

JIHOČESKÁ UNIVERZITA
Pedagogická fakulta
Katedra tělesné výchovy a sportu

Preference pohybových aktivit studentů Jihočeské univerzity

Diplomová práce

Autor: Michal Soustružník, učitelství pro základní školy,

Tělesná výchova - zeměpis

Vedoucí práce: doc. PaedDr. Zdeněk Šebrle, CSc.

Oponent práce: doc. PaedDr. Emil Řepka, CSc.

České Budějovice, 2007

Southern Bohemian University
College of Education
Department of Physical Education and Sports

**Preferences of Locomotive Activities of the Students of Southern
Bohemian University**

Graduation Theses

Author: Michal Soustružník, Primary School Teaching,
Physical Education - Geography

Supervisor: doc. PaedDr. Zdeněk Šebrle, CSc.

Opponent: doc. PaedDr. Emil Řepka, CSc.

České Budějovice, 2007

Bibliografická identifikace

Název diplomové práce: Preference pohybových aktivit studentů

Jihočeské univerzity

Pracoviště: Katedra tělesné výchovy a sportu PFJU

Autor: Michal Soustružník

Studijní obor: Učitelství pro základní školy, Tv-Z

Vedoucí práce: doc. PaedDr. Zdeněk Šebrle, CSc.

Rok obhajoby: 2007

Anotace: Tato diplomová práce podává informace o preferencích pohybových aktivit u vybraných skupin studentů Jihočeské univerzity. Porovnává tyto preference mezi vybranými skupinami studujícími tělesnou výchovu s vybranými skupinami jiných učitelských oborů. Výsledky ukázaly že v současné době jsou v popředí zájmu mladých lidí jak sporty tradiční tak nové, moderní, které se u nás rozvíjí až v posledním desetiletí. Také tyto aktivity odráží rozvoj společnosti, vývoj ekonomiky a technické možnosti jako jsou nová sportoviště, aj.

Klíčová slova: Pohybová aktivita, individuální sporty, týmové sporty, kondiční aktivity, pohybové aktivity v přírodě, bojová umění, rytmické a taneční aktivity, respondent.

Abstract: The diploma thesis gives the information of the preferences of locomotive activities at chosen groups of the students of South Bohemian University. The preferences of the students that study Physical Education have been compared to the preferences of the students of other pedagogical subjects and also the mutual comparison of locomotive activities of women and men has been done. The research has been performed in a questionnaire form. The results have shown that young people currently prefer both traditional sports, and new, modern kinds of sports, developed in the last ten years. These activities also reflect the development of the society and economics, and also technical possibilities in new sport facilities.

Key words: Locomotive activity, individual sports, team sports, conditional activities, locomotive activities in the countryside, combative sports, rhythmical and dancing activities, respondent

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci na téma „Preference pohybových aktivit studentů Jihočeské univerzity“ vypracoval samostatně a použil pramenů, které cituji a uvádím v příloženém seznamu literatury.

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

V Českých Budějovicích2007

.....

Michal Soustružník

Děkuji doc. PaedDr. Zdeňkovi Šebrlemu za odborné vedení a pomoc při vypracování diplomové práce.

Obsah	strana
1 Úvod	7
2 Teoreticko-metodologická část	8
2.1 Cíl a úkoly práce	8
2.1.1 Úkoly práce	8
2.2 Metody práce	8
2.2.1 Metody pedagogického výzkumu	8
2.3 Metoda dotazníková	9
2.3.1 Charakteristika dotazníku jako výzkumné metody	9
2.3.2 Formulace položek dotazníku a typy odpovědí	9
2.3.3 Vztah dotazovatele a dotazovaných	10
2.3.4 Druhy dotazníků a jejich sestavování	10
2.4 Základní pojmy	11
2.5 Celospolečenská hlediska na pohybovou rekreaci	13
2.6 Monitorování pohybové aktivity	15
2.7 Struktura sportovních zájmů	16
2.8 Literární řešerše	17
3 Výzkumná část	19
3.1 Charakteristika výzkumného vzorku	19
3.2 Použitá metoda	19
3.2.1 Metoda dotazníková	19
3.2.2 Metoda rozhovoru	20
4 Výsledková část a diskuze	21
4.1 Vyhodnocení daného dotazníku	21
4.1.1 Individuální sporty	21
4.1.2 Týmové sporty	28
4.1.3 Kondiční aktivity	34
4.1.4 Pohybové aktivity ve vodě	38
4.1.5 Pohybové aktivity v přírodě	42
4.1.6 Bojová umění	50
4.1.7 Rytmické a taneční aktivity	54
4.1.8 Pohybové aktivity	58
5 Závěr	63
6 Bibliografické citace	65
7 Seznam příloh	

1 Úvod

Diplomová práce se věnuje preferencím pohybových aktivit studentů Jihočeské univerzity. Cílem práce bylo zjistit prostřednictvím dotazníku sportovní aktivitu studentů. Dotazník byl již dříve zpracován katedrou kinantropologie a společenských věd, fakultou tělesné výchovy Univerzity Palackého v Olomouci.

Ve své diplomové práci jsem se zaměřil na své vrstevníky, studenty Jihočeské univerzity, Pedagogické fakulty, s cílem získat přehled o zájmech jednotlivých skupin studentů, rozdělených jak z hlediska oborového, tak podle pohlaví.

Nikoli teorie, ale životní praxe nejlépe dokazuje, zda člověk je informován, zda je schopen do svého života vnášet zdravý životní styl. Převážná většina moderních nemocí bývá vyvolána chybami v chování lidí. Jsou to takové chyby, o kterých lidé vědí, a přesto nejsou schopni provést změnu ve svém chování a předcházet tak infarktům, neurózám, otylosti, únavě a některým druhům rakoviny.

Je zřejmé, že zlepšení zdravotního stavu mládeže ale i všeho obyvatelstva a splnění dalších cílů v oblasti tělesné kultury nemůže ve společnosti zajistit jen školní tělesná výchova. Do popředí se stále více dostává pohybová aktivita provozovaná ve volném čase, jak v sportovních oddílech tak individuálně. Stále více lidí má potřebu ve volném čase provozovat některý ze sportů kolektivních či individuálních. Tato potřeba je vyvolána stále intenzivnější pracovní činností, kde častěji než fyzické vyčerpání se jedná o psychické zatížení a stres. V těchto případech je tělesná aktivita velice dobrou relaxační činností.

Heslo „Pohybem ku zdraví“ zná u nás každý člověk, dá se říci že zobecnilo na základě poznatků a zkušeností lidí za uplynulých čtyř miliónů let vývoje lidstva. V nejstarších historických dokumentech, lze v současné době objevit základy nových pohybových her a zábavy pro současnost i budoucnost.

Mládež, ale i ostatní obyvatelstvo se v současné době zajímá o nové sporty jako je squash, petangue, jóga, florbal, frisbee, bojová umění či rytmická cvičení. Stále v popředí zájmu jsou i tradiční sporty jako je fotbal, hokej, volejbal či plavání. S rozvojem turistiky a výstavbou cyklostezek se rozšířila cykloturistika.

Na zájem o jednotlivé sportovní aktivity má vliv v současné době řada faktorů, jako je dostupnost potřebného materiálu, vybudování nových sportovišť, snaha o zdravější způsob života a v neposlední řadě, jestli je daný sport v popředí zájmu (je moderní). V současné době se aktivní využívání volného času stává nutností.

2 Teoreticko – metodologická část

V diplomové práci byl použit pro získání potřebných údajů od respondentů dotazník, který byl vytvořen katedrou kinantropologie a společenských věd, fakultou tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci. (Standardizovaný dotazník preferencí PA) viz. příloha 1

2.1 Cíl a úkoly práce

Cílem daného průzkumu bylo zjistit preference pohybových aktivit studentů Pedagogické fakulty Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích.

V současné době se do popředí zájmu mladých lidí dostávají bojová umění jako je aikido, judo, karate, musado, zápas a proto i tyto aktivity byly zahrnuty do dotazníku.

Ženy dávají přednost rytmickým a tanečním aktivitám proto i tyto činnosti dotazník obsahoval např. balet, lidové tance, moderní gymnastiku, orientální tance, společenské tance, výrazové tance.

2.1.1 Úkoly práce

1. Studium odborné literatury vztahující se k tématu diplomové práce
2. Aplikovat dotazníky mezi skupinami oborů studentů Pedagogické fakulty Jihočeské univerzity
3. Vyhodnotit dotazníky
4. Výsledky zpracovat do přehledných tabulek a grafů
5. Z výsledků vyvodit závěry

2.2 Metody práce

2.2.1 Metody pedagogického výzkumu

V současné době pedagogický výzkum využívá tyto metody:

1. Empirické metody výzkumu
 - metoda pozorování
 - metoda experimentální
 - metoda dotazníková
 - metoda rozhovoru
 - obsahová analýza pedagogických dokumentů

- vybrané techniky měření v pedagogických výzkumech

2. Teoretické metody pedagogického výzkumu

- dialektická jednota analýzy a syntézy, indukce a dedukce
- metody modelování
- metody formalizace

3. Historicko srovnávací metody pedagogického výzkumu

- metoda genetická, metoda srovnávací a historicko-srovnávací
- metoda historická: princip historismu

2.3 Metoda dotazníková

2.3.1 Charakteristika dotazníku jako výzkumné metody

Dotazník náleží ke specifickým metodám, používaným ve společenských vědách, tedy i v pedagogice. O možnostech dotazníku jako vědecké výzkumné metody se rozvinuly v pedagogice velké spory. Počátky užívání této metody jsou spojeny se jménem amerického psychologa a pedagoga G. S. Halla. V současné době se ve společenských vědách, zvláště v sociologii i v psychologii a pedagogice, hojně používá metody dotazníku a podrobně se rozpracovává jeho metodika.

Přesná formulace konkrétního cíle a úkolů dotazníku ve vztahu ke zvolenému problému jsou základní podmínkou účelného koncipování dotazníku. Přispívají k cílevědomému obsahovému zaměření dotazníku i k jasnému zaměření jednotlivých položek na uzlové momenty. Naproti tomu nepřesné nebo příliš obecné vymezení problému vede většinou k nejasnosti celkové obsahové koncepce dotazníku a k orientaci na náhodné, nepodstatné stránky při shromažďování dat.

2.3.2 Formulace položek dotazníku a typy odpovědí

Autor dotazníku při koncipování položek především sleduje vztah otázky k výzkumnému cíli a k základním problémům výzkumu. Jedná se o základní zaměření obsahových stránek položek. Každá má, resp. má mít vztah k výzkumnému problému, je náležitě vymezená aspektům tak, aby získaných informací mohlo být použito k ověřování hypotéz výzkumu.

Otázky musí být jasně a konkrétně formulovány, aby mohly navazovat jasné a konkrétní odpovědi. Otázky je třeba formulovat tak, aby respondent otázku skutečně chápal a aby jí všichni respondenti chápali ve stejném významu.

To znamená, že slovník, termíny, stupeň obecnosti pojmů jsou přiměřené respondentům. Je-li formulace jasná pro autora dotazníku, neznamená to vždy, že je jasná i respondentům, například studentům. Každá otázka má být jednoznačná, tím umožňuje i jednoznačnou odpověď. Otázku je zároveň nutno formulovat tak, aby vyžadovala pouze jednu informaci. Nelze se proto ptát zdvojenými otázkami. Je třeba dbát zároveň na to, aby otázky nepůsobily sugestivně, aby nenaváděly k určitým odpovědím. Sem náleží např. otázky, u nichž je předem zřejmé, že jsou sociálně žádoucí a navádějí respondenty reagovat v tomto smyslu. Je nutné vyloučit i takové otázky, které vyžadují vědomosti či informace, které dotazovaní nemají.

2.3.3 Vztah dotazovatele a dotazovaných

Dotazování je vždy založeno na sociálním vztahu mezi tazatelem a respondentem. Proto se připojuje obvykle k vlastnímu dotazníku stručné vysvětlení, které respondenta informuje o cílech a úkolech dotazníku. Ohleduplnost k respondentům a přísné dodržování etických aspektů je samozřejmé. Narušením těchto požadavků snižuje motivaci respondentů ke spolupráci a negativně ovlivňuje úroveň této spolupráce.

Významným aspektem dotazníku je výběr vzorku. Dotazník slouží hromadnému sbírání informací, výzkumný pracovník určí velikost vzorku, kterému má být dotazník rozeslán nebo předán (metoda náhodného výběru, nebo odborné úvahy). Je třeba, aby znal hlavní charakteristiky populace, na kterou se obrací. Problémem neosobních kontaktů bývá návratnost dotazníků. Uvádí se, že v sociálních výzkumech bývá návratnost asi 50%, příliš nízká návratnost dotazníků snižuje jejich vědeckou hodnotu.

2.3.4 Druhy dotazníků a jejich sestavování

Rozlišují se dvě verze dotazníků, strukturovaný (dotazník uzavřené formy, tj. s uzavřenými otázkami) a nestrukturovaný (otevřené formy tj. s otevřenými otázkami).

Otázky uzavřené - jsou to takové, které nabízejí respondentovi volbu mezi dvěma nebo více alternativami.

Otázky otevřené - jsou takové, které dávají respondentům vztahový rámec, ale neurčují podrobně ani obsah ani formu jeho odpovědí. Respondent volí délku odpovědi i konkrétní informace, neboť sám rozhoduje co říci a co neříci.

V dotazníku lze používat i škálových položek, tyto položky mají pevně stanovené alternativy - umisťují reagujícího jedince na některý bod na škále. Respondent zde neovlivňuje ani obsah ani formu odpovědi, vybírá z nabídnutých a přesně formulovaných odpovědí. Tato forma je náročná pro autora, musí dbát na to, aby vystihl všechny podstatné aspekty problému.

Dotazník je vhodné používat tehdy, jestliže sledované otázky nelze vyjasnit pomocí žádné jiné metody.

Nejsložitější záležitostí v této metodice je ovšem zpracovávání získaných dat, jejich obsahová analýza. Je velmi náročná intelektuálně i časově. (Skalková , 1983)

2.4 Základní pojmy:

Energetický výdej - celková spotřeba energetických zdrojů, uváděná v kcal
(1 kcal = 4,1618 kJ)

Energetický výdej při pohybové aktivitě – spotřeba energetických zdrojů, nutná ke krytí pohybové aktivity (bez KM).

Habituální pohybová aktivita – obvyklá (běžná , typická) pohybová aktivita charakteristická pro jednotlivce, skupinu nebo část populace.

Hodnota – individuální, skupinové či společenské určení míry závažnosti věcí, jevů, nebo činností

Intencionální (cílená) pohybová aktivita – je druh pohybové aktivity. Obsah tvoří tělesná cvičení, která jsou vědomě, plánovitě a cíleně prováděna se zaměřením na plnění pohybového úkolu a z pravidla i za účelem udržení nebo zlepšení zdravotní a zdraví.

Intenzita pohybové aktivity – Znamená v zásadě úsilí při dané pohybové činnosti. Zahrnuje tělesné i psychické úsilí.

Klidový metabolismus (KM) – úroveň metabolismu při tělesném klidu –
110 – 120 % BM.

Kvalita života – míra naplňování, uspokojování ale i odmítání potřeb, zájmů a hodnot člověka.

Monitorování pohybové aktivity – záznam a vyhodnocování charakteristik pohybové aktivity (zejména frekvence, intenzity, doby a druhu). V tělovýchovné praxi je zpravidla prováděno pomocí písemného nebo obrazového záznamu, měřením a záznamem srdeční frekvence (monitory SF), měřením výdeje energie (akcelerometry, ergometry a pedometry).

Neorganizovaná (spontánní) pohybová aktivita – volně a bez pedagogického vedení (většinou emotivně podmíněná) prováděná pohybová aktivita.

Objem pohybové aktivity – kvantita pohybových činností, vyjádřená dobou trvání, počtem opakování pohybových činností, mírou zátěže (kg, km, čas) a podobně.

Organizovaná pohybová aktivita - intencionální pohybová aktivita, prováděná pod vedením učitele, cvičitele či trenéra.

Podmínky pro pohybovou aktivitu – souhrn vnějších a vnitřních činitelů v nichž a jejichž prostřednictvím může být pohybová aktivita realizována.

Pohyb – základní způsob existence hmoty. Mezi nejvyšší formy pohybu patří tělesný pohyb člověka.

Pohyb člověka – změna polohy těla či jeho jednotlivých částí jako výsledek funkce kosterního svalstva.

Pohybová aktivita – Komplex lidského chování, které zahrnuje všechny pohybové činnosti člověka. Je uskutečňována zapojením kosterního svalstva při současné spotřebě energie.

Pohybová činnost – specifický druh jasně vymezeného jednání, které je projevem určitých pohybových schopností, dovedností a vědomostí.

Postoj – relativně stálá racionální, akční a emotivní dispozice k určitému vztahu k hodnotám.

Potřeba - snaha nebo nutnost člověka o nabytí uspokojení získání nebo zbavení se něčeho.

Rozsah pohybové aktivity – kvantita a míra různorodosti pohybových činností.

Skladba (struktura) pohybové aktivity – souhrn charakter a uspořádání různých pohybových činností.

Sportovní zájem – vnitřní motiv a zaměření člověka na určitou sportovní oblast, vedoucí k uspokojení sportovních potřeb či dosažení určitých kulturních hodnot.

Tělesná výchova – formativní a informativní proces usilující prostřednictvím pohybového jednání (zejména tělesných cvičení) o rozvoj a kultivaci člověka.

Tělesné zatížení - souhrn vnitřních a vnějších stresorů vyvolaných pohybovou aktivitou.

Tělesná zdatnost – na různé úrovni rozvinutá schopnost (souhrn předpokladů) vyrovnat se (optimálně reagovat) při pohybové aktivitě s působením aktuálních vnějších i vnitřních vlivů.

Úroveň pohybové aktivity – míra zastoupení jednotlivých složek FITT (frekvence, intenzita, doba trvání a druh pohybové aktivity).

Velikost pohybové aktivity – míra objemu a intenzity pohybových činností.

Zájem – vnitřní motiv zaměření jedince na určité věci, osoby, stavy či činnosti, vedou k uspokojení potřeb či dosažení určitých hodnot.

Zaměřenost (orientace) - směřování určitým cílem. Podle Čápa (1993, 59) zahrnuje „motivaci (potřebu, zájem, postoj) i odpovídající pozornost“. Může být krátkodobá i dlouhodobá.

Zatížení – souhrn vnějších a vnitřních činitelů působících na jedince.

Zdraví – je „přechodný“ stav tělesné, psychické a sociální pohody („blaha“) a nejen absence nemoci a zdravotních nedostatků.

Záliba – vnitřní motiv a zaměření člověka na určitou činnost.

Zdatnost – na různé úrovni rozvinutý soubor předpokladů vyrovnat se (optimálně reagovat) s působením aktuálních vnitřních a vnějších vlivů.
(Frömel a kol., 1999)

2.5 Celospolečenská hlediska na pohybovou rekreaci

Pohybová rekreace je důležitou součástí tělesné kultury, která kromě pohybové rekreace zahrnuje celou řadu dalších jako například tělesnou výchovu, sport, turistiku, regeneraci, rehabilitaci atd.. Tělesná kultura se stává v současném období vědecko-technické revoluce nezbytnou složkou života moderního člověka. Při postupně převažující duševní práci nad tělesnou bude tělesná kultura stále ve větší míře rozhodujícím prostředkem rozvoje základních funkcí lidského organismu, rozvíjení a udržování pohybových schopností, zejména pohybové koordinace a racionálnosti z hlediska pracovní činnosti, branné připravenosti, zachování optimální kondice do nejvyššího věku. Aby tělesná kultura plnila své základní úkoly, musí občané všech věkových kategorií cítit živelnou potřebu provozovat některou z jejich forem, potřeba pohybu se musí stát neoddelitelnou součástí jejich životního stylu. K proniknutí takových potřeb do podvědomí lidí je zapotřebí výchovy od nejútlejšího věku a k tomuto cíli je zaměřeno úsilí všech společenských institucí, které jsou v našem systému tělesné kultury zapojeny.

Pohybová rekreace představuje v rámci tělesné kultury soubor pohybových aktivit, které zajišťují aktivní odpočinek, účelně doplňují režim práce a odpočinku a výrazně vyrovnávají jednostrannost v práci i nedostatek pohybu. Pohybová rekreace je určena mládeži i dospělým. Základní návyky pro ní získávají děti výchovou v rodině a formou

povinné školní tělesné výchovy. V dorostovém věku končí mládež povinnou školní docházku a přechází do nových kolektivů podle pracovního nebo studijního zaměření. Ti, u kterých školní tělovýchova nebo jejich zapojení do dobrovolné tělovýchovné organizace vypěstovaly vnitřní potřebu pohybu, vyhledávají i v novém prostředí nejrůznější formy pohybové rekreace a tento charakteristický rys přetrvává a provází je i v dospělosti.

Z hlediska forem pohybové rekreace převažuje u mužské populace a menší části ženské populace zájem o sportovní soutěžení. Většině žen vyhovuje cvičení zaměřené na estetický prožitek pohybu spojeného s hudbou. To platí jak pro obyvatele venkova i měst. I když se v současné době stírá dřívější rozdílný způsob života mezi městem a vesnicí, přeci jen by obyvatelé měst měli mít stále větší potřebu tělovýchovné aktivity.

Sportu a pohybovým aktivitám v současnosti konkuruje celá řada možností, jimiž lze volný čas naplnit. Výběr těchto činností je podmíněn řadou subjektivních a objektivních faktorů. Do nich se promítají hodnoty uznávané a prosazované ve společnosti.

V současné době se industriální společnost nachází v určité krizi hodnot. Požitkářství se tak stalo součástí volného času. Jeho původní a základní funkce - regenerativní - je zastíněna stále více jinými funkcemi. Není proto samozřejmostí, že každý bude mít zájem věnovat se ve volném čase sportovním aktivitám nebo alespoň aktivitám založeným na pohybu, a že jimi svůj volný čas skutečně naplní.

Pasivní zábava zatlačuje do pozadí aktivity tvořivé, vyžadující mentální či fyzické úsilí typické pro sport. (Slepičková, 2005)

Dříve měl člověk mnohem více pohybu než dnes. Bylo více manuální práce, lidé do práce chodili nebo jezdili na kole. Dnes technické možnosti omezily lidskou svalovou aktivitu, proto má sportovní nebo pravidelná tělesná aktivita obrovský význam.

Nedostatek pohybové aktivity se dlouho neprojevoval, člověk se sedavým zaměstnáním pokud našel v každodenním životě uspokojení, neměl a nemá potřebu svůj životní styl měnit. Přesto je pohybová aktivita velmi důležitá pro zdraví organismu. Sportování zlepšuje činnost a spolupráci všech orgánů, zvyšuje výdej hormonů a narůstají nároky na tvorbu svalů. Sport zlepšuje charakter a pohybové vlastnosti jedince, učí nás rozhodnosti, kázni, vytrvalosti. Ten, kdo někdy sportoval, má vyšší odolnost vůči nejrůznějším stresům, lépe se přizpůsobuje, je obratnější, lépe se uplatňuje ve složitých životních situacích.

Pohyb je protiváha a lék na psychický stres, svalovou aktivitou předcházíme poškozením vlivem stresu. Tělesná aktivita posiluje celkový stav organismu, může

zlepšit i průběh řady chorob, léčí nadváhu, která je dnes naprosto běžná jak u dětí tak dospělých.

Zdravý organismus tíhne k pohybu, což je možné pozorovat u dětí. Intenzita pohybu musí odpovídat věku, předchozí přípravě, stavbě těla, nesmí přesáhnout možnosti a fyzickou mez. Na druhou stranu je nutné upozornit na nebezpečí vyplývající z nadměrné námahy, která může postihnout výkonnostní sportovce, to může vést k pocitu stálé únavy vyčerpání i k psychické depresi.

Pohybová aktivita je univerzálním lékem, který bychom si měli sami ordinovat, neboť pohyb pomáhá předcházet nejrůznějším chorobám. (Chmelíčková, 2004)

2.6 Monitorování pohybové aktivity

Monitorování pohybové aktivity a diagnostika skladby pohybové aktivity mládeže je jedním z nejzávažnějších výzkumných problémů současnosti. Ukazuje se, že pohybová aktivita mládeže byla mnohem méně častým předmětem studia než pohybová aktivita dospělých či pohybová aktivita různých specifických skupin populace.

Za nejzávažnější indikátory pohybové aktivity považujeme:

- Strukturu, objem a intenzitu pohybové aktivity.
- Poměr pohybové a sportovní aktivity.
- Účast v organizované pohybové aktivitě.
- Míru vědomostí o určité pohybové činnosti a celkově o tělesné kultuře.
- Vztah mezi sportovními zájmy a realizovanou pohybovou aktivitou.
- Vztah k pohybové aktivitě.
- Míru uspokojení z pohybové aktivity.
- Vynakládání času a peněz na pohybovou aktivitu.

Měřit velikost pohybové aktivity je velmi obtížné, protože představuje široký komplex pohybového chování člověka. Teoreticky pohybová aktivita zahrnuje veškeré pohyby těla počínaje poposedáváním na židli a konče např. účastí v atletickém desetiboji. (Frömel a kol., 1999)

2.7 Struktura sportovních zájmů

Pohled na sport se ve světě v posledních letech výrazně změnil. Sport prošel vývojem souvisejícím se změnami společnosti. Na jedné straně na ně reaguje, na druhé je zpětně ovlivňuje. Pro společenský vývoj jsou určující dva hlavní trendy: globalizace a individualizace.

Moderní sportovní vybavení díky své dostupnosti ke konstrukčním kvalitám zpřístupňuje široké veřejnosti řadu sportů, které původně byly výsadou jen některých jedinců dostatečně dovedných nebo finančně saturovaných. Šíře možností, které dnešní sport nabízí, poskytuje možný prostor pro projev každého jedince, pro jeho seberealizaci a vyjádření hodnot, které jsou mu vlastní. Sport není homogenním jevem, ale přináší velkou různorodost, je heterogenní co do obsahu i organizačních forem. Není již pouze výsadou mladých talentovaných jedinců předvádějících vynikající výkony, ale i lidí starších či handicapovaných, není spojen pouze s vítězstvím a prohrou, ale také s radostí, zábavou, zdravím nebo dobrodružstvím. (Slepičková, 2005)

V popředí zájmu o jednotlivá sportovní odvětví podle Frömela je u dívek všech věkových skupin plavání, tanec, aerobic, bruslení a sjezdové lyžování. Celkově převládají sportovní odvětví, která lze snáze provozovat ve volném čase. S věkem vzrůstá zájem o kondiční kulturistiku, turistické aktivity a rytmické pohybové aktivity jako je aerobic a klesá zájem o atletiku a sportovní hry. (Frömel a kol., 1999)

U chlapců podobně jako u dívek dominuje zájem o plavání, sportovní hry, bruslení. Stejně jako u dívek se u chlapců s věkem snižuje zájem o bruslení naopak vzrůstá zájem o kondiční kulturistiku. Je zajímavé, že před dvaceti lety byly u mužů více v oblibě sportovní hry, u žen bylo již tehdy nejvíce oblíbené plavání.

Ve sportovních hrách kladou dívky na přední místo v zájmu i v pohybové aktivitě ve volném čase volejbal, vzrůstá zájem o tenis a další pálkované hry. (Frömel a kol., 1999)

Nejoblíbenější sportovní hrou u chlapců je fotbal, který dominuje i v aktivitách ve volném čase. Ve vyšších věkových kategoriích je fotbal předstižen volejbalem a basketbalem.

Jízda na kole se stala v poslední době módou, značně tomu pomohlo rozšíření horských a trekingových kol. S nimi je možné snadno překonávat velké kopce a je možné projíždět zajímavými terény. Jízda na kole patří k velmi hodnotným pohybovým činnostem. Pro pohybový aparát představuje menší riziko než např. běh. (Vondruška, Barták, 1999)

Plavání harmonicky zatěžuje celé tělo a všestranně rozvíjí všechny funkce lidského těla. Zvláště příznivě působí na dýchací ústrojí a srdeční činnost. Proti ostatním sportům má plavání jednu nenahraditelnou vlastnost – odehrává se ve vodním prostředí a v leže, takže je odlehčena páteř a klouby. (Vondruška, Barták, 1999)

2.8 Literární rešerše

Potřeba pohybové rekreace se začíná dostávat do vědomí společnosti i jednotlivců. Začíná se chápat, že dostatečné možnosti pro pohybovou rekreaci jsou nedílnou a nezbytnou složkou výsledné kvality životního prostředí. V dnešním vysoce urbanizovaném světě je nutné tyto možnosti záměrně vytvářet již v celkovém řešení nové výstavby či alespoň dodatečně zřizovat v existující zástavbě.

V České republice se pohybovou aktivitou a provozováním sportu nejdéle zabývá Univerzita Palackého, Fakulta tělesné kultury v Olomouci, vedená hlavním řešitelem Karlem Frömelem.

Do projektu jsou v České republice zapojeny i další vysoké školy, zastoupeny těmito řešiteli: Ladislav Bláha, Ludmila Fialová, Jaromír Hájek, Emil Řepka, Zdeněk Šebrle a další.

V současné době se na výzkumu dané problematiky podílí fakulty tělesné výchovy univerzit jak u nás tak v zahraničí. Při výzkumu spolupracují desítky škol všech stupňů v České republice a četné školy v zahraničí (Polsko, Slovensko, Německo a Švédsko), základní školy s integrovanou výukou v tělesné výchově (Olomoucko, Šumpersko, Opavsko, Vsetínsko, Žďársko), speciálně pedagogická centra ve všech krajích České republiky. Ve spolupráci s lázněmi Slatinice byl zpracován projekt „Programy pohybových aktivit pro pacienty a návštěvníky lázní Slatinice“. V tomto programu jsou využity nefarmakologické, neinvazivní prostředky v prevenci rizikových faktorů civilizačních chorob. Byla navázána spolupráce se spádovými praktickými lékaři, kteří indukují a aplikují program u svých pacientů.

Daněk (1983) ve své práci „Pohybem ke zdraví“ zdůrazňuje vliv aktivního pohybu na vývoj jednotlivých orgánů a celého organismu.

Dudácká (1990) poukazuje na nutnost vytvořit a zavést určitý pohybový režim u mládeže, který pak bude dodržován i v dospělosti a tím se pohyb stane nedílnou součástí životního stylu.

Bunc (1997) popisuje ve své práci vliv pohybové aktivity jako prostředku, který ovlivňuje zdravotně orientovanou zdatnost.

Stejnou problematikou se zabývá Vondruška a Barták (1999) v publikaci „Pohybová aktivita ve zdraví a v nemoci“.

Autoři Frömel, Novosad, Svozil (1999) se v této publikaci intenzivně zabývají pohybovou aktivitou a sportovními zájmy mládeže, ale i ostatních věkových skupin obyvatelstva.

Autoři Řepka, Frömel, Šebrle (2005) v článku „Pohybová aktivita a inaktivita Jihočeské mládeže“ se zabývají mládeží ve věku 15-24let.

Změnu zájmů v oblasti pohybové aktivity a sportovních odvětví studovali Valjent u VŠ studentů a Slepíčková (2005), která se zaměřila na sport ve vztahu k volnému času.

3 Výzkumná část

3.1 Charakteristika výzkumného vzorku

Diplomová práce shrnuje výsledky průzkumu preferencí pohybové aktivity u respondentů (studentů) Jihočeské univerzity, Pedagogické fakulty v Českých Budějovicích, který byl prováděn na jaře v roce 2006. Vzhledem k velkému počtu studentů různých aprobací jsem zvolil metodu náhodného výběru formou losování.

Aprobace byly rozděleny do dvou košů a to na kombinace tělesná výchova a jiný předmět a kombinace předmětů bez tělesné výchovy. Průzkumu se účastnilo na základě náhodného výběru 150 respondentů. Výsledkem výběru bylo 53 mužů ve věku od 20 – 27 let a 97 žen ve věku od 21 – 24 let. Respondentů studujících tělesnou výchovu bylo 63 a jiných pedagogických oborů 87.

3.2 Použitá metoda

3.2.1 Metoda dotazníková

Dotazník patří ke specifickým metodám, které umožňují shromáždit dostatečné množství informací. Standardizovaný dotazník preferencí pohybových aktivit je rozdělen na několik částí. Úvodní se věnuje získání informací o respondentovi, jeho věk, pohlaví, rok narození, výška a váha. Dále dotazník zjišťuje, zda respondent provádí pravidelnou pohybovou aktivitu a jaký druh. Další část dotazníku se věnuje jednotlivým skupinám pohybové aktivity jako jsou individuální sporty, týmové sporty, kondiční aktivity, pohybové aktivity ve vodě, pohybové aktivity v přírodě, bojová umění, rytmická cvičení a pohybové aktivity obecně.

Respondenti vybírali z 15 nabídnutých možností v oblasti individuálních sportů, mezi nimi je atletika, badminton, bruslení, bowling, cyklistika, golf, kulečnick, plavání, střelba a jiné. V týmových sportech studenti vybírali ze 14 druhů sportů - basketbal, fotbal, hokej, házená, lakros, nohejbal, volejbal a jiné. V oblasti kondičních aktivit bylo nabídnuto v dotazníku 11 druhů aktivit - aerobik, jóga, kondiční chůze, kulturistika, posilovací cvičení, zdravotní cvičení a jiné. Oblast pohybové aktivity ve vodě obsahovala 5 možností - skoky do vody, synchronizované plavání, plavání s ploutvemi, cvičení ve vodě, zdravotní plavání. Celkem 18 druhů pohybových aktivit nabízela

respondentům oblast pohybové aktivity v přírodě. Mezi nimi i takové jako je parašutismus, jízda na koni, lezení (horolezectví), kolečkové bruslení.

Nejoblíbenější aktivitu označili křížkem pod jedničkou. Otázky byly formulovány jasně a konkrétně, což umožnilo konkrétní a jasné odpovědi.

Dotazníky byly zpracovány pomocí matematické metody. Výsledky byly vyjádřeny v procentech ve vztahu k celkovému počtu respondentů dané skupiny.

3.2.2 Metoda rozhovoru

Jako doplňková metoda byla použita metoda rozhovoru, která byla použita při poučování respondentů ke správnému vyplnění dotazníku.

4 Výsledková část a diskuze

4.1 Vyhodnocení daného dotazníku

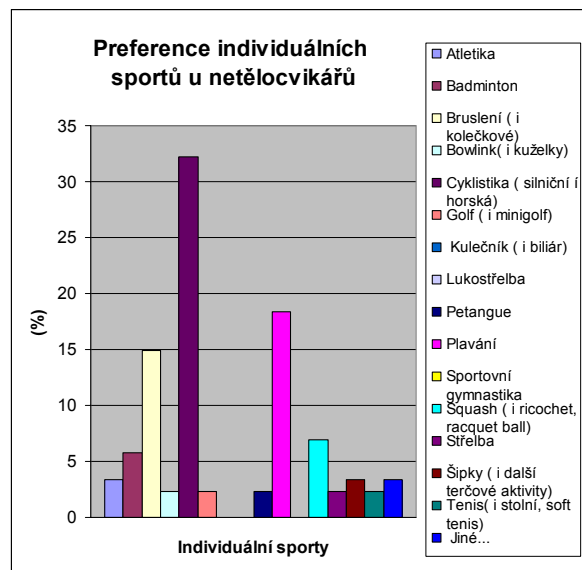
4.1.1 Individuální sporty

Průzkum v oblasti individuálních pohybových aktivit u respondentů studujících jiný obor než tělesnou výchovu vykázal tyto výsledky. Největší počet studentů preferuje silniční či horskou cyklistiku (32,2 %) a dále pak plavání (18,4 %) a bruslení (14,9 %). Výsledky odráží současné trendy v oblasti zájmové sportovní aktivity, neboť cyklistika jak silniční tak horská je v zájmu široké veřejnosti a věnuje se jí stále více lidí všech věkových kategoriích. tab. a graf č.1

tab. č.1

Individuální sporty u NETV	(%)
Atletika	3,4
Badminton	5,8
Bruslení (i kolečkové)	14,9
Bowlink(i kuželky)	2,3
Cyklistika (silniční í horská)	32,2
Golf (i minigolf)	2,3
Kulečník (i biliár)	0
Lukostřelba	0
Petangue	2,3
Plavání	18,4
Sportovní gymnastika	0
Squash (i ricochet, racquet ball)	6,9
Střelba	2,3
Šípky (i další terčové aktivity)	3,4
Tenis(i stolní, soft tenis)	2,3
Jiné...	3,4

graf č.1

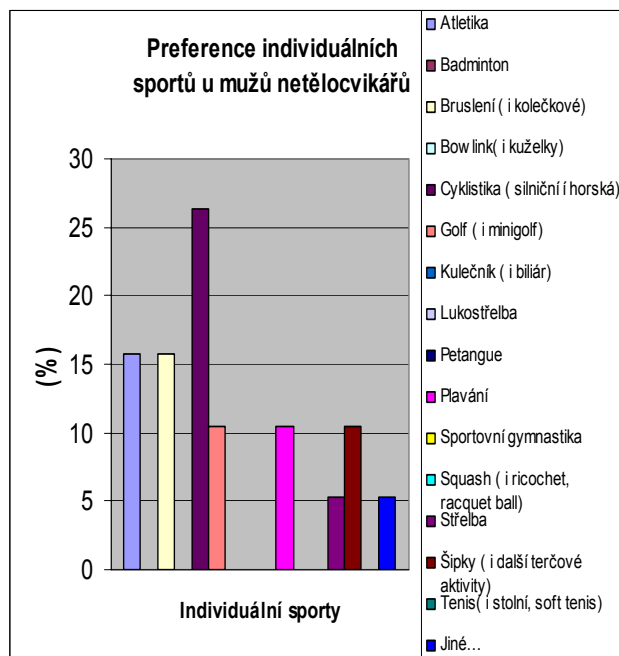


Muži studující jiný obor než tělesnou výchovu preferují v oblasti individuálních pohybových aktivit cyklistiku (26,3%), atletiku a bruslení (15,8%). tab. a graf č.1a

tab. č.1a

Individuální sporty muži NETV	(%)
Atletika	15,8
Badminton	0
Bruslení (i kolečkové)	15,8
Bowlink(i kuželky)	0
Cyklistika (silniční í horská)	26,3
Golf (i minigolf)	10,5
Kulečnk (i biliár)	0
Lukostřelba	0
Petangue	0
Plavání	10,5
Sportovní gymnastika	0
Squash (i ricochet, racquet ball)	0
Střelba	5,3
Šípky (i další terčové aktivity)	10,5
Tenis(i stolní, soft tenis)	0
Jiné...	5,3

graf č.1a



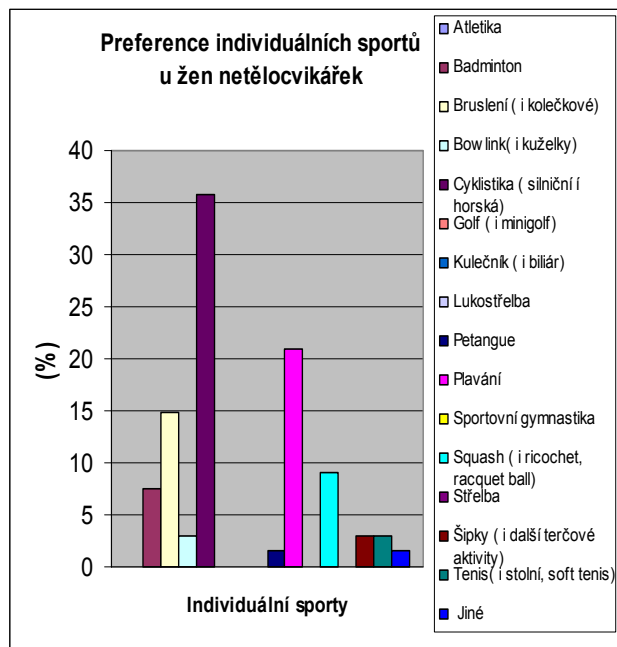
Ženy studující jiný obor než tělesnou výchovu preferují v oblasti individuálních pohybových aktivit cyklistiku (35,8%), plavání (20,9%) a bruslení (14,9%).

tab. a graf č.1b

tab. č.1b

Individuální sporty ženy NETV	(%)
Atletika	0
Badminton	7,5
Bruslení (i kolečkové)	14,9
Bowlink(i kuželky)	3
Cyklistika (silniční i horská)	35,8
Golf (i minigolf)	0
Kulečník (i biliár)	0
Lukostřelba	0
Petangue	1,5
Plavání	20,9
Sportovní gymnastika	0
Squash (i ricochet, racquet ball)	9
Střelba	0
Šípky (i další terčové aktivity)	3
Tenis(i stolní, soft tenis)	3
Jiné	1,5

graf č.1b

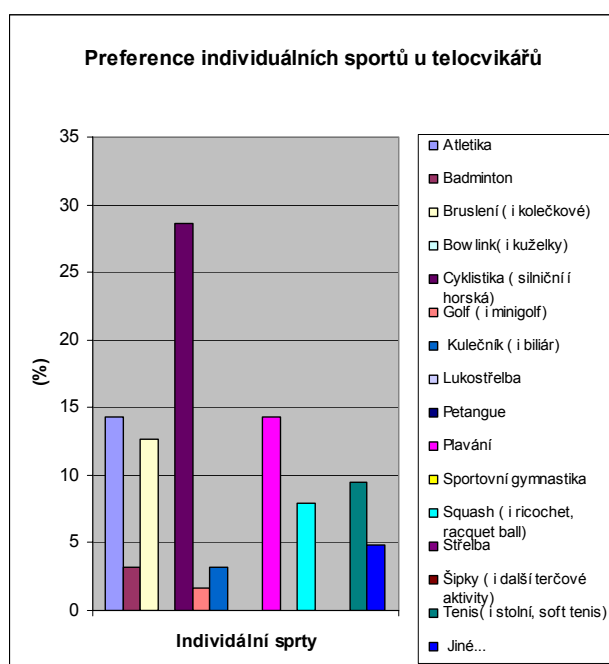


Průzkum v oblasti individuálních sportů u respondentů studujících tělesnou výchovu vykázal tyto výsledky: Největší počet studentů preferuje cyklistiku (28,6 %), dále pak atletiku a plavání se stejným počtem hlasů (14,3%). U respondentů studujících tělesnou výchovu se také odráží současné trendy v oblasti výběru sportovní aktivity. Je to dáno změnou v technickém vybavení a dostupnosti moderního cyklistického vybavení a ve stále se zvyšujícím počtu kilometrů budovaných cyklostezek. tab. a graf č.2

tab. č.2

Individuální sporty u TV	(%)
Atletika	14,3
Badminton	3,2
Bruslení (i kolečkové)	12,7
Bowlink(i kuželky)	0
Cyklistika (silniční i horská)	28,6
Golf (i minigolf)	1,6
Kulečnick (i biliár)	3,2
Lukostřelba	0
Petangue	0
Plavání	14,3
Sportovní gymnastika	0
Squash (i ricochet, racquet ball)	7,9
Střelba	0
Šípky (i další terčové aktivity)	0
Tenis(i stolní, soft tenis)	9,5
Jiné...	4,8

graf č.2

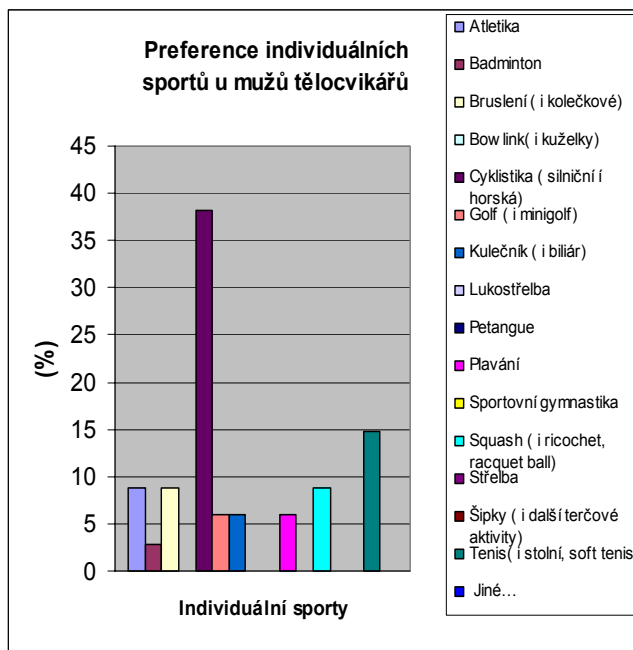


Muži studující tělesnou výchovu nejvíce preferují v oblasti individuálních pohybových aktivit cyklistiku (38,2%) a tenis (14,7%). tab. a graf č.2a

tab. č.2a

Individuální sporty muži TV	(%)
Atletika	8,8
Badminton	2,9
Bruslení (i kolečkové)	8,8
Bowlink(i kuželky)	0
Cyklistika (silniční í horská)	38,2
Golf (i minigolf)	5,9
Kulečník (i biliár)	5,9
Lukostřelba	0
Petangue	0
Plavání	5,9
Sportovní gymnastika	0
Squash (i ricochet, racquet ball)	8,8
Střelba	0
Šipky (i další terčové aktivity)	0
Tenis(i stolní, soft tenis)	14,7
Jiné...	0

graf č.2a

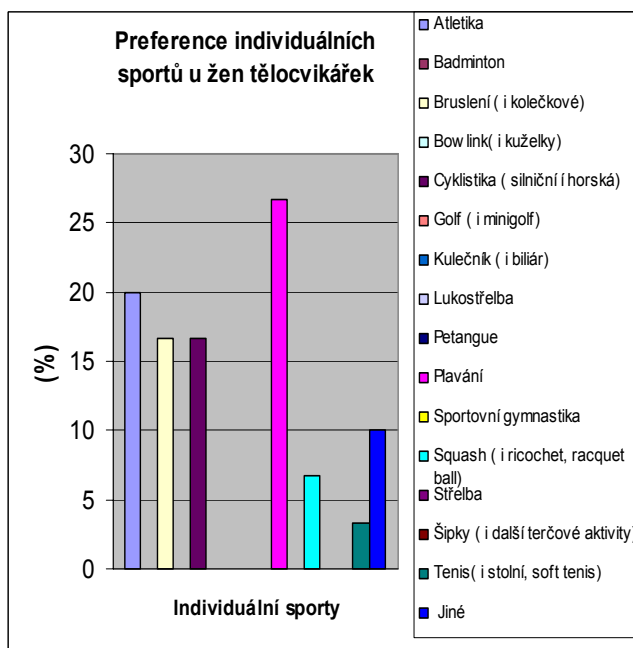


Ženy studující tělesnou výchovu nejvíce preferují v oblasti individuálních pohybových aktivit plavání (26,7%), cyklistiku a bruslení (16,7%). tab. a graf č.2b

tab. č.2b

Individuální sporty ženy TV	(%)
Atletika	20
Badminton	0
Bruslení (i kolečkové)	16,7
Bowlink(i kuželky)	0
Cyklistika (silniční í horská)	16,7
Golf (i minigolf)	0
Kulečník (i biliár)	0
Lukostřelba	0
Petangue	0
Plavání	26,7
Sportovní gymnastika	0
Squash (i ricochet, racquet ball)	6,7
Střelba	0
Šipky (i další terčové aktivity)	0
Tenis(i stolní, soft tenis)	3,3
Jiné	10,0

graf č.2b

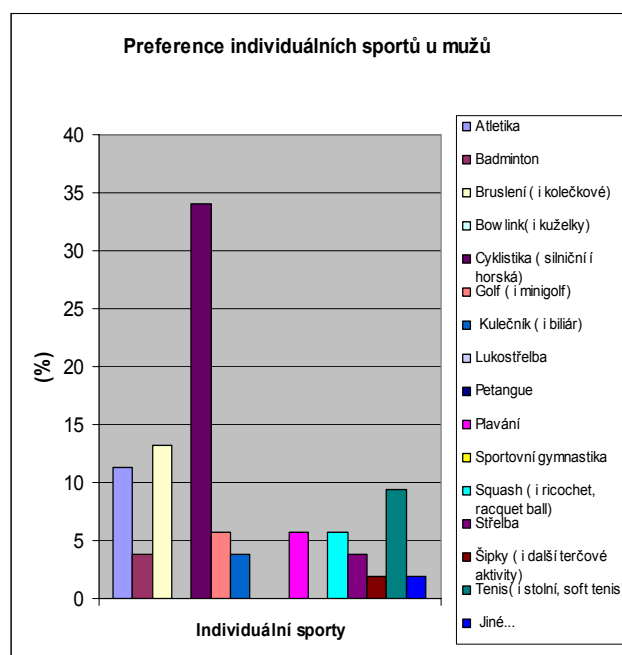


V další části vyhodnocení jsou výsledky průzkumu porovnávány podle pohlaví. V oblasti individuálních sportů preferují muži cyklistiku (34%), dále pak bruslení včetně kolečkového (13,2%) a atletiku (11,3%). U mužů cyklistika jednoznačně převyšuje ostatní druhy sportovních aktivit i přesto, že v současné době se moderním stává hlavně squash. tab. a graf č.3

tab.č.3

Individuální sporty u mužů	(%)
Atletika	11,3
Badminton	3,8
Bruslení (i kolečkové)	13,2
Bowlink(i kuželky)	0
Cyklistika (silniční i horská)	34,0
Golf (i minigolf)	5,7
Kulečnick (i biliár)	3,8
Lukostřelba	0
Petangue	0
Plavání	5,7
Sportovní gymnastika	0
Squash (i ricochet, racquet ball)	5,7
Střelba	3,8
Šípky (i další terčové aktivity)	1,9
Tenis(i stolní, soft tenis)	9,4
Jiné...	1,9

graf č.3

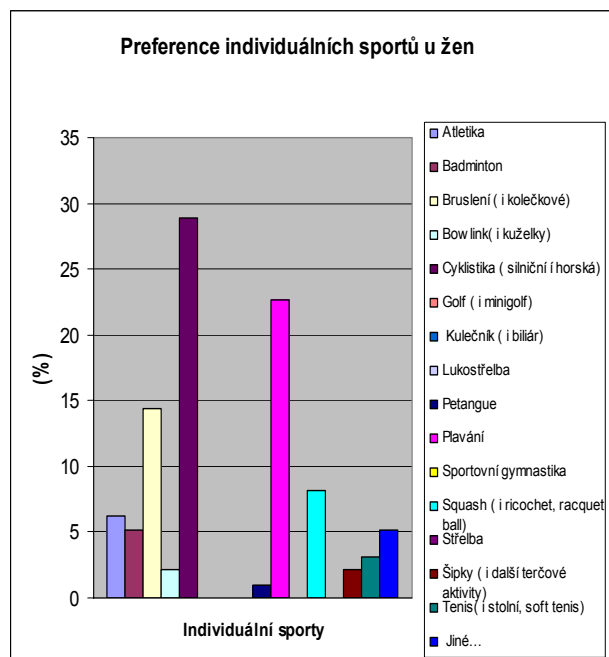


Ženy mezi individuálními sporty také nejvíce preferují cyklistiku (28,9%). Dále upřednostňují plavání (22,7%) a bruslení včetně kolečkového (14,4%). Ostatní druhy individuálních aktivit zůstaly daleko za uvedenými. Tento výsledek je dán dostupností jednotlivých sportovišť, možností pořízení výbavy, ale i společenský trend hraje ve výběru svoji úlohu. tab. a graf č.4

tab. č.4

Individuální sporty u žen	(%)
Atletika	6,2
Badminton	5,2
Bruslení (i kolečkové)	14,4
Bowlink(i kuželky)	2,1
Cyklistika (silniční í horská)	28,9
Golf (i minigolf)	0
Kulečník (i biliár)	0
Lukostřelba	0
Petangue	1
Plavání	22,7
Sportovní gymnastika	0
Squash (i ricochet, racquet ball)	8,2
Střelba	0
Šipky (i další terčové aktivity)	2,1
Tenis(i stolní, soft tenis)	3,1
Jiné...	5,2

graf č.4



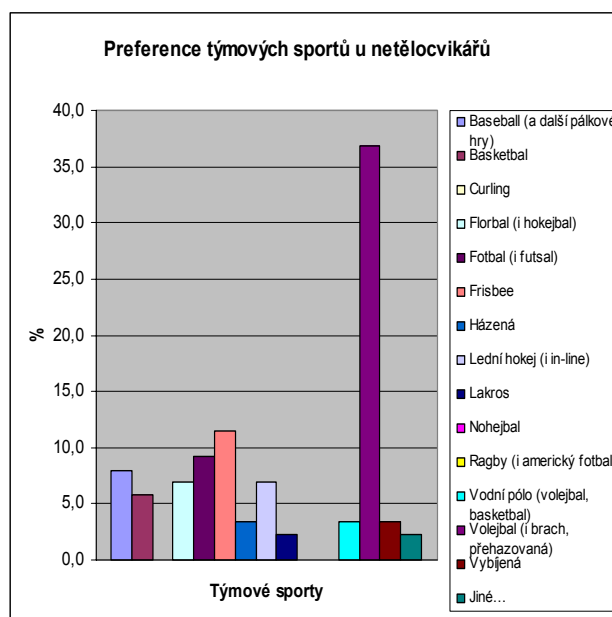
4.1.2 Týmové sporty

Respondenti studující jiný obor než tělesnou výchovu preferují z nabídnutých možností týmových sportů volejbal (36,8 %), frisbee (10,3 %) a fotbal (9,2%). Tyto výsledky ovlivňuje tradice, kdy volejbal se hrával a dodnes hraje jak v tělocvičnách tak na venkovních plochách a účastní se jich jak ženy tak muži různých věkových kategorií.

tab. č.5

Týmové sporty u NETV	(%)
Baseball (a další pálkové hry)	8,0
Basketbal	5,8
Curling	0
Florbal (i hokejbal)	6,9
Fotbal (i futsal)	9,2
Frisbee	11,5
Házená	3,4
Lední hokej (i in-line)	6,9
Lakros	2,3
Nohejbal	0
Ragby (i americký fotbal)	0
Vodní pólo (volejbal, basketbal)	3,4
Volejbal (i brach, přehazovaná)	36,8
Vybíjená	3,4
Jiné...	2,3

graf č.5

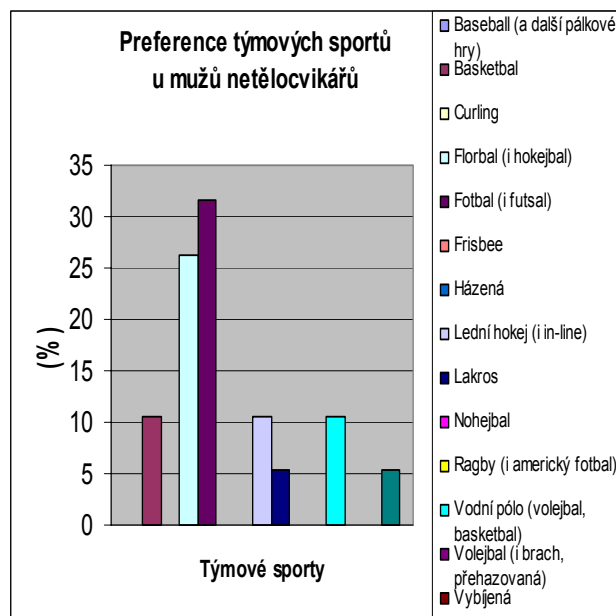


Muži studující jiný obor než tělesnou výchovu preferují z nabídnutých možností týmových sportů fotbal (31,6%) a florbal (26,3%). tab. a graf č.5a

tab. č.5a

Týmové sporty muži NETV	(%)
Baseball (a další páčkové hry)	0
Basketbal	10,5
Curling	0
Florbal (i hokejbal)	26,3
Fotbal (i futsal)	31,6
Frisbee	0
Hážená	0
Lední hokej (i in-line)	10,5
Lakros	5,3
Nohejbal	0
Ragby (i americký fotbal)	0
Vodní pólo (volejbal, basketbal)	10,5
Volejbal (i brach, přehazovaná)	0
Vybíjená	0
Jiné	5,3

graf č.5a

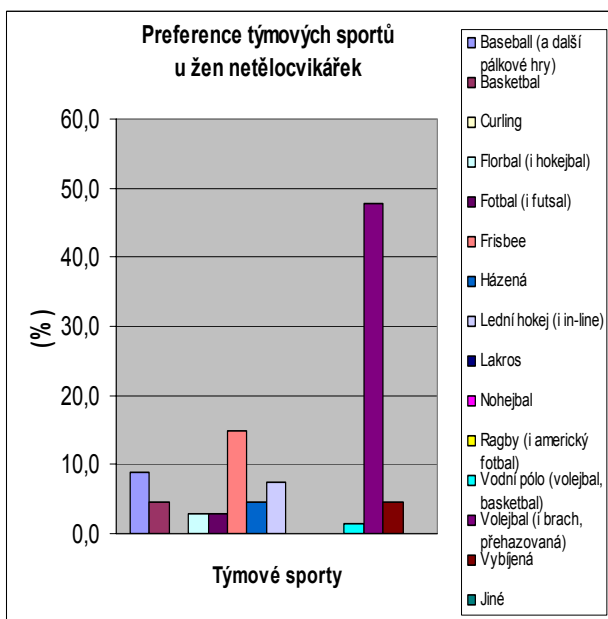


Ženy studující jiný obor než tělesnou výchovu jednoznačně preferují v oblasti týmových sportů volejbal (47,8%). tab. a graf č.5b

tab. č.5b

Týmové sporty ženy NETV	(%)
Baseball (a další páčkové hry)	9,0
Basketbal	4,5
Curling	0
Florbal (i hokejbal)	3
Fotbal (i futsal)	3
Frisbee	14,9
Hážená	4,5
Lední hokej (i in-line)	7,5
Lakros	0
Nohejbal	0
Ragby (i americký fotbal)	0
Vodní pólo (volejbal, basketbal)	1,5
Volejbal (i brach, přehazovaná)	47,8
Vybíjená	4,5
Jiné	0

graf č.5b

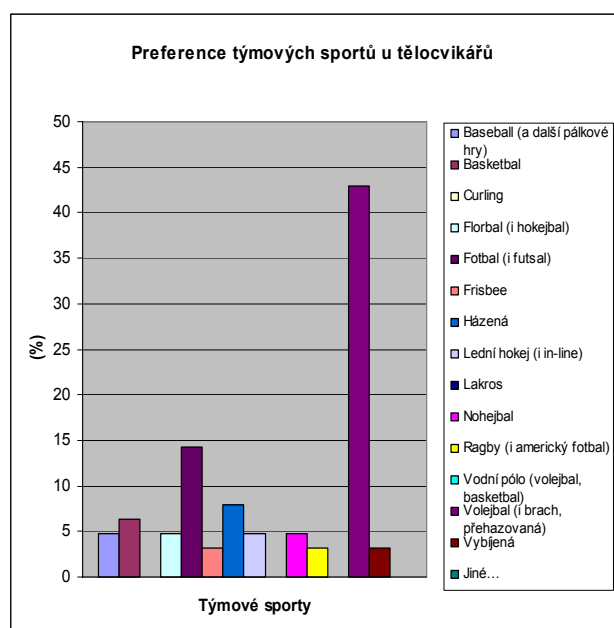


Průzkum v oblasti týmových sportů u respondentů studujících tělesnou výchovu vykázal tyto výsledky. Jednoznačně preferují volejbal (42,9 %), méně pak fotbal (14,3%) a házenou (7,9%). Téměř polovina studujících tělesnou výchovu si vybrala volejbal. Ten v této kategorii respondentů jednoznačně předčil všechny ostatní nabídnuté druhy kolektivních sportů a je proto nejoblíbenějším sportem v této kategorii.

tab. č.6

Týmové sporty u TV	(%)
Baseball (a další pálkové hry)	4,8
Basketbal	6,3
Curling	0
Florbal (i hokejbal)	4,8
Fotbal (i futsal)	14,3
Frisbee	3,2
Házená	7,9
Lední hokej (i in-line)	4,8
Lakros	0
Nohejbal	4,8
Ragby (i americký fotbal)	3,2
Vodní pólo (volejbal, basketbal)	0
Volejbal (i brach, přehazovaná)	42,9
Vybíjená	3,2
Jiné...	0

graf č.6

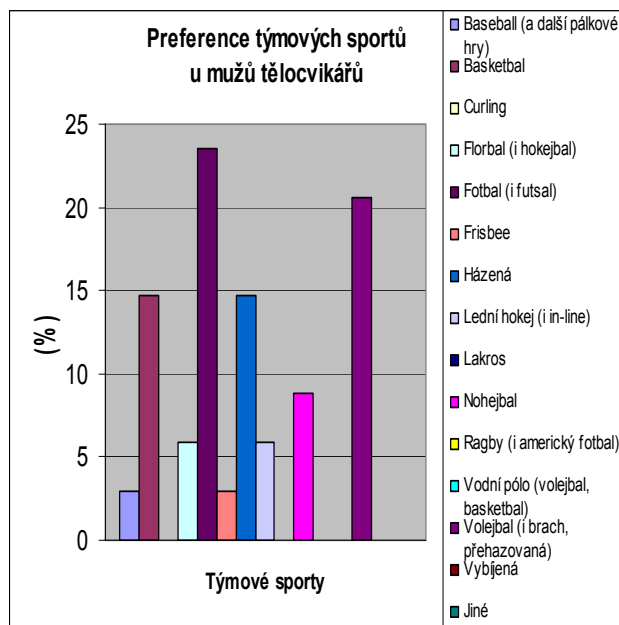


Muži studující tělesnou výchovu preferují z nabídnutých možností týmových sportů fotbal (23,5%) a volejbal (20,6%). tab. a graf č.6a

tab. č.6a

Týmové sporty muži TV	(%)
Baseball (a další páčkové hry)	2,9
Basketbal	14,7
Curling	0
Florbal (i hokejbal)	5,9
Fotbal (i futsal)	23,5
Frisbee	2,9
Házená	14,7
Lední hokej (i in-line)	5,9
Lakros	0
Nohejbal	8,8
Ragby (i americký fotbal)	0
Vodní pólo (volejbal, basketbal)	0
Volejbal (i brach, přehazovaná)	20,6
Vybíjená	0
Jiné	0

graf č.6a

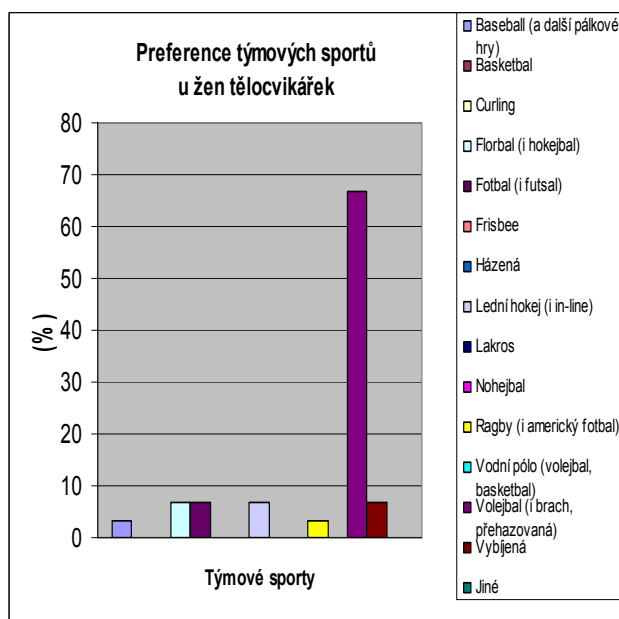


Ženy studující tělesnou výchovu jednoznačně preferují v oblasti týmových sportů volejbal (66,7%). tab. a graf č.6b

tab. č.6b

Týmové sporty ženy TV	(%)
Baseball (a další páčkové hry)	3,3
Basketbal	0
Curling	0
Florbal (i hokejbal)	6,7
Fotbal (i futsal)	6,7
Frisbee	0
Házená	0
Lední hokej (i in-line)	6,7
Lakros	0
Nohejbal	0
Ragby (i americký fotbal)	3,3
Vodní pólo (volejbal, basketbal)	0
Volejbal (i brach, přehazovaná)	66,7
Vybíjená	6,7
Jiné	0

graf č.6b

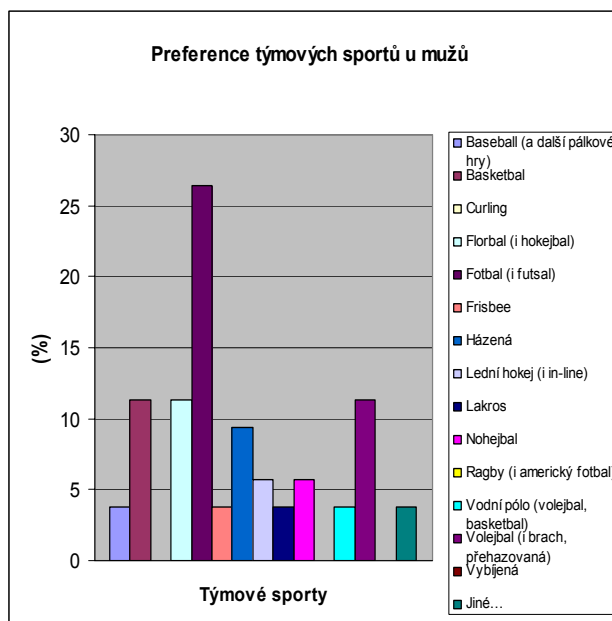


U mužů byl zájem rozdělen rovnoměrněji mezi jednotlivé kolektivní sporty. Nejoblíbenější je fotbal (26,4%), volejbal, florbal s hokejbalem a basketbal (11,3%). Potvrdilo se, že mezi muži i nadále přes nabídku nových moderních sportů je fotbal hlavním kolektivním sportem. tab. a graf č.7

tab. č.7

Týmové sporty u mužů	(%)
Baseball (a další páčkové hry)	3,8
Basketbal	11,3
Curling	0
Florbal (i hokejbal)	11,3
Fotbal (i futsal)	26,4
Frisbee	3,8
Házená	9,4
Lední hokej (i in-line)	5,7
Lakros	3,8
Nohejbal	5,7
Ragby (i americký fotbal)	0
Vodní pólo (volejbal, basketbal)	3,8
Volejbal (i brach, přehazovaná)	11,3
Vybíjená	0
Jiné...	3,8

graf č.7

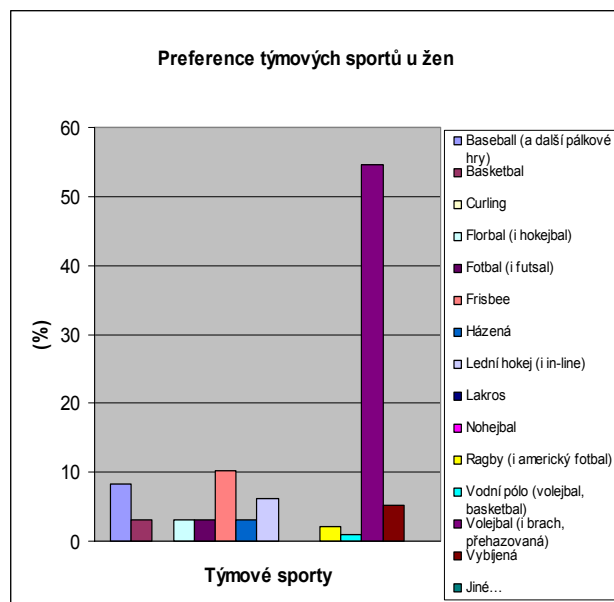


Ženy, které vyplnily daný dotazník, jednoznačně upřednostňují volejbal (54,6 %), méně pak frisbee (10,3 %) a baseball (8,2%). tab. a graf č. 8

tab. č.8

Týmové sporty u žen	(%)
Baseball (a další páčkové hry)	8,2
Basketbal	3,1
Curling	0
Florbal (i hokejbal)	3,1
Fotbal (i futsal)	3,1
Frisbee	10,3
Házená	3,1
Lední hokej (i in-line)	6,2
Lakros	0
Nohejbal	0
Ragby (i americký fotbal)	2,1
Vodní pólo (volejbal, basketbal)	1
Volejbal (i brach, přehazovaná)	54,6
Vybíjená	5,2
Jiné...	0

graf č.8



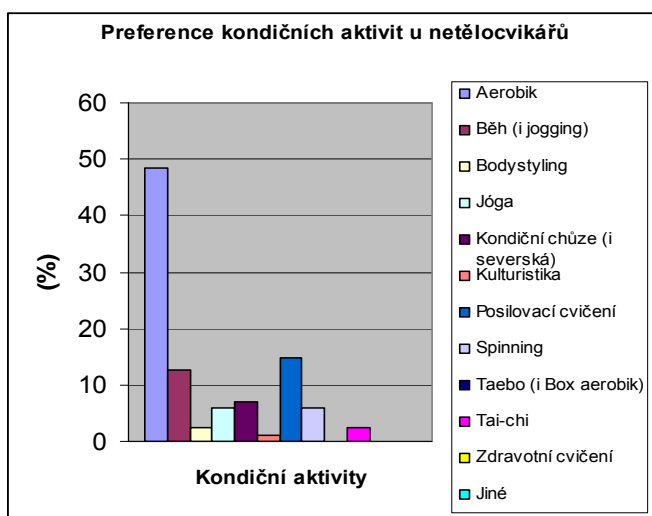
4.1.3 Kondiční aktivity

Průzkum v oblasti kondičních aktivit respondenti studující jiný obor než tělesnou výchovu preferují z nabídnutých možností aerobik (48,3 %), dále pak posilovací cvičení (14,9 %) a běh (jogging) 12,6 %. Aerobik se stal populární umožňuje udržovat kondici, provozovat jej lze jak individuálně doma, tak v kolektivu, na vybavenost není náročný. tab. a graf č.9

tab. č.9

Kondiční aktivity u NETV	(%)
Aerobik	48,3
Běh (i jogging)	12,6
Bodystyling	2,3
Jóga	5,8
Kondiční chůze (i severská)	6,9
Kulturistika	1,1
Posilovací cvičení	14,9
Spinning	5,8
Taebo (i Box aerobik)	0
Tai-chi	2,3
Zdravotní cvičení	0
Jiné...	0

graf č.9

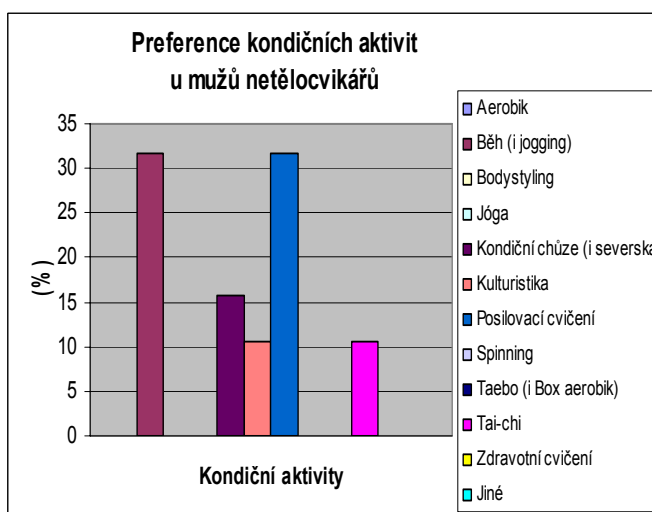


Muži studující jiný obor než tělesnou výchovu preferují z nabídnutých možností kondičních aktivit posilovací cvičení a běh (31,6%). tab. a graf č.9a

tab. č.9a

Kondiční aktivity muži NETV	(%)
Aerobik	0
Běh (i jogging)	31,6
Bodystyling	0
Jóga	0
Kondiční chůze (i severská)	15,8
Kulturistika	10,5
Posilovací cvičení	31,6
Spinning	0
Taebo (i Box aerobik)	0
Tai-chi	10,5
Zdravotní cvičení	0
Jiné	0

graf č.9a

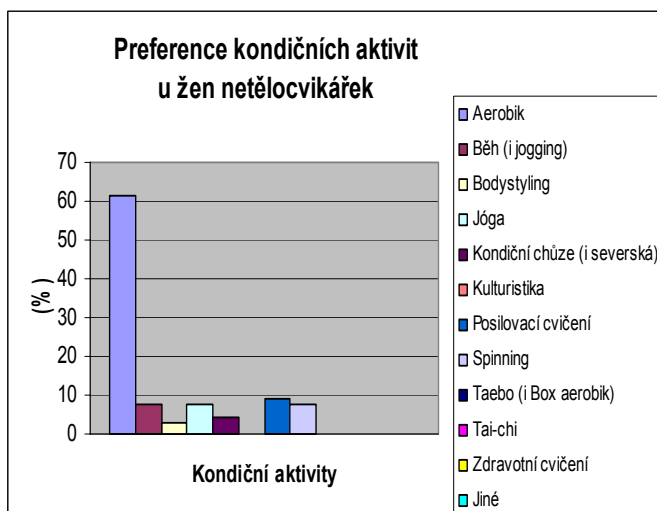


Ženy studující jiný obor než tělesnou výchovu jednoznačně preferují v oblasti kondičních aktivit aerobik (61,2%). tab. a graf č.9b

tab. č.9b

Kondiční aktivity ženy NETV	(%)
Aerobik	61,2
Běh (i jogging)	7,5
Bodystyling	3,0
Jóga	7,5
Kondiční chůze (i severská)	4,5
Kulturistika	0
Posilovací cvičení	9,0
Spinning	7,5
Taebo (i Box aerobik)	0
Tai-chi	0
Zdravotní cvičení	0
Jiné	0

graf č.9b

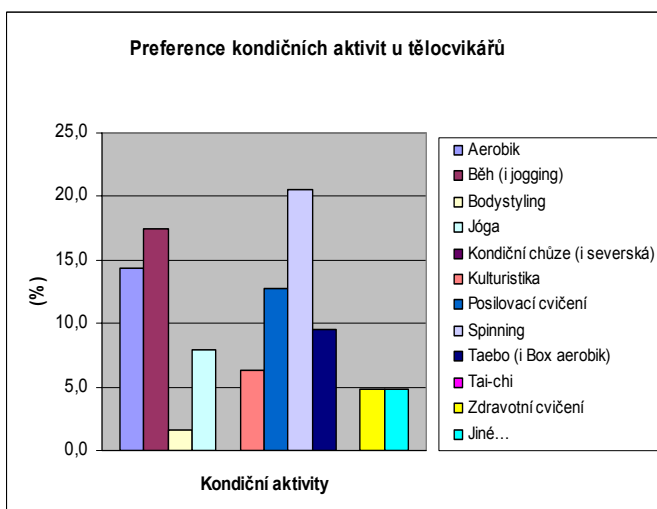


Respondenti studující tělesnou výchovu preferují z daných možností spinning (20,6 %), běh (17,5 %) a aerobik (14,3 %). V této skupině byly hlasy rozděleny téměř rovnoměrně mezi čtyři sportovní aktivity jak nám uvádí tabulka číslo 10, není zde jednoznačná převaha jednoho druhu sportu nad ostatními. tab. a graf č.10

tab. č.10

Kondiční aktivity u TV	(%)
Aerobik	14,3
Běh (i jogging)	17,5
Bodystyling	1,6
Jóga	7,9
Kondiční chůze (i severská)	0,0
Kulturistika	6,3
Posilovací cvičení	12,7
Spinning	20,6
Taebo (i Box aerobik)	9,5
Tai-chi	0,0
Zdravotní cvičení	4,8
Jiné...	4,8

graf č.10

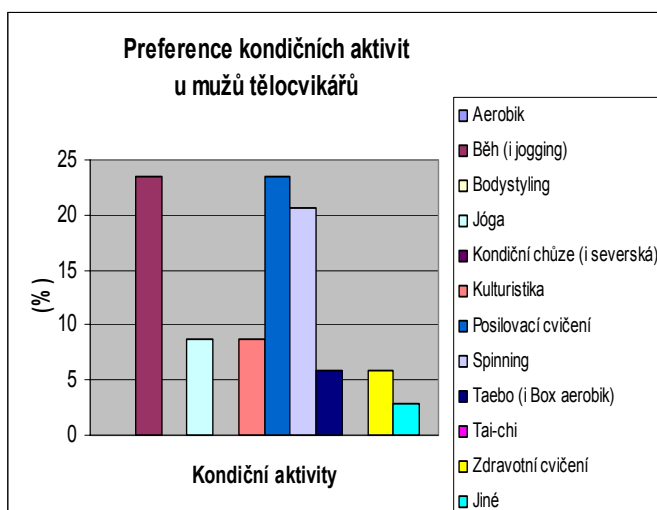


Muži studující tělesnou výchovu preferují z nabídnutých možností kondičních aktivit posilovací cvičení a běh (23,5%), dále pak upřednostňují spinning (20,6%). tab. a graf č.10a

tab. č.10a

Kondiční aktivity muži TV	(%)
Aerobik	0
Běh (i jogging)	23,5
Bodystyling	0
Jóga	8,8
Kondiční chůze (i severská)	0
Kulturistika	8,8
Posilovací cvičení	23,5
Spinning	20,6
Taebo (i Box aerobik)	5,9
Tai-chi	0
Zdravotní cvičení	5,9
Jiné	2,9

graf č.10a

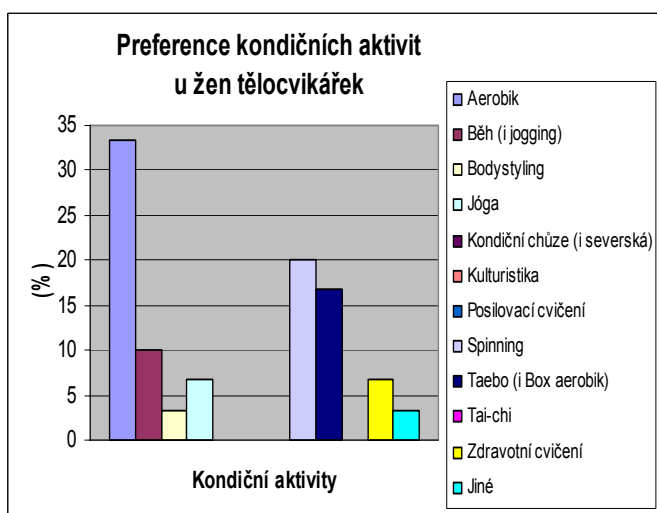


Ženy studující tělesnou výchovu jednoznačně preferují v oblasti kondičních aktivit aerobik (33,3%), dále pak upřednostňují spinning (20,0%) a taebo (16,7%). tab. a graf č.10b

tab. č.10b

Kondiční aktivity ženy TV	(%)
Aerobik	33,3
Běh (i jogging)	10,0
Bodystyling	3,3
Jóga	6,7
Kondiční chůze (i severská)	0
Kulturistika	0
Posilovací cvičení	0
Spinning	20,0
Taebo (i Box aerobik)	16,7
Tai-chi	0
Zdravotní cvičení	6,7
Jiné	3,3

graf č.10b

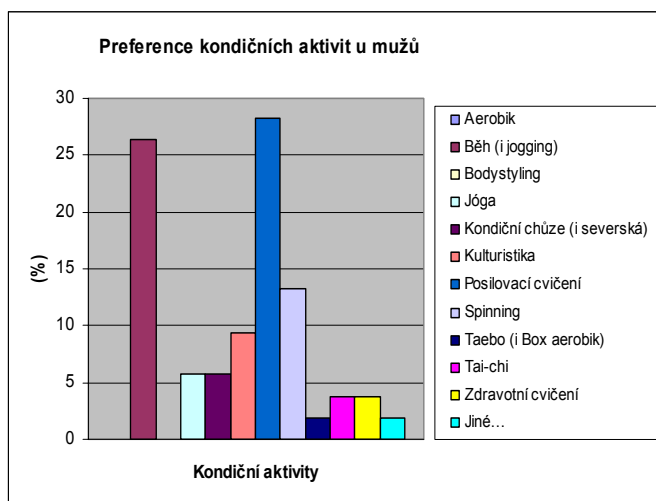


Muži - respondenti z daných možností preferují s téměř stejným procentem dvě aktivity a to posilovací cvičení (28,3 %) a běh (26,4 %), třetí aktivitou je spinning (13,2 %). Preferují z kondičních aktivit ty, které mají vliv na jejich kondici a růst svalů. tab. a graf č.11

tab. č.11

Kondiční aktivity u mužů	(%)
Aerobik	0
Běh (i jogging)	26,4
Bodystyling	0
Jóga	5,7
Kondiční chůze (i severská)	5,7
Kulturistika	9,4
Posilovací cvičení	28,3
Spinning	13,2
Taebo (i Box aerobik)	1,9
Tai-chi	3,8
Zdravotní cvičení	3,8
Jiné...	1,9

graf č.11

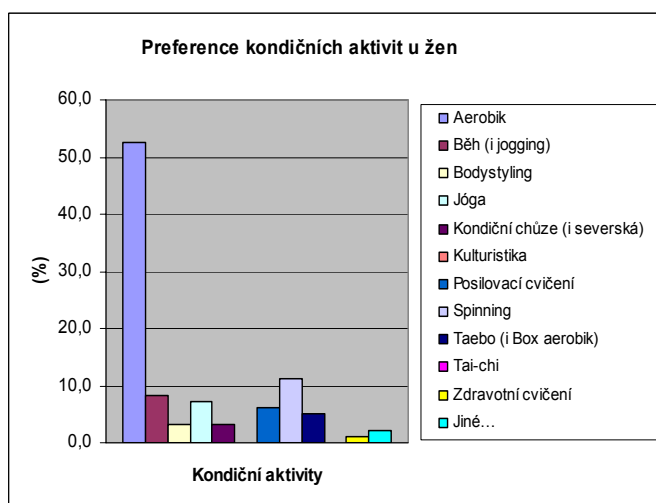


U žen jednoznačně převažuje zájem o aerobik, který si vybralo 52,6 % respondentů. Dále upřednostňují spinning (11,3 %) a běh (i jogging) s 8,2 %. Ženy si oblíbily aerobik pro možnost spojení pohybu s hudbou, při kterém se udržuje jak kondice tak pěkný tvar těla a lze ho přizpůsobit všem, podle tělesných dispozic, kondice i věku. tab. a graf č.12

tab. č.12

Kondiční aktivity u žen	(%)
Aerobik	52,6
Běh (i jogging)	8,2
Bodystyling	3,1
Jóga	7,2
Kondiční chůze (i severská)	3,1
Kulturistika	0,0
Posilovací cvičení	6,2
Spinning	11,3
Taebo (i Box aerobik)	5,2
Tai-chi	0,0
Zdravotní cvičení	1,0
Jiné...	2,1

graf č.12



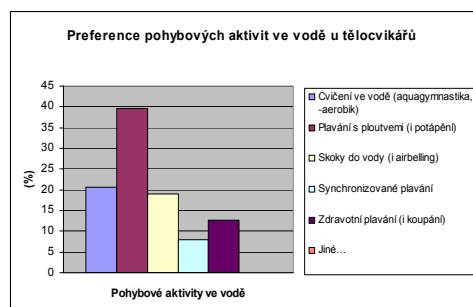
4.1.4 Pohybové aktivity ve vodě

Z možností zahrnutých do oblasti aktivity ve vodě respondenti studující tělesnou výchovu upřednostňují z možných aktivit plavání s ploutvemi (39,7 %), menší zájem je o cvičení ve vodě (20,6 %) a skoky do vody (19,0%). Potápění se stává v současné době čím dál tím více preferované. tab. a graf č.13

tab. č.13

Pohybové aktivity ve vodě u TV	(%)
Cvičení ve vodě (aquagymnastika, -aerobik)	20,6
Plavání s ploutvemi (i potápění)	39,7
Skoky do vody (i airbelling)	19,0
Synchronizované plavání	7,9
Zdravotní plavání (i koupání)	12,7
Jiné...	0

graf. č.13

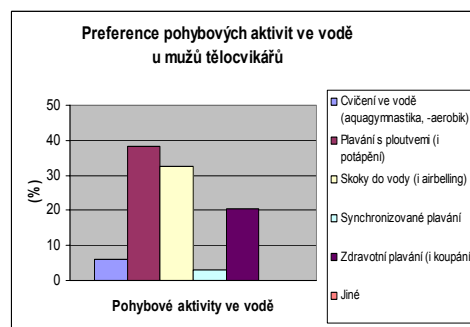


Muži studující tělesnou výchovu preferují z nabídnutých možností pohybových aktivit ve vodě plavání s ploutvemi (38,2%), dále pak upřednostňují skoky do vody (32,4%) a zdravotní plavání (20,6%). tab. a graf č.13a

tab. č.13a

Pohybové aktivity ve vodě muži TV	(%)
Cvičení ve vodě (aquagymnastika, -aerobik)	5,9
Plavání s ploutvemi (i potápění)	38,2
Skoky do vody (i airbelling)	32,4
Synchronizované plavání	2,9
Zdravotní plavání (i koupání)	20,6
Jiné	0

graf č.13a

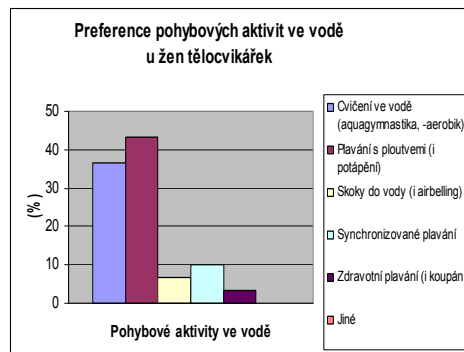


Ženy studující tělesnou výchovu preferují z nabídnutých možností pohybových aktivit ve vodě plavání s ploutvemi (43,3%) a cvičení ve vodě (36,7%). tab. a graf č.13b

tab. č.13b

Pohybové aktivity ve vodě ženy TV	(%)
Cvičení ve vodě (aquagymnastika, -aerobik)	36,7
Plavání s ploutvemi (i potápění)	43,3
Skoky do vody (i airbelling)	6,7
Synchronizované plavání	10,0
Zdravotní plavání (i koupání)	3,3
Jiné	0

graf č.13b

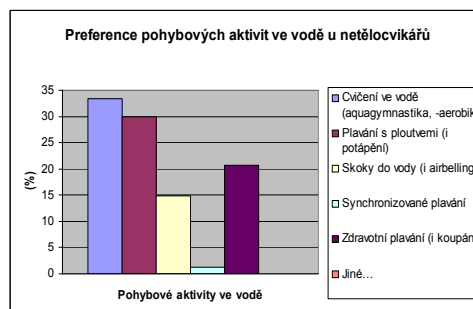


Průzkum v oblasti pohybových aktivit ve vodě u studentů studujících jiný obor než tělocvik vykázal tyto výsledky: Upřednostňují cvičení ve vodě s 33,3 % a velký zájem je o plavání s ploutvemi (29,9 %). Více jak dvacet procent respondentů (20,7 %) si vybralo zdravotní plavání. Pohyb ve vodě je v posledním období preferován a doporučován jak pro relaxaci tak i jako léčebný pohyb neboť populace se čím dál tím méně během dne pohybuje, stále více času tráví u počítačů a studenti v lavicích, proto pohyb ve vodě – plavání je vhodnou sportovní aktivitou pro správný vývoj lidského těla a pro udržení dobré kondice. tab. a graf č.14

tab. č.14

Pohybové aktivity ve vodě u NETV	(%)
Cvičení ve vodě (aquagymnastika, -aerobik)	33,3
Plavání s ploutvemi (i potápění)	29,9
Skoky do vody (i airbelling)	14,9
Synchronizované plavání	1,2
Zdravotní plavání (i koupání)	20,7
Jiné...	0

graf č.14

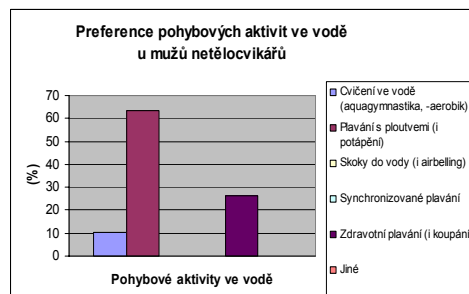


Muži studující jiný obor než tělesnou výchovu jednoznačně preferují z nabídnutých možností pohybových aktivit ve vodě plavání s ploutvemi (63,2%). tab. a graf č.14a

tab. č.14a

Pohybové aktivity ve vodě muži NETV	(%)
Cvičení ve vodě (aquagymnastika, -aerobik)	10,5
Plavání s ploutvemi (i potápění)	63,2
Skoky do vody (i airbelling)	0
Synchronizované plavání	0
Zdravotní plavání (i koupání)	26,3
Jiné	0

graf č.14a

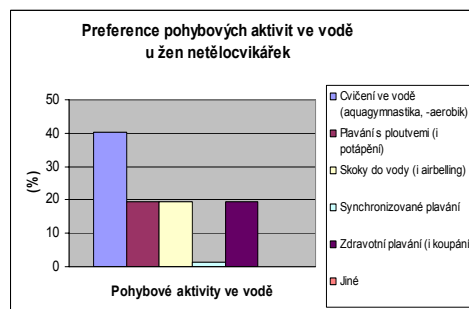


Ženy studující jiný obor než tělesnou výchovu jednoznačně preferují z nabídnutých možností pohybových aktivit ve vodě cvičení ve vodě (40,3%). tab. a graf č.14b

tab. č.14b

Pohybové aktivity ve vodě ženy NETV	(%)
Cvičení ve vodě (aquagymnastika, -aerobik)	40,3
Plavání s ploutvemi (i potápění)	19,4
Skoky do vody (i airbelling)	19,4
Synchronizované plavání	1,5
Zdravotní plavání (i koupání)	19,4
Jiné	0

graf č.14b

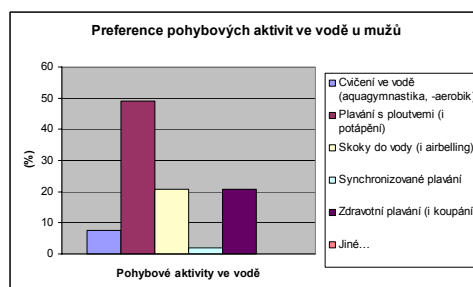


Průzkum u mužů o pohybové aktivity ve vodě vykázal tyto výsledky: Muži dávají přednost plavání s ploutvemi (49,1 %), další zájem je o zdravotní plavání a skoky do vody (20,8%). tab. a graf č.15

tab. č.15

Pohybové aktivity ve vodě u mužů	(%)
Cvičení ve vodě (aquagymnastika, -aerobik)	7,5
Plavání s ploutvemi (i potápění)	49,1
Skoky do vody (i airbelling)	20,8
Synchronizované plavání	1,9
Zdravotní plavání (i koupání)	20,8
Jiné...	0

graf č.15

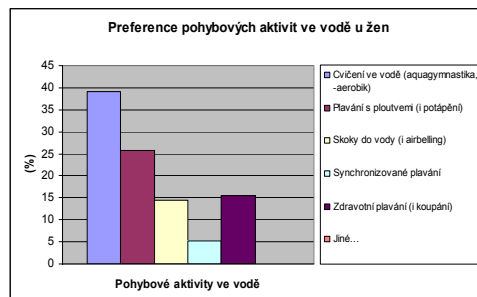


Ženy vykazují největší zájem o cvičení ve vodě (39,2 %) a o plavání s ploutvemi (25,8 %). tab. a graf č.16

tab. č.16

Pohybové aktivity ve vodě u žen	(%)
Cvičení ve vodě (aquagymnastika, -aerobik)	39,2
Plavání s ploutvemi (i potápění)	25,8
Skoky do vody (i airbelling)	14,4
Synchronizované plavání	5,2
Zdravotní plavání (i koupání)	15,5
Jiné...	0

graf č.16



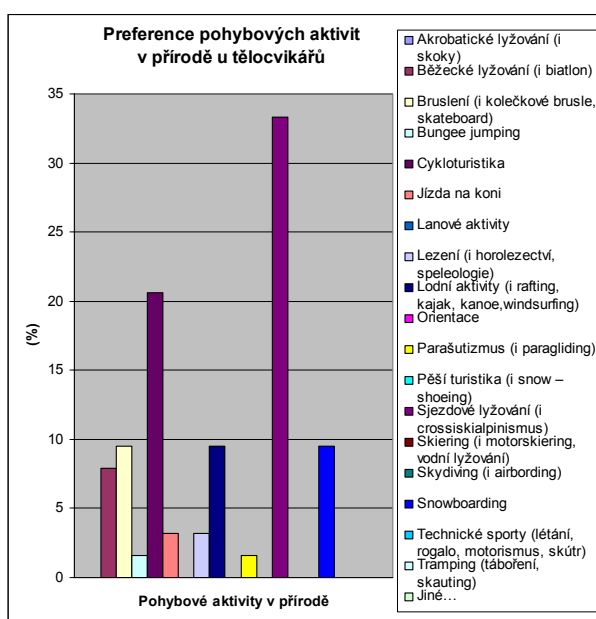
4.1.5 Pohybové aktivity v přírodě

Průzkum v oblasti pohybových aktivit v přírodě u studentů tělesné výchovy vykázal tyto výsledky. Nejvíce preferují sjezdové lyžování (33,3 %) a cykloturistiku (20,6 %). Lyžování jak sjezdové tak běh na lyžích se stal v současné době jedním z velmi preferovaných sportů v zimním období roku, zvýšený zájem o tuto aktivitu je dán většími možnostmi materiálními, možností cestovat do zahraničí a zimní sezónu si prodloužit lyžováním na ledovci. tab. a graf č.17

tab. č.17

Pohybové aktivity v přírodě u TV	(%)
Akrobatické lyžování (i skoky)	0
Běžecské lyžování (i biatlon)	7,9
Bruslení (i kolečkové brusle, skateboard)	9,5
Bungee jumping	1,6
Cykloturistika	20,6
Jízda na koni	3,2
Lanové aktivity	0
Lezení (i horolezectví, speleologie)	3,2
Lodní aktivity (i rafting, kajak, kanoe, windsurfing)	9,5
Orientace	0
Parašutizmus (i paragliding)	1,6
Pěší turistika (i snow – shoeing)	0
Sjezdové lyžování (i crossiskialpinismus)	33,3
Skiering (i motorskiering, vodní lyžování)	0
Skydiving (i airbording)	0
Snowboarding	9,5
Technické sporty (létání, rogalo, motorismus, skútr)	0
Tramping (táboření, skauting)	0
Jiné...	0

graf č.17

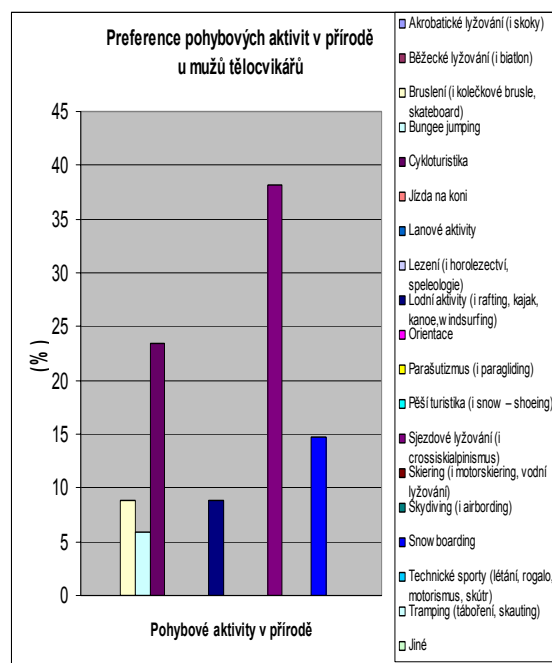


Muži studující tělesnou výchovu preferují z nabídnutých možností pohybových aktivit v přírodě sjezdové lyžování (38,2%), dále pak upřednostňují cykloturistiku (23,5%) a snowboarding (14,7%). tab. a graf č.17a

tab. č.17a

Pohybové aktivity v přírodě u mužů TV	(%)
Akrobatické lyžování (i skoky)	0
Běžecské lyžování (i biatlon)	0
Bruslení (i kolečkové brusle, skateboard)	8,8
Bungee jumping	5,9
Cykloturistika	23,5
Jízda na koni	0
Lanové aktivity	0
Lezení (i horolezectví, speleologie)	0
Lodní aktivity (i rafting, kajak, kanoe, windsurfing)	8,8
Orientace	0
Parašutizmus (i paragliding)	0
Pěší turistika (i snow – shoeing)	0
Sjezdové lyžování (i crossiskialpinismus)	38,2
Skiering (i motorskierring, vodní lyžování)	0
Skydiving (i airbording)	0
Snowboarding	14,7
Technické sporty (létání, rogalo, motorismus, skútr)	0
Tramping (táboření, skauting)	0
Jiné	0

graf č.17a

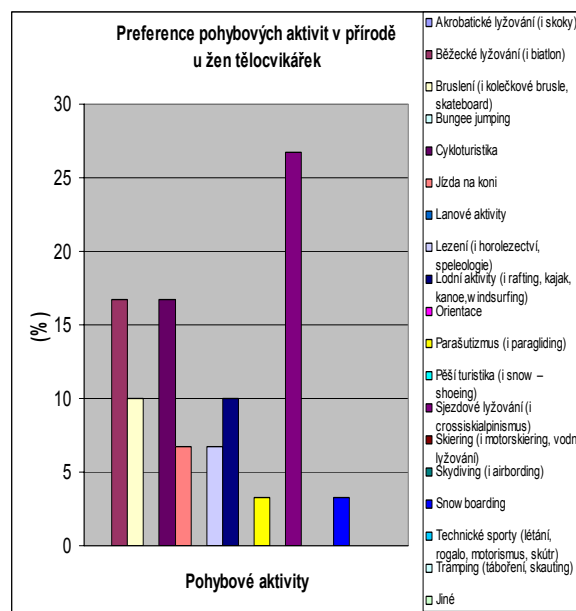


Ženy studující tělesnou výchovu preferují z nabídnutých možností pohybových aktivit v přírodě sjezdové lyžování (38,2%), dále pak upřednostňují cykloturistiku a běžecké lyžování (16,7%). tab. a graf č.17b

tab. č.17b

Pohybové aktivity v přírodě u žen TV	(%)
Akrobatické lyžování (i skoky)	0
Běžecké lyžování (i biatlon)	16,7
Bruslení (i kolečkové brusle, skateboard)	10,0
Bungee jumping	0
Cykloturistika	16,7
Jízda na koni	6,7
Lanové aktivity	0
Lezení (i horolezectví, speleologie)	6,7
Lodní aktivity (i rafting, kajak, kanoe, windsurfing)	10,0
Orientace	0
Parašutizmus (i paragliding)	3,3
Pěší turistika (i snow – shoeing)	0
Sjezdové lyžování (i crossiskialpinismus)	26,7
Skiering (i motorskiering, vodní lyžování)	0
Skydiving (i airbording)	0
Snowboarding	3,3
Technické sporty (létání, rogaló, motorismus, skútr)	0
Tramping (táboření, skauting)	0
Jiné	0

graf č.17b

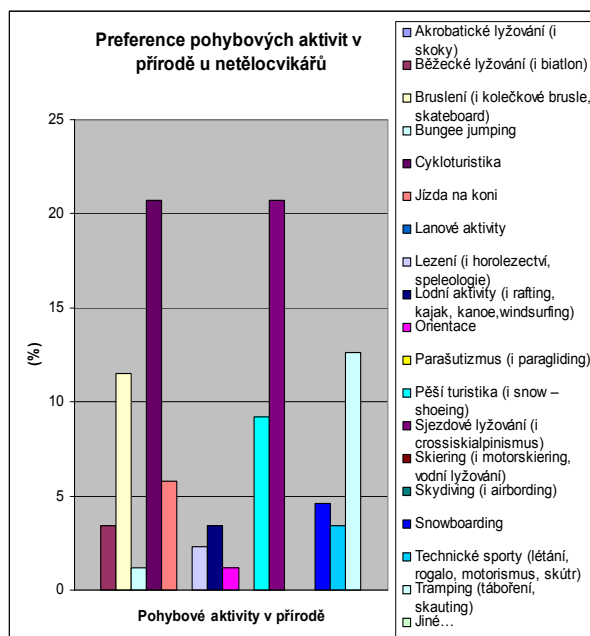


U respondentů studujících jiný obor než tělesnou výchovu byl stejný zájem o dva druhy aktivity v přírodě, cykloturistiku a sjezdové lyžování (20,7%). Obě sledované skupiny vybraly stejné dva druhy sportů. tab. a graf č.18

tab. č.18

Pohybové aktivity v přírodě u NETV	(%)
Akrobatické lyžování (i skoky)	0
Běžecské lyžování (i biatlon)	3,4
Bruslení (i kolečkové brusle, skateboard)	11,5
Bungee jumping	1,2
Cykloturistika	20,7
Jízda na koni	5,8
Lanové aktivity	0
Lezení (i horolezectví, speleologie)	2,3
Lodní aktivity (i rafting, kajak, kanoe, windsurfing)	3,4
Orientace	1,2
Parašutizmus (i paragliding)	0
Pěší turistika (i snow – shoeing)	9,2
Sjezdové lyžování (i crossiskialpinismus)	20,7
Skiering (i motorskiering, vodní lyžování)	0
Skydiving (i airbording)	0
Snowboarding	4,6
Technické sporty (létání, rogalo, motorismus, skútr)	3,4
Tramping (táboření, skauting)	12,6
Jiné...	0

graf č.18



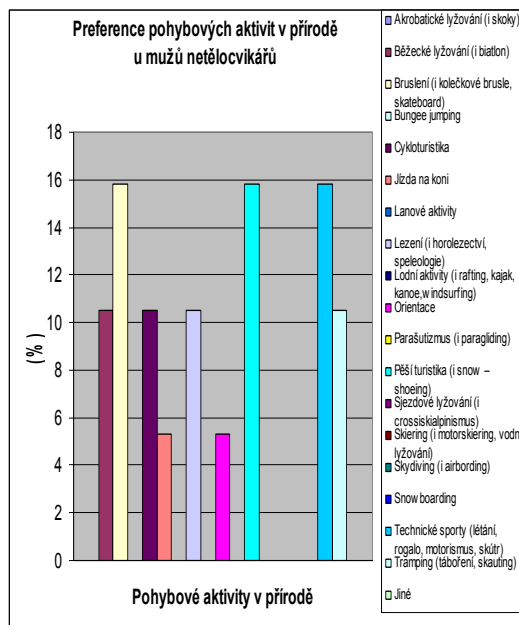
Muži studující jiný obor než tělesnou výchovu preferují z nabídnutých možností pohybových aktivit v přírodě bruslení, pěší turistiku a technické sporty (15,8%).

tab. a graf č.18a

tab. č.18a

Pohybové aktivity v přírodě u mužů NETV	(%)
Akrobatické lyžování (i skoky)	0
Běžecké lyžování (i biatlon)	10,5
Bruslení (i kolečkové brusle, skateboard)	15,8
Bungee jumping	0
Cykloturistika	10,5
Jízda na koni	5,3
Lanové aktivity	0
Lezení (i horolezectví, speleologie)	10,5
Lodní aktivity (i rafting, kajak, kanoe,windsurfing)	0
Orientace	5,3
Parašutizmus (i paragliding)	0
Pěší turistika (i snow – shoeing)	15,8
Sjezdové lyžování (i crossiskialpinismus)	0
Skiering (i motorskiering, vodní lyžování)	0
Skydiving (i airbording)	0
Snowboarding	0
Technické sporty (létání, rogalo, motorismus, skútr)	15,8
Tramping (táboření, skauting)	10,5
Jiné	0

graf č.18a

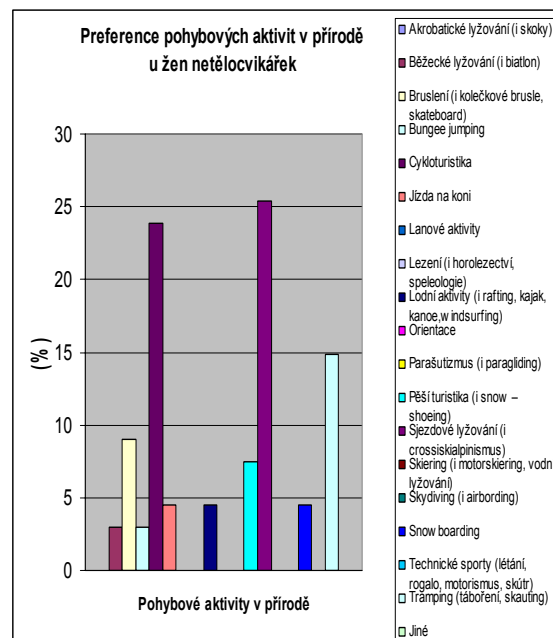


Ženy studující jiný obor než tělesnou výchovu preferují z nabídnutých možností pohybových aktivit v přírodě sjezdové lyžování (25,4%), cykloturistiku (23,9%) a tramping (14,9%). tab. a graf č.18b

tab. č.18b

Pohybové aktivity v přírodě u žen NETV	(%)
Akrobatické lyžování (i skoky)	0
Běžecké lyžování (i biatlon)	3,0
Bruslení (i kolečkové brusle, skateboard)	9,0
Bungee jumping	3,0
Cykloturistika	23,9
Jízda na koni	4,5
Lanové aktivity	0
Lezení (i horolezectví, speleologie)	0
Lodní aktivity (i rafting, kajak, kanoe, windsurfing)	4,5
Orientace	0
Parašutizmus (i paragliding)	0
Pěší turistika (i snow – shoeing)	7,5
Sjezdové lyžování (i crossiskialpinismus)	25,4
Skiering (i motorskiering, vodní lyžování)	0
Skydiving (i airbording)	0
Snowboarding	4,5
Technické sporty (létání, rogalo, motorismus, skútr)	0
Tramping (táboření, skauting)	14,9
Jiné	0

graf č.18b

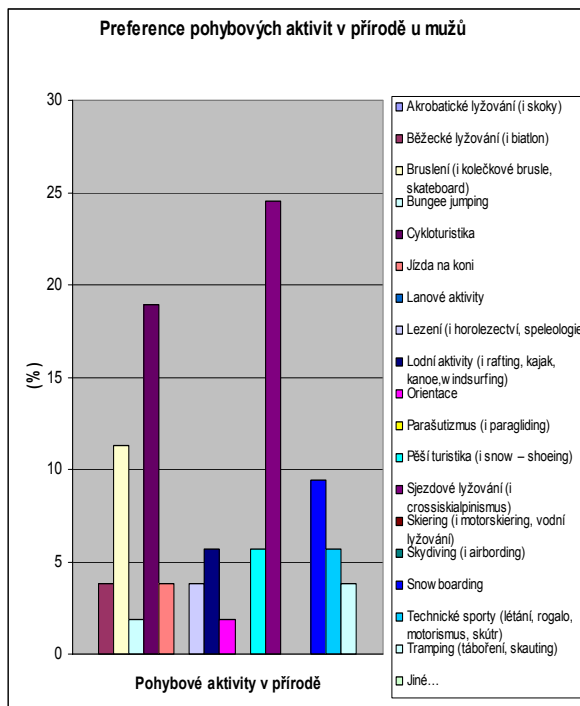


Výzkum ve sledované skupině mužů vykázal tyto výsledky. Největší zájem je o sjezdové lyžování (24,5 %) a cykloturistiku (18,9%). tab. a graf č.19

tab. č.19

Pohybové aktivity v přírodě u mužů	(%)
Akrobatické lyžování (i skoky)	0
Běžecké lyžování (i biatlon)	3,8
Bruslení (i kolečkové brusle, skateboard)	11,3
Bungee jumping	1,9
Cykloturistika	18,9
Jízda na koni	3,8
Lanové aktivity	0
Lezení (i horolezectví, speleologie)	3,8
Lodní aktivity (i rafting, kajak, kanoe, windsurfing)	5,7
Orientace	1,9
Parašutismus (i paragliding)	0
Pěší turistika (i snow – shoeing)	5,7
Sjezdové lyžování (i crossiskialpinismus)	24,5
Skiering (i motorskiering, vodní lyžování)	0
Skydiving (i airbording)	0
Snowboarding	9,4
Technické sporty (létání, rogalo, motorismus, skútr)	5,7
Tramping (táboření, skauting)	3,8
Jiné...	0

graf č.19

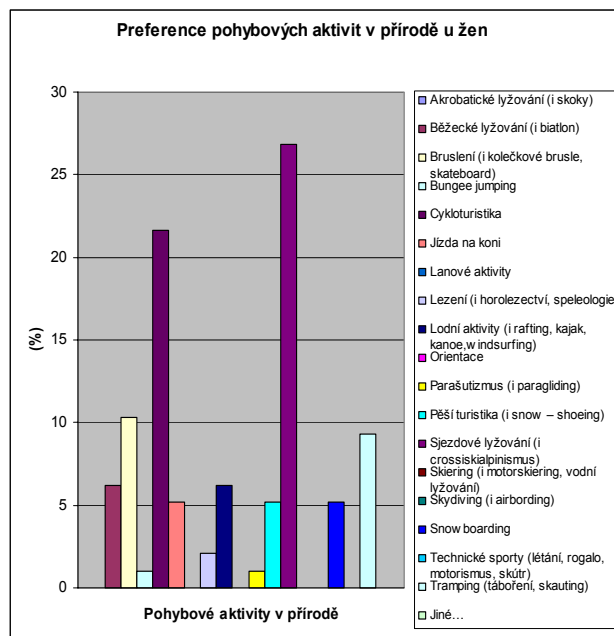


Ženy mají také u aktivit v přírodě největší zájem o sjezdové lyžování (26,8 %) a cykloturistiku (21,6%). tab. a graf č.20

tab. č.20

Pohybové aktivity v přírodě u žen	(%)
Akrobatické lyžování (i skoky)	0
Běžecské lyžování (i biatlon)	6,2
Bruslení (i kolečkové brusle, skateboard)	10,3
Bungee jumping	1
Cykloturistika	21,6
Jízda na koni	5,2
Lanové aktivity	0
Lezení (i horolezectví, speleologie)	2,1
Lodní aktivity (i rafting, kajak, kanoe,windsurfing)	6,2
Orientace	0
Parašutizmus (i paragliding)	1
Pěší turistika (i snow – shoeing)	5,2
Sjezdové lyžování (i crossiskialpinismus)	26,8
Skiering (i motorskiering, vodní lyžování)	0
Skydiving (i airbording)	0
Snowboarding	5,2
Technické sporty (létání, rogalo, motorismus, skútr)	0
Tramping (táboření, skauting)	9,3
Jiné...	0

graf č.20



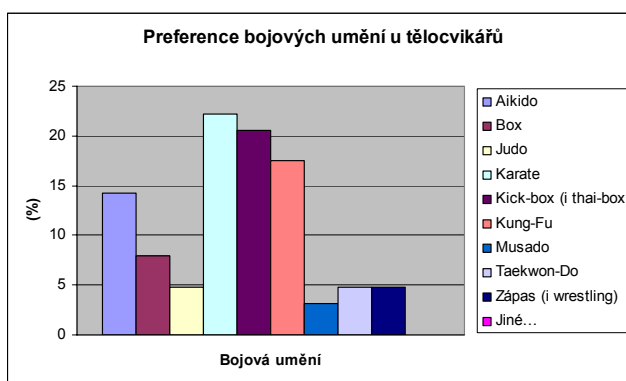
4.1.6 Bojová umění

Průzkum v oblasti bojových umění u respondentů studujících tělesnou výchovu vykázal tyto výsledky: Nejvíce preferovaným je karate (22,2 %), kick-box (20,6 %) a kung-fu (17,5%). tab. a graf č.21

tab. č.21

Bojová umění u TV	(%)
Aikido	14,3
Box	7,9
Judo	4,8
Karate	22,2
Kick-box (i thai-box)	20,6
Kung-Fu	17,5
Musado	3,2
Taekwon-Do	4,8
Zápas (i wrestling)	4,8
Jiné...	0

graf č.21

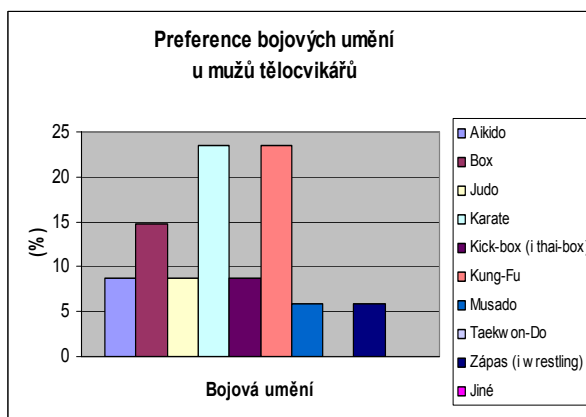


Muži studující tělesnou výchovu preferují z nabídnutých možností v oblasti bojových umění karate a kung-fu (23,5%), dále pak upřednostňují box (14,7%). tab. a graf č.21a

tab. č.21a

Bojová umění u mužů TV	(%)
Aikido	8,8
Box	14,7
Judo	8,8
Karate	23,5
Kick-box (i thai-box)	8,8
Kung-Fu	23,5
Musado	5,9
Taekwon-Do	0
Zápas (i wrestling)	5,9
Jiné	0

graf č.21a



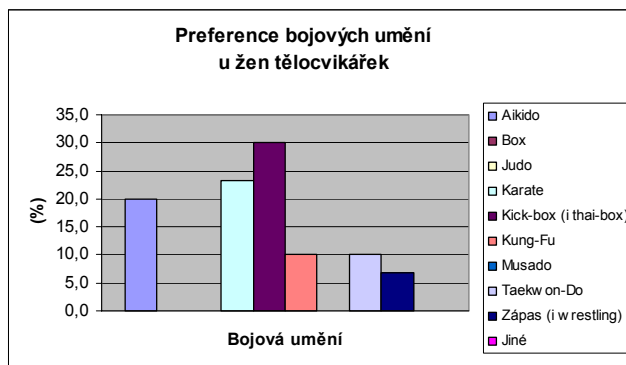
Ženy studující tělesnou výchovu preferují z nabídnutých možností v oblasti bojových umění kick-box (30,0%). Dále pak upřednostňují karate (23,5%) a aikido (20,0%).

tab. a graf č.21b

tab. č.21b

Bojová umění u žen TV	(%)
Aikido	20,0
Box	0
Judo	0
Karate	23,3
Kick-box (i thai-box)	30,0
Kung-Fu	10,0
Musado	0
Taekwon-Do	10,0
Zápas (i wrestling)	6,7
Jiné	0

graf č.21b

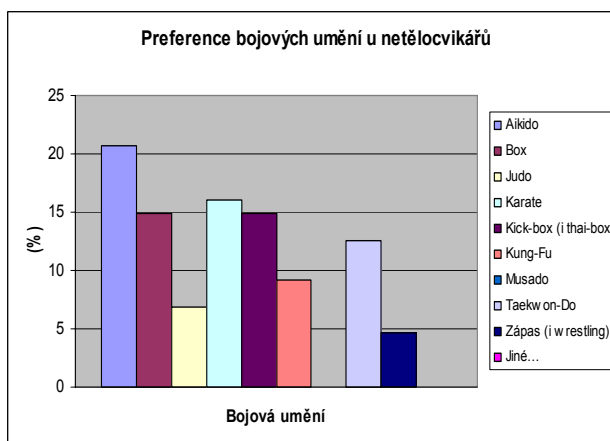


Průzkum u respondentů studující jiný obor než tělesnou výchovu vykázal tyto výsledky: Největší zájem je o aikido (20,7 %), karate (16,1%), box a kick-box (14,9 %). tab. a graf č.22

tab. č.22

Bojová umění u NETV	(%)
Aikido	20,7
Box	14,9
Judo	6,9
Karate	16,1
Kick-box (i thai-box)	14,9
Kung-Fu	9,2
Musado	0
Taekwon-Do	12,6
Zápas (i wrestling)	4,6
Jiné...	0

graf č.22

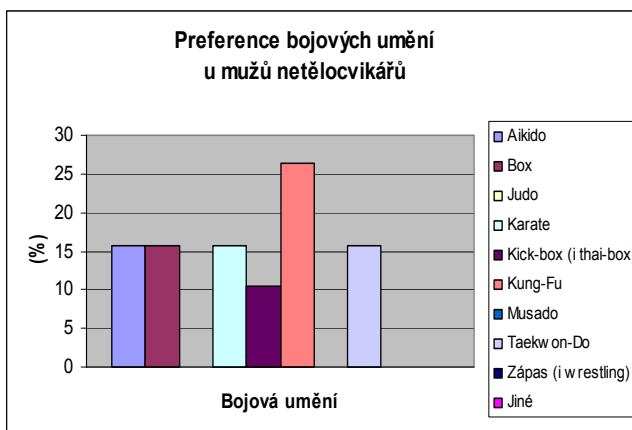


Muži studující jiný obor než tělesnou výchovu preferují z nabídnutých možností v oblasti bojových umění kung-fu (26,3%). Dále pak upřednostňují aikido, box, karate a taekwon-do (15,8%). tab. a graf č.22a

tab. č.22a

Bojová umění mužů NETV	(%)
Aikido	15,8
Box	15,8
Judo	0
Karate	15,8
Kick-box (i thai-box)	10,5
Kung-Fu	26,3
Musado	0
Taekwon-Do	15,8
Zápas (i wrestling)	0
Jiné	0

graf č.22a

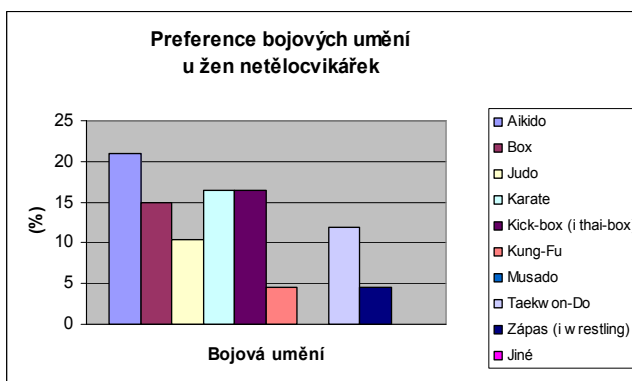


Ženy studující jiný obor než tělesnou výchovu preferují z nabídnutých možností v oblasti bojových umění aikido (20,9%). Dále pak upřednostňují karate a kick-box (16,4%). tab. a graf č.22b

tab. č.22b

Bojová umění u žen NETV	(%)
Aikido	20,9
Box	14,9
Judo	10,4
Karate	16,4
Kick-box (i thai-box)	16,4
Kung-Fu	4,5
Musado	0
Taekwon-Do	11,9
Zápas (i wrestling)	4,5
Jiné	0

graf č.22b

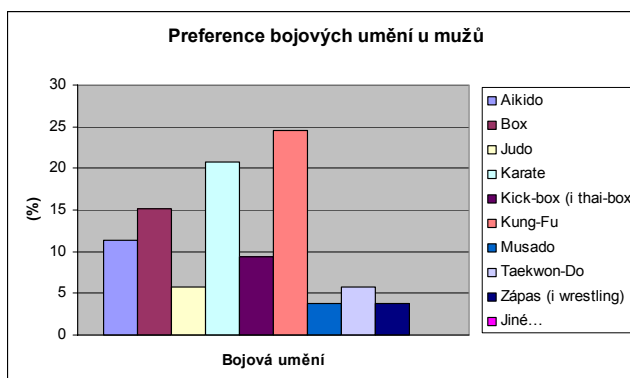


U mužů je největší zájem o kung-fu (24,5 %) a o karate (20,8 %). tab. a graf č.23

tab. č.23

Bojová umění u mužů	(%)
Aikido	11,3
Box	15,1
Judo	5,7
Karate	20,8
Kick-box (i thai-box)	9,4
Kung-Fu	24,5
Musado	3,8
Taekwon-Do	5,7
Zápas (i wrestling)	3,8
Jiné...	0

graf č.23

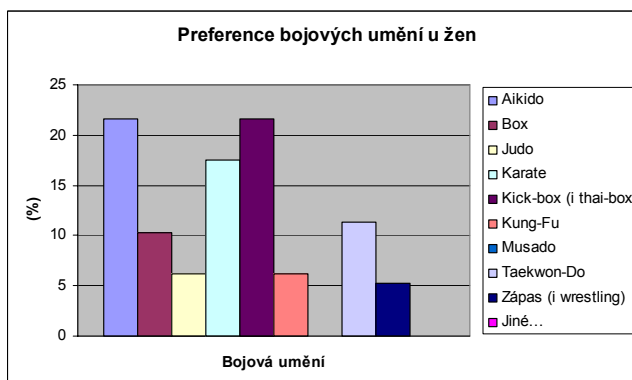


Ženy mají největší zájem z možných bojových aktivit o aikido a kick-box (21,6 %) a o karate (17,5 %). tab. a graf č.24

tab. č.24

Bojová umění u žen	(%)
Aikido	21,6
Box	10,3
Judo	6,2
Karate	17,5
Kick-box (i thai-box)	21,6
Kung-Fu	6,2
Musado	0
Taekwon-Do	11,3
Zápas (i wrestling)	5,2
Jiné...	0

graf č.24



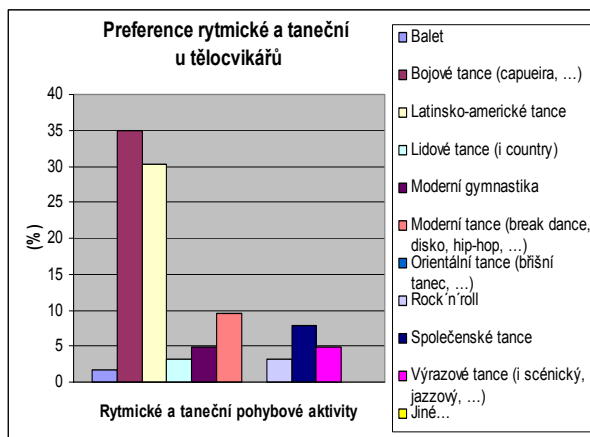
4.1.7 Rytmické a taneční aktivity

U respondentů studujících tělesnou výchovu jednoznačně převažuje zájem o bojové tance (34,2 %) a o latinsko-americké tance (30,2 %). tab. a graf č.25

tab. č.25

Rytmické a taneční u TV	(%)
Balet	1,6
Bojové tance (capueira, ...)	34,9
Latinsko-americké tance	30,2
Lidové tance (i country)	3,2
Moderní gymnastika	4,8
Moderní tance (break dance, disko, hip-hop, ...)	9,5
Orientální tance (břišní tanec, ...)	0
Rock 'n' roll	3,2
Společenské tance	7,9
Výrazové tance (i scénický, jazzový, ...)	4,8
Jiné...	0

graf č.25

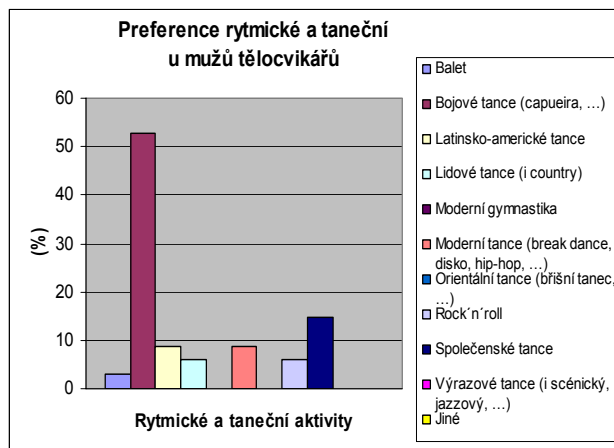


Muži studující tělesnou výchovu preferují z nabídnutých možností v oblasti rytmických a tanečních aktivit jednoznačně bojové tance (52,9%). tab. a graf č.25a

tab. č.25a

Rytmické a taneční u mužů TV	(%)
Balet	2,9
Bojové tance (capueira, ...)	52,9
Latinsko-americké tance	8,8
Lidové tance (i country)	5,9
Moderní gymnastika	0
Moderní tance (break dance, disko, hip-hop, ...)	8,8
Orientální tance (břišní tanec, ...)	0
Rock'n'roll	5,9
Společenské tance	14,7
Výrazové tance (i scénický, jazzový, ...)	0
Jiné	0

graf č.25a



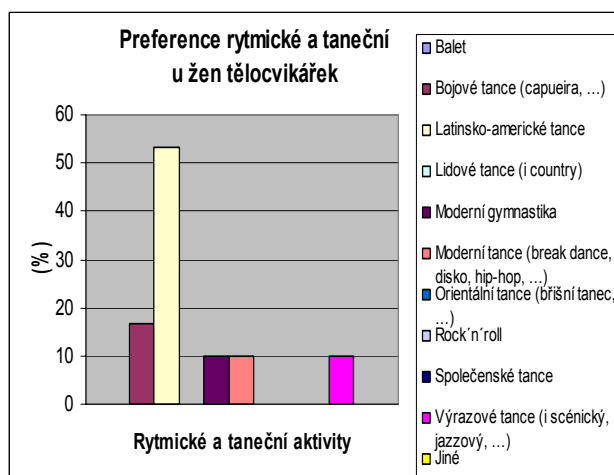
Ženy studující tělesnou výchovu preferují z nabídnutých možností v oblasti rytmických a tanečních aktivit jednoznačně latinsko-americké tance (53,3%).

tab. a graf č.25b

tab. č.25b

Rytmické a taneční u žen TV	(%)
Balet	0
Bojové tance (capueira, ...)	16,7
Latinsko-americké tance	53,3
Lidové tance (i country)	0
Moderní gymnastika	10,0
Moderní tance (break dance, disko, hip-hop, ...)	10,0
Orientální tance (břišní tanec, ...)	0
Rock'n'roll	0
Společenské tance	0
Výrazové tance (i scénický, jazzový, ...)	10,0
Jiné	0

graf č.25b

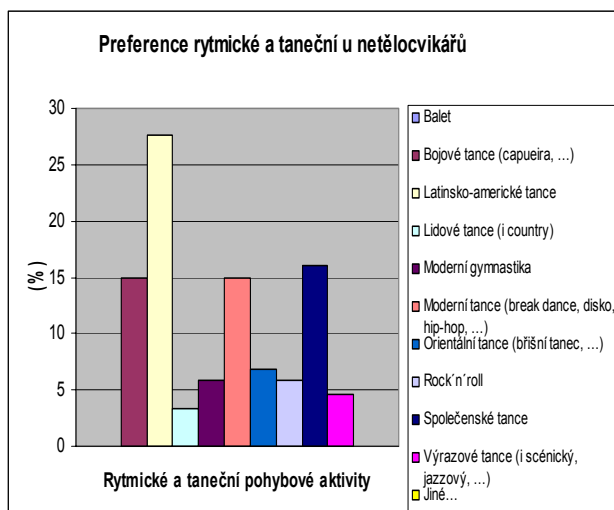


Průzkum u respondentů studujících jiný obor než tělesnou výchovu vykázal tyto výsledky: Převažuje zájem o latinsko-americké tance (27,6 %) a o společenské tance (16,1 %). tab. a graf č.26

tab. č.26

Rytmické a taneční u NETV	(%)
Balet	0
Bojové tance (capueira, ...)	14,9
Latinsko-americké tance	27,6
Lidové tance (i country)	3,4
Moderní gymnastika	5,8
Moderní tance (break dance, disko, hip-hop, ...)	14,9
Orientální tance (břišní tanec, ...)	6,9
Rock'n'roll	5,8
Společenské tance	16,1
Výrazové tance (i scénický, jazzový, ...)	4,6
Jiné...	0

graf č.26

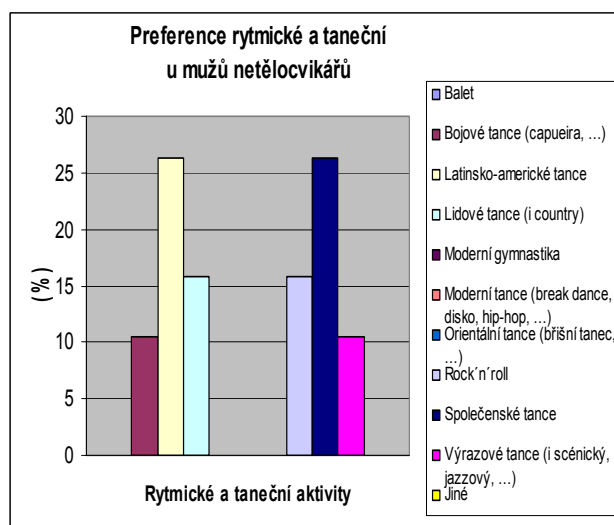


Muži studující jiný obor než tělesnou výchovu preferují z nabídnutých možností v oblasti rytmických a tanečních aktivit latinsko-americké tance a společenské tance (26,3%). tab. a graf č.26a

tab. č.26a

Rytmické a taneční u mužů NETV	(%)
Balet	0
Bojové tance (capueira, ...)	10,5
Latinsko-americké tance	26,3
Lidové tance (i country)	15,8
Moderní gymnastika	0
Moderní tance (break dance, disko, hip-hop, ...)	0
Orientální tance (břišní tanec, ...)	0
Rock'n'roll	15,8
Společenské tance	26,3
Výrazové tance (i scénický, jazzový, ...)	10,5
Jiné	0

graf č.26a

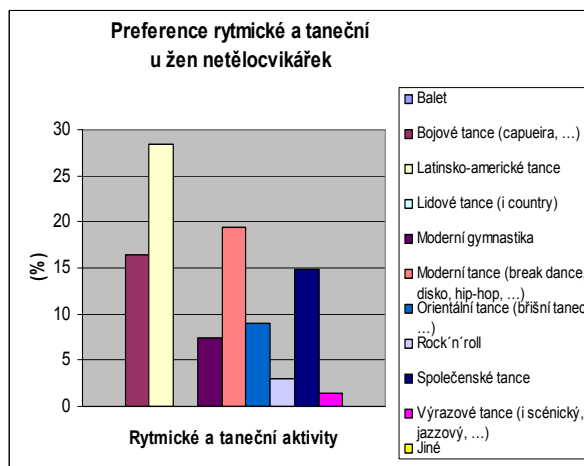


Ženy studující jiný obor než tělesnou výchovu preferují z nabídnutých možností v oblasti rytmických a tanečních aktivit latinsko-americké tance (28,4%). Dále upřednostňují moderní tance (19,4%) a bojové tance (16,4%). tab. a graf č.26b

tab. č.26b

Rytmické a taneční u žen NETV	(%)
Balet	0
Bojové tance (capueira, ...)	16,4
Latinsko-americké tance	28,4
Lidové tance (i country)	0
Moderní gymnastika	7,5
Moderní tance (break dance, disko, hip-hop, ...)	19,4
Orientální tance (břišní tanec, ...)	9,0
Rock 'n' roll	3,0
Společenské tance	14,9
Výrazové tance (i scénický, jazzový, ...)	1,5
Jiné	0

graf č.26b

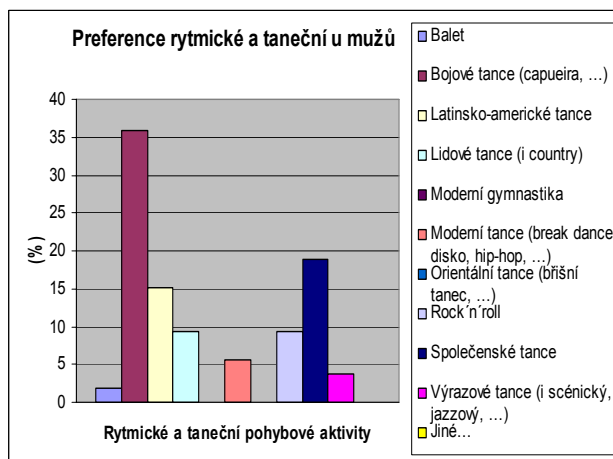


Muži z nabídnutých možností preferují jednoznačně bojové tance (35,8%) a o něco méně společenské tance (18,9%). tab. a graf č.27

tab. č.27

Rytmické a taneční u mužů	(%)
Balet	1,9
Bojové tance (capueira, ...)	35,8
Latinsko-americké tance	15,1
Lidové tance (i country)	9,4
Moderní gymnastika	0
Moderní tance (break dance, disko, hip-hop, ...)	5,7
Orientální tance (břišní tanec, ...)	0
Rock 'n' roll	9,4
Společenské tance	18,9
Výrazové tance (i scénický, jazzový, ...)	3,8
Jiné...	0

graf č.27

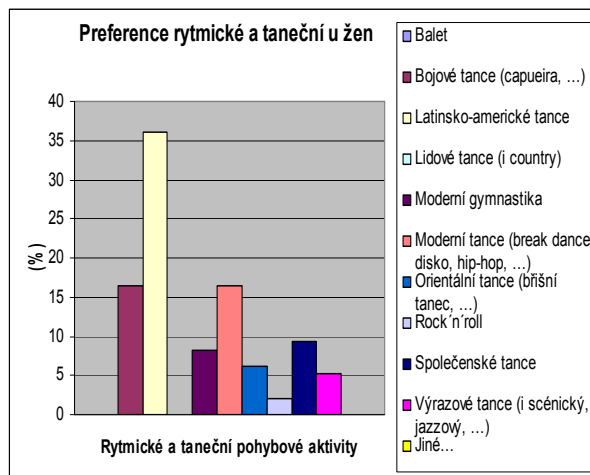


U žen převažuje zájem o latinsko-americké tance (36,1 %), dále o bojové tance a moderní tance jako je disko, hip-hop a jiné (16,5 %). tab. a graf č.28

tab. č.28

Rytmické a taneční u žen	(%)
Balet	0
Bojové tance (capueira, ...)	16,5
Latinsko-americké tance	36,1
Lidové tance (i country)	0
Moderní gymnastika	8,2
Moderní tance (break dance, disko, hip-hop, ...)	16,5
Orientální tance (břišní tanec, ...)	6,2
Rock'n'roll	2,1
Společenské tance	9,3
Výrazové tance (i scénický, jazzový, ...)	5,2
Jiné...	0

graf č.28



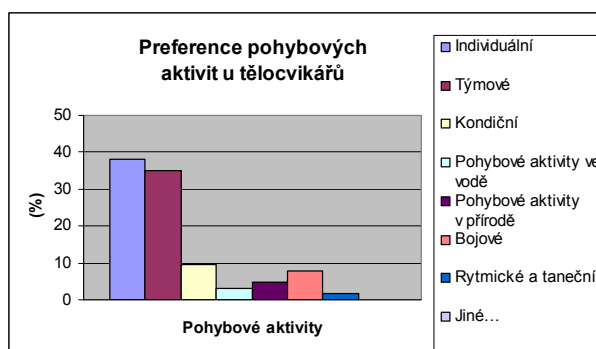
4.1.8 Pohybové aktivity

Pokud budeme vyhodnocovat pohybové aktivity obecně, lze konstatovat, že u respondentů studujících tělesnou výchovu převažuje zájem o sporty individuální (38,1 %) a sportovní aktivity týmové (34,9 %), ostatní skupiny pohybových aktivit nedosahují 10 %. tab. a graf č.29

tab. č.29

Pohybové aktivity u TV	(%)
Individuální	38,1
Týmové	34,9
Kondiční	9,5
Pohybové aktivity ve vodě	3,2
Pohybové aktivity v přírodě	4,8
Bojové	7,9
Rytmičké a taneční	1,6
Jiné...	0

graf č.29

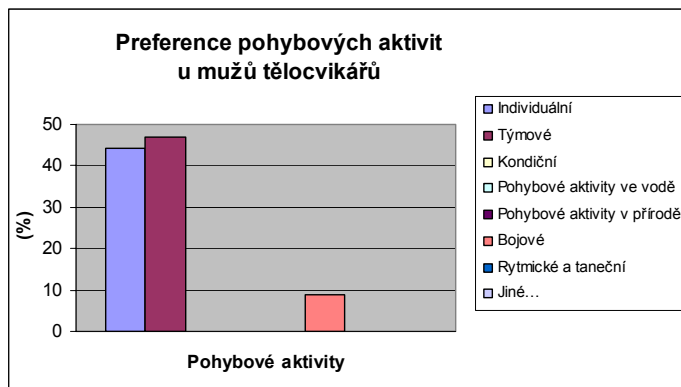


Muži studující tělesnou výchovu preferují v oblasti pohybové aktivity jednoznačně týmové (47,1%) a individuální (44,1%) aktivity. tab. a graf č.29a

tab. č.29a

Pohybové aktivity u mužů TV	(%)
Individuální	44,1
Týmové	47,1
Kondiční	0
Pohybové aktivity ve vodě	0
Pohybové aktivity v přírodě	0
Bojové	8,8
Rytmičké a taneční	0
Jiné...	0

graf č.29a

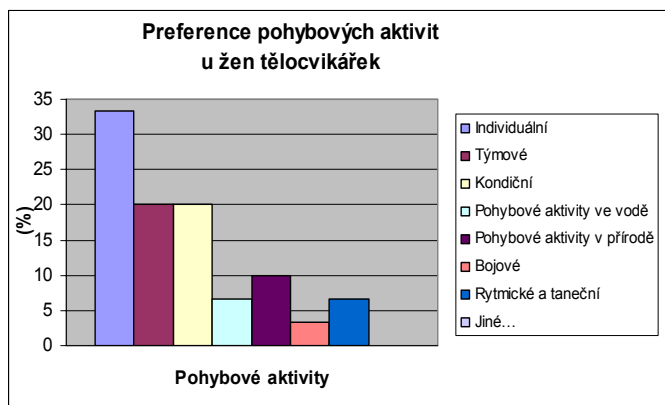


Ženy studující tělesnou výchovu preferují v oblasti pohybové aktivity individuální (33,3%), týmové a kondiční (20,0%) aktivity. tab. a graf č.29b

tab. č.29b

Pohybové aktivity u žen TV	(%)
Individuální	33,3
Týmové	20,0
Kondiční	20,0
Pohybové aktivity ve vodě	6,7
Pohybové aktivity v přírodě	10,0
Bojové	3,3
Rytmičké a taneční	6,7
Jiné...	0

graf č.29b

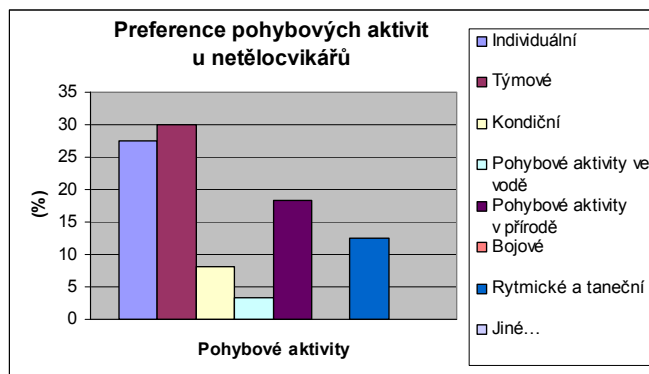


U studentů studujících jiný obor než tělesnou výchovu převažuje zájem o týmové sporty (29,9 %) a aktivity individuální (27,6 %). U této skupiny respondentů ještě pohybové aktivity v přírodě a rytmická cvičení překročila 10 %. tab. a graf č. 30

tab. č.30

Pohybové aktivity u NETV	(%)
Individuální	27,6
Týmové	29,9
Kondiční	8,1
Pohybové aktivity ve vodě	3,4
Pohybové aktivity v přírodě	18,4
Bojové	0
Rytmické a taneční	12,6
Jiné...	0

graf č.30

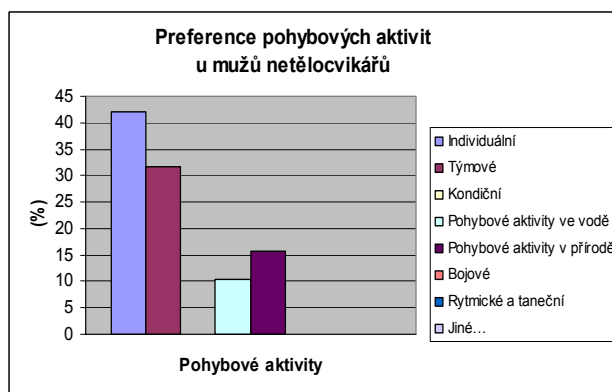


Muži studující jiný obor než tělesnou výchovu preferují v oblasti pohybové aktivity jednoznačně individuální (42,1%) a týmové (31,6%) aktivity. tab. a graf č.30a

tab. č.30a

Pohybové aktivity u mužů NETV	(%)
Individuální	42,1
Týmové	31,6
Kondiční	0
Pohybové aktivity ve vodě	10,5
Pohybové aktivity v přírodě	15,8
Bojové	0
Rytmické a taneční	0
Jiné...	0

graf č.30a



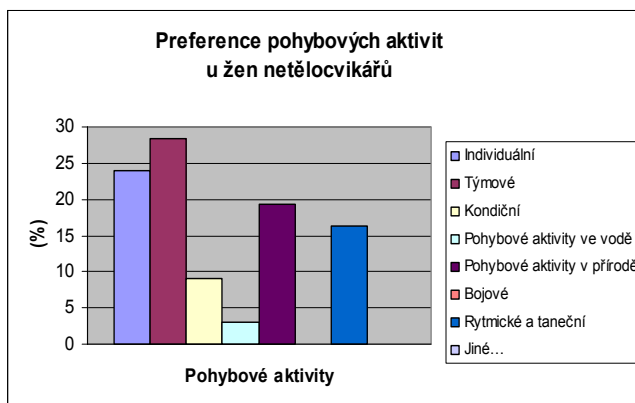
Ženy studující jiný obor než tělesnou výchovu preferují v oblasti pohybové aktivity týmové (28,4%), individuální (23,9%) a pohybové aktivity v přírodě (19,4%).

tab. a graf č.30b

tab. č.30b

Pohybové aktivity u žen NETV	(%)
Individuální	23,9
Týmové	28,4
Kondiční	9
Pohybové aktivity ve vodě	3
Pohybové aktivity v přírodě	19,4
Bojové	0
Rytmické a taneční	16,4
Jiné...	0

graf č.30b

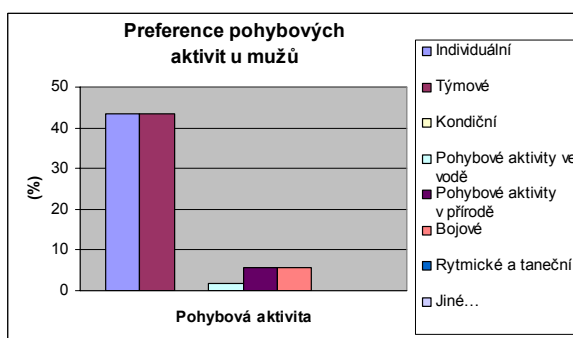


U mužů ve sledované skupině respondentů je stejný zájem jak o aktivity individuální tak týmové, dosahují 43,4 %, o ostatní druhy aktivit je zájem malý. tab. a graf č.31

tab. č.31

Pohybové aktivity u mužů	(%)
Individuální	43,4
Týmové	43,4
Kondiční	0
Pohybové aktivity ve vodě	1,9
Pohybové aktivity v přírodě	5,7
Bojové	5,7
Rytmické a taneční	0
Jiné...	0

graf č.31

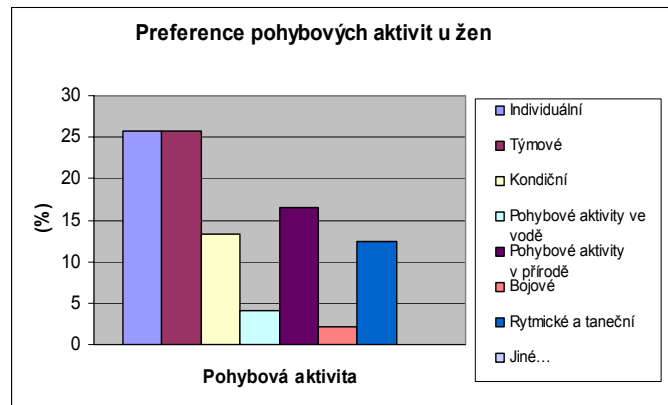


Také u žen výzkum potvrdil stejný zájem o dvě skupiny pohybových aktivit, i když to není s takovou převahou jako u mužů. Individuální a skupinové aktivity preferuje 25,8 % respondentů. O pohybové aktivity v přírodě má zájem 16,5% dotazovaných žen. tab. a graf č.32

tab. č.32

Pohybové aktivity u žen	(%)
Individuální	25,8
Týmové	25,8
Kondiční	13,4
Pohybové aktivity ve vodě	4,1
Pohybové aktivity v přírodě	16,5
Bojové	2,1
Rytmické a taneční	12,4
Jiné...	0

graf č.32



5 Závěr

Stanovený cíl diplomové práce, kterým bylo zjistit preference pohybových aktivit studentů Pedagogické fakulty Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích byl dosažen. Dotazníky byly aplikovány mezi skupinami oborů studentů Pedagogické fakulty Jihočeské univerzity. Z necelých 200 rozdaných dotazníků bylo správně vyplněno a odevzdáno 150. Výsledky byly zpracovány do tabulek a grafů, které jsou součástí práce.

Z výsledků jsou patrné rozdíly v preferencích pohybových aktivit mezi studenty studující tělesnou výchovu a ostatními a mezi zájmy mužů a žen. V oblasti individuálních sportů všechny skupiny preferují cyklistiku (silniční i horská), ale na dalších pozicích jsou rozdíly. U studentů tělesné výchovy se projevuje vliv vybraného studijního oboru neboť na dalších místech je atletika a plavání, které patří mezi povinné předměty nabízené katedrou tělesné výchovy. U skupiny studující jiný obor než tělesnou výchovu je na dalších místech plavání a bruslení, o atletiku je zájem minimální. U mužů na dalších místech je bruslení a atletika, ženy preferují plavání a bruslení.

V kolektivních sportech nejsou velké rozdíly v zájmu mezi studenty tělesné výchovy a studenty ostatních oborů, jednoznačně největší zájem je o volejbal. Katedra tělesné výchovy tuto aktivitu nabízí jako výběrový předmět pro všechny učitelské obory Pedagogické fakulty. Ve skupinách mužů a žen jsou již rozdíly v preferencích mnohem výraznější a to tak, že ženy dávají přednost volejbalu a muži fotbalu. Popularita basketbalu je v současné době minulostí.

Studenti tělesné výchovy upřednostňují z kondičních aktivit spinning a studující jiný obor aerobik, o zbylé aktivity studenti neprojevili zájem nebo byl minimální.

Ženy mají zájem o aerobik u dalších z nabízených aktivit byl minimální. Muži preferují dva druhy aktivit a to posilovací cvičení a běh (jogging), o aerobik na rozdíl od žen zájem nebyl.

Z pohybových aktivit provozovaných ve vodě je největší zájem ve všech skupinách o plavání s ploutvemi a rozdíly se projevují u žen které dávají přednost cvičení ve vodě.

U aktivit v přírodě nejsou mezi skupinami výrazné rozdíly, všichni preferují na prvních dvou místech sjezdové lyžování a cykloturistiku. Tyto druhy sportu patří v současné době k nejoblíbenějším nejen v těchto skupinách ale i v celé společnosti.

V oblasti rytmických a tanečních aktivit muži preferují bojové tance a ženy latinsko-americké tance.

V oblasti pohybových aktivit obecně jsou na prvních dvou místech individuální a
týmové pohybové aktivity, které převyšují ostatní druhy.

Katedra tělesné výchovy Pedagogické fakulty Jihočeské univerzity nabízí jako
výběrové předměty ty, o které mají studenti největší zájem.

6 Bibliografická citace

1. BUNC, V. (1997). Pohybové aktivity jako prostředek ovlivňování zdravotně orientované zdatnosti. In P. Tilinger & T. Perič (Eds.), *Tělesná výchova a sport na přelomu století* (pp. 172-174). Praha: Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu.
2. ČÁP, J. (1993). *Psychologie výchovy a vyučování*. Praha: Univerzita Karlova.
3. DANĚK, K. (1983). *Pohybem ke zdraví*. Edice Sport a zdraví. Praha: Olympia.
4. DUDÁČKÁ, B. (1990). Tvorba pohybových režimů mládeže a dospělé populace jako nezbytné součásti životního způsobu. *Sborník vědecké rady ÚV ČSTV, č. 21*, 20-25.
5. EWIÁKOVÁ, A. (1998). Objektivní příčiny nezájmu mládeže a sport. *Tělesná Výchova a Šport, 8(1)*, 17-19.
6. FRÖMEL, K., GARBACIAK, W., GÓRNA, K., KUBCZYK, T., POCENTY, A. (1998). Wpływ obciążenia fizycznego na stotunek uczniów do lekcji wychowania fizycznego w szkołach podstawowych. In M. Bronikowski, R. Muszkieta, T. Olejniczak (Eds.), *Lekcja wychowania fizycznego* (pp. 84-89). Poznań: Akademia Wychowani Fizycznego.
7. FRÖMEL, K., NOVOSAD, J., SVOZIL, Z. (1999). *Pohybová aktivita a sportovní zájmy mládeže*. Olomouc: Univerzita Palackého.
8. HRČKA, J. (1984). *Rekreační sport a súčasný spôsob života*. Bratislava: Veda.
9. CHMELÍČKOVÁ, P. (2004). *Sportovní aktivita zdraví osob studujících tělesnou výchovu a sport na Jihočeské univerzitě* (Diplomová práce). České Budějovice: Jihočeská univerzita, Pedagogická fakulta.
10. KAPLAN, R. M., SALLIS, J. F., PATTERSON, T. L. (1996). *Zdravie a správanie človeka* (L. Maršálová & I. Břežný, Trans.). Bratislava: Slovenské pedagogické nakladateľstvo. (Originál work Publisher 1993).
11. KASA, J. (1991). *Pohybová činnosť v telesnej kultúre*. Bratislava: Univerzita Komenského.
12. ŘEPKA, E., FRÖMEL, K., ŠEBRLE, Z. (2005). *Youth Physical activity and inactivity in the South Bohemian region*. (Pohybová aktivita a inaktivita jihočeské mládeže). In: *Studia Kinantropologica*. České Budějovice: JU PF, KTVS, 6/1, s. 33-39.
13. SALLIS, J. F., HOVEL, M. F. (1990). Determinants of Exercise Behavior. *Exercise and Sport Science Reviews*, 18, 307-317.
14. SKALKOVÁ, J. (1983). *Úvod do metodologie a metod pedagogického výzkumu*. Praha: SPN, 86 – 92.

15. SLEPIČKOVÁ, I. (2005). *Sport a volný čas*. Praha: Karolinum.
16. VALJENT, Z. Změny v oblíbenosti sportovních odvětví u VŠ studentů.
České Budějovice, *Studia Kinantropologica* (v tisku).
17. VONDRUŠKA, V. a BARTÁK, K. (1999). *Pohybová aktivita ve zdraví a v nemoci*.
Hradec Králové: Klinika tělovýchovného lékařství FN a LFUK.

7 Seznam příloh

1. Příloha č. 1: Dotazník preferencí pohybových aktivit

Příloha č.1

Katedra kinantropologie a společenských věd

Fakulta tělesné kultury UP

Dotazník preferencí pohybových aktivit

Pohlaví: _____ Hmotnost: _____ Výška: _____ Rok narození: _____ Škola: _____ Ročník: _____

Uveďte účast v pravidelně prováděné a organizované pohybové aktivitě (tj. pod vedením učitele nebo trenéra) během týdne ve volném čase v posledních 12 měsících – mimo prázdniny a dovolenou (označte křížkem ano nebo ne a napište, jaký druh organizované pohybové aktivity provádíte):

ANO NE Druh pohybové aktivity: _____ Hodin za týden: _____

Uveďte, kdy během dne byste nejraději provozovali oblíbenou pohybovou aktivitu (označte křížkem pouze jednu možnost):

Do 8:00 hod. 8:00 - 12:00 hod. 12:00 - 16:00 hod. 16:00 - 20:00 hod. Od 20:00 hod.

Instrukce: Z každé oblasti zvolte pět vašich nejoblíbenějších pohybových aktivit, kterým byste se rádi věnovali. Nejoblíbenější pohybovou aktivitu označte křížkem v tabulce ve sloupci pod jedničkou, druhou nejoblíbenější ve sloupci pod dvojkou atd. až po pátou nejoblíbenější.

1	2	3	4	5	Individuální sporty
					Atletika
					Badminton
					Bruslení (i kolečkové, skateboard)
					Bowling (i kuželky)
					Cyklistika (silniční i horská)
					Golf (i minigolf)
					Kulečník (i biliár)
					Lukostřelba
					Petangue
					Plavání
					Sportovní gymnastika
					Squash (i ricochet, racquet ball)
					Střelba
					Šípky (i další terčové aktivity)
					Tenis (i stolní, soft tenis)
					Jiné.....

1	2	3	4	5	Týmové sporty
					Baseball (a další pátkové hry)
					Basketbal
					Curling
					Florbal (i hokejbal)
					Fotbal (i futsal)
					Frisbee
					Házená
					Lední hokej (i in-line)
					Lakros
					Nohejbal
					Ragby (i americký fotbal)
					Vodní pólo (volejbal, basketbal)
					Volejbal (i beach, přehazovaná)
					Vybíjená
					Jiné.....

1	2	3	4	5	Kondiční aktivity
					Aerobik
					Běh (i jogging)
					Bodystyling
					Jóga
					Kondiční chůze (i severská)
					Kulturistika
					Posilovací cvičení
					Spinning
					Taibo (i box aerobik)
					Tai-Chi
					Zdravotní cvičení
					Jiné.....

1	2	3	4	5	Pohybové aktivity ve vodě
					Cvičení ve vodě (aquagymnastika, -aerobik)
					Plavání s ploutvemi (i potápění)
					Skoky do vody (i airbellng)
					Synchronizované plavání
					Zdravotní plavání (i koupání)
					Jiné.....

1	2	3	4	5	Pohybové aktivity v přírodě
					Akrobatické lyžování (i skoky)
					Běžecské lyžování (i biatlon)
					Bruslení (i kolečkové brusle, skateboard)
					Bungee jumping
					Cykloturistika
					Jízda na koni
					Lanové aktivity
					Lezení (i horolezectví, speleologie)
					Lodní aktivity (i rafting, kajak, kanoe, windsurfing)
					Orientace
					Parašutismus (i paragliding)
					Pěší turistika (i snow-shoeing)
					Sjezdové lyžování (i cross, skialpinismus)
					Skiering (i motoskiing, vodní lyžování)
					Skydiving (i airboarding)
					Snowboarding
					Technické sporty (létání, rogalo, motorismus, skútr)
					Tramping (táboření, skauting)
					Jiné.....

1	2	3	4	5	Bojová umění
					Aikido
					Box
					Judo
					Karate
					Kick-box (i thai-box)
					Kung-Fu
					Musado
					Taekwon-Do
					Zápas (i wrestling)
					Jiné.....

1	2	3	4	5	Rytmické a taneční
					Balet
					Bojové tance (capueira, ...)
					Latinsko-americké tance
					Lidové tance (i country)
					Moderní gymnastika
					Moderní tance (break dance, disko, hip-hop, ...)
					Orientální tance (bříšní tanec, ...)
					Rock 'n' roll
					Společenské tance
					Výrazové tance (i scénický, jazzový, ...)
					Jiné.....

1	2	3	4	5	Pohybové aktivity
					Individuální
					Týmové
					Kondiční
					Pohybové aktivity ve vodě
					Pohybové aktivity v přírodě
					Bojové
					Rytmické a taneční
					Jiné.....

Po vyplnění dotazníku se zamyslete nad naprosto nejoblíbenější pohybovou aktivitou a označte ji kroužkem (viz vzor na druhé straně).

