. HOFBAUER, B. *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál, 2004. str. 61 – 62

7.4 ZÁŽITKOVÁ PEDAGOGIKA

Zážitková pedagogika je založena na práci s prožitky jako prostředky k ovlivnění člověka. Cílem zážitkové pedagogiky je rozvoj osobnosti a skupinové dynamiky. Zmiňuji tuto metodu především proto, že pracuje s pohybem často na hranici fyzických i psychických možností. Zážitková pedagogika by nebyla zážitkovou pedagogikou bez zpětné vazby. Zpětná vazba pomáhá uvědomit si hloubku vlastního prožívání a zkušeností z jednotlivých zážitků.⁴³

7.4.1 Prožitek, zážitek, zkušenost

Pro lepší pochopení zážitkové pedagogiky přikládám popis rozdílu mezi prožitkem, zážitkem a zkušeností, tak jak jsme to probírali v rámci předmětu Metodiky zájmových činností.

- Prožitek: okamžik dané chvíle
- Zážitek: pamětní uchopení té chvíle
- Zkušenost: zpracovaný zážitek

Zážitkové pedagogice se v ČR věnuje především Prázdninová škola Lipnice, která je nestátní neziskovou organizací s třicetiletou tradicí.

7.5 PRŮSEČÍK PŮSOBNÍ VÝCHOVNÝCH INSTITUCÍ

Rodina, škola, školská zařízení, nestátní nezisková i komerční zařízení mají v rámci pedagogiky volného času poněkud odlišné možnosti a metody jak vychovávat děti a mládež ke správnému využití volného času. Přesto „*povinná školní výuka a volnočasové aktivity se svou funkcí a směřováním v současnosti sbližují – škola snahou o inovaci a pružnost kurikula (osnov) a metod práce, aktivity volného času úsilím o věcnou a metodickou soustavnost a rozšiřováním na další žáky.*”⁴⁴ Dalším velmi důležitým společným posláním je rozvoj kritického myšlení. Mezi to řadíme schopnost vybírat důležité a správné údaje ze záplavy informací, které přináší dnešní mediální doba.

⁴³ Srov. SÝKORA, J. *Zážitkové kurzy jako nástroj pedagoga volného času*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2006, str. 5

⁴⁴ HOFBAUER, B. *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál, 2004, str. 77

8 VLIV SPORTU NA PSYCHIKU

8.1 VNÍMÁNÍ VLASTNÍHO TĚLA

Skrze zážitkovou pedagogiku se dostávám k vlivu pohybu na psychiku.,*Tělesná cvičení zesilují vnímání sebe sama skrze vlastní tělo.*⁴⁵ K tomu dochází právě díky pocitům a prožitkům, jejichž prostřednictvím můžeme konfrontovat svou činnost. Tělo a duše tvoří funkční celek, proto technické a taktické dovednosti sportovce souvisí s jeho kognicí. Mezi kognitivní funkce patří myšlení, vnímání, představivost, paměť, fantazie a pozornost.

8.2 SPORTOVNÍ MYŠLENÍ

Ve sportu se uplatňuje několik druhů myšlení, mezi něž patří:

- Operativní, činnostní myšlení, které se uplatňuje při řešení problémů.
- Taktické myšlení: staví na vhledu do situace.
- Týmové myšlení jako základ sebranosti.⁴⁶

8.3 POHYBOVÁ INTELIGENCE

Všem druhům myšlení, které se uplatňuje ve sportu, je nadřazena pohybová inteligence. Jejimi částmi jsou:

- Reaktivita: schopnost rychle nacházet pohybová řešení.
- Kinestézie: dokonalost prováděného pohybu.
- Motorická docilita: rychlé a správné osvojení nového pohybu.⁴⁷

⁴⁵ SLEPIČKA, P. a KOL. *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum, 2006, str. 33

⁴⁶ Srov. SLEPIČKA, P. a KOL. *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum, 2006, str. 48

⁴⁷ Srov. SLEPIČKA, P. a KOL. *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum, 2006, str. 48 - 49

8.4 POZORNOST

Pozornost je jedním z předpokladů pro jakoukoli pohybovou činnost. „*Její fyziologickým základem je určitá úroveň aktivace, spojená s dominantním podrážděním v centrální nervové soustavě.*“⁴⁸ Pozornost ve sportu vyniká zejména:

- Koncentrací neboli schopností zůstat delší čas u jedné činnosti
- Distribucí neboli rozdělením pozornosti, což je dovednost sledovat nebo vykonávat více činností najednou.
- Vigilancí neboli bdělostí, která umožňuje povšimnutí si nepravidelně se vyskytujících změn během dlouhé monotónní činnosti.⁴⁹

8.5 VNÍMÁNÍ

8.5.1 Zrak a sluch

Všechny smysly jsou při sportu provázány, ale zrak a sluch hrají vyjímečnou roli. Pokud jde o zrak, není třeba vysvětlovat proč, stačí si představit, jak moc musí svůj poškozený zrak kompenzovat ostatními smysly například nevidomí lyžaři. Sluch vyniká především v rytmických sportech, jako tanec či aerobic, kde jde o ladění pohybu a rytmu hudby. V řadě sportů ale nejde o rytimizaci, přesto je tam sluch potřeba. Bylo zjištěno, že pokud gymnasté či skokani do vody nemají možnost vnímat doskoky a vibrace náradí, jejich výkony se snižují.⁵⁰

⁴⁸ SLEPIČKA, P. a KOL. *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum, 2006., str. 50

⁴⁹ Srov. SLEPIČKA, P. a KOL. *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum, 2006, str. 50 - 51

⁵⁰ Srov. SLEPIČKA, P. a KOL. *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum, 2006, str. 41 - 43

8.5.2 Kinestéze

V souvislosti s pohybem nesmí být opomenut smysl kinestézie. „*Prostřednictvím kinestézie jsou vnímány polohy a pohyby hlavy a končetin vzhledem k trupu; informuje člověka o směru a rychlosti pohybu.*“⁵¹ Ke vnímání změny rychlosti pohybů, rovnováhy, rotace a polohy těla slouží vestibulární aparát, který je umístěný v kostěném labyrintu středního ucha.

8.6 PŘEDSTAVY

Správná funkce vestibulárního aparátu je pro sportovce nutností, ale zásadní význam pro řízení motoriky mají také představy pohybu. Už na přelomu 19. a 20. století bylo experimentálně zjištěno, že při představě pohybu dochází ke zvýšení svalového napětí ve svalech, které by byly aktivní při skutečném pohybu. Dokazují to elektromyografická měření. Ve sportu se uplatňují představy rekonstrukční a fantazijní. Rekonstrukční představivost je užitečná při pamětním vyvolání naučeného pohybu tak, aby si sportovec zopakoval jeho zákonitosti před dalším ještě dokonalejším provedením. Fantazijní představivost je důležitá při hrách a anticipačních sportech jako nositel nových prvků.⁵²

8.7 ZDROJE SPORTOVNÍ RADOSTI

Pro děti je určujícím prvkem sportování radost, kterou při něm prožívají. Sport bez prvků radostného zaujetí ani není sportem v psychologickém slova smyslu. Zdroje radosti ze sportu jsou organické (pohybové), psychologické, sociální a enviromentální. V souvislosti s organickými zdroji se hovoří o antidepresivních, euforizačních a slastných účincích pohybových cvičení. K těmto účinkům dochází díky prokysličení mozku, prohřátí organismu a vylučování norepinefrinu a endorfinů (hormonů zlepšujících náladu). Mezi psychologické zdroje radosti

⁵¹ HARTL, P.; HARTLOVÁ, H. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2000, str. 254

⁵² Srov. SLEPIČKA, P. a KOL. *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum, 2006, str.45 - 47

patří zvyšování sebevědomí, snižování napětí, deprese, agrese, únavy a zmatenosti. Mezi sociální zdroje radosti ze sportování řadíme například uznání, prestiž, soupeření a sounáležitost. Enviromentální zdroje radosti umožňuje okouzující a očistné přírodní prostředí některých sportů.⁵³

8.7.1 Rozdíl vnímání sportovní radosti mezi dětmi a mládeží

Děti při pohybu prožívají radost ze všech výše zmíněných zdrojů najednou, aniž by si tyto zdroje vůbec uvědomovaly. Mládež je již více rozlišuje, někteří sportují pro odstranění agrese a je jim jedno, zda-li jde o sport v hale či venku. Jiní vyhledávají pouze venkovní aktivity právě pro radost z enviromentálních zdrojů. Spousty dospívajících sportují pro radost ze sociálních zdrojů. Potřebují si zvyšovat sebevědomí, cítit sounáležitost či pocit úspěchu. Pro pocit úspěchu musí něco dokázat svými schopnostmi.

8.8 SCHOPNOST, DOVEDNOST, VLOHA, NADÁNÍ, TALENT

Pojem schopnost se často zaměňuje s pojmy dovednost, vloha, nadání a talent. Schopnost je soubor předpokladů nutných k úspěšnému vykonávání určité činnosti či dovednosti. Vyvíjí se na základě vloh, a to učením. Dovednost je tedy méně obecný pojem než schopnost. Vloha je vrozený předpoklad pro vytváření schopností. Nadání je souborem rozvinutých schopností pro konkrétní oblast činností. Pokud o někom hovoříme jako o talentu, znamená to, že má vysoce rozvinuté schopnosti či nadání pro určitou činnost.⁵⁴ Bez ohledu na míru vloh, nadání či talentu by sport měl být především zdrojem zábavy a prostředkem k utužení zdraví. Sport a pohyb jako takový nabízí širokou škálu možností, vybrat si to právě může každý bez ohledu na věk a dovednosti. Dokonce ani čas či finance nemusejí člověka limitovat. Zaběhat si nebo jít na procházku přece nic nestojí. Je třeba uvědomit si hodnoty, které ze sportování plynou. Proto děti a mládež potřebují pozitivní vzory v rodině, ve škole a volnočasové sféře.

⁵³ Srov. SLEPIČKA, P. a KOL. *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum, 2006, str. 65 - 66

⁵⁴ Srov. ČÁP, J. *Psychologie výchovy a vyučování*. Praha: Karolinum, 1997, str. 87

9 VÝZKUM

9.1 CÍLE VÝZKUMU

V části praktické se snažím o srovnání postojů ke sportu mezi dětmi a mládeží a jejich zdůvodněním. Hlavním cílem je zjistit, jaké postavení má sport mezi volnočasovými aktivitami dětí a mládeže a porovnat jejich postoje k tělesným aktivitám. Mezi dílčí cíle patří potvrzení, či vyvrácení hlavních hypotéz a nalezení dalších poznatků týkajících se vztahu dětí a mládeže ke sportu. Na základě těchto zjištění se zamýšlím proč tomu tak je, a srovnávám praktickou část s poznatky v části teoretické.

9.2 POPIS VÝZKUMNÉ METODY

Metoda výzkumu: dotazník

Počet otázek: 15

Počet dotazníků: 150

Návratnost: 100

Struktura dotazovaného souboru: Děti 4 - 15 let (30 ks); mládež 15 - 25 let (70 ks)

Zastoupení pohlaví: ženy 46, muži 54.

Výzkum probíhal na Soukromé základní škole Elementária a Střední průmyslové školy stavební. Obě školy se nacházejí v Plzni. Návratnost je dobrá především díky ochotě studentů střední školy podílet se na mém výzkumu. Mezi dětmi na základní škole taková ochota nebyla, některé děti dotazník nevyplnily vůbec a jiné špatně, proto jsem musela některé vyřadit. Dotazník byl pro děti zřejmě obtížný, což je pro mě poučení pro příště.

9.2.1 Definování dotazníku

Dotazník je „soustava předem připravených a pečlivě formulovaných otázek, které jsou promyšleně seřazeny a na které dotazovaná osoba (respondent) odpovídá písemně.“⁵⁵ Jde o kvantitativní metodu, jejíž výhodou je rychlý sběr dat od velkého počtu respondentů najednou. Nevýhodou je možné zkreslení dat ze strany respondentů. Velkou roli hrají také zkušenosti člověka, který dotazníky konstruuje a vyhodnocuje. Musí umět třídit položky dotazníku podle různých kritérií. Například podle cíle, pro který je položka určena, formy požadované odpovědi a obsahu, který položka zjišťuje.

Položky dotazníku se dělí na otevřené a uzavřené. Otevřené položky nenabízí respondentům žádné hotové odpovědi, je určen pouze předmět, o kterém se mají vyjádřit. Otevřené položky se komplikovaně vyhodnocují, protože vzniká spousta nepřehledných podkategorií, které se musí zpětně vytvořit. Uzavřené položky nabízejí varianty odpovědi. Dělí se na dichotomické a polytomické. Dichotomické mají vždy jen dvě možné odpovědi, z nichž respondent vybírá. Polytomické poskytují více než dvě varianty odpovědi. Polytomické dále rozdělujeme na výběrové, výčtové a stupnicové. V případě položek polootevřených má respondent na výběr několik hotových odpovědí a navíc variantu jiná odpověď. Vyhneme se tak tomu, že nebude respondentovi žádná z našich kategorií vyhovovat.⁵⁶

V použitém dotazníku jsem volila nejčastěji položky uzavřené polytomické výběrové. Dále jsou položky uzavřené polytomické výčtové, otevřené i polootevřené polytomické a jedna uzavřená dichotomická. Uvědomuji si komplikovanost vyhodnocení dotazníku o takové struktuře otázek zvláště vzhledem k velikosti dotazované skupiny a svých téměř nulových zkušeností s tímto typem práce. Udělala jsem ale všechno proto, aby výsledky byly co nejspolehlivější.

⁵⁵ CHRÁSKA, M. *Metody pedagogického výzkumu*. Praha: Grada, 2007, str. 163

⁵⁶ Srov. CHRÁSKA, M. *Metody pedagogického výzkumu*. Praha: Grada, 2007, str. 163 - 166

9.3 OTÁZKY A HYPOTÉZY

Ve výzkumu vycházím především z otázek vyvolávající následující hypotézy. Na prvním řádku se vždy nachází otázka, pod kterou je umístěna hypotéza z ní vyplívající. Pro přehled v kapitole Vyhodnocení hypotéz a pořadí grafů jsou hypotézy očíslované.

- Sportuje více dětí nebo mládeže?
 1. Sportují zhruba stejně děti jako mládeže, ale mládež sportuje více institucionálně.

- Preferují sport jako oblíbenou činnost více děti nebo mládež?
 2. Sport jako oblíbenou činnost více preferuje mládež než děti.

- Je rozdíl ve vnímání národní hrdosti skrze sport mezi dětmi a mládeží?
 3. Národní hrdost prostřednictvím sportu pociťuje více mládež než děti.

- Sportují častěji rodiče sportujících jedinců než jedinců nesportujících?
 4. Rodiče sportujících jedinců sportují častěji než rodiče nesportujících jedinců.

- Mají profesionální ambice spíše děti nebo mládež?
 5. Profesionální ambice má spíše mládež než děti.

- Liší se důvody pro sportování u dětí a mládeže?
 6. Důvody pro sportování u dětí a mládeže se příliš neliší..

- Existují rozdíly v psychickém rozpoložení dívek a chlapců, pokud nemohou sportovat? (Například z důvodu úrazu, nemoci, učení)
 7. Dívky mají častěji pocit, že jsou ochablé a tloustnou, zatímco chlapci se cítí spíše podrážděně.

9.3.1 Vyhodnocení hypotéz

1. Děti i mládež sportují zhruba stejně často, ale mládež sportuje více institucionálně.

Ze souboru dotazovaných respondentů se ukázalo, že dětí sportuje 97 % a mládeže 94 %. Děti sice sportuje o 3 % více, ale 6 % nespportující mládeže uvádí jako nejčastější důvod na otázku „proč nespportuji“ nedostatek času, a o sport se zajímají alespoň pasivně. Naproti tomu mezi zkoumaným vzorkem dětí jsou 3 % skutečně nespportujících. Jako hlavní důvody uvádějí, že sport je namáhavý. Procentuelní zastoupení forem sportování je seřazeno v tabulce č. 1 a č. 2.

Hypotéza se potvrdila jen částečně. Potvrdila se první část hypotézy, což znamená, že sportu se věnuje zhruba stejné procento dětí jako mládeže. Druhá část hypotézy se nepotvrdila. Závodně sportuje o 14 % více mládeže než dětí, ale mezi dětmi je o 18 % více sportujících v rámci školy či sportovního klubu, což je také institucionalizovaný sport, který bývá často předstupněm pro závodní sportování. Mezi pohlavími nebyl zjištěn statistický rozdíl v procentu sportujících ani ve formách sportování.

2. Sport jako oblíbenou činnost více preferuje mládež než děti.

Hypotéza se potvrdila. Z dat vyplývá, že 67 % mládeže preferuje mezi své tři nejoblíbenější činnosti sport. V kategorii dětí byla naměřena hodnota 53 %. Jde o druhou nejoblíbenější činnost mezi dětmi. Ovšem nejoblíbenější aktivitou u dětí se staly s 57 % počítačové hry či internet. Počítačové hry si uchovávají svoji oblibu i v pozdějším věku. Mládež je staví s 37 % na třetí místo. Mezi pohlavími se neobjevily významné rozdíly. Tuto hypotézu zkoumala položka ve znění: Vyber maximálně tři činnosti, které nejraději děláš ve svém volném čase. Výsledky této položky shrnuje tabulka č.1 a č. 2.

3. Národní hrdost prostřednictvím sportu pocítuje více mládež než děti.

Hypotéza byla potvrzena. Mezi mládeží je 70 % jedinců hrdých na výborné výsledky českých sportovců. Nicméně varianta a) silně převládá u obou kategorií, u dětí jde o 60 %. Za zmínku stojí 27 % dětí, které volily variantu b), zatímco u mládeže se tak rozhodlo jen 16 %. Zřejmě se vnímání hrdosti mění s věkem. Starší jedinci lépe chápou souvislost mezi výsledky našich sportovců na mezinárodní scéně a z toho plynoucího zviditelnění České republiky obecně.

4. Rodiče sportujících jedinců sportují častěji než rodiče nesportujících

Hypotéza se jasně potvrdila. Nepravdělně, zřídka či dříve sportovali rodiče sportujících jedinců stejně tak jako nesportujících. Procenta zde vychází téměř totožně, zatímco pravidelně sportuje 37 % rodičů sportujících a 0 % rodičů nesportujících. 40 % rodičů nesportujících jedinců též nesportuje vůbec. Je tedy prokazatelný silný rodičovský vzor a dalo by se hovořit o dědičnosti sportovních vloh.

5. Profesionální ambice má spíše mládež než děti.

Přesně 50 % jedinců v kategorii dětí by se rádo věnovalo sportu profesionálně jako závodníci a 37 % jako trenéři, poradci, redaktoři či komentátoři. Profesionálními závodníky by se rádo stalo 43 % mládeže. Trenéry, poradci, redaktory či komentátory by chtělo být 41 % mládeže. Výsledkem je tedy 87 % dětí a 84 % mládeže s profesionálními ambicemi. Hypotéza se tedy nepotvrdila. Výsledek je opačný. Děti mají celkově profesionální ambice o 3 % větší než mládež. V případě analýzy bodu a), což je touha stát se profesionálním závodníkem je rozdíl dokonce 7 %. Napadá mě, že mládež už někam profesně směřuje a své odpovědi zakládá na reálném úsudku, zatímco děti o dráze profesionálního sportovce mohou ještě snít. V této otázce je statisticky významný rozdíl mezi pohlavími. Profesionální ambice mají více chlapci v poměru zhruba 1,5 : 1. Tento rozdíl se potvrdil v obou kategoriích.

6. Důvody pro sportování u dětí a mládeže se příliš neliší.

Důvody pro sportování se liší. Děti sportují především proto, že mají rádi pohyb: 67 %. Fyzickou kondici řadí na druhé místo, ale s velkým odstupem od pohybu: 47 %. Mládež staví tyto dva důvody na stejnou úroveň: 49 %. Mládež také o něco více vyhledává pocit úspěchu (30 %) a pocit vyčerpání (19 %), zatímco pro děti jsou důležitější přátelé (30 %) než pocit úspěchu (23 %). Důvod nucení autoritou uvedlo 3 % dětí a 4 % mládeže. Myslím, že autoritou zde někteří jedinci rozumí také svého trenéra, protože několik respondentů, kteří vybrali tuto variantu zároveň uvádělo, že sportují závodně. Z toho plyne, že hypotéza se nepotvrdila.

7. Dívky mají častěji pocit, že jsou ochablé a tloustnou, zatímco chlapci cítí spíše podrážděně.

Dívky i chlapci nejčastěji uváděli, že bez možnosti pohybové aktivity se cítí ochablé, ztrácí kondici a mají pocit, že tloustnou. Druhá opět shodná nejčastější odpověď byla, že se cítí podrážděně. Nejméně chlapců i dívek uvedlo, že bez sportování se cítí báječně, protože si konečně odpočinou. Pořadí odpovědí je shodné, avšak liší se v procentuelním rozložení mezi jednotlivé možnosti. Muži mají každý pocit zastoupený zhruba jednou třetinou, zatímco nejčastější výše uvedený důvod uvádí více než polovina žen. Hypotéza se tedy potvrdila. O 13 % více dívek než chlapců uvádí, že se nejčastěji cítí ochablé, ztrácí kondici a tloustnou. Podrážděně se cítí o 10 % více chlapců.

Některé hypotézy se potvrdily, jiné nikoli. Jsem ráda, že některé mé předpoklady se naplnily. Jsem ráda i za hypotézy nepotvrzené, protože tím byl pro mě výzkum zajímavý, překvapující a vyvolávající různé myšlenky.

9.4 DALŠÍ POZNATKY A POSTŘEHY Z VÝZKUMU

Prostřednictvím dotazníku jsem dále zjišťovala, zdali děti sportují častěji než mládež nebo naopak, a kdo je ke sportu přivedl. Také jsem zjišťovala, jestli sportují častěji chlapci či dívky, oblíbenost jednotlivých sportovních disciplín a zdali respondenti touží provozovat další sporty a důvody, proč se jim nemohou věnovat.

• Jak často děti a mládež sportují

Jak často děti a mládež sportují zjišťovala položka: „Jak často sportuješ?“ Tato položka je rozšiřující položkou pro hypotézu zdali děti a mládež sportují. Již se potvrdilo, že aktivně se věnuje sportu 97 % dětí a 94 % mládeže. To jsou vysoké hodnoty, ale nic nevypovídají o tom, jak často jedinci sportují. Mohlo by tak mezi nimi být x procent takových, kteří se v létě několikrát projedou na kole a tak mohou říci, že sportují, i přesto, že po zbytek času sedávají u počítače. Naštěstí se ukázalo, že sportují často. Největší skupina respondentů mezi dětmi i mládeží vypovídá, že sportují 3 – 4 x v týdnu. Většina respondentů sportuje více než 1 – 2 x týdně. Tuto možnost volilo pouhých 14 % dětí a 10 % mládeže. Mohu tedy říci, že děti i mládež sportují často. Takový pozitivní výsledek jsem neočekávala. Objevily se zde rozdíly mezi pohlavími. Nejvíce dívek sportuje 3 – 4 x v týdnu. Jde o 36 % dívek. Tuto možnost si vybralo jen 14 % chlapců. Dívky také častěji udávaly, že sportují více než 4 x v týdnu.. Chlapci nejčastěji volili možnost: „Sportuji podle počasí, času, či nálady.“ Zmínilo se tak 29 % chlapců a jen 13 % dívek. Ukázalo se tedy, že dívky sportují častěji a pravidelněji než chlapci. Nejvíce respondentů přivedli ke sportování rodiče. Ukázalo se tak ve 49 %, což potvrzuje velký význam stylu rodinného života a pozitivních vzorů. 30 % dotazovaných uvedlo, že si cestu ke sportování našlo samo. Za tím je jistě spousta vlivů, které je na cestě za sportem ovlivnily, ať již to byla škola, přátelé, média, přebytek energie či dlouhá chvíle. Jak často děti a mládež sportují shrnuje tabulka č.1. Kdo je ke sportu přivedl shrnuje tabulka č.2.

- **Oblíbenost sportovních disciplín**

Průzkum ukázal, že nejoblíbenějšími sporty jsou sporty míčové (konkrétně florbal, fotbal, volejbal), zimní sporty (konkrétně lyžování, snowboarding, hokej) a cyklistika. Pořadí oblíbenosti dalších sportů ukazuje souhrn v tabulce č.3 Pořadí oblíbenosti jednotlivých sportů určují rodinné tradice, finanční a časové možnosti a v neposlední řadě podmínky geografické. To potvrzují další položky, které zjišťovaly, zda existuje ještě nějaký sport, který by respondenti rádi provozovali, ale nemohou a proč nemohou.

- **Touha po dalších sportovních zážitcích.**

Celkově se chce dalším sportům věnovat 62 % respondentů. Je zde znát rozdíl mezi pohlavími. Chlapci touží po vyzkoušení dalších sportů o 10 % více než dívky. Tento rozdíl je viditelný jak u dětí, tak u mládeže. Jde o především o sporty finančně náročné, poskytující silné zážitky jako paragliding, kiteboarding, surfování či motobike. Z alespoň geograficky dostupnějších aktivit jde o golf, tenis a bojové sporty. Celkový výčet shrnuje tabulka č. 4. Důvody, které zamezují věnovat se těmto sportům uvádí tabulka č. 5

V. ZÁVĚR

Teoretická část této práce tvoří nezbytný podklad pro část praktickou. Dějiny sportu, psychologické vývojové fáze, socializace prostřednictvím sportu, vztah sportu a ekonomie spolu s ostatními tématy mé práce byly zdrojem doplnění mých stávajících informací o problematice vztahu dětí a mládeže ke sportu a vlivu sportu na jejich psychiku. Posloužily mi k zamyšlení a jako cenné podklady pro tvorbu položek dotazníku. Výzkumem jsem se snažila zjistit, jaké jsou postoje dětí mládeže ke sportu, jak je ovlivňuje rodina, škola, přátelé a volnočasové instituce. Některé výsledky pouze potvrdily předpoklady. Jde například o předpoklad, že děti začínají sportovat nejčastěji pod vlivem rodičů nebo potvrzení oblíbenosti kolektivních míčových her. Zajímavějším zjištěním je, že děti i mládež sportují častěji, než se všeobecně předpokládá. Děti i mládež nejčastěji uváděli, že sportují třikrát až čtyřikrát v týdnu. Celých dvacet procent dětí a o jedno procento méně respondentů mezi mládeží sportuje více než čtyřikrát v týdnu. Z celkového souboru dotazovaných sportuje osmdesát sedm procent dětí a osmdesát čtyři procent mládeže. Velikost dotazovaného souboru nebyla veliká, ale i tak jsou to velmi pozitivní výsledky vypovídající o kladném vztahu dětí a mládeže ke sportu. Z hlediska Pedagogiky volného času jsou významné výsledky položky zjišťující formy sportování. Jasně se ukázal rozdíl, který se váže k psychologickému vývoji a celkovému výchovnému ovlivnění každého jedince. Tímto výsledkem je, že mezi dětmi je nejčastější formou sportování v rámci volnočasového střediska či školy, zatímco nejvíce jedinců mezi mládeží sportuje závodně. Sport v rámci střediska volného času či školy staví až na třetí pozici. Druhou nejčastější formou tělesných aktivit je shodně u dětí i mládeže rekreační sport s přáteli či rodinou. Tyto výsledky ukazují důležité postavení pedagogické sféry ve vývoji lidského jedince. Děti potřebují institucionální nabídku sportování, aby se tak naučily chápat hodnotu pohybu a v pozdějším věku se již věnovaly sportu samostatně. Kladné postoje ke sportu u dětí i mládeže ovšem nejsou samozřejmostí. Klasickým tělocvikem, jak ho znám ze svých mladších školních let je rozhodně nezaujmete. Vliv sportu na psychiku je blahodárný, zvláště

v dnešní době, kdy spousta zaměstnání má sedavý charakter a i děti a mládež hodně času prosedí ve školních lavicích. Mají tak velkou potřebu zbavit se přebytečné energie, podrážděnosti a ochablosti. To dokazuje velká touha po vyzkoušení silných nevšedních zážitků prostřednictvím adrenalinových a exkluzivních sportů typu kiteboardingu či potápění. Děti také často uváděly, že by se rády věnovaly golfu. Co je pro děti na golfu lákavé? Myslím, že je to zajímavá otázka, která by stála za další hlubší průzkum. Celkově jsem se v této práci snažila, aby byla srozumitelná pro čtenáře, kteří o dané problematice mnoho nevědí a zároveň aby nebyla nudným souhrnem známých věcí. Doufám, že má práce bude přínosem.

VI. SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

• TIŠTĚNÉ DOKUMENTY

- ČÁP, J. *Psychologie výchovy a vyučování*. Praha: Karolinum, 1997. ISBN 80-7066-534-3
- DĚKANOVSKÝ, J. *Sport, média a mýty*. Praha: Dokořán, 2008. ISBN 978-80-7363-131-4
- GALLOWAY, J. *Děti v kondici*. Praha: Grada, 2007. ISBN 978-80-247-2134-7
- HÁJEK, B.; HOFBAUER, B.; PÁVKOVÁ, J. *Pedagogické ovlivňování volného času*. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-473-1
- HARTL, P.; HARTLOVÁ, H. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-303
- HOFBAUER, B. *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-927-5
- CHRÁSKA, M. *Metody pedagogického výzkumu*. Praha: Grada, 2007. ISBN 978-80-247-1369-4
- LANGMAIER, J. KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*. Praha: Grada, 2006. ISBN 80-247-1284-9
- NAKONEČNÝ, M. *Základy psychologie osobnosti*. Praha: Management Press, 1993. ISBN 80-85603-34-9
- PROCHÁZKA, K. *Olympijské hry*. Praha: Olympia, 1984. ISBN 27-048-84
- PRŮCHA, J.; WALTEROVÁ, E.; MAREŠ, J. *Pedagogický slovník*. Praha: Portál, 1992. ISBN 80-7178-029-4
- SEKOT, A. *Sociologické problémy sportu*. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2562-8
- SLEPIČKA, P.; HOŠEK, V.; HÁTLOVÁ, B. *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum, 2006. ISBN 80-246-1290-9
- SOMMER, J. *Dějiny sportu*. Olomouc: Fontána, 2003. ISBN 80-7336116-7
- ŠVEC, J. *Stručná historie tělesné kultury*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2006. ISBN 80-7041-6254
- SÝKORA, J. *Zážitkové kurzy jako nástroj pedagoga volného času*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2006. ISBN 80-7041-380-8

- **ELEKTRONICKÉ DOKUMENTY**

KOMISE EVROPSKÝCH SPOLEČENSTVÍ. Bílá kniha o sportu. [online dokument].
@ 2007 [cit. 2010-03-10]. Dostupné z WWW: <<http://www.msmt.cz/sport/bila-kniha-o-sportu>>

ČT4. Olympijské studio – ZOH Vancouver 2010 [online tv pořad]. Česká televize 1996–
2010 [cit. 2010-02-19]. Dostupné z WWW:
<<http://www.ceskatelevize.cz/ivysilani/210471290380017-olympijske-studio-zoh.vancouver-2010>>

VII. SEZNAM PŘÍLOH

- **GRAFY** str. 50 - 54

1. Věnuješ se sportu
 - 1a. Jakou formou sportuješ
2. Preference oblíbených činností
 - 2a. Postavení sportu mezi oblíbenými činnostmi
3. Máš radost, když nějaký český sportovec vyhraje významný závod
4. Srovnání sportovní aktivity rodičů sportujících a nesportujících respondentů.
5. Chtěl/a by jsi se sportu věnovat profesionálně
 - 5a. Srovnání profesionálních ambicí vzhledem k pohlaví
6. Proč sportuješ
7. Jak se cítíš, když nemůžeš delší dobu sportovat
8. Existuje nějaký další sport, kterému by ses rád/a věnoval/a, ale nemůžeš

- **TABULKY** str. 55 -57

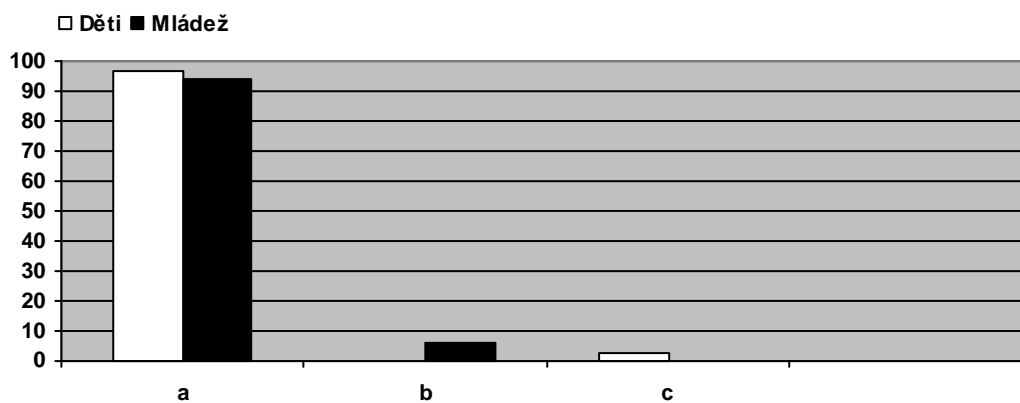
1. Jak často děti a mládež sportují
2. Kdo respondenty přivedl ke sportu
3. Souhrn oblíbenosti sportů
4. Souhrn sportů, které by respondenti rádi provozovali, ale nemohou
5. Důvody, proč se respondenti nemohou výše uvedeným sportům věnovat
6. Preference oblíbených činností mezi dětmi
7. Preference oblíbených činností mezi mládeží
8. Četnost forem sportování mezi dětmi
9. Četnost forem sportování mezi mládeží

- **DOTAZNÍK** str. 58 - 61

VIII. PŘÍLOHY

• GRAFY

1. Věnuješ se sportu?

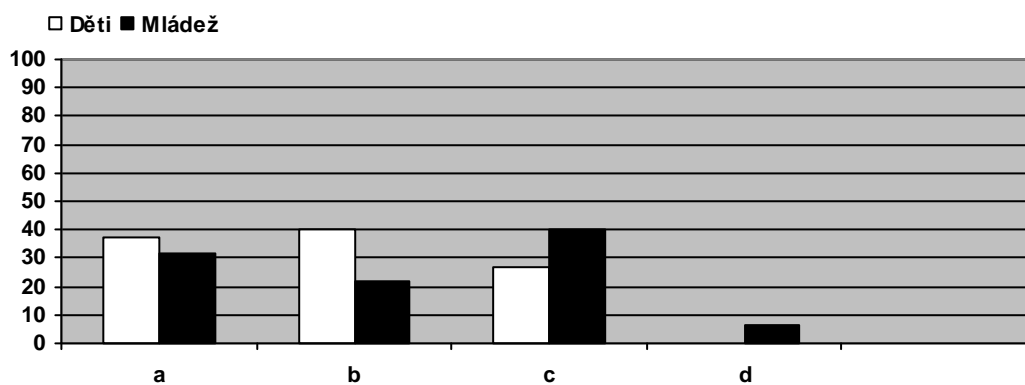


a) ano

b) ano, ale pouze pasivně

c) ne

1a. Jakou formou sportuješ?



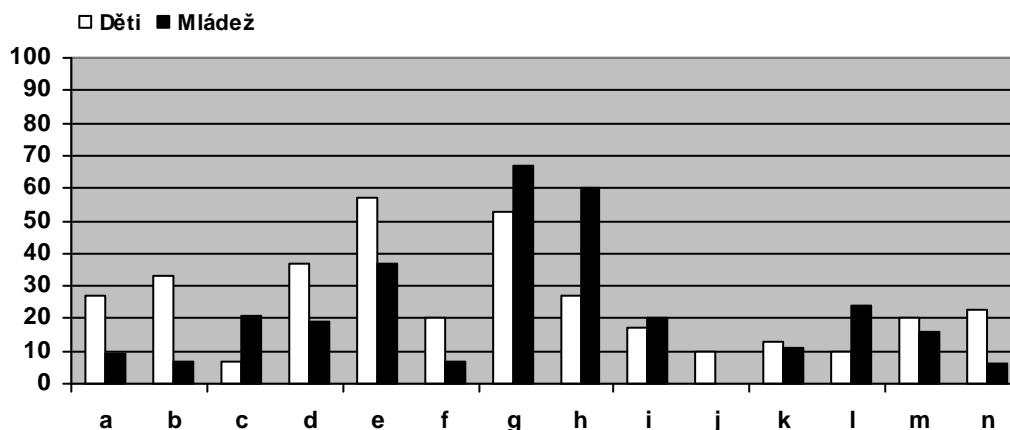
a) rekreačně sám, s rodinou či přáteli

b) rekreačně, ale v rámci střediska volného času či školy

c) závodně

d) pasivně, jako divák, fanoušek

2. Preference oblíbených činností



- | | |
|---------------------------------|------------------------------------|
| a) četba | h) cokoliv s přáteli |
| b) výtvarná činnost | i) spánek |
| c) cestování | j) deskové hry |
| d) sledování TV | k) aktivity s rodiči |
| e) počítačové hry či internet | l) stavebnice, autíčka, panenky... |
| f) věnuji se oblíbenému zvířeti | m) hudba |
| g) sport | n) učení |

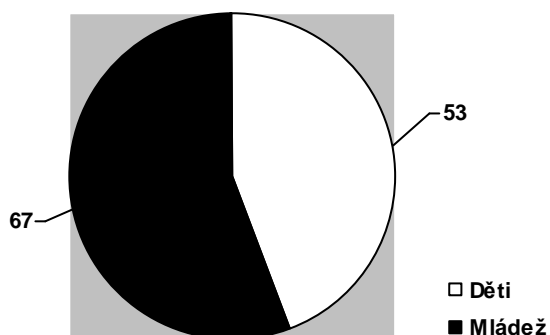
Položka byla vyhotovena ve variantě pro děti a mládež. Lišila se v bodě k), l), n).

k) - děti: aktivity s rodiči; k) - mládež: procházky s přítelem či přítelkyní

l) děti: hra se stavebnicí, autíčky či panenkami; l) mládež: sex

n) děti: učení; n) mládež: geocauching

2a. Preference sportu mezi oblíbenými činnostmi



3. Máš radost, když nějaký český sportovec vyhraje významný závod?

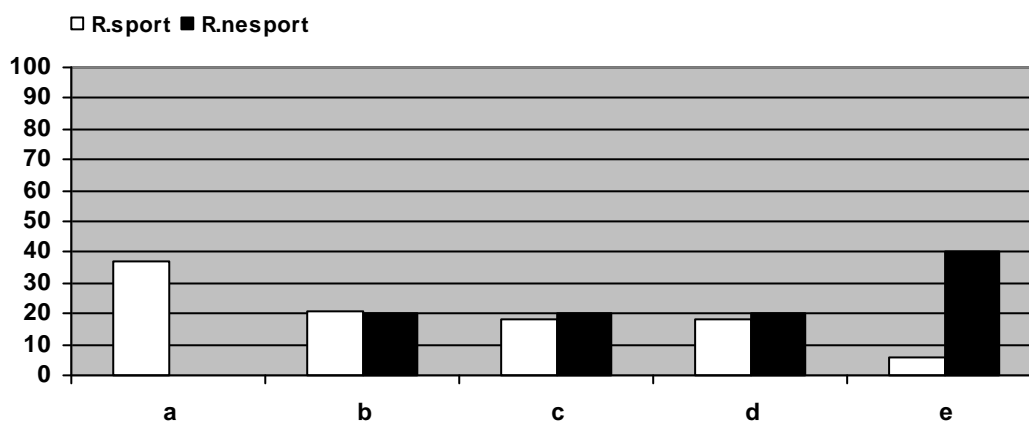


a) samozřejmě, jsem rád/a, že z naší republiky pochází výrazní talenti

b) ano, ale kdyby nevyhrál/a tak by se nic nezměnilo

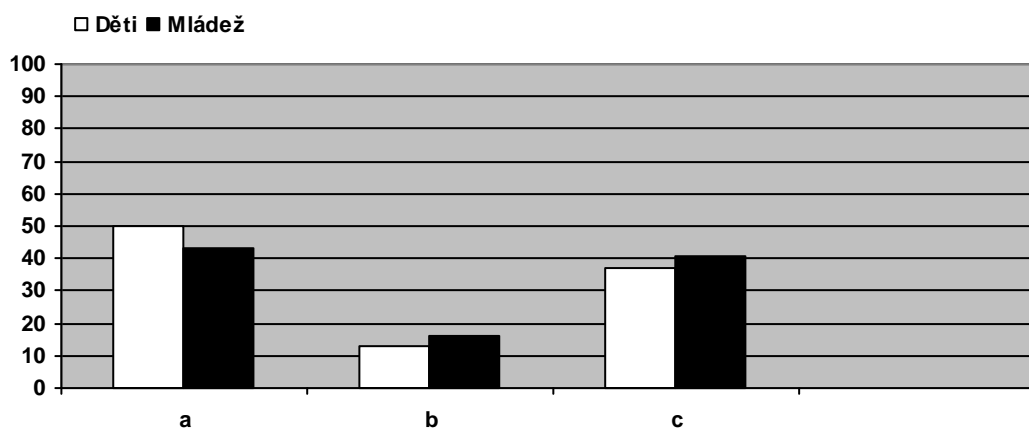
c) je mi to jedno

4. Srovnání sportovní aktivity rodičů sportujících a nesportujících respondentů



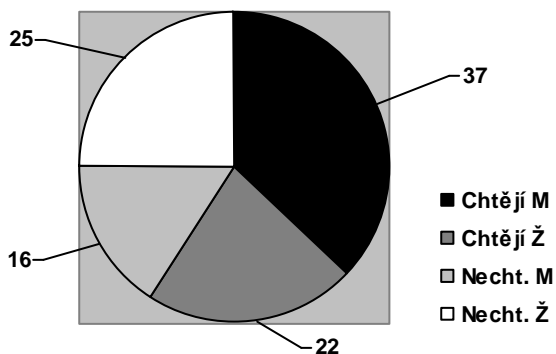
- a) ano, pravidelně
- b) ano, nepravidelně
- c) ano, zřídka
- d) ne, ale sportovali dříve
- e) ne

5. Chtěl/a by jsi se sportu věnovat profesionálně?

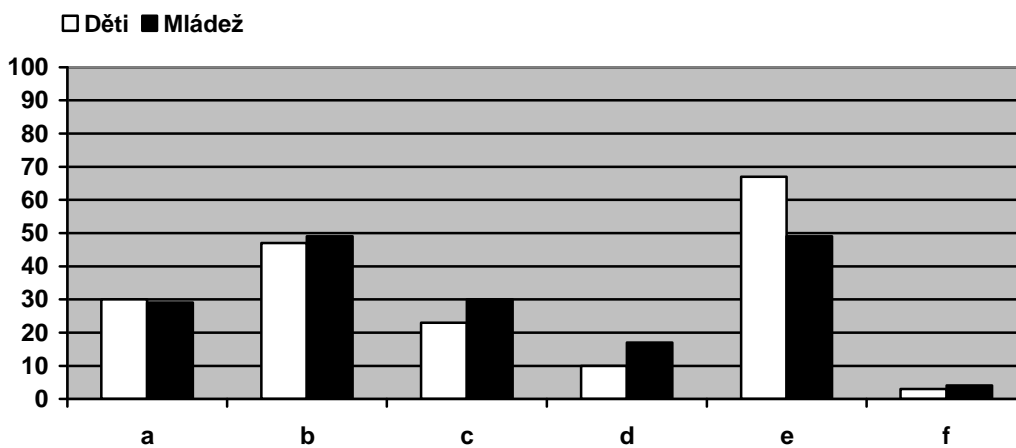


- a) ano
- b) ne
- c) ano, ale např. jako trenér, poradce, sportovní redaktor, komentátor...

5a. Srovnání profesionálních ambicí vzhledem k pohlaví



6. Proč sportuješ?



a) protože sportují přátelé

d) mám rád pocit vyčerpání po sportu

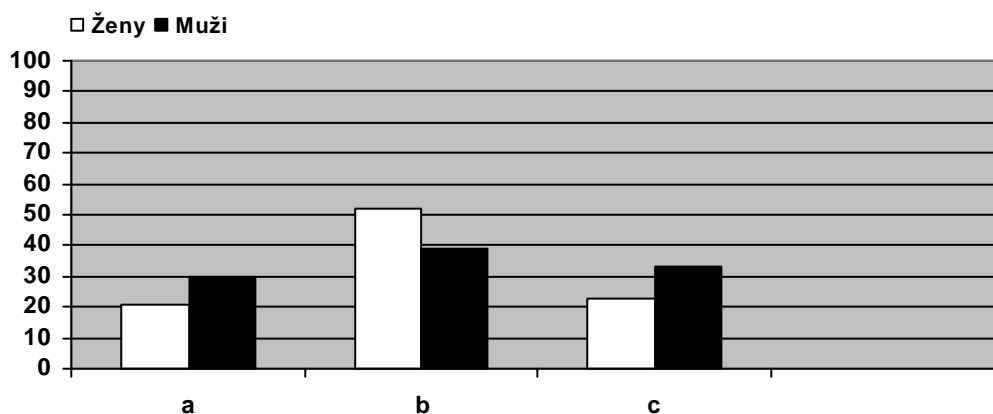
b) pro fyzickou kondici

e) mám rád pohyb

c) pro pocit úspěchu

f) nátlak autority

7. Jak se cítíš, když nemůžeš delší dobu sportovat?

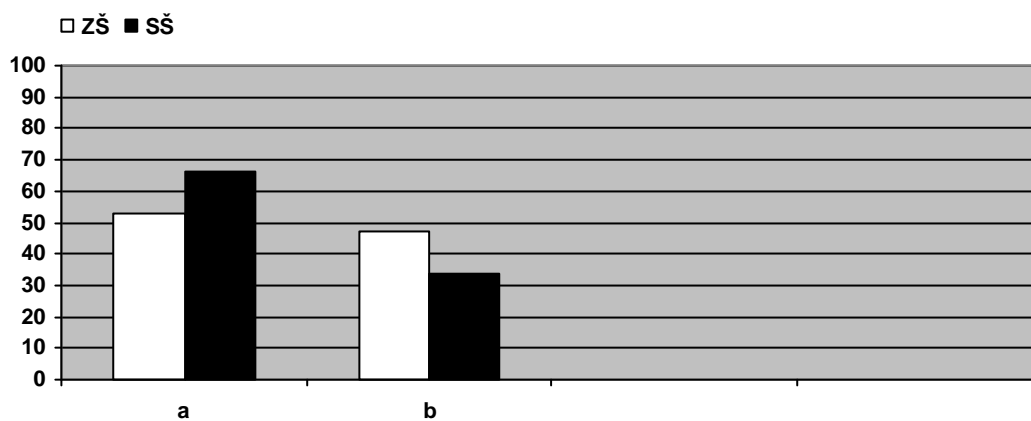


a) báječně, konečně si odpočinu

b) cítím se ochable, ztrácím kondici, mám pocit, že tloustnu

c) cítím se podrážděně

8. Existuje nějaký další sport, kterému by ses rád/a věnoval/a, ale nemůžeš?



a) ano

b) ne

- **TABULKY**

1. Jak často děti a mládež sportují

	Děti	Mládež	Chlapci	Dívky
1 – 2x týdně	14 %	10 %	18 %	6 %
2 – 3x týdně	20 %	20 %	22 %	18 %
3 – 4x týdně	23 %	23 %	14 %	36 %
Více než 4x týdně	20 %	19 %	15 %	16 %
Dle počasí, času	20 %	22 %	29 %	13 %

2. Kdo respondenty přivedl ke sportu

Rodiče	49 %
Škola	5 %
Přátelé	17 %
Já sám	30 %

3. Souhrn oblíbenosti sportů

Míčové sporty; florbal, volejbal, fotbal	35 %
Zimní sporty; lyžování, snowboarding, hokej	30 %
Cyklistika	18 %
Plavání	12 %
Pálkové sporty; pingpong, squash, tenis	11 %
Rytmické sporty; tanec, aerobik	10 %
In-line bruslení	10 %
Atletika	7 %
Turistika	5 %
Lezení po skalách či umělých stěnách	4 %
Motosport, bojové sporty, jezdeckví	3 %
Lukostřelba, biatlon, gymnastika, fitness	2 %
Golf, šerm, skateboarding, potápění	1 %

4. Souhrn sportů, které by respondenti rádi provozovali, ale nemohou

Adrenalinové sporty; paragliding, kiteboarding, surfing, motosport	14 %
Zimní sporty; hokej, snowboarding	14 %
Golf, tenis, bojové sporty	4 %
Potápění	3 %
In-line bruslení, fotbal, tanec	2 %
Krasobruslení, jezdeckví, střelba, lakros, beach volejbal, basketbal	- %

5. Důvody, proč se respondenti nemohou výše uvedeným sportům věnovat

Finanční nedostupnost	21 %	Zaneprázdněnost učením	10 %
Zaneprázdněnost jiným sportem	19 %	Zdravotní problémy	8 %
Nedostupnost geog. podmínek	13 %	Není s kým	6 %
Rodiče si to nepřejí	13 %	Jiné důvody	10 %

6. Preference oblíbených činností mezi dětmi

Počítačové hry či internet	57 %	Hudba	20 %
Sport	53 %	Oblíbené zvíře	20 %
Sledování TV	37 %	Spánek	17 %
Výtvarná činnost	33 %	Aktivity s rodiči	13 %
Cokoliv s přáteli	27 %	Stavebnice atd.	10 %
Četba	27 %	Deskové hry	10 %
Učení	23 %	Cestování	7 %

7. Preference oblíbených činností mezi mládeží

Sport	67 %	Hudba	16 %
Cokoliv s přáteli	60 %	Procházky	11 %
Počítačové hry či internet	37 %	Četba	9 %
Sex	24 %	Výtvarná činnost	7 %
Cestování	21 %	Oblíbené zvíře	7 %
Spánek	20 %	Geocauching	6 %
Sledování TV	19 %	Deskové hry	0 %

8. Četnost forem sportování mezi dětmi

V rámci střediska volného času či školy	40 %
Rekreační individuální, s rodinou, či přáteli	32 %
Závodní sport	27 %
Nesportuji	3 %

9. Četnost forem sportování mezi mládeží

Závodní sport	40 %
Rekreační individuální, s přáteli..	32 %
V rámci střediska volného času a školy	22 %
Pasivní sport	6 %

• **DOTAZNÍK – VERZE ZŠ**

Dobrý den, jsem studentkou Pedagogiky volného času a nyní píši bakalářskou práci na téma Vztah dětí a mládeže ke sportu a vliv sportu na jejich psychiku. Moc by jste mi při práci pomohli vyplněním tohoto dotazníku. Aby byl dotazník korektní, je třeba vyplnit správně všechny otázky podle pokynů v závorkách. Děkuji za váš čas.

Dotazník je anonymní, pouze pro účely bakalářské práce. Sportem se zde rozumí sport příležitostný, pravidelný, závodní i rekreační včetně tance a turistiky. Pokud není v zadání otázky nebo v závorce uvedeno jinak, je možná vždy jen jedna odpověď.

Věk:

Pohlaví:

1) Vyber maximálně tři činnosti, které nejraději děláš ve svém volném čase.

- | | |
|---------------------------------|------------------------------------|
| a) četba | h) cokoliv s přáteli |
| b) výtvarná činnost | i) spánek |
| c) cestování | j) deskové hry |
| d) sledování TV | k) aktivity s rodiči |
| e) počítačové hry či internet | l) stavebnice, autíčka, panenky... |
| f) věnuji se oblíbenému zvířeti | m) hudba |
| g) sport | n) učení |

2) Věnuješ se sportu? (pokud odpovíš ano, přeskoč otázku č.3, pokud ne nebo jen pasivně, tak vyplň otázky do č. 5 a pak dotazník ukonči.)

- a) ano
b) ano, ale pouze pasivně (sledování sportu v TV)
b) ne

3) Pokud ne, pokus se uvést proč.

- a) nebaví mě to
- b) neumožňuje mi to zdravotní stav
- c) nemám na sport čas, jsem vytížen/a jinými aktivitami
- d) jiný důvod:

4) Sportují aktivně rodiče? (Můžeš zaškrtnout ano, pokud sportuje alespoň jeden z nich.)

- a) ano, pravidelně
- b) ano, nepravidelně
- c) ano, zřídka
- d) ne, ale sportovali dříve
- e) ne

5) Máš radost, když nějaký český sportovec vyhraje významný světový závod?

- a) samozřejmě, jsem rád/a, že z naší republiky pochází výrazní talenti
- b) ano, ale kdyby nevyhrál/a tak by se nic nezměnilo
- c) je mi to jedno

6) Uved' jakou formou sportuješ. (Lze zaškrtnout více odpovědí)

- a) rekreačně sám, s rodinou či přáteli
- b) rekreačně, ale v rámci sportovního klubu či školy
- c) závodně
- d) pasivně jako divák, fanoušek

7) Jakým sportům se věnuješ?

8) Jak často sportuješ?

9) Kdo Tě ke sportu přivedl?

- a) rodiče
- b) škola
- c) přátele
- d) já sám

10) Existuje nějaký sport či sporty, kterým by jsi se rád věnoval/a, ale nemůžeš?

- a) ano
- b) ne

11) Pokud ano, uveď jaké:

12) Pokud ano, uveď z jakého důvodu se danému sportu nemůžeš věnovat

- a) zaneprázdněnost jiným sportem
- b) zaneprázdněnost učením
- c) rodiče si to nepřejí
- d) není s kým
- e) finanční nedostupnost
- f) nedostupnost tohoto sportu poblíž místa bydliště
- g) zdravotní problémy
- h) jiné důvody:

13) Chtěl/a by jsi se sportu věnovat profesionálně?

- a) ano
- b) ne
- c) ano, ale např. jako trenér, poradce, sportovní redaktor, komentátor....

14) Pokus se uvést proč sportuješ. (Můžeš sportovat pro všechny uvedené důvody, pokus se ale vybrat maximálně dva pro Tebe opravdu nejdůležitější.)

- a) protože sportují přátelé
- b) pro fyzickou kondici
- c) pro pocit úspěchu
- d) mám rád pocit vyčerpání po sportu
- e) mám rád pohyb
- f) protože mě do toho rodiče či jiná autorita nutí

15) Jak se cítíš, když nemůžeš delší dobu sportovat? (např. kvůli úrazu, nemoci, učení...)

- a) báječně, konečně si odpočinu
- b) cítím se ochable, ztrácím kondici, mám pocit že tloustnu
- c) cítím se podrážděně

IX. ABSTRAKT

KRÁTKÁ, M. *Vztah dětí a mládeže ke sportu a vliv sportu na jejich psychiku*. České Budějovice 2010. Bakalářská práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Teologická fakulta. katedra pedagogiky. Vedoucí práce V. Turek.

KLÍČOVÁ SLOVA: Děti, mládež, sport, psychický vývoj, volný čas, socializace

Tato práce se zabývá vztahem dětí a mládeže ke sportu a vlivu sportu na jejich psychický vývoj. Práce pojednává především o sportu rekreačním v souvislosti s jeho pedagogickými, socializačními, ale také ekonomickými možnostmi. Popisují se zde dějiny sportu od počátku lidstva do současnosti, kategorizace sportovních disciplín a jednotlivé psychické vývojové fáze člověka ve vztahu k pohybu. Dále jsou zde rozebírány kognitivní funkce, které se uplatňují ve sportu a úloha sportovních činností ve škole a zájmovém vzdělávání.

Praktická část srovnává pomocí dotazníků postoje ke sportu u dětí a mládeže. Průzkum pomáhá pochopit, proč někteří jedinci sportují a jiní nikoliv.

Key words: Children, the young, sport, psychic development, free time, socialisation

This work deals with the relationship of children and the young towards sport and how sport influences their psychic development. It discourses upon leisure sports and their pedagogical, social and also economical possibilities. This work offers an insight into history of sport activities since the dawn of humanity, categorisation of sport disciplines and individual phases of a human development on the subject of sport. Further on, it deals with cognitive functions concerning sport activities and also the importance of sport at schools and interested education.

The practical part of this work is a survey comparing different views on sport as seen by children and the young. The survey helps to understand why some people do sports and some do not.