



Pedagogická
fakulta
Faculty
of Education

Jihočeská univerzita
v Českých Budějovicích
University of South Bohemia
in České Budějovice

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Pedagogická fakulta
Katedra pedagogiky a psychologie

Bakalářská práce

Rizikové chování adolescentů s ohledem na jejich sportovní aktivitu

Vypracovala: Ing. Tereza Kratochvílová
Vedoucí práce: Mgr. Luboš Krninský, Ph.D.

České Budějovice 2019

Prohlášení

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 jejich internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích 9. 4. 2019

.....
Ing. Tereza Kratochvílová

Poděkování

Tímto bych chtěla poděkovat vedoucímu práce panu Mgr. Luboši Krninskému, Ph.D. za ochotu a odborné rady k vypracování mé bakalářské práce. Dále bych chtěla poděkovat své rodině, která mě po celou dobu studia podporovala a umožnila mi tuto práci napsat.

Abstrakt

Bakalářská práce se zabývá rizikovým chováním adolescentů s ohledem na jejich sportovní aktivitu. V teoretické části je vysvětleno, co je to adolescence a rizikové chování. Dále je práce zaměřena na příčiny a projevy takového chování. Tato část rovněž obsahuje ohlédnutí za historií sportu a pohled na jeho aktuální stav v souvislosti s dnešní mládeží. V empirické části jsou uvedeny výsledky dotazníkového šetření a zároveň je zhodnocen životní styl sportujících a nesportujících adolescentů. Jedním z významných zjištění práce byl nedostatek preventivních programů ohledně rizikového chování na školách.

Klíčová slova

rizikové chování, adolescence, vrcholový sport, rekreační sport, životní styl

Abstract

The bachelor thesis deals with adolescent risky behaviour in connection with their sports activity. The theoretical part explains the concept of adolescence and risky behaviour. It also deals with the causes and manifestations of such behaviour. Moreover, this section contains a review of the history of sport and view of its current status in the context of the youth of today. In the empirical part the results of the questionnaire are presented and the lifestyle of athletic and non-athletic adolescents is evaluated. One of the important findings of the thesis was the lack of preventive programmes on risky behaviour in schools.

Key Words

risky behavior, adolescence, top-level sport, recreational sport, lifestyle

Obsah

1	Úvod	1
2	Cíl práce.....	2
3	Teoretická část.....	3
3.1	Rizikové chování v dospívání	3
3.1.1	Adolescence	3
3.1.2	Rizikové chování	4
3.1.3	Příčiny vzniku rizikového chování	6
3.1.4	Projevy rizikového chování	10
3.1.5	Sport v České republice	17
3.1.6	Sport v dnešní době.....	18
3.1.7	Vrcholový versus rekreační sport	18
3.2	Výzkumný problém.....	21
3.3	Metodika výzkumného šetření	21
4	Empirická část	22
4.1	Empirická část.....	22
4.1.1	Otázka č. 1	22
4.1.2	Otázka č. 2	23
4.1.3	Otázka č. 3	23
4.1.4	Otázka č. 4	24
4.1.5	Otázka č. 5	24
4.1.6	Otázka č. 6	25
4.1.7	Otázka č. 7	25
4.1.8	Otázka č. 8	26
4.1.9	Otázka č. 9	26
4.1.10	Otázka č. 10	27
4.1.11	Otázka č. 11	28

4.1.12	Otázka č. 12	29
4.1.13	Otázka č. 13	30
4.1.14	Otázka č. 14	31
4.1.15	Otázka č. 15	32
4.1.16	Otázka č. 16	33
4.1.17	Otázka č. 17	34
4.1.18	Otázka č. 18	35
4.1.19	Otázka č. 19	36
4.1.20	Otázka č. 20	37
4.1.21	Otázka č. 21	38
4.1.22	Otázka č. 22	39
4.1.23	Otázka č. 23	40
4.1.24	Otázka č. 24	41
4.1.25	Otázka č. 25	42
4.1.26	Otázka č. 26	43
4.1.27	Otázka č. 27	44
4.1.28	Otázka č. 28	45
4.1.29	Otázka č. 29	46
4.1.30	Otázka č. 30	47
4.1.31	Otázka č. 31	48
4.1.32	Otázka č. 32	49
4.1.33	Otázka č. 33	50
4.2	Diskuse výsledků	51
5	Závěr.....	56
	Seznam zdrojů.....	58
	Seznam tabulek, obrázků a grafů.....	62
	Přílohy.....	64

1 Úvod

„Některé děti se chovají tak, jako kdyby neměly rodiče.

To proto, že někteří rodiče se chovají tak, jako by neměli děti.“

Andrejev Leonid Nikolajevič

Bakalářská práce se zabývá rizikovým chováním adolescentů s ohledem na jejich sportovní aktivitu. Důvod pro výběr tohoto tématu byl pojem rizikové chování, který je v dnešní době velmi diskutovaným tématem.

Práce je členěna do pěti hlavních kapitol a dvou částí, na teoretickou a praktickou.

Praktická část práce nás uvede do problematiky celé práce. První kapitola s názvem Rizikové chování v dospívání je zaměřena na pojem adolescence a její dělení dle různých autorů. Dále je vysvětleno, co je to rizikové chování a je uvedeno několik definic tohoto výrazu. Příčiny vzniku rizikového chování popisují tři hlavní okruhy, které jsou v této kapitole vysvětleny.

První kapitola se zabývá i projevy rizikového chování - záškoláctvím, šikanou, kyberšikanou, krádežemi, extrémními a rizikovými sporty, návykovými látkami a poruchami příjmu potravy, kde jsou jednotlivé projevy podrobněji popsány. Podkapitola Sport v České republice nás zavede okrajově do historie zavedení tělesné výchovy a sportu do škol, obcí a měst. Na to navazuje podkapitola Sport v dnešní době, která ukáže dnešní pohled na mládež a sportovní aktivity. Poslední část první kapitoly vymezuje pojmy - vrcholový neboli výkonnostní sport a rekreační neboli zájmový sport, kde je uvedena krátká zmínka o dopingu obecně a dopingu u českých sportovců.

Těžiště empirické části spočívá v dotazníkovém šetření mezi adolescenty, které se bude snažit ukázat, jaký životní styl mají sportující adolescenti a naopak ti, kteří sportují rekreačně či vůbec.

2 Cíl práce

Cílem bakalářské práce bylo zjistit, zda se rizikové chování liší u oslovených aktivně sportujících adolescentů v porovnání s jejich rekreačně sportujícími vrstevníky, kteří se rovněž zúčastnili výzkumného šetření.

3 Teoretická část

3.1 Rizikové chování v dospívání

V této části bude vymezeno období adolescence, co znamená pojem rizikové chování, budou uvedeny některé jeho formy a v neposlední řadě příčiny vzniku takového chování.

3.1.1 Adolescence

Kabíček a kol. (2014) uvádí, že dospívání neboli adolescence je období, které se vymezuje od 10. do 19. roku života. V tomto časovém úseku dochází k mnoha biologickým, psychickým a společenským vývojovým změnám. Zrychluje se růst jedince a pohlavně dospívá. Začíná hledat svou identitu a snaží se o samostatnost. Pubertou označuje první fázi adolescence, kde převažují biologické změny. Koncem označuje dosažení základní pohlavní zralosti. Dělení adolescence je velmi obtížné, jelikož začátek i konec je velmi individuální. Dívky prokazatelně dospívají dříve, průměrně kolem 13. roku života a chlapci až kolem 15. roku.

Systémů věkového dělení adolescence se uvádí mnoho. Kabíček a kol. (2014) uvádí:

- časná adolescence, která je vymezena v období 10-13 let,
- střední adolescence odpovídající věku 14-16 let,
- pozdní adolescence, období mezi 17.–19. rokem.

Dle Langmeiera a Krejčíkové (2006) se období dospívání dělí na období pubescence a adolescence.

Období pubescence – zhruba od 11 do 15 let:

- a) Fáze prepuberty – začíná prvními známkami pohlavního dospívání (tj. objevení sekundárních znaků) a končí nástupem menarche u dívek, popř. analogickým vývojem u chlapců. Jedná se o období od 11 do 13 let u dívek, chlapci prožívají tento vývoj o 1-2 roky později.
- b) Fáze vlastní puberty – nastupuje po ukončení prepuberty a končí dosažením reprodukční schopnosti. Toto období se vymezuje zhruba mezi věkem 13-15 let.

Období adolescence – zhruba 15-22 let:

V tomto období je dosahováno plné reprodukční zralosti a tělesného růstu. Také se mění postavení ve společnosti, důsledkem přechodu ze základní školy na střední školu či učební obor, objevují se častější a hlubší erotické vztahy a mění se hlavně sebepojetí jedince. Tuto věkovou skupinu často označujeme jako mladiství, teenagers nebo dorostenci. Tělesný růst bývá nerovnoměrný, jelikož na začátku dospívání rostou končetiny rychleji. Říká se, že je dítě samá noha, samá ruka a je neobratné. Významný rozdíl je mezi stavbou těla dívky a chlapce. Dívky se vyznačují zaoblováním postavy a chlapci vyznačením svaloviny.

Sobotková (2014) uvádí, že adolescence je hlavně etapou zrání a dospívání, kde se vyskytuje biologické zrání, zrychlený růst, a především hovoří o schopnosti tělesné reprodukce. Dále zmiňuje změny psychické, utváření nové role jedince ve společnosti spojené se změnou chování. Adolescence je období mezi dětstvím a dospělostí, kdy se utvářejí fyziologické, psychologické a sociální faktory, dále nastávají velké hormonální změny a pohlavní zrání.

3.1.2 Rizikové chování

V této kapitole se budeme zabývat pojmem rizikové chování a bude uvedeno několik definic.

Mladiství se v dnešní době musí vyrovnávat nejen se změnami spojenými se svým tělem, psychikou, ale i s rychle se měnícím okolním světem. Již v 90. letech vyšla studie z Harvardovy univerzity, která uvádí: „*v moderních, technologických společnostech se na cestě k dosažení zdravé dospělosti stalo nejrizikovějším obdobím dospívání – na rozdíl od rozvojových zemí i od dřívější doby, kdy nejrizikovějším bylo (a v rozvojových zemích stále je) časné dětství s jeho nemocemi*“ (Kabíček, Csémy, Hamanová, 2014, str. 32).

Sklony k experimentování s rizikem jsou ve věku dospívání běžné, ale za normální součást vývoje lze považovat jen přechodné trvání v omezené míře, kde nedochází k ohrožení jedince a nepředstavuje problémové chování. V posledních letech však přibývá jedinců, kteří rádi přijímají problémový způsob života s následky, které je ohrožují či i poškozují. S tímto problémem se objevuje pojem nová morbidita mládeže neboli nemocnost, což je hlavní příčinou smrti u jedinců ve věku 15-19 let (Kabíček, Csémy, Hamanová, 2014).

Definice rizikového chování

U definicí pojmů se setkáváme s různými vymezeními dle jednotlivých autorů, není tomu jinak ani u pojmu rizikového či problémového chování. Dříve se u nás i jinde užíval pojem sociálně patologický jev, ale podle sociologů to není správné označení, a tudíž se vžil název Syndrom rizikového chování v dospívání – SRCH-D. Nyní budou některé definice uvedeny.

„Problémovým chováním se tu rozumí jakékoli chování dospívajícího, které může ohrozit jeho vývoj, ať už si je sám adolescent vědom jeho rizikosti, nebo není – ve druhém případě je naším úkolem ho na rizikost upozornit.“ (Jessor, 1991 cit. podle Kabíček a kol., 2014, str. 34)

Labáth (2001) uvádí, že do takového chování můžeme zařadit projevy, které jsou spojovány s agresí, šikanou, násilím ve školách, vandalismem, rasismem a xenofobií, záškoláctvím, užíváním návykových látek a jinými závislostmi, dále poruchami příjmu potravy, kriminálním jednáním v obecné rovině, sebevražedným jednáním, sexuálně rizikovým chováním a dalšími.

Dle Macka (2003) se rozděluje rizikové chování na dvě skupiny. Do první skupiny je zařazeno chování, které poškozují tělesné nebo psychické zdraví. V druhé se jedná o chování ohrožující společnost.

Širůček a Širůčková (2006, cit. dle Macek, Lacinová, 2006) uvádí pod pojmem rizikového chování takové projevy, jež jsou ve společnosti běžné (např. experimenty s alkoholem) a působí jako odraz typických potřeb jedince, jako je hledání a experimentování. Na druhou stranu pak projevy neobvyklé až sebepoškozující (např. pokusy sebevražedné či s návykovými látkami).

Podle Gjuričové, Kocourkové a Koutka (2000) lze považovat za rizikové takové chování, jež ohrožuje zdraví či život dítěte. Toto chování bude ztěžovat a znemožňovat v budoucnu odpoutání od rodičů, zkomplikuje ukončení profesní kvalifikace, může negativně ovlivnit identifikaci sexuální role či poškodí jedincovo sebehodnocení a ocenění.

Nesmíme zapomenout na odlišnost problémového chování a poruchy chování, která je psychiatrickou diagnózou. V mezinárodní klasifikaci nemocí zní definice poruch chování takto: *„opakující se a trvalý (v trvání nejméně 6 měsíců) vzorec disociálního, agresivního a vzdorovitého chování, které porušuje sociální normy a očekávání přiměřeného věku dítěte (např. krádeže, rvačky a krutost vůči lidem a zvířatům, opakované lži, záškoláctví, útoky z domova)“* (Říčan, Krejčířová, 2006, str. 240).

3.1.3 Příčiny vzniku rizikového chování

Pro snazší pochopení problematiky tohoto tématu je potřeba se zamyslet nad příčinami vzniku rizikového chování. Jeho výskyt byl vždy, v jakékoliv době, v jakýchkoliv společenských podmínkách a to, že nyní narůstá, můžeme vnímat jako důsledek ztráty hodnot (etických a morálních) a jejich rozkolísanost v žebříčku priorit.

V současnosti společnost provází řada problémů, kritických a zátěžových situací, kde se pojmy agresivita, toxikomanie, kriminalita, hrubost či šikana obvykle vyskytují. Můžeme říci, že jsou takovou běžnou součástí života. A díky tomu, že se neustále mění životní styl, jsou děti málo odolné vůči vlivům prostředí, a to je dělá náchylnými k hledání řešení problému i neakceptovatelným způsobem. Můžeme si uvést i vztah rodičů a dítěte, u kterého v dnešní době mizí respekt a slušnost, zapojování dětí do domácích prací a uvědomování si rodinného soužití. Na druhou stranu si jsou děti velmi často vědomy svých práv, jichž se dožadují a obvykle zapomínají na své povinnosti (Stonišová a kol., 2012).

Hamanová a Csémy (Kabíček, Csémy, Hamanová, 2014) rozdělují projevy rizikového chování do tří hlavních okruhů.

1. Zneužívání návykových látek – v dospívání jde většinou o sociální motivaci, kde nejde o látku samotnou, ale o zapadnutí do společnosti vrstevníků. Uvádí se, že kolem 80 % adolescentů nikdy neužívalo drogu o samotě.
2. Projevy v psychologické oblasti – jedná se o agresivní chování, delikvenci, kriminalitu, sebepoškození, pokusy o sebevraždu. Dále pak úrazy spojené s dopravou, kdy jedinci řídí pod vlivem alkoholu či jiných návykových látek, riskování při rychlé jízdě, jízdy bez bezpečnostních pásů atd. Můžeme sem zařadit i rvačky, tyranii slabších jedinců, zvířat, lhaní, útoky z domova, ničení majetku, krádež, žhárství, záškoláctví, vzdor, selhávání ve škole, provokace atd.

3. Projevy v reprodukční oblasti – rizikové chování je zde myšleno jako předčasný

sexuální život. Časté střídání partnerů a sexuální styky bez ochrany. Dále sem můžeme zahrnout chování ohrožující zdraví. Jde o nezdravou výživu či nezdravé stravovací návyky, které mohou vést k poruchám příjmu potravy (mentální anorexie, bulimie), nebo nedostatek pohybu, který úzce souvisí se sledováním televize či sezením u počítače.

Za hlavní příčiny rizikového chování můžeme považovat obecně prostředí, ve kterém jedinec žije, ať už jde o rodinu, školu, společnost či vrstevníky. Značně se na něm podílí i dospívání, které je doprovázené řadou změn, vliv médií, volný čas trávený převážně u počítače či s telefonem.

Rodina

„Rodina je základem společnosti, jaká rodina – takové děti.“ (Helus, 2007, str. 135) Rodina je základním prostředím, ve kterém dítě žije. Rodina je základní složkou v zajišťování péče o děti a mládež, vytváření počátečních předpokladů pro rozvoj osobnosti. Nejen, že dítě obklopuje, ale promítá se v něm. Během vývoje nacházíme v rodině své vzory a zvnitřňujeme se v klimatu rodinného soužití (Helus, 2007).

Rodiče mají funkci primárních vychovatelů svého dítěte a svým způsobem výchovy přispívají k utváření sociálního a emocionálního klimatu rodiny. Dále se zásadně podílejí na výchovných postojích, které jsou směřovány k dítěti. Při jejich utváření vycházejí z vlastní zkušenosti z dětství, ze vztahu k vlastním rodičům, inteligence a vzdělání, vlastního systému hodnot, konfliktů, napětí či úzkosti a mnoha dalších faktorů (Matějček, 1994).

Význam rodiny je pro jedince ve školním věku velmi důležitý. Rodina může mnoho rizik zapříčinit nebo mnoho problémů eliminovat. Můžeme tedy říci, že rodina je velmi ovlivňujícím faktorem při vzniku poruchového chování. Velký vliv má její struktura, zda je rodina úplná či neúplná. Mezi rizikové rodiny nejčastěji patří ty, které mají nízký socioekonomický status, rodiče nemají žádné vzdělání či jsou nezaměstnaní, v neposlední řadě ti rodiče, jež jsou závislí na návykových látkách či automatech (Možný, 2006).

Děti, které jsou vystavované častým hádkám mezi rodiči, mají sklony k agresi, násilí, ponižování či vulgárnímu vyjadřování. Dítě toto chování přijímá za běžné a tento styl pak aplikuje v budoucnosti. Totéž můžeme říci o návykových látkách, kde dítě většinou propadne závislosti ještě hlouběji než jeho rodiče (Koukolík, Drtilová, 2006).

Vrstevníci a společnost

Společnost lze označit jako místo, kde se všichni setkávají, působí na ně mnoho vlivů z oblasti kulturní, náboženské nebo politické. Nejvýznamnější vliv na nás mají vrstevníci, což jsou osoby věkově obdobné jako samotný jedinec a mohou mít např. společný zájem. Pokud chce jedinec do nějaké skupiny patřit a zapadnout, musí splňovat požadavky na jeho přijetí. Mezi nároky většinou patří styl oblékání, chování, finanční situace, vztah k autoritám, k práci a obecně můžeme říci ke společnosti. Jedinci z nepříznivého rodinného prostředí mají vstup do party jednodušší, jelikož mají touhu někam patřit. Za to, že je někdo přijal za člena party, jsou poté ochotni páchat trestné činy, aby získali obdiv a uznání (Matoušek, Kroftová, 2003).

Nejdůležitější je vliv vrstevníků v pubertě, jelikož si jedinec utváří svou identitu, má snahu někam zapadat a názor party má největší hodnotu. Je dobré do nějaké party patřit, jelikož může jedinci pomáhat překonávat různé těžkosti, ale na druhou stranu může přinášet i řadu problémů (Říčan, 2004).

Škola

Školní prostředí je po rodině dalším místem socializace. Je to místo, kde jedinec poprvé bojuje sám za sebe. Pro rodinu i dítě nástup do školy znamená změnu dosavadního života dítěte, kdy musí začít plnit úkoly a povinnosti a ne si jen hrát. Z domova bylo dítě zvyklé, že je středem pozornosti, ale nyní se musí dělit o přízeň se spolužáky (Říčan, 2004).

Ve škole se dítě setkává se spolužáky a učiteli. Učitel se pro něj stává autoritou, alespoň v mladším věku. První vyučující bývá oblíbený, avšak postupem času se mění jeho postavení a ztrácí oblíbenost. Je velmi důležité, aby učitel, nejlépe přirozenou autoritou, motivoval žáky a vedl je ke správnému chování. Škola by neměla být stresující a žáci se do ní musejí rádi vracet, neměli by se bát učitelů, natož spolužáků. Pokud je ovšem žák stresován např. těmito faktory, je samozřejmé, že chození za školu nebo hledání „lepších“ kamarádů je lákavější než chodit do školy (Matoušek, Kroftová, 2003).

Učitel může být činitelem rizikového chování v případě, že nejeví o dítě zájem nebo si ho schválně nevšímá. Takové dítě se může negativně projevovat, jen aby na sebe upozornilo. Dále se učitel může provinít např. tím, že nechá ve třídě utvářet rizikové skupinky žáků. Nemluvíme zde o přirozených dívčích a chlapeckých skupinkách, ale o těch, kde panuje mezi jednotlivými členy prapodivné chování, či poslušání vůdce a podřizování se mu. Zde by měl učitel zpozornět, jelikož to mohou být první impulzy vzniku „špatné“ party, ve které může docházet k šikaně, k záškoláctví či ke zkoušení návykových látek. Učitel by si měl dávat pozor i na upřednostňování jedné skupiny před druhou, natož pak mít oblíbené a neoblíbené žáky, jelikož ti oblíbení se snadno mohou stát obětí šikany či naopak iniciátory. To platí i u nadaných a méně zdatných žáků, proto je optimální, aby učitel ke všem přistupoval rovnocenně, s pevnými zásadami a spravedlivě (Matoušek, Kroftová, 2003).

Jako další faktory, které ovlivňují chování jedinců, můžeme uvést vliv televize a počítačových her či sociálních sítí. Rozlišit, zda je to koníček, nebo již závislost, je velmi obtížné. Můžeme jen pozorovat některé náznaky závislosti, a to např.: při hraní hry jedinec propadá zcela hře a nevnímá okolí, nedodrжуje časový limit a tráví u hry celou noc. V některých případech se stává, že hraní je pro jedince únikem od osobních problémů. Bohužel dnešní děti tráví mnoho času u televize, počítače, tabletu či s mobilním telefonem. Avšak to, co sledují nebo na těchto „žroutech času“ provádějí, není vždy pro jejich věk vhodné (Matoušek, Kroftová, 2003).

V poslední době přibývá více případů, kdy děti zkouší napodobovat, co viděly. Například zkouší šikanovat spolužáky, kteří nejsou mezi oblíbenými. V jiném případě může sledování násilných videí vést ke strachu z násilí až ke zbabělému chování (Říčan, Pithartová, 1995).

Na druhou stranu mohou být počítačové hry i pozitivní, pokud je zvolen vhodný výběr her, díky kterým děti získají nějaké dovednosti. Rodiče však musí myslet na to, že trávení volného času tímto způsobem obírá děti o kontakt s jejich kamarády, okolím a obecně ztrácí zájem o cokoliv jiného. Obecně můžeme říci, že televize, počítač, tablet či telefon se stává první drogou dítěte (Blažek, 1995).

3.1.4 Projevy rizikového chování

V této části práce bude uvedeno několik základních typů rizikového chování s objasněním, jak se tento druh chování projevuje.

Dle Miovského a kol. (2015) pojem rizikové chování obvykle zahrnuje:

- interpersonální agresivní chování (např. násilné chování, šikanu, týrání, rasovou nesnášenlivost a diskriminaci některých skupin, extremismus),
 - delikventní chování ve vztahu k hmotnému majetku (např. krádeže, vandalismus, sprejerství),
 - rizikové zdravotní návyky (např. pití alkoholu, kouření, užívání drog, ale i nezdravé stravovací návyky, nedostatečnou nebo nadměrnou pohybovou aktivitu),
 - sexuální chování (např. předčasné zahájení pohlavního života, promiskuitu, nechráněný pohlavní styk, pohlavní styk s rizikovými partnery, předčasné mateřství a rodičovství),
 - rizikové chování ve vztahu k společenským institucím (např. problémové chování ve škole jako záškoláctví, neplnění školních povinností, nedokončení studia na střední škole),
 - prepatologické hráčství,
 - rizikové sportovní aktivity (např. provozování adrenalinových a extrémních sportů).
- (Miovský a kol., 2015, str. 50)

Záškoláctví

Záškoláctví můžeme obecně definovat jako neomluvenou absenci školáka základní školy nebo dospívajícího na střední škole. Dle školského zákona je povinnost zákonného zástupce uvést důvod nepřítomnosti žáka ve vyučování, a to nejpozději do 3 dnů od počátku jeho nepřítomnosti. Plnoletý student tuto povinnost již může plnit sám, kdy musí doložit patřičné zdůvodnění nebo lékařské zprávy. Pokud žák úmyslně zanedbává školní docházku, je to považováno za přestupek. To jak má být žákova absence řádně omluvena, stanovuje školní řád. Při vyšetřování neomluvené absence musíme myslet i na to, že se žák mohl nedostavit na vyučování z důvodu např. strachu ze zkoušení, ze šikany, dalšími důvody mohou být: odpor ke škole, mimoškolní záliby, touha po dobrodružství, delikvence atd. Je velmi časté, že studenti svalují vinu na učitele či spolužáky, že jim je ubližováno, aby si ospravedlnili své absence.

Dále se setkáváme často s případem, kdy rodiče všechny absence svému dítěti omluví vymyšlenou chorobou, aby nedošlo ke snížení známky z chování a případné „ostudy“, že jejich dítě nechodí řádně do školy. Rodiče si však neuvědomují, že z hlediska morálního vývoje dítěte je vědomé lhaní špatným příkladem (Vališová, Kasíková, 2007).

Za záškoláctví lze považovat i rodinné dovolené během školního roku, jedná se o tzv. skryté záškoláctví. Při vyšetřování záškoláctví je třeba se zaměřit na počet neomluvených hodin, jejich frekvenci, skutečné důvody a v neposlední řadě i nabídnout výchovnou pomoc. Doporučuje se záškoláctví řešit až od určitého počtu zameškaných hodin jako přestupek, např. při absenci 25 hodin (Vališová, Kasíková, 2007).

Šikana

Říčan (1995) uvádí, že šikana je opakující se ubližování někomu, kdo se neumí nebo není schopen se bránit. Autor šikany a oběť jsou typicky v nepoměru sil, kdy oběť bývá slabší a zneužívána silnějším jedincem. Téměř v každé třídě se objevuje alespoň jeden žák, který má sklon k šikanování druhých. Na druhou stranu můžeme říci, že se ve třídě objevuje i potenciální oběť. Obecně to bývá osoba, která je sociálně slabší, není oblíbená ve skupině, bezbranná a s nízkým sebevědomím. Zkoumat školní šikany je velmi těžké, jelikož jde ve většině případů o skrytou šikany. Lehčí formu zažilo nemálo z nás, ať na vlastní kůži nebo u známých. Dle Říčana (1995) tyto lehčí formy šikan pokračují do pokročilých stádií. Šikany oběť dlouho tají jak před učiteli, tak i před rodiči, a v některých případech se o ní nikdy nezmíní. Proto je důležité, aby byl rodič nebo učitel všímavý a mohl tak rozpoznat její počínající signály. Důvody, proč to oběti tají, mohou být různé. Pro příklad si můžeme uvést strach z agresora, z reakce rodičů, z pocitu ponížení, ze ztráty svých posledních kamarádů a nedůvěru při svěřením se. K rozpoznání šikany u jedince může směřovat několik signálů, např. změna chování nebo změna chování v přítomnosti agresora. Důležité je, aby někdo tyto signály rozpoznal. Dalším takovým signálem může být výsměch třídy při nějakém neúspěchu, nelichotivé přezdívky, tzv. popichování, vtípky na oběť a další. Pedagog by neměl tyto signály přehlížet a vždy prošetřit. Když pedagog šikany odhalí, jeho prvním úkolem je bránit oběť před dalšími útoky. Dále by měl celé třídě dát najevo, že s takovým jednáním nesouhlasí a měl by následovat přiměřený a veřejný postih. Další důležitostí je, aby pedagog neodsuzoval žáka jako takového, ale jeho chování. Po odhalení šikany a následném potrestání se doporučují sociálně-psychologické programy pro třídu (Říčan, 1995).

Kyberšikana

Aktuálním trendem dnešní doby je užívání internetu a elektronických medií dětmi, jelikož se internet již několik let řadí k běžné součásti života. Z hlediska rizik jsou děti nejohroženější skupinou tohoto prostředí. Dítě je totiž díky své sociální a psychické nezralosti velmi důvěřivé, snadno manipulativní a nechá se snadno obelstít. Internet totiž nemá časové omezení, a pokud máme doma připojení k internetu, nejsme ani u domácího počítače v bezpečí. Nejčastějším problémem se nyní ukazuje kyberšikana (Kožíšek, Písecký, 2016).

Co to je kyberšikana? „*Kyberšikana (Cyberbullying) je jakékoliv chování, jehož záměrem je vyvést z rovnováhy, ublížit, zastrašit nebo jinak ohrozit oběť za pomoci moderních informačních technologií (zejména pak internetu nebo mobilního telefonu).*“ (Kožíšek, Písecký, 2016, str. 62)

U kyberšikany je oběť napadána cíleně a opakovaně jedincem, popř. skupinou. Může se objevit i ve spojení s klasickou šikanou, která se projevuje fyzickými útoky, nadávkami, pomluvami či ponižováním. Kyberšikana má několik forem útoku, což mohou být verbální útoky, ztrapňování např. pomocí rozesílání fotografií, videí či zvukových nahrávek, vyhrůzkami, zastrašováním, vydíráním atd. (Kožíšek, Písecký, 2016).

Důsledky kyberšikany je těžké rozpoznat, jelikož psychicky týraná oběť nemá na rozdíl od klasické šikany viditelné stopy či modřiny. Oběti se uzavřou do sebe, nekomunikují, odlišně se chovají, ale jejich chování je připisováno pubertě či jiné životní události (např. úmrtí, změna prostředí) (Kožíšek, Písecký, 2016).

Průnik na účet	Verbální útoky	Obtěžování prozváněním
34,80 %	34,33 %	26,36 %
13,70 % <i>Ponižování, ztrapňování šířením fotografie</i>	17,84 % <i>Vyhrožování a zastrašování</i>	11,82 % <i>Krádež identity</i>
6,54 % <i>Ponižování, ztrapňování šířením videa</i>	7,91 % <i>Vydírání</i>	3,89 % <i>Ponižování, ztrapňování šířením audia</i>

Obrázek 1: Zkušenosti dětí s kyberšikanou - výzkum rizikového chování uživatelů (e-bezpečí, Seznam.cz), zdroj: KOŽÍŠEK, Martin a VÁCLAV PÍSECKÝ. Bezpečně n@ internetu: průvodce chováním ve světě online. str. 66

Krádeže

Pokud mluvíme o krádežích, může jít o potřebu mít něco, co mi nepatří a toužím to mít, nebo může jít o schválnost, kdy chci odcizením věci někomu ublížit. Ukradenou věc poté pachatel znehodnotí či zahodí, jelikož smyslem krádeže není obohacení, ale ublížení. Krádeže mohou být příznakem nedostatku naplnění některé z potřeb dítěte či výchovného zanedbání. Toto je vždy třeba zjistit, abychom dítě předčasně neodsoudili. Nikdy však neoznačujeme dítě veřejně za zloděje, i když je vinno, jelikož to není výchovné. Ve výchovných opatřeních vždy postupujeme v souladu se školním řádem a musíme dbát nejvíce na nápravu, ne na ponížení (Vališová, Kasíková, 2007).

Krádež můžeme chápat také jako opatření zboží pro jeho prodej, kdy ze zisku finančních prostředků jedinec pořizuje alkohol, cigarety, drogy či je investuje do hazardních her. Můžeme se setkat s tím, že dospívající soutěží mezi sebou a kradou buď pro to, aby vynikli, nebo pro pocit dobrodružství. Většinou se jedná o dospívající, kteří nemají dostatek rodičovské pozornosti (Vališová, Kasíková, 2007).

Extrémní a rizikové sporty

Rizikové sporty jsou považovány za relativně nový jev v oblasti rizikového chování. Můžeme je charakterizovat jako záměrné vystavování sebe nebo ostatních lidí nějakému zdravotnímu riziku či přímému ohrožení života v ohledu na sportovní aktivitu nebo v dopravě. Do ohrožení můžeme zahrnout i poškození majetku (Portál prevence rizikového chování).

Extrémní sporty vystihuje vysoká rychlost, výšky, nebezpečí či akrobatické prvky. Všechny tyto aktivity spojuje stav zvýšené hladiny adrenalinu v krvi, avšak psychický stav může ovlivnit i hladina hormonů endorfinu a serotoninu. Tyto sporty se spojují s mladými lidmi, kteří zkouší své limity strachu a fyzických možností, a tím pádem posouvají hranice sportů (Portál prevence rizikového chování).

Příkladem rizikového sportu může být porušování pravidel v dopravě, jízda na „u“ rampě, lyžování, snowboarding, vodní lyžování, surfování, potápění, parašutismus, skialpinismus, vysokohorská turistika a další (ePojisteni.cz).

Mezi extrémní sporty patří například akrobatické lyžování, horolezectví, snowboarding a lyžování mimo vyznačené tratě, rafting na divokých řekách, automobilové a motocyklové závody atd. (ePojisteni.cz).

Návykové látky

Návyková látka neboli droga je chemická či přírodní látka, která dokáže změnit duševní stav člověka a ovlivňuje i jeho myšlení, cítění a jednání. Mezi takové látky patří například alkohol, marihuana, hašiš, tlumivé léky, látky s budivým účinkem, opiáty, kokain, tabák, anabolika a další (Nešpor, Csémy, 1994).

Alkohol

Alkohol patří mezi jednoduché chemické látky, které umí snadno pronikat k orgánům a do mozku. Alkohol je pro děti a mladistvé větší hrozbou než pro dospělé. Důvodem jsou játra, která nemají takovou schopnost, aby ho odbourala, a proto při požití malého množství často dochází k otravám. Návyk na tuto látku se u dětí a dospívajících vyvine velmi rychle. Ochrana před alkoholem je velmi důležitá (Nešpor, Csémy, 1994).

Alkohol bývá označován za „průchozí drogu,“ což znamená, že některé děti od něj přecházejí k látkám, které jsou ještě více nebezpečné. Americký výzkum uvedl, že dítě, které začalo požívat alkohol nebo kouřit v mladším věku, má větší riziko sklonu k užívání drog (Nešpor, Csémy, 1994).

VĚKOVÁ HRANICE KONZUMACE ALKOHOLU	
16 let	Benelux, Německo, Rakousko, Portugalsko (pivo a slabé víno)
18 let	většina Evropy (Česká republika)
20 let	Finsko, Švédsko
21 let	USA

Tabulka 1: Věková hranice konzumace alkoholu

zdroj: Regulace alkoholu ve světě je samozřejmostí, dostupné z

<https://ct24.ceskatelevize.cz/ekonomika/1140047-regulace-alkoholu-ve-svete-je-samozrejmosti>

Tabák

Někomu může připadat zařazení tabáku mezi návykové drogy jako nevhodné, ovšem zařazení je zcela oprávněné. Tabákový kouř obsahuje mnoho škodlivin, ale jen jediná látka je návyková, a to nikotin. Kuřák začátečník mívá typické potíže, které způsobuje právě nikotin. Jsou to například nevolnosti, bolesti hlavy, pokles nálady, studený pot či bledost (Nešpor, Csémy, 1994).

V ohrožení je i dítě, které je tzv. pasivní kuřák. To jsou ti, kteří se zdržují v zakouřeném prostoru, i když sami nejsou kuřáci. Mohou je postihnout záněty dýchacích cest a astma. Dlouhodobé účinky kouření mohou mít za následek tvorbu zhoubných nádorů, srdeční onemocnění, onemocnění dýchacích cest, nemoci cév, atd. (Nešpor, Csémy, 1994).

Anabolika (steroidy)

Anabolika se mnohdy mezi drogy nezařazují, protože jejich užíváním nedochází ke změně duševního stavu. Většinou je používají sportovci pro lepší výkony, ovšem tito sportovci ohrožují své zdraví a riskují diskvalifikace v daném sportu. Z morálního hlediska to také není správné, a proto by měl rodič dbát na to, aby jeho dítě bylo ochráněno před nadměrnými požadavky trenérů a funkcionářů, a svých výkonů dosahovalo bez pomocných prostředků (Nešpor, Csémy, 1994).

Děti a mladiství, kteří se věnují vrcholovému sportu jako je lehká atletika, vzpírání, kulturistika a některé kolektivní sporty, by měli znát problematiku užívání anabolik. Sportovci užívají nejen anabolika, ale i drogy s tzv. budivým efektem. Do těchto drog patří pro příklad pervitin, efedrin, amfetaminy a další. Látky těchto drog zvyšují bdělost a vytváří větší funkčnost organismu po tělesné i duševní stránce. Proto bývají často zneužívány jako doping, bohužel ve spojení s námahou sportovního výkonu jsou zdraví velmi nebezpečné, v některých případech i životu (Nešpor, Csémy, 1994).

Hazard

U dětí a dospívajících rostou závislosti všech druhů rychleji a spadá mezi ně i patologické hráčství. Výzkumy prokázaly, že děti mají zkušenosti s hazardní hrou, i když to zákon nepovoluje (Nešpor, 2012). Definice chorobného hráčství dle mezinárodní klasifikace nemocí zní: „*Porucha spočívá v častých opakovacích epizodách hráčství, dominující v životě subjektu na úkor*

sociálních, materiálních, rodinných a pracovních hodnot a závazků. Postižení popisují intenzivní puzení ke hře, které lze těžko ovládnout, spolu se zaujetím myšlenkami a představami hraní a okolností, které tuto činnost doprovázejí. Toto zaujetí a puzení se často zvyšuje v dobách, kdy je život stresující.“ (Nešpor, Csémy, 1994, str. 70)

Hazardem bývají nejčastěji ohroženi muži. To, co je na hazardování nejhorší, je výhra, protože vyvolává u hráče tzv. bažení, což je silná touha po hazardním hraní. Typickým znakem hazardu je možnost koupení si výhry. Peníze nebo jiné hmotné statky hrají důležitou roli u patologického hráčství, jelikož vytvářejí bludný kruh hazardu a rostoucí problémy, před kterými hráč uniká ke hře (Nešpor, 2012).

Mezi nejčastější formy hazardních her patří automaty, kasina, sportovní sázky, karetní hazard, hra v kostky a další. Objevují se stále nové a nové formy hazardu, proto nemůže být výčet jeho forem nikdy úplný. Za zmínku stojí příklad, kdy mezi patologickými hráči jsou často vrcholoví sportovci, kteří si myslí, že toho o sportu ví natolik, aby stále vyhrávali. Ovšem často to bývá velmi drahý omyl (Nešpor, 2012).

Poruchy příjmu potravy

S poruchami příjmu potravy souvisí, ve většině případů, nízké sebevědomí a podceňování vlastní osoby, které je odvozené od vnímání vlastního těla. Adolescenti bojují se změnami v období dospívání a převážně je zajímá jejich tělesný vzhled. S tímto problémem je spojena nemoc zvaná anorexie. Tato nemoc postihuje převážně ženy a dívky, pro které je příbytek váhy velikým strašákem. Chuť k jídlu se nemění, ale snaha o snížení váhy je provázena hladovkou, intenzivním cvičením a omezováním příjmu potravy. Dále mohou nemocní zvracet, užívat odvodňující či různé dietní prostředky. Jsou různé důvody, které nastartují anorexii. Mezi nejčastějšími se uvádí rozvod či jiné problémy v rodině, smrt někoho blízkého, alkoholismus v rodině, poznámka někoho, na kom nám záleží o naší váze a další (Papežová, 2017).

Opakem anorexie je nekontrolovatelné přejídání, které se střídá s hladověním a zvracením. Tato porucha se nazývá bulimie. Porucha příjmu potravy je velmi vážné psychické onemocnění, které je léčitelné. Důležitým faktorem pro uzdravení je brzké vyhledání pomoci, jelikož od určitého stádia poruchy není schopen nemocný člověk onemocnění ovládat (Papežová, 2017).

3.1.5 Sport v České republice

Již za doby Marie Terezie a Josefa II. docházelo k uvolnění atmosféry ve společenské a kulturní sféře. Tereziánský školní řád uváděl pohnutku o budování hřišť, kdy jedno mělo být u školy a druhé za obcí. Dále se zabýval i možnostmi tělesného cvičení. Zájem o tělesná cvičení vzrůstal a v roce 1810 byla otevřena vojenská plovárna v Praze, která byla v té době prvním zařízením takového druhu v celé Evropě. Bernardo Bolzano propagoval na Karlově univerzitě tělesnou výchovu jako důležitou v systému výchovy. Nový školský zákon z roku 1805 znamenal v mnoha případech krok zpět, ale zájem o tělesná cvičení a hry nadále rostl nejen mezi žáky, ale už i mezi učiteli a dospělými obecně. Tělesná cvičení a hry přispívaly k rozvoji duševního a tělesného zdraví. Z tohoto důvodu začali vyučující na školách s žáky cvičit nebo si žádali zavedení tělesné výchovy (Štumbauer a kol., 2015).

Sport jako takový se u nás začal formovat v 60. letech 19. století, a to díky zahraničí a činnosti Sokola. Skutečným prvním sportovním odvětvím u nás se stalo veslování a poté bruslení. Nejvýznamnější nárůst sportovních spolků byl po roce 1880 a velký vzestup si připsala cyklistika. Rok 1874 je označován jako rok, kdy vznikl první český sportovní klub, a to Bruslařský klub Jindřichův Hradec. Jeho cílem bylo závodit, sportovat a hlavně se bavit (Štumbauer a kol., 2015).

3.1.6 Sport v dnešní době

Tato kapitola bude zaměřena na mládež a sport v současnosti. Jsou dva extrémy, kdy u jednoho narůstá počet těch, kteří tráví nespočet hodin u počítače, televize či na telefonu, u druhého jsou aktéři ti, co začínají od raného dětství směřovat ke sportovní kariéře. Oba přístupy nejsou vhodné pro harmonický vývoj jedince. Mládež pohyb potřebuje, ale ne za cenu ohrožení jejich vývoje. Sportující jedinci jsou vytrvalejší a houževnatější. Pokud se jedinec chce naplno věnovat vrcholovému sportu, musí začít velmi brzo a málokterý zátěž vydrží (Führer, 2006).

Najít vhodný sport je v dnešní době čím dál tím těžší, jelikož sportovní kluby sahají nejprve po talentech. Při volbě sportu je důležitý přístup a zátěž, kterou budou mladiství podstupovat (Führer, 2006).

Předčasné oddání se konkrétnímu sportu přináší dětem mnoho potíží. Nejčastější je jednostranné zatížení těla, které si za nějaký čas začne vybírat svou daň. Poté se mohou dostavit, místo lepší kondice, předčasné zastavení růstu, bolesti zad a kloubů, poruchy příjmu potravy a další. Otázkou je, zda sport ze života úplně vypustit (Führer, 2006). Dle Führera (2006) sport, který jedinec dělá s radostí, nemůže ublížit. Dále tvrdí, že děti ze sportovních rodin jsou na tom lépe a sportování je pro ně přirozené. Sportovně založená rodina např. jezdí na kole, v zimě lyžuje, chodí plavat, běhat a dítě má dostatek pohybu. Ale jak to řešit v případě, kdy rodiče sportování neholdují? Zde nastává rozhodování, jaký sport dítěti vybrat a na jaké úrovni. Při výběru je vhodné zvažovat přitažlivost, pestrost, přiměřenost a časovou náročnost. Důležité je, aby sport mládež nepřetěžoval. Vhodné jsou např. různé sportovní hry, plavání, atletika, jízda na kole, lyžování, běh a tanec (Führer, 2006).

3.1.7 Vrcholový versus rekreační sport

Pro tuto práci je vhodné specifikovat, co je vrcholový a rekreační sport. Sekot (2008) uvádí následující dělení.

Vrcholový – výkonnostní sport

- Tato sféra sportu je založena na síle, rychlosti, posouvání hranic lidských možností a úsilí o vyhraný mistrovský titul.

- Sportovní mistrovství je výsledkem sportovcova soutěživého úspěchu a výsledků, kterých dosáhl tvrdou přípravou na úkor bolesti, zdraví a duševní pohody.
- Klade velký důraz na vytváření a překonávání rekordních výkonů.
- Řídí se systémem selektivním, kdy jsou do soutěží nasazováni jen fyzicky nejzdatnější a sportovně nejúspěšnější jedinci.
- Je nastolena autoritativní struktura, která určuje nadřízenost a podřízenost. Sportovci jsou podřízeni trenérům a vlastníci a správci sportovních klubů jsou nadřízeni trenérům.
- Soupeře vrcholový sportovec chápe jako nepřátele.

Je samozřejmostí, že tato charakteristika se mění s povahou jednotlivých sportů (Sekot, 2008).

Rekreační – zájmový sport

Volnočasový sport, jak by se dal nazvat zájmový rekreační, zahrnuje všechny druhy sportovních aktivit, které nemají ambice k vítězství, rekordům a materiálním odměnám. Pravidlem bývá, že nesměřuje k soupeření s ostatními, ale jen se sebou samým. Příkladem může být jízda na kole, kdy překonáme svůj rekord najetých kilometrů. (Sekot, 2008)

- Osobní projev, prožitek, dobrý zdravotní stav, podpora spoluhráčů i protihráčů, tak to je jedna z charakteristik rekreačního zájmového sportu.
- Posilování při tělesných aktivitách navozuje radost a pocit duševní a tělesné pohody.
- Funguje zde demokratická rozhodující struktura, založená na kooperaci a sdílení moci mezi trenérem a sportovcem.
- Protihráči nejsou nepřátelé - principem je soutěžit s někým, ne proti někomu. (Coakley, 2001, cit. podle Sekot, 2008)

Doping a prohřešky českých vrcholových sportovců

Olympiády, světové poháry, mistrovství světa a další sportovní soutěže jsou bohužel provázeny problémy s dopingem. I když sportovci ví, že budou kontrolováni, snaží se to nějak obejít, ale komise pro odhalování dopingu jsou neovlivnitelné a výsledky testů přesné.

V tabulce číslo 2 se můžeme podívat na některé současné české sportovce s pozitivním testem na doping. Jak již bylo výše zmíněno, kulturistika je rizikový sport v této problémové oblasti.

Příjmení	Jméno	Sport	Státní příslušnost	Datum	Druh testu	Zjištěná látka nebo jiné provinění	Sankce udělená sportovním svazem	Konec sankce
Folauř	Jakub	americký fotbal	ČR	08.07.2018	soutěž	kokain, metylendioxyamfetamin	4 roky	05.08.2022
Linhartová	Gabriela	kulturistika	ČR	22.04.2018	soutěž	metenolon	4 roky	15.05.2022
Müller	Martin	kulturistika	ČR	21.04.2018	soutěž	metylhexanamin	2 roky	13.05.2020
Němeček	Pavel	kulturistika	ČR	15.04.2018	soutěž	amilorid, HC-thiazid, clenbuterol, trenbolon, testosteron, nandrolon, stanozolol, drostanolon	4 roky	15.05.2022
Gabko	Martin	kulturistika	ČR	15.04.2018	soutěž	odmítnutí	4 roky	16.04.2022
Kyzivát	Radek	kulturistika	ČR	15.04.2018	soutěž	odmítnutí	4 roky	16.04.2022
Šostý	Jakub	kulturistika	ČR	14.04.2018	soutěž	nedostavení se	4 roky	16.04.2022
Kollárik	Jonáš	kulturistika	ČR	14.04.2018	soutěž	odmítnutí	4 roky	16.04.2022
Maňák	Jan	kulturistika	ČR	14.04.2018	soutěž	odmítnutí	4 roky	16.04.2022
Kajzr	Josef	silový trojboj	ČR	17.03.2018	soutěž	stanozolol	4 roky	16.04.2022
Kejík	Tomáš	vzpírání	ČR	15.03.2018	mimo soutěž	dehydrochlormetylt testosteron	4 roky	16.04.2022
Tymoř	Václav	americký fotbal	ČR	14.03.2018	soutěž	stanozolol, tamoxifen	4 roky	13.04.2022
Medvecký	Michael	basketbal	ČR	03.03.2018	soutěž	stanozolol, testosteron, kokain, marihuana	4 roky	16.04.2022
Powada	Pavel	zápas	ČR	21.11.2017	mimo soutěž	metandienon, oxandrolon	4 roky	18.12.2021
Chromý	Patrik	vzpírání	ČR	11.11.2017	soutěž	metandienon, tamoxifen, clomifen	4 roky	12.12.2021

Tabulka 2: Dopingové případy v ČR 2006-2018

zdroj: Antidopingový výbor ČR, dostupné z: http://www.antidoping.cz/dopingova_kontrola_pripady.php

Mezi nejznámější české gamblery patří hokejista Jaromír Jágr, který se tímto faktem nikdy netajil. Veřejně se přiznal, že mu kasina dodávají klid a uvolnění od hokejového vypětí. Tenistka Martina Hingisová měla pozitivní test na kokain a předběžně ukončila svou sportovní kariéru. V nedávné době se řešila i kauza hokejisty Petra Čáslavy, který měl též užívat kokain. Rychlou jízdou luxusním automobilem pod vlivem alkoholu se prohřešili fotbalisté David Limberský a Daniel Pudil, hokejisté Ondřej Pavelec, Adam Svoboda a Ladislav Lubina.

3.2 Výzkumný problém

Hlavní výzkumná otázka

Jaký životní styl v kontextu rizikového chování mají oslovení adolescenti, kteří aktivně sportují, a naopak ti, kteří se pohybovým aktivitám věnují jen rekreačně či vůbec?

Vedlejší výzkumné otázky

Jak tráví respondenti volný čas?

Jaký je nejčastější důvod šikany, kyberšikany u respondentů?

Kolik času denně tráví respondenti u počítače?

3.3 Metodika výzkumného šetření

Pro výzkumné šetření byl použit anonymní dotazník vlastní konstrukce. Dotazník obsahoval uzavřené otázky, kdy mohl respondent volit pouze jednu variantu z více možných odpovědí, polouzavřené otázky, které umožnily získat konkrétní odpověď od dotázaných, dále i otevřené položky, kde respondent mohl uvést vlastní odpověď.

Dotazník byl nejprve vyzkoušen na menší skupině respondentů, kde bylo ověřeno, že je srozumitelný a nečiní dotázaným problémy při vyplňování. Následná distribuce dotazníku byla provedena jejich rozdělením na vybraných školách. Dále byl rozeslán mezi členy sportovních klubů z blízkého okolí a jejich známé.

Dotazníkového šetření se zúčastnilo 120 adolescentů ve věku 15-21 let z různých škol.

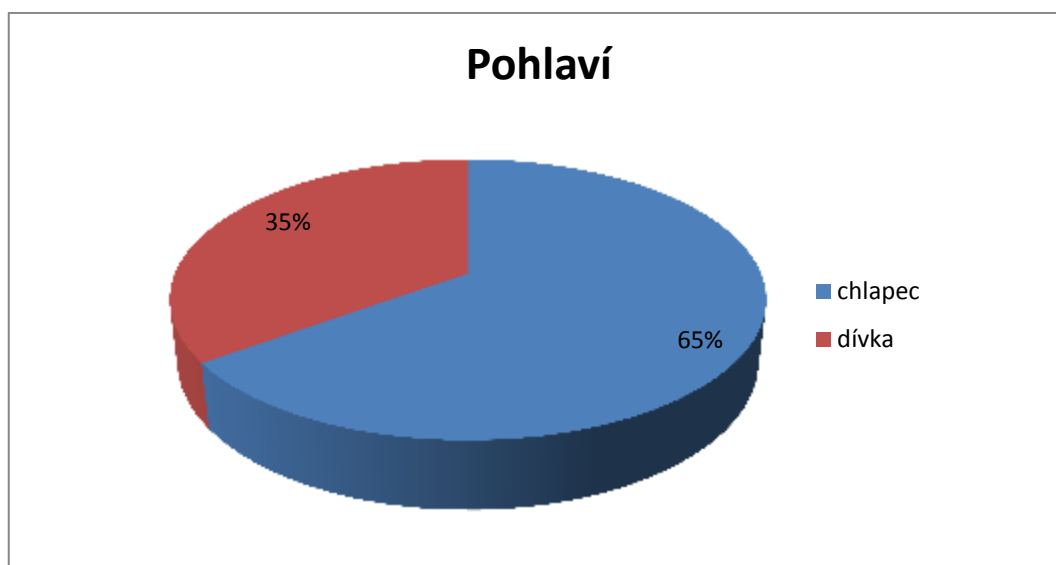
4 Empirická část

4.1 Empirická část

Tato část práce je zaměřena na vyhodnocení dotazníkového šetření a analýzu získaných dat od 120 respondentů. Jednotlivé položky dotazníku budou pro přehlednost zpracovány i formou grafů s popisem.

4.1.1 Otázka č. 1

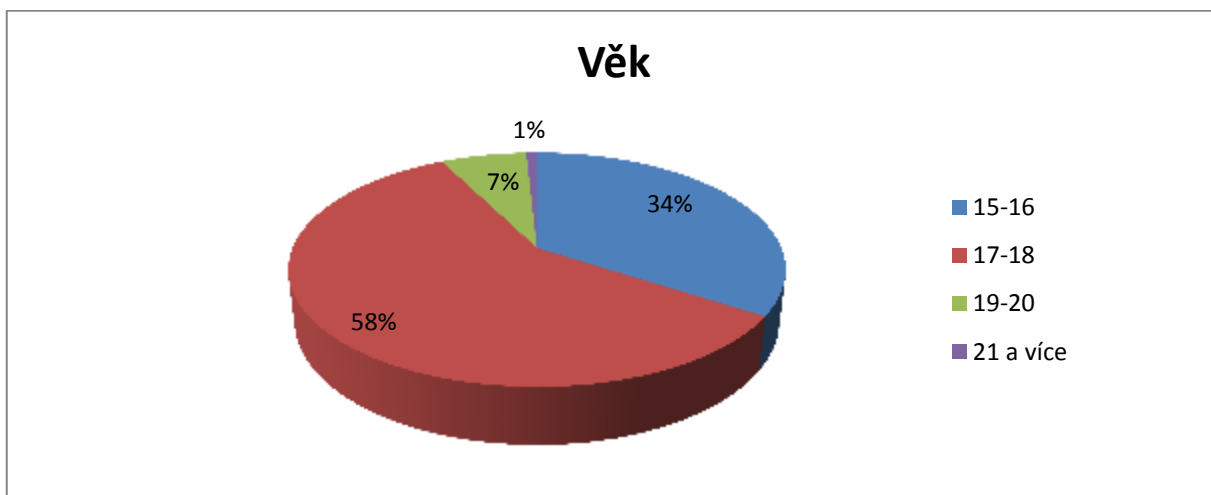
První otázka zjišťovala pohlaví respondenta. Výzkumu se celkem zúčastnilo 42 děvčat (35 %) a 78 chlapců (65 %).



Graf 1: Otázka 1 – Pohlaví respondentů
zdroj: vlastní

4.1.2 Otázka č. 2

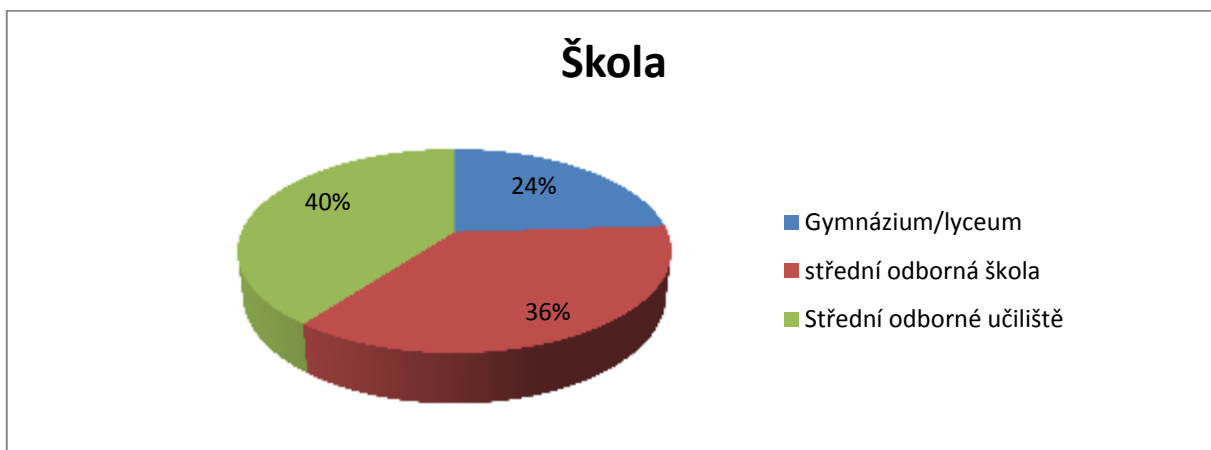
Druhá otázka byla zaměřená na věk respondentů. Výzkum byl určený adolescentům, tudíž se věk pohyboval od 15 do 20 let. Jedna dívka zaškrtnla věk 21 a více (1 %) a výzkum hodnotila retrospektivně. Nejvíce respondentů bylo ve věku 17 a 18 let - celkem 70 (58 %), z toho bylo 26 dívek a 44 chlapců. Ve věku 15-16 let (34 %) odpovídalo na dotazník 13 dívek a 28 chlapců. 2 dívky a 6 chlapců byli mezi 19-20 lety (7 %).



Graf 2: Otázka 2 - Věk respondentů
zdroj: vlastní

4.1.3 Otázka č. 3

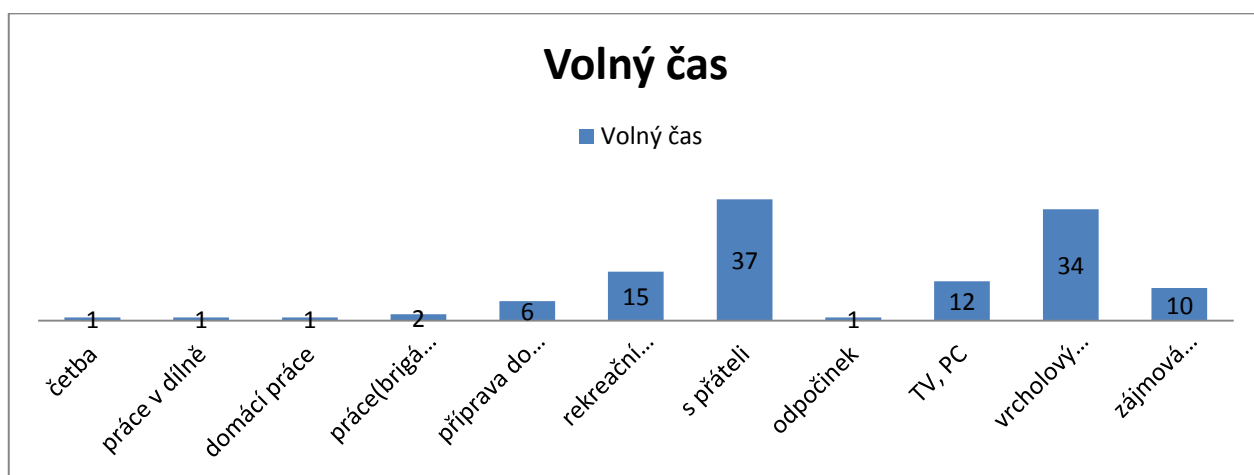
Otázka číslo 3 zjišťovala, jakou školu respondenti navštěvují. Gymnázium či lyceum navštěvuje 29 respondentů (24 %), střední odbornou školu 44 (36 %) a střední odborné učiliště 47 (40 %).



Graf 3: Otázka č. 3 - Jakou školu navštěvuješ?
zdroj: vlastní

4.1.4 Otázka č. 4

Otázka číslo 4 zkoumala, jak respondenti tráví svůj volný čas. Měli na výběr několik možností, a pokud svůj způsob trávení času nenašli, mohli ho uvést. Mezi nejčastější odpovědi se řadí trávení času s přáteli (venku, v hospodě,...) – 37 respondentů (31 %), sportování vrcholově (34, tj. 28 %) i rekreačně (15, tj. 12 %), sledování TV a používání PC (12, tj. 10 %). Méně častá byla příprava do školy, práce (brigáda), zájmová činnost/kroužek/oddíl, odpočinek, domácí práce, práce ve své dílně a četba.

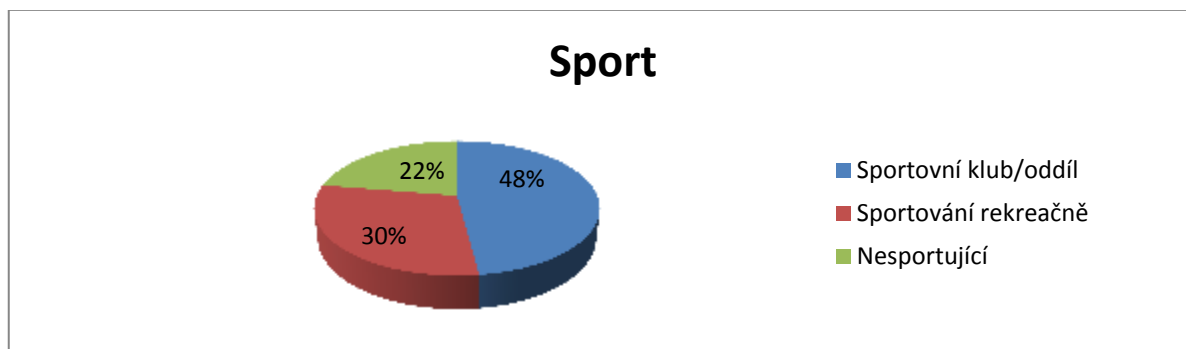


Graf 4: Otázka č. 4 - Jak trávíš volný čas?

zdroj: vlastní

4.1.5 Otázka č. 5

Pátá otázka byla pro moji práci velmi důležitá. Zjišťovala, zda respondent patří do nějakého sportovního klubu či oddílu, sportuje sám nebo nesportuje vůbec. 52 oslovených patří do sportovního klubu (48 %), 39 respondentů si rádo zasportuje samo, když má chuť (30 %) a 29 adolescentů nesportuje vůbec (22 %).

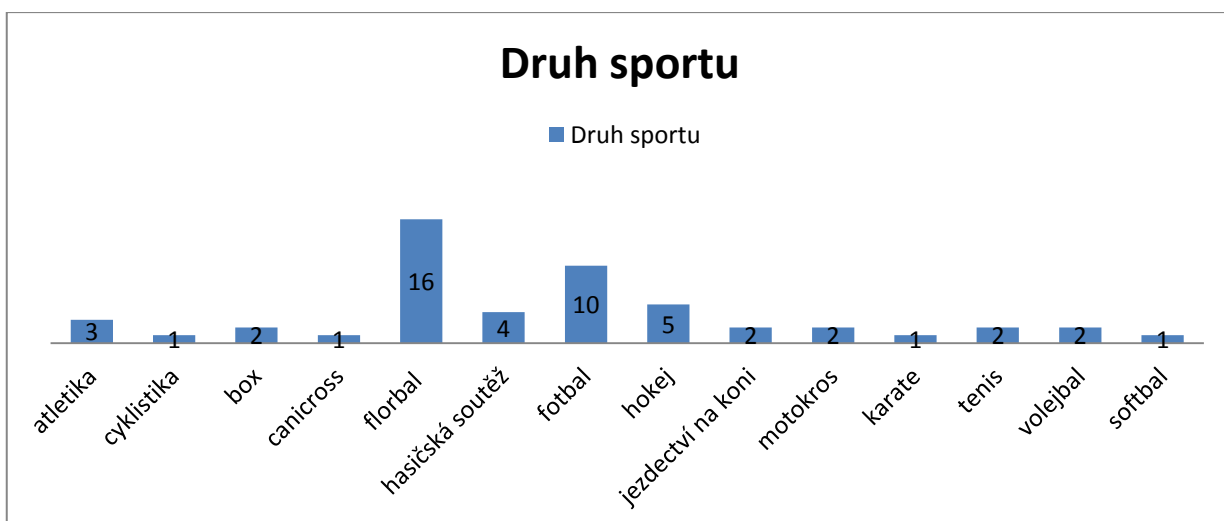


Graf 5: Otázka č. 5 - Patříš do nějakého sportovního klubu?

zdroj: vlastní

4.1.6 Otázka č. 6

V šesté otázce bylo zjišťováno, jestli respondenti provozují vrcholový/oddílový sport, popř. jaký druh. 68 respondentů neprovozuje vrcholový sport ani oddílový sport (57 %) a 52 dotázaných adolescentů ho provozuje (43 %). Mezi nejčastějšími sporty byly uvedeny: 16x florbal (31 %), 10x fotbal (19 %) a 5x hokej (7 %).

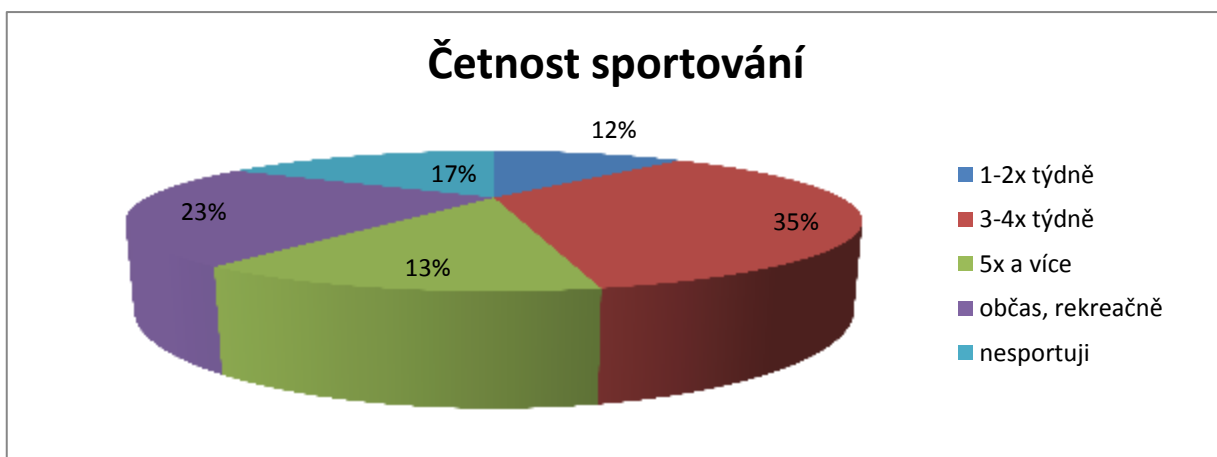


Graf 6: otázka č. 6 - Který sport provozuješ vrcholově/oddílově?

zdroj: vlastní

4.1.7 Otázka č. 7

Sedmá otázka se zabývala četností sportování. Jak si můžeme všimnout v grafu č. 7, 42 respondentů sportuje 3-4x týdně (35 %), 1-2x týdně sportuje 14 dotázaných (12 %), 5x a více 16 respondentů (13 %), občas si zasportuje 28 adolescentů (23 %) a 20 jich nesportuje (17 %).

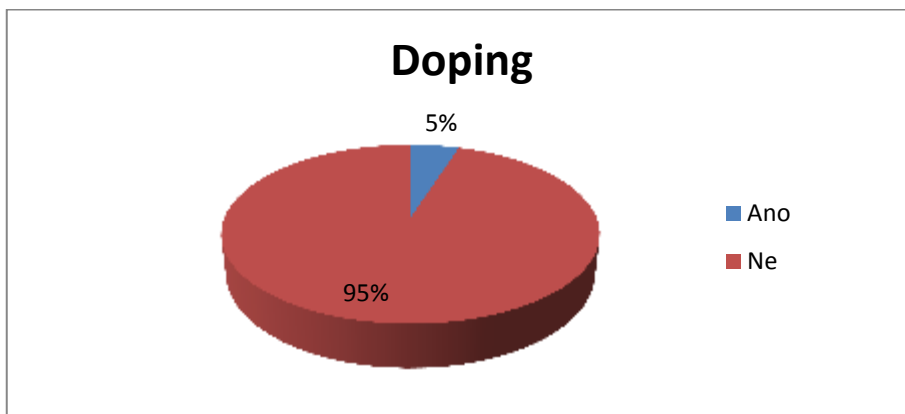


Graf 7: otázka č. 7 - Jak často sportuješ?

zdroj: vlastní

4.1.8 Otázka č. 8

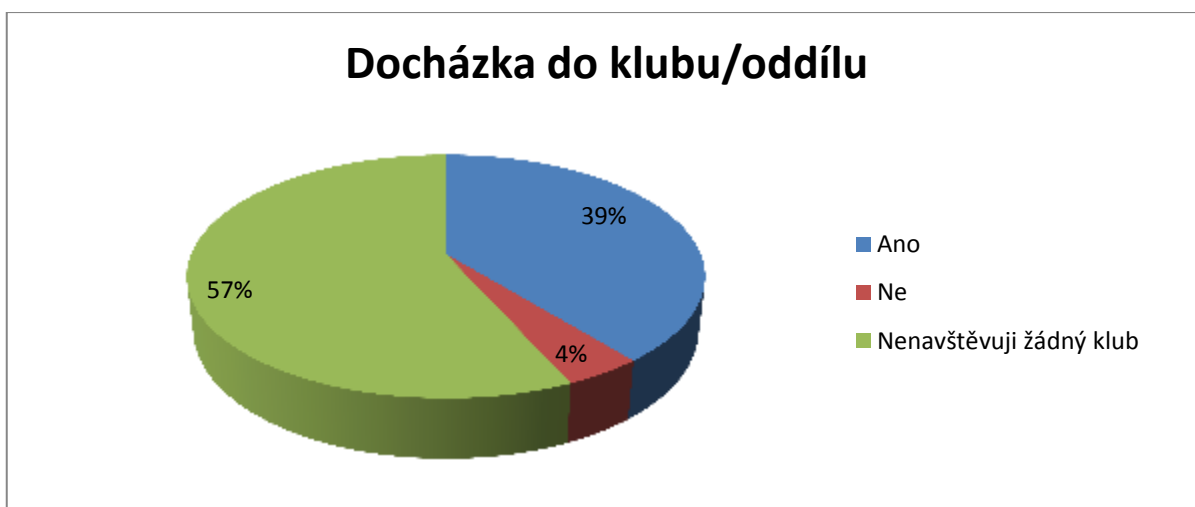
U osmé otázky bylo zjišťováno, kolik dotázaných se setkalo s testy na doping. Ve většině případů byla odpověď záporná (95 %) a 6 respondentů ze 120 se testům podrobilo (5 %). Dopingový test podstoupil tenista, dále dva atleti, hokejista, florbalista a boxer.



Graf 8: Otázka č. 8 - Absolvoval si někdy dopingové testy?
zdroj: vlastní

4.1.9 Otázka č. 9

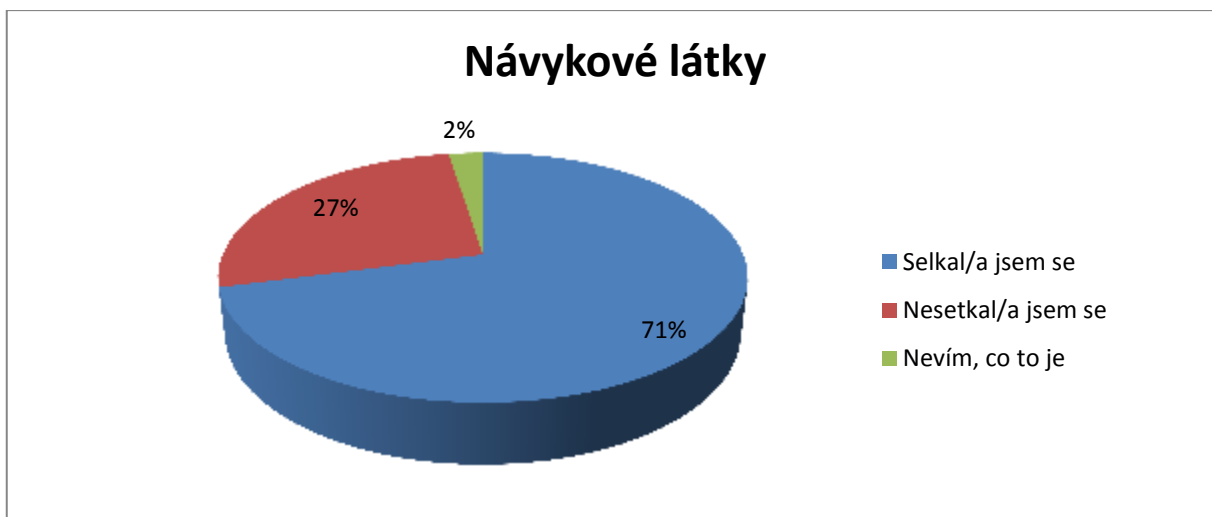
Otázka číslo devět zněla: Chceš sám/sama chodit do sportovního klubu/oddílu tak, že tě nikdo nemusí nutit? 5 respondentů odpovědělo, že neradi chodí do sportovního klubu/oddílu (4 %). 47 ze 121 dotázaných odpovědělo, že chodí sportovat v klubu/oddíle bez donucení (39 %) a 68 bylo nespportujících či nespportujících v klubu/oddílu (57 %).



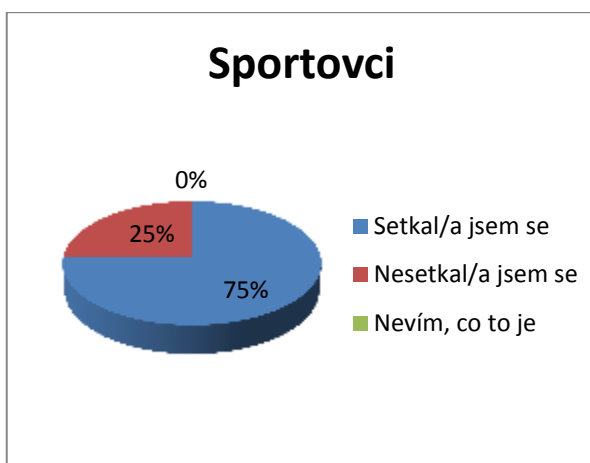
Graf 9: otázka č. 9 - Chceš sám chodit do sportovního klubu/oddílu? (tzn., nenutí tě někdo)
zdroj: vlastní

4.1.10 Otázka č. 10

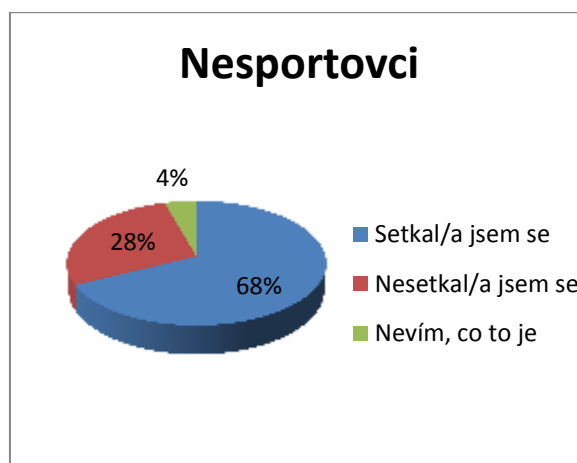
Otázka číslo deset byla zaměřena na návykové látky. Výzkumné šetření mělo zjistit, zda se respondenti již setkali s návykovou látkou a jestli ví, co to je. 85 ze 120 odpovídajících se s látkami setkalo (71 %), 32 dotázaných prozatím ne (27 %) a 3 respondenti nevěděli, co to návykové látky jsou (2 %).



Graf 10: otázka č. 10 - Setkal/a ses s návykovými látkami?
zdroj: vlastní



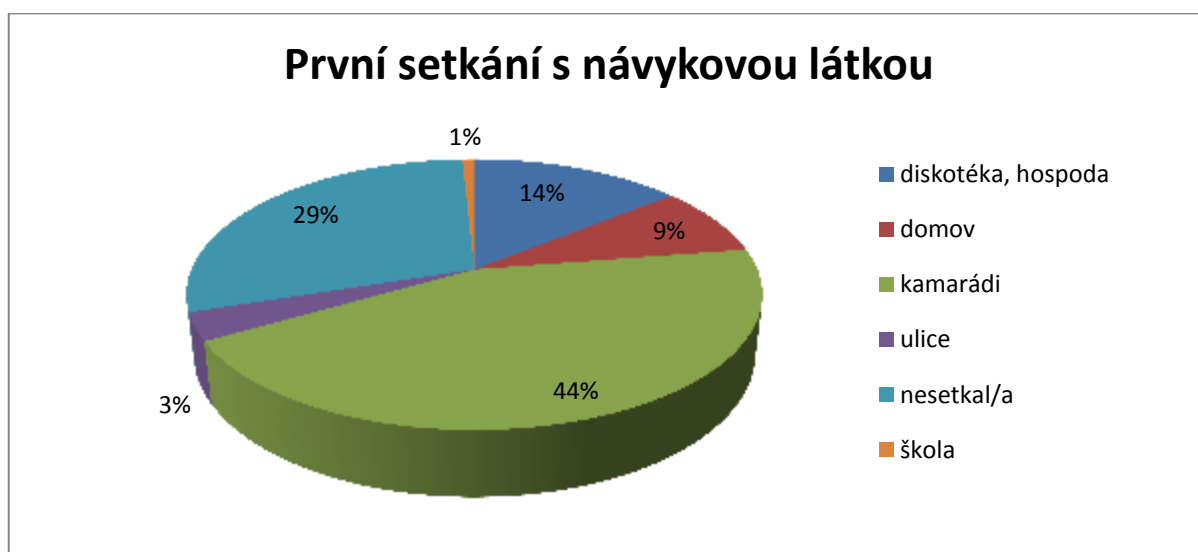
Graf 11: otázka č. 10 - Sportovci.
zdroj: vlastní



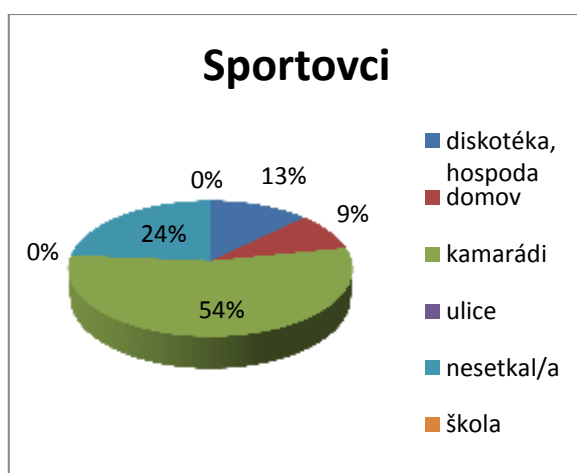
Graf 12: otázka č. 10 - Nesportovci.
zdroj: vlastní

4.1.11 Otázka č. 11

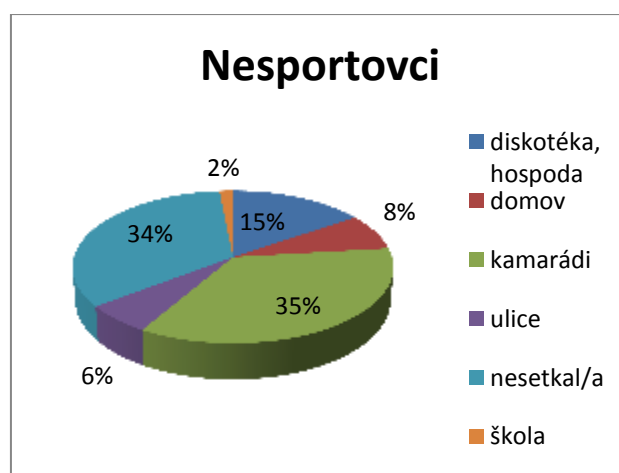
Otázka číslo 11 se zabývala tím, kde se respondent poprvé setkal s návykovou látkou. Předpokladem bylo, že nejčastější odpovědi budou kamarádi, kteří dotázané seznámí s návykovou látkou. Výzkumné šetření můj předpoklad potvrdilo a kamarády uvedlo 53 respondentů (44 %). Dalším místem byla diskotéka či hospoda (17, tj. 14 %), domov (10, tj. 9 %), na ulici (4, tj. 3%) a překvapivě i škola (1, tj. 1%). 35 respondentů se s návykovou látkou ještě neseťkalo (29 %).



Graf 13: otázka č. 11 - Kde ses setkal/a poprvé s návykovou látkou?
zdroj: vlastní



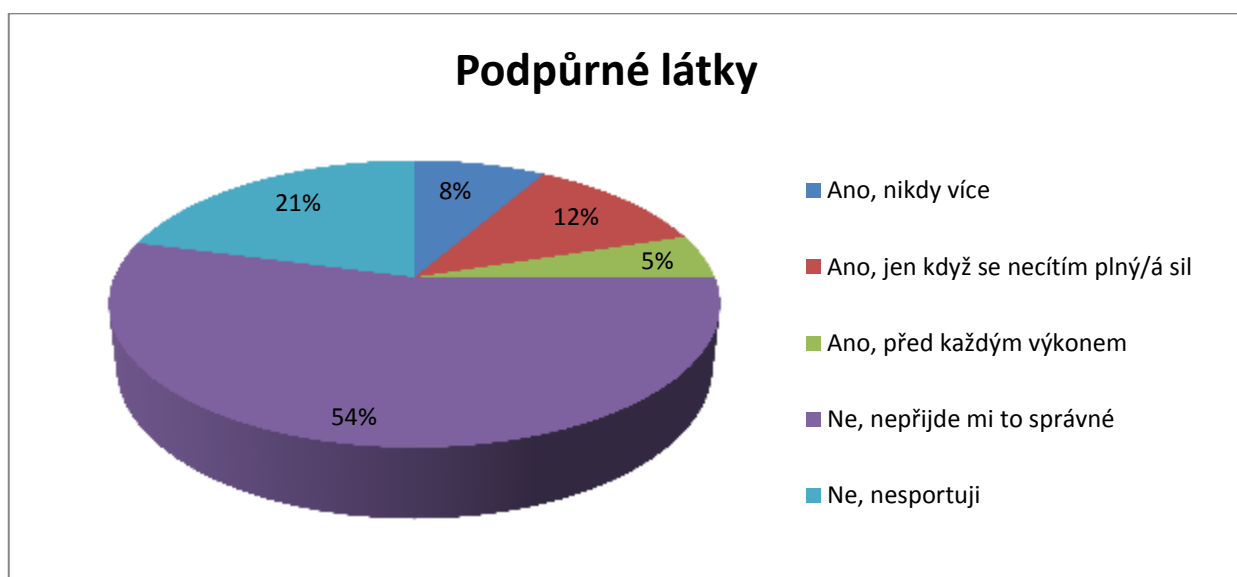
Graf 14: otázka č. 11 - Sportovci.
zdroj: vlastní



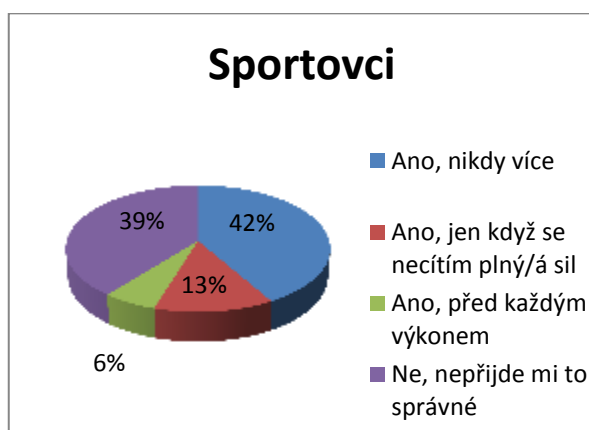
Graf 15: otázka č. 11 - Nesportovci.
zdroj: vlastní

4.1.12 Otázka č. 12

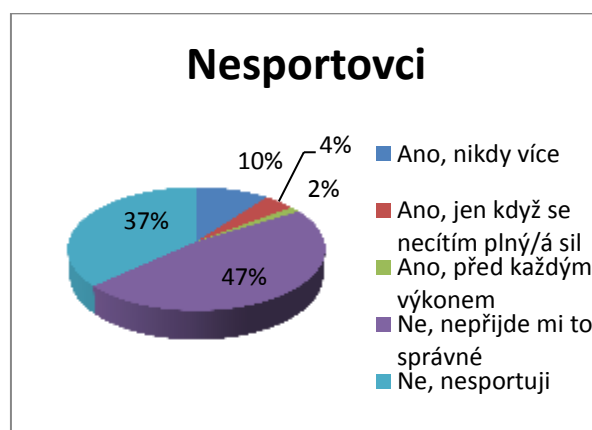
Dvanáctá otázka zjišťovala, zda dotázaní někdy užili podpůrnou látku ke zlepšení svého výkonu. Těmito látkami byly myšleny léky, drogy, povzbuzovače (např.: Snus – žvýkáci tabák, energetické nápoje), alkohol a další. Ne, nepřijde mi to správné, odpovědělo 65 respondentů (54 %), nespportovců bylo 25 (21 %), 14 dotázaných užívá látky, když se necítí plní sil (12 %), 10 adolescentů látky okusilo, ale nikdy více už je nechtějí užít (8 %). 2 z 6 respondentů, kteří užívají látky před každým výkonem, jsou vrcholoví sportovci (5 %).



Graf 16: otázka č. 12 - Užíval/a jsi někdy ke zlepšení svého výkonu nějakou podpůrnou látku? (Mezi takové látky se zahrnují léky, drogy i povzbuzovače jako např. Red Bull, Snus – žvýkáci tabák, alkohol, ...)
zdroj: vlastní



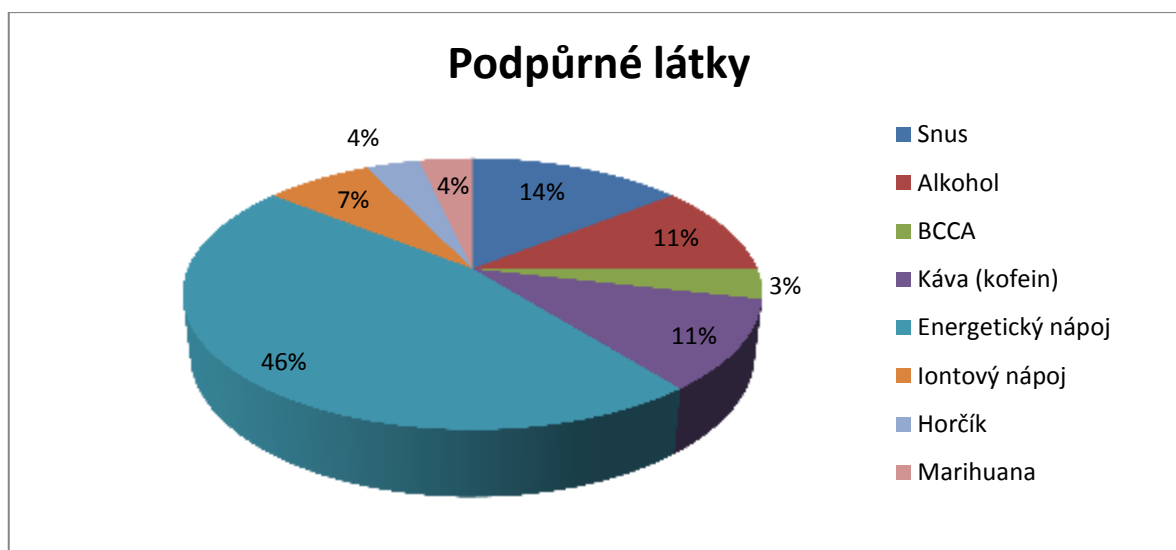
Graf 17: otázka č. 12 - Sportovci.
zdroj: vlastní



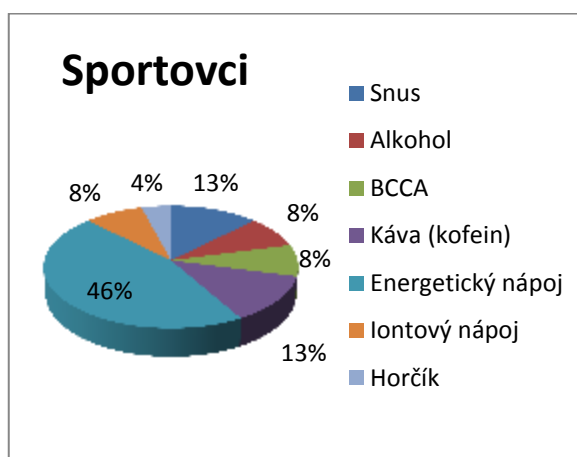
Graf 18: otázka č. 12 - Nespportovci.
zdroj: vlastní

4.1.13 Otázka č. 13

Tato otázka byla určena pro ty, kteří v předešlé otázce odpověděli kladně a měli uvést, jakou látku užili či užívají. Nejčastější podpůrnou látkou byl ve 13 případech energetický nápoj (46 %), 4x byl uveden žvýkací tabák Snus (14 %), 3x alkohol (11 %) a 3x kofein (11 %). V grafu jsou uvedeny všechny zbývající odpovědi, které měly 1 až 2 hlasy.



Graf 19: otázka č. 13 – Uveď, jakou podpůrnou látku užíváš.
zdroj: vlastní¹



Graf 20: otázka č. 13 - Sportovci.
zdroj: vlastní

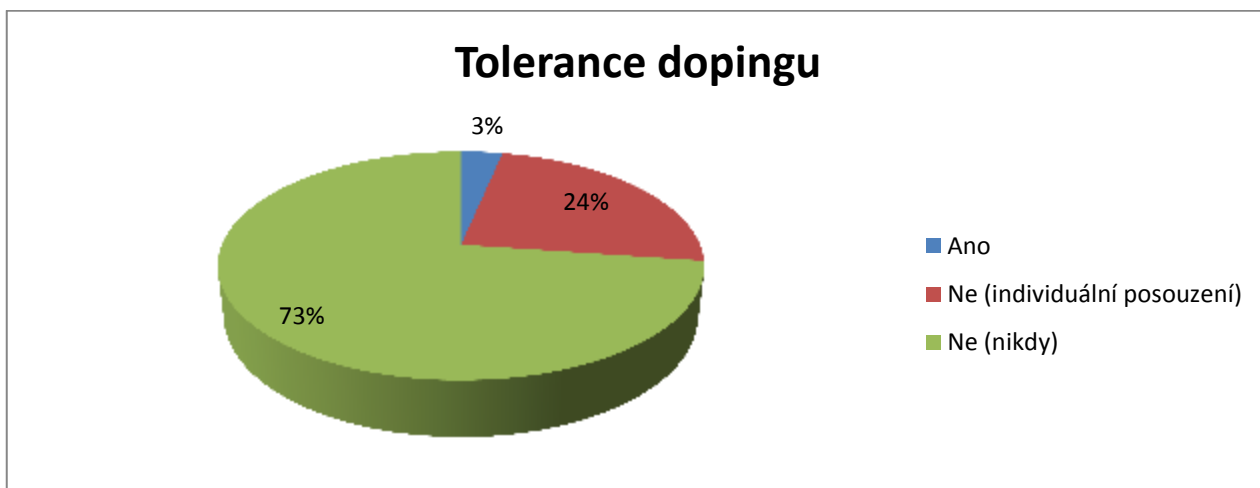


Graf 21: otázka č. 13 - Nesportovci.
zdroj: vlastní

¹ BCCA jsou aminokyseliny, které jsou nezbytně nutné pro kvalitní sportovní výkon a rychlou regeneraci organismu. zdroj: <https://www.nutrend.cz/aminokyseliny-bcaa-jak-funguji-a-proc-jsou-tak-dulezite-a29783.htm>

4.1.14 Otázka č. 14

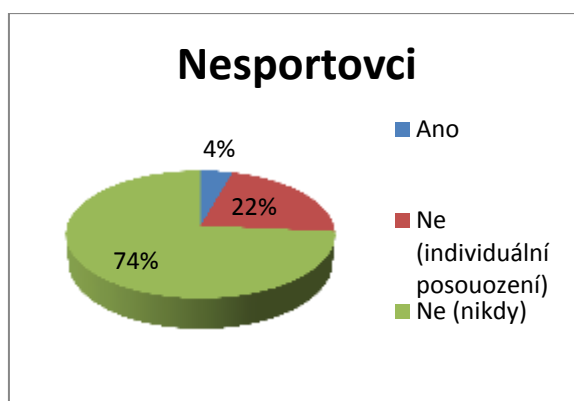
V otázce číslo 14 byli respondenti osloveni s tím, zda souhlasí s tolerancí dopingu. V dnešní době se jedná o populární téma, proto byla tato otázka zařazena do dotazníkového šetření. Většina je pro netolerování dopingu (88, tj. 73 %), 29 ze 120 dotázaných by doping netolerovalo (24 %), ale přihlíželo by na jednotlivé případy individuálně a 3 dotázaní by doping zcela tolerovali (3 %). Ti, co byli pro toleranci, jsou rekreačními sportovci či nespportovci.



Graf 22: otázka č. 14 - Jsi pro toleranci dopingu?
zdroj: vlastní



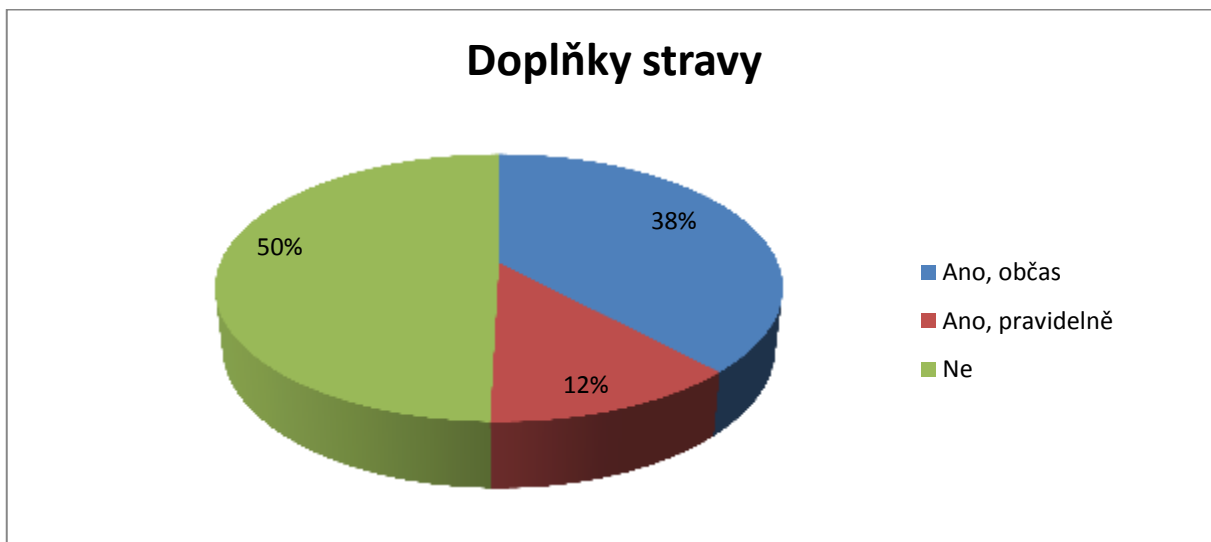
Graf 23: otázka č. 14 - Sportovci.
zdroj: vlastní



Graf 24: otázka č. 14 - Nespportovci.
zdroj: vlastní

4.1.15 Otázka č. 15

Patnáctá otázka dotazníku byla zaměřena na užívání doplňků stravy. Občas doplňky užívá 46 respondentů (38 %), pravidelně 15 dotázaných (12 %) a 59 adolescentů žádné neužívá (50 %).



Graf 25: otázka č. 15 - Používáš nějaký doplněk stravy?

zdroj: vlastní



Graf 26: otázka č. 15 - Sportovci.

zdroj: vlastní

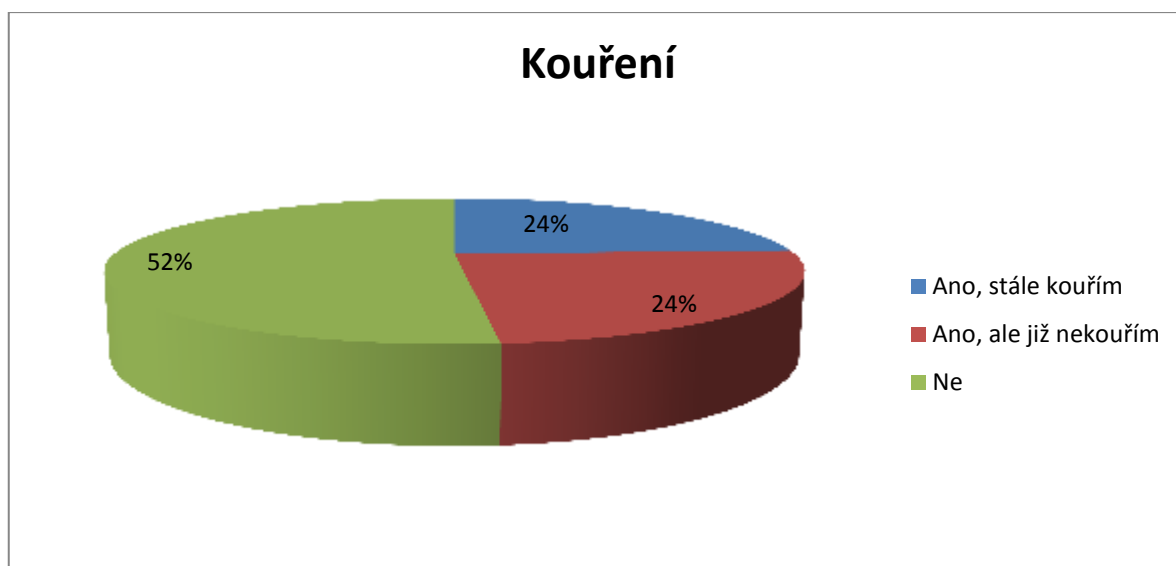


Graf 27: otázka č. 15 - Nesportovci.

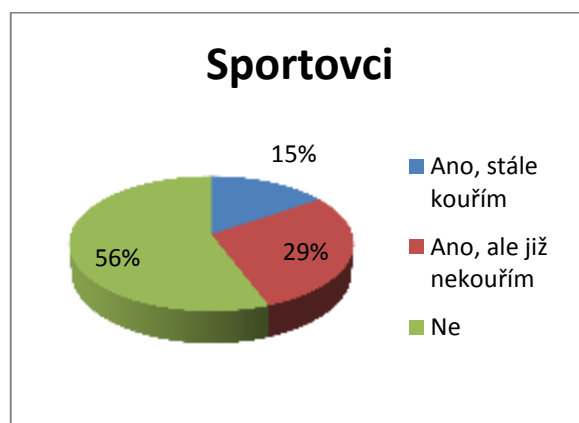
zdroj: vlastní

4.1.16 Otázka č. 16

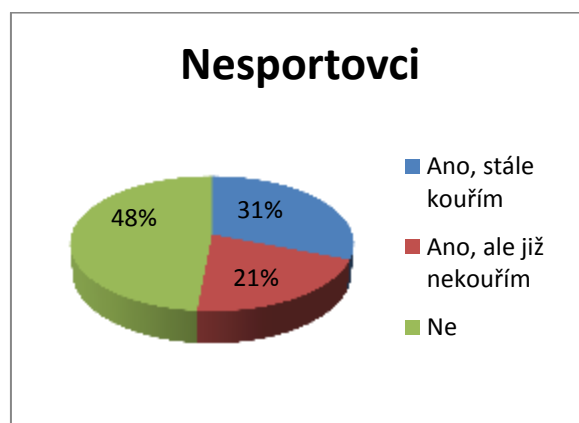
Kouřil/a jsi někdy, tak zněla otázka č. 16. Výsledek otázky byl takový, že 29 ze 120 odpovídajících kouřilo a stále kouří (24 %), 29 respondentů to zkusilo, ale již nekouří (24 %) a 62 adolescentů nikdy nekouřilo (52 %). V grafech níže je zobrazen poměr sportovců a nespportovců vzhledem ke kouření.



Graf 28: otázka č. 16 - Kouřil/a si někdy?
zdroj: vlastní



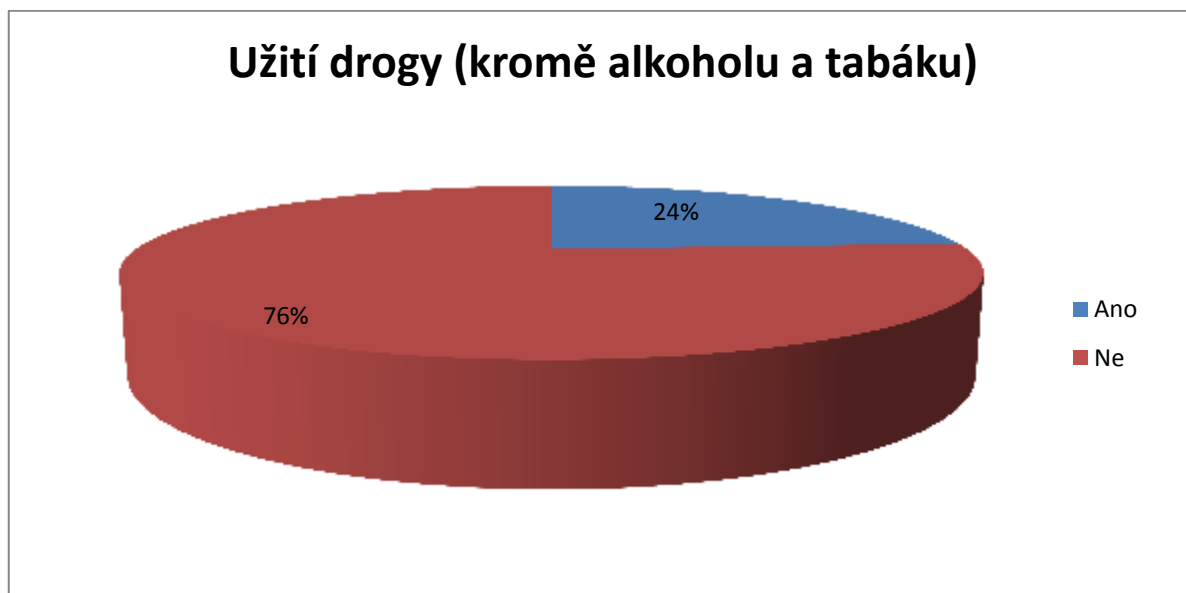
Graf 29: otázka č. 16 - Sportovci.
zdroj: vlastní



Graf 30: otázka č. 16 - Nespportovci.
zdroj: vlastní

4.1.17 Otázka č. 17

Otázka číslo 17 zjišťovala, zda respondenti vyzkoušeli nějakou drogu, kromě alkoholu a tabáku. 29 respondentů (24 %) okusilo nějakou jinou drogu a 91 odpovědělo záporně (76 %).



Graf 31: otázka č. 17 - Vyzkoušel/a si někdy nějakou drogu, kromě alkoholu a tabáku?
zdroj: vlastní



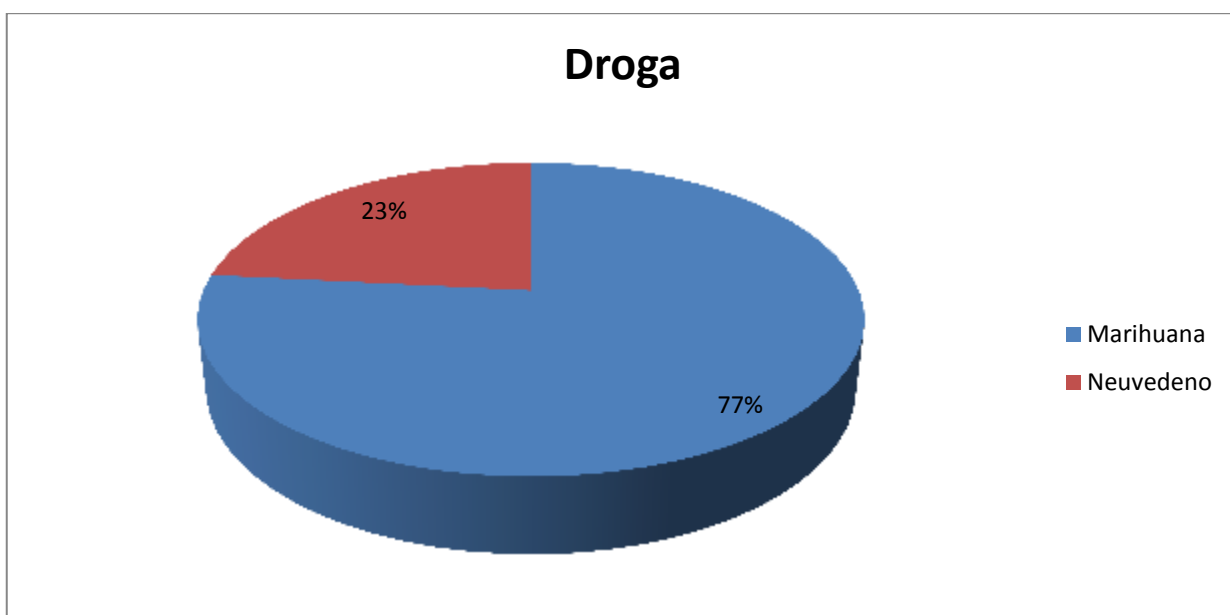
Graf 32: otázka č. 17 - Sportovci.
zdroj: vlastní



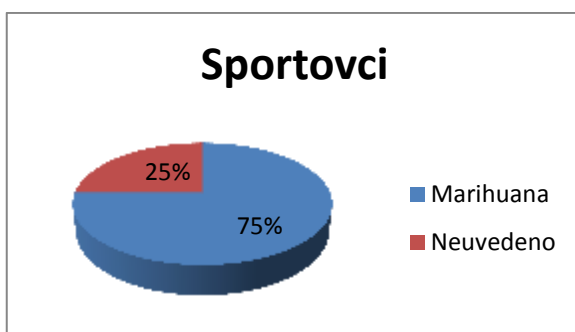
Graf 33: otázka č. 17 - Nesportovci.
zdroj: vlastní

4.1.18 Otázka č. 18

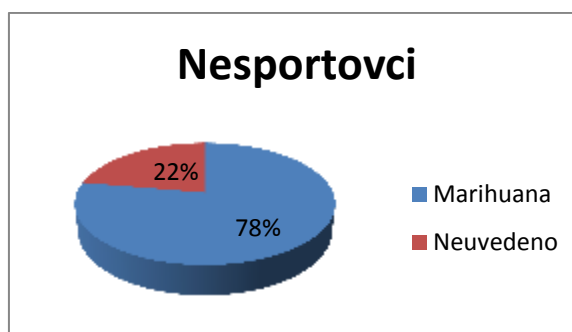
Otázka číslo 18 navazuje na předcházející otázku. Ten, kdo odpověděl kladně, měl uvést, jakou drogu okusil. 23 respondentů překvapivě odpovědělo jednotně – kouřili marihuanu (77 %). 7 dotázaných bohužel odpověď neuvedlo (23 %).



Graf 34: otázka č. 18 - Uved', jakou drogu si užil.
zdroj: vlastní



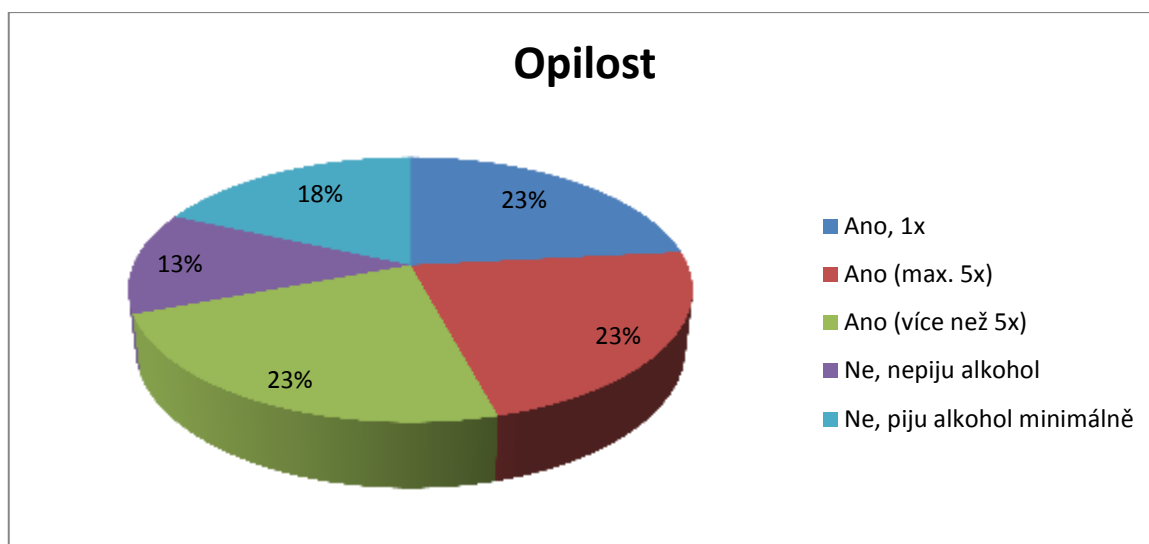
Graf 35: otázka č. 18 - Sportovci.
zdroj: vlastní



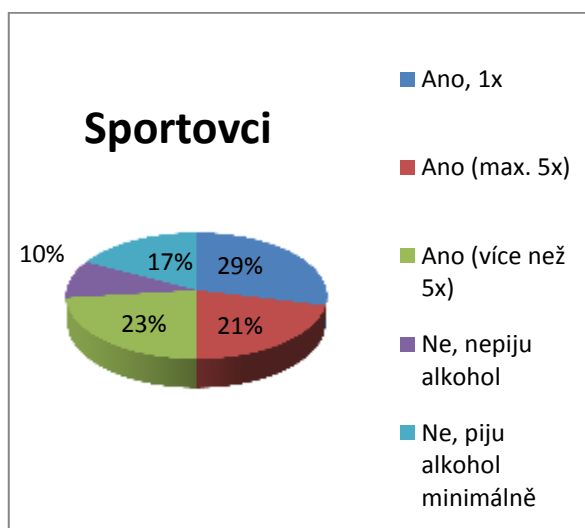
Graf 36: otázka č. 18 - Nesportovci.
zdroj: vlastní

4.1.19 Otázka č. 19

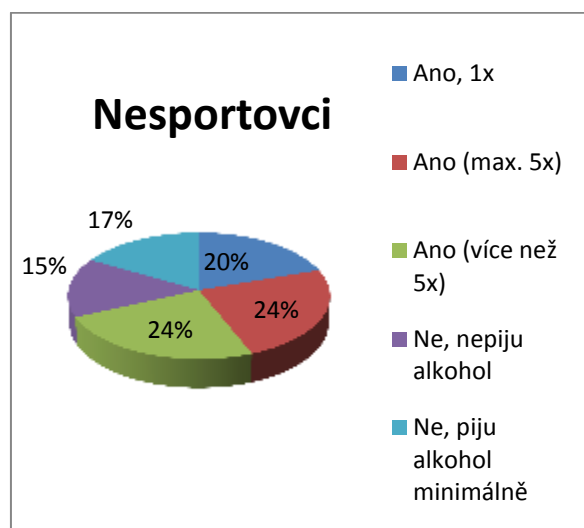
Otázka číslo devatenáct byla zaměřena na stav silné opilosti. Dotázaní měli uvést, zda tento stav někdy zažili a pokud ano, zda se tento jev opakuje (28, tj. 23 %), či se jim stal jedenkrát (28, tj. 23 %), maximálně pětkrát (27, tj. 23 %). 15 respondentů alkohol nepije (13 %) a 22 dotázaných pije alkohol minimálně (18 %).



Graf 37: otázka č. 19 – Zažil/a si někdy stav silné opilosti?
zdroj: vlastní



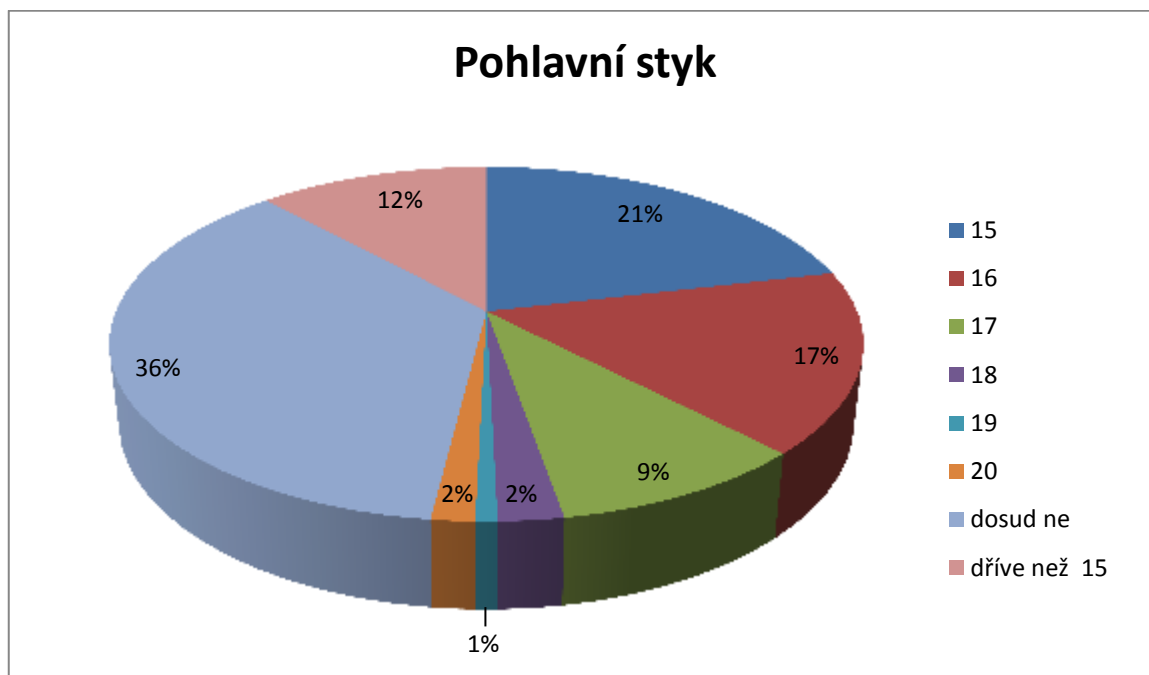
Graf 38: otázka č. 19 - Sportovci.
zdroj: vlastní



Graf 39: otázka č. 19 - Nesportovci.
zdroj: vlastní

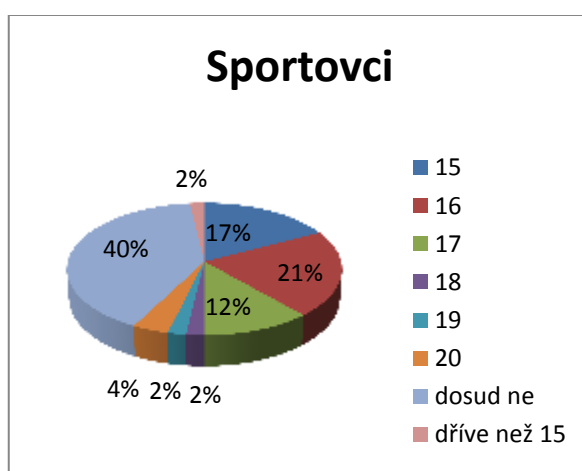
4.1.20 Otázka č. 20

Věková hranice způsobilosti k pohlavnímu styku v ČR je 15 let. Otázka dvacet zjišťovala, v jakém věku respondenti měli první pohlavní styk. Objevilo se i 5 odpovědí (12 %), kdy byl pohlavní styk nezákonný. V 15 letech mělo pohlavní styk 27 dotázaných (21 %), v 16 letech 21 respondentů (17 %) a v 17 letech 12 adolescentů (9 %). 46 dotázaných adolescentů ještě pohlavní styk nemělo (36 %). Pro názornost výsledků je níže uveden graf.



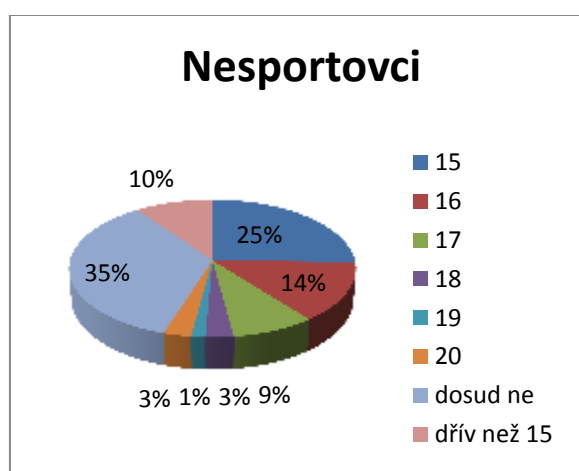
Graf 40: otázka č. 20 - V kolika letech si měl/a první pohlavní styk?

zdroj: vlastní



Graf 41: otázka č. 20 - Sportovci.

zdroj: vlastní

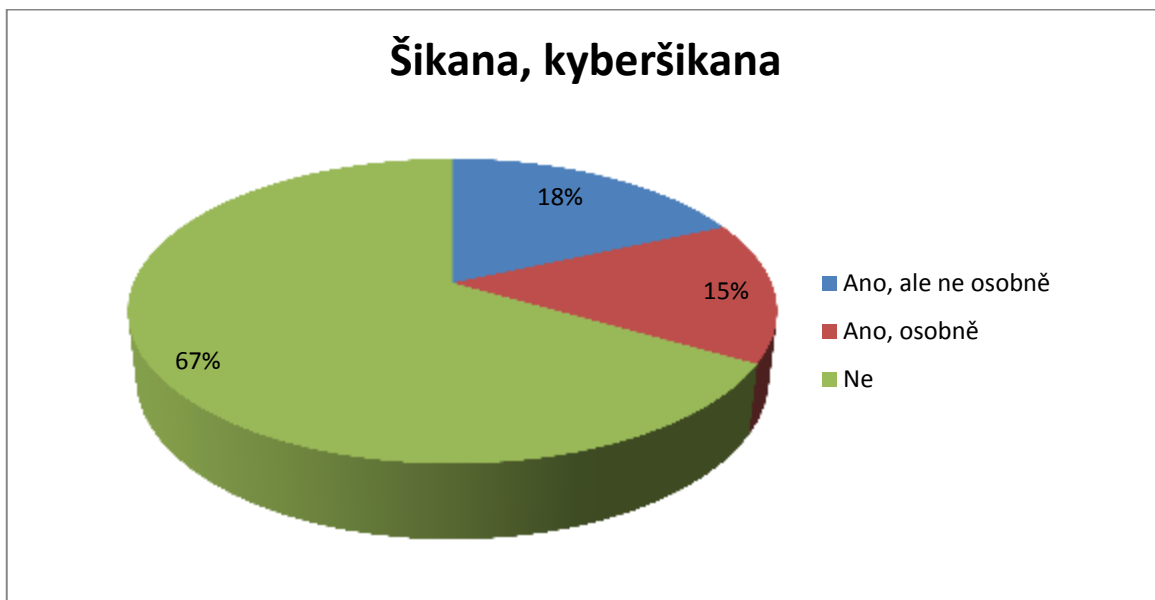


Graf 42: otázka č. 20 - Nesportovci.

zdroj: vlastní

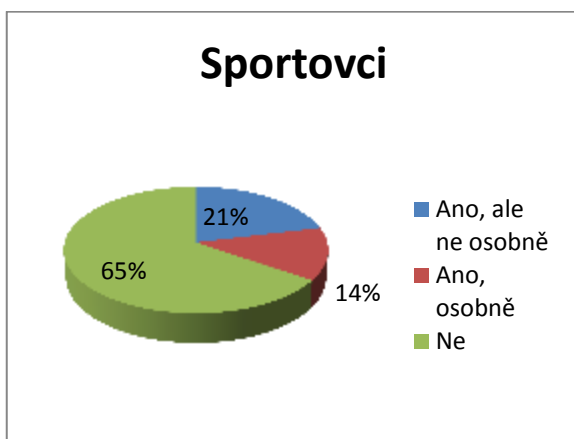
4.1.21 Otázka č. 21

Dvacátá první otázka řešila problematiku šikany a kyberšikany. V 80 případech (67 %) se respondenti se šikanou nesečkali, v 18 se s ní setkali osobně (15 %) a ve 22 případech věděli o někom, kdo je šikanován (18 %).



Graf 43: otázka č. 21 - Máš zkušenost se šikanou, kyberšikanou?

zdroj: vlastní



Graf 44: otázka č. 21 - Sportovci.

zdroj: vlastní

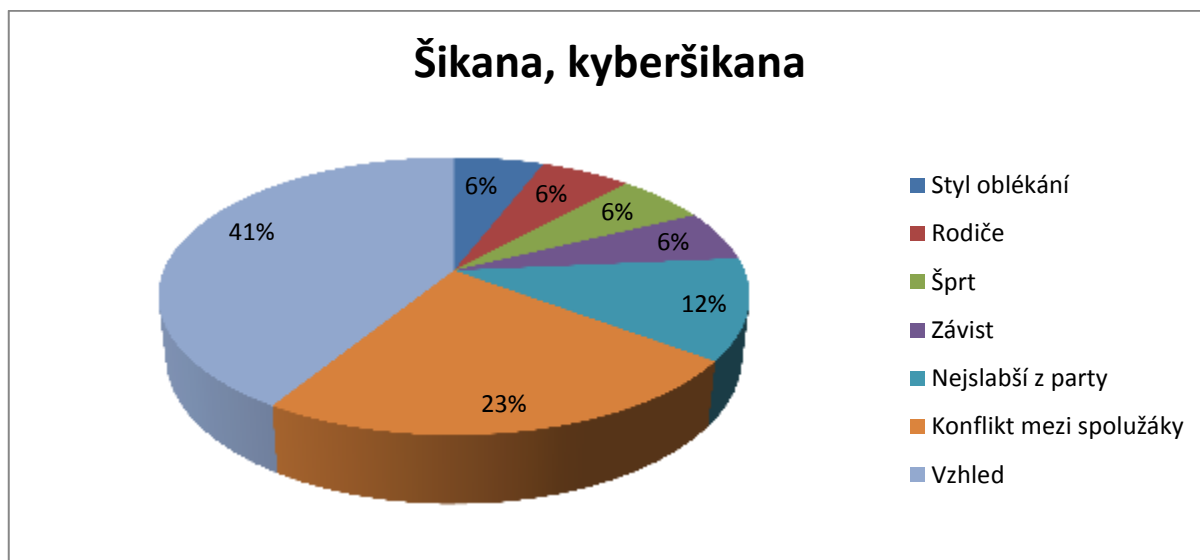


Graf 45: otázka č. 21 - Nesportovci.

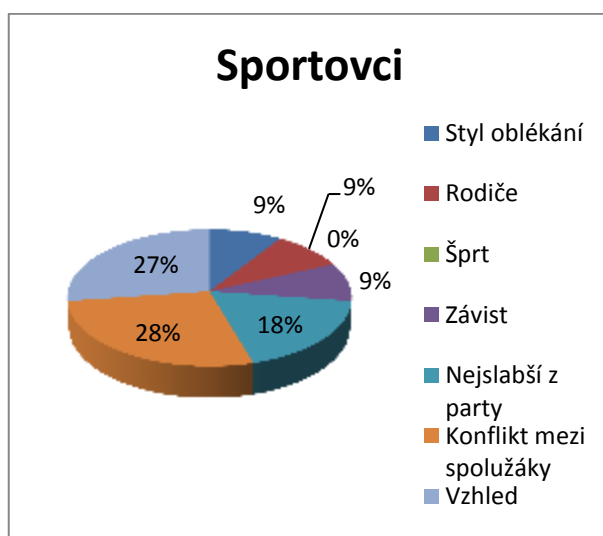
zdroj: vlastní

4.1.22 Otázka č. 22

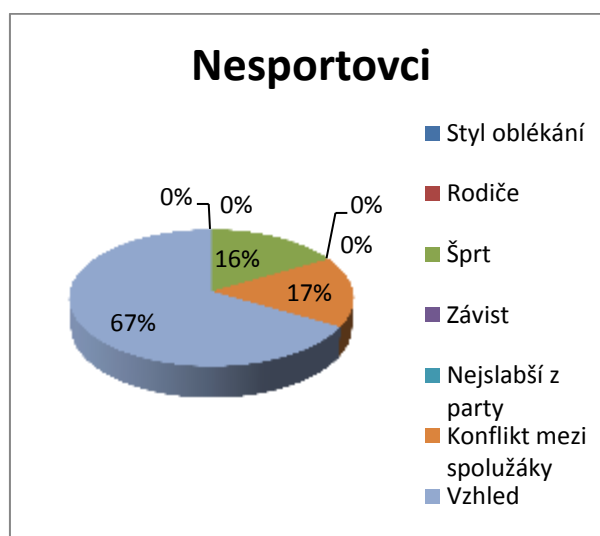
V této otázce bylo řešeno, co bylo důvodem šikany (navazuje na předcházející otázku). 7 respondentů uvedlo za důvod šikany jejich vzhled (41 %), 4 dotázaní konflikt mezi spolužáky (23 %) a 2 adolescenti byli nejslabším členem z party (12 %). Ostatní odpovědi jsou uvedeny názorně v grafu níže.



Graf 46: otázka č. 22 - Důvod šikany, kyberšikany.
zdroj: vlastní



Graf 47: otázka č. 22 - Sportovci.
zdroj: vlastní



Graf 48: otázka č. 22 - Nesportovci.
zdroj: vlastní

4.1.23 Otázka č. 23

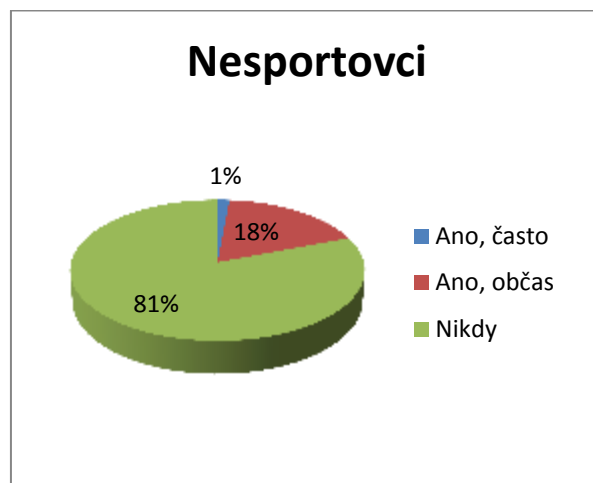
Záškoláctvím se zabývala otázka dvacet tři. Časté záškoláctví se objevilo jen v jediném dotazníku (1 %) a respondent byl nespportovcem. K občasnému záškoláctví se přiznalo 17 dotázaných (14 %). Nikdy nebylo za školou 102 respondentů (85 %).



Graf 49: otázka č. 23 - Chodíš za školu?
zdroj: vlastní



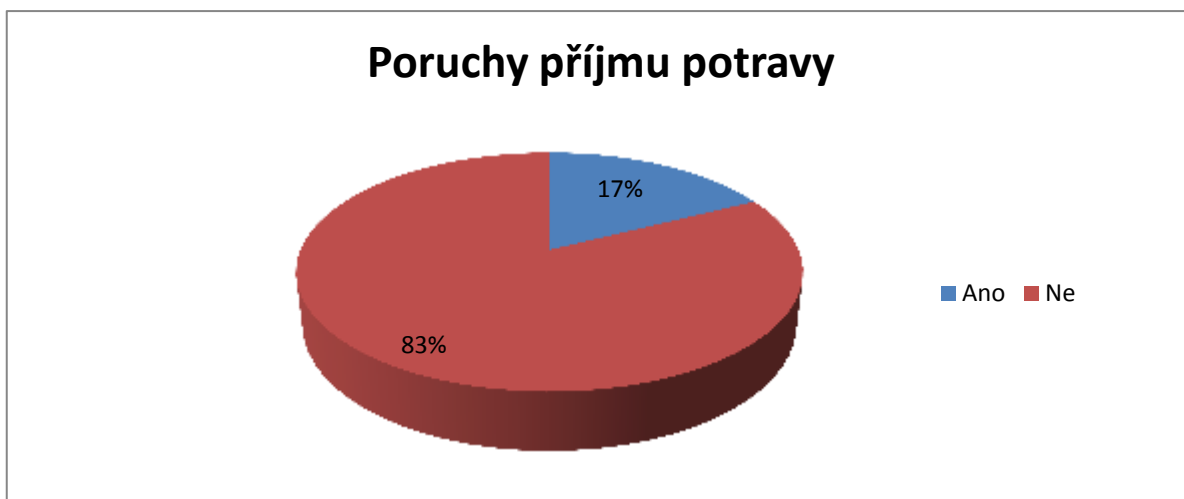
Graf 50: otázka č. 23 - Sportovci.
zdroj: vlastní



Graf 51: otázka č. 23 - Nespportovci.
zdroj: vlastní

4.1.24 Otázka č. 24

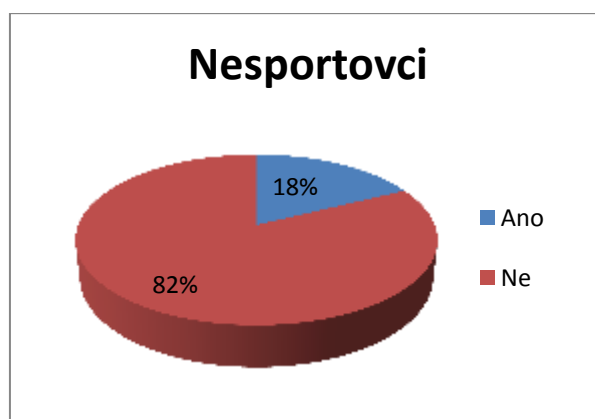
Otázka č. 24 byla zaměřena na anorexii, bulimii a problémy s příjmem potravy. Většina se s těmito zdravotními problémy nesešla (99 dotázaných, tj. 83 %). 21 dotázaných se setkala osobně s poruchou, nebo měli někoho v okolí, kdo měl takové potíže (17 %).



Graf 52: otázka č. 24 - Setkal/a ses s anorexií, bulimií či problémy s příjmem potravy?
zdroj: vlastní



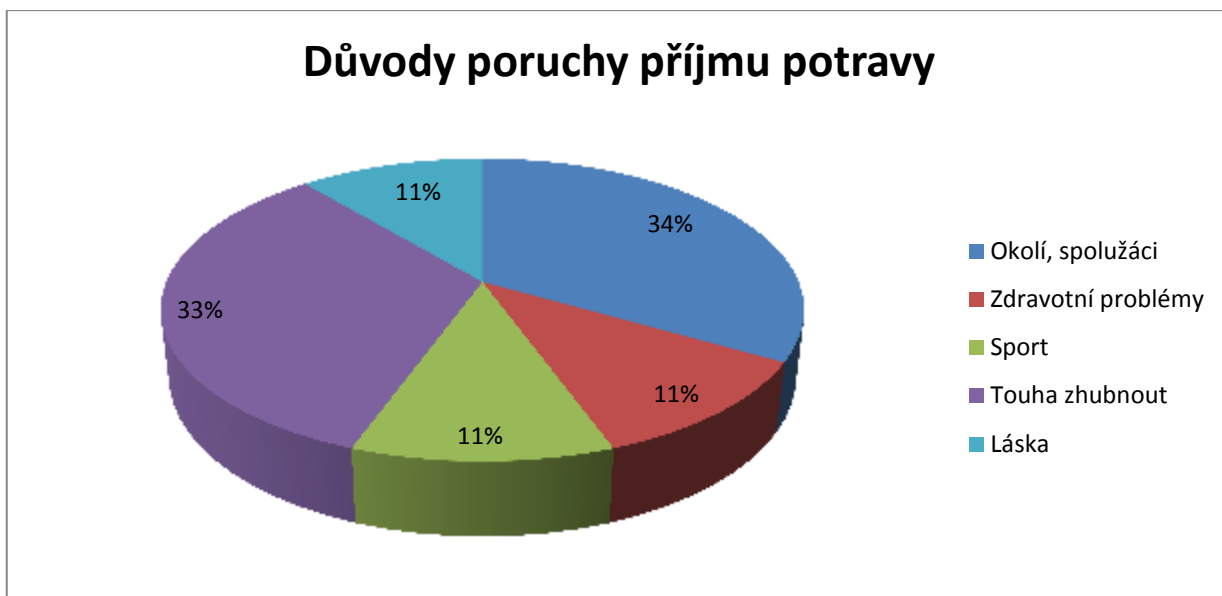
Graf 53: otázka č. 24 - Sportovci.
zdroj: vlastní



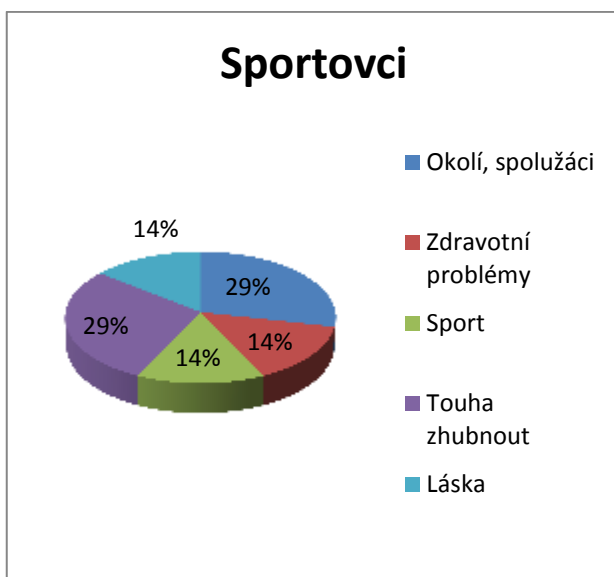
Graf 54: otázka č. 24 - Nesportovci.
zdroj: vlastní

4.1.25 Otázka č. 25

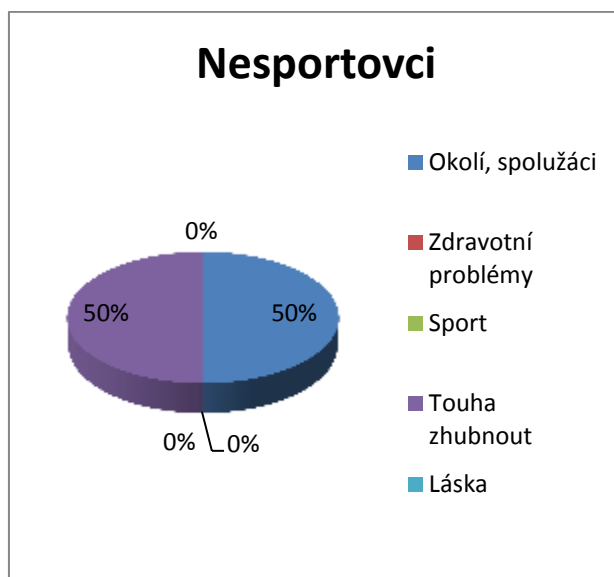
Pokud se respondent setkal s anorexií, bulimií nebo poruchou příjmu potravy, odpovídal, z jakého důvodu k takové nemoci došlo. 3 dotázaní uvedli důvod poruchy příjmu potravy jako vliv spolužáků, okolí (34 %), další 3 toužili zhubnout (33 %). Dohromady 3 respondenti uvedli důvod - kvůli lásce, sportu a zdravotním potížím (11 %). Graf níže znázorňuje odpovědi.



Graf 55: otázka č. 25 - Důvod anorexie, bulimie či poruchy příjmu potravy.
zdroj: vlastní



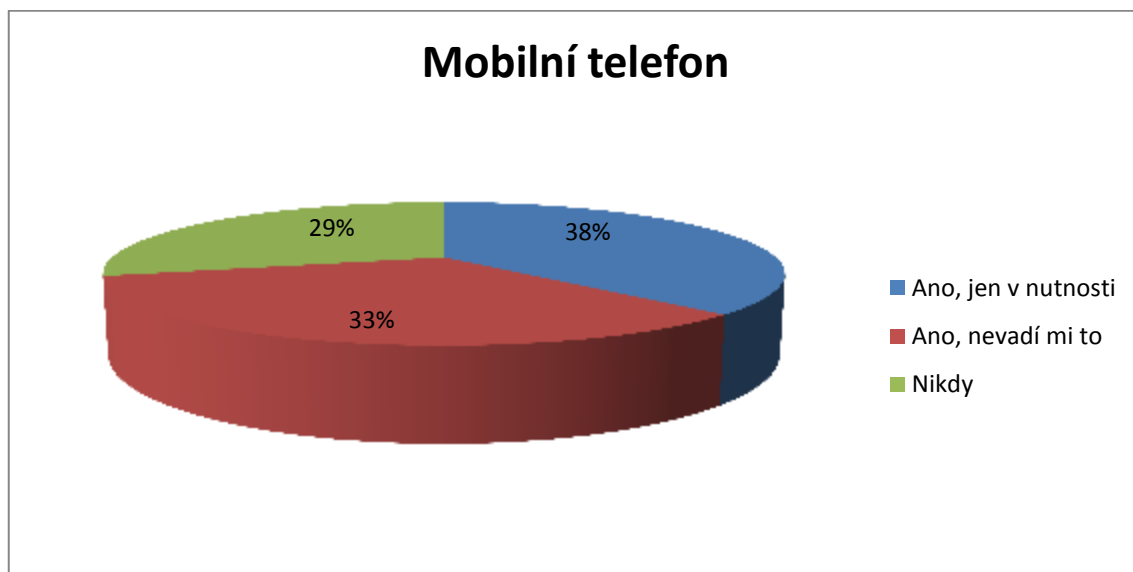
Graf 56: otázka č. 25 - Sportovci.
zdroj: vlastní



Graf 57: otázka č. 25 - Nesportovci.
zdroj: vlastní

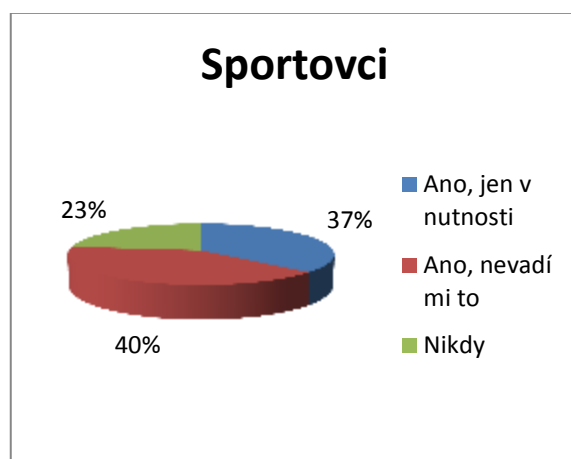
4.1.26 Otázka č. 26

V dnešní době má snad každý adolescent mobilní telefon. Otázka č. 26 se zabývala tím, zda je respondent schopný telefon někdy vypnout nebo musí být stále tzv. online. 45 dotázaných vypne svůj telefon jen v nutnosti (38 %), 40 respondentům nevadí, když si telefon vypne (33 %) a 35 adolescentů telefon nikdy nevypíná (29 %). V grafu níže si jsou uvedeny výsledky průzkumu.



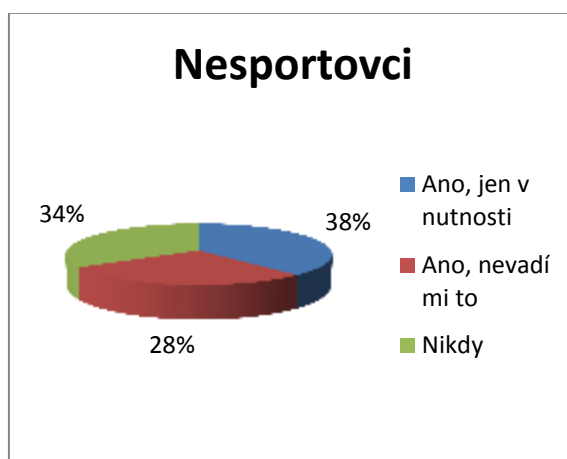
Graf 58: otázka č. 26 - Vypínáš někdy svůj mobilní telefon?

zdroj: vlastní



Graf 59: otázka č. 26 - Sportovci.

zdroj: vlastní

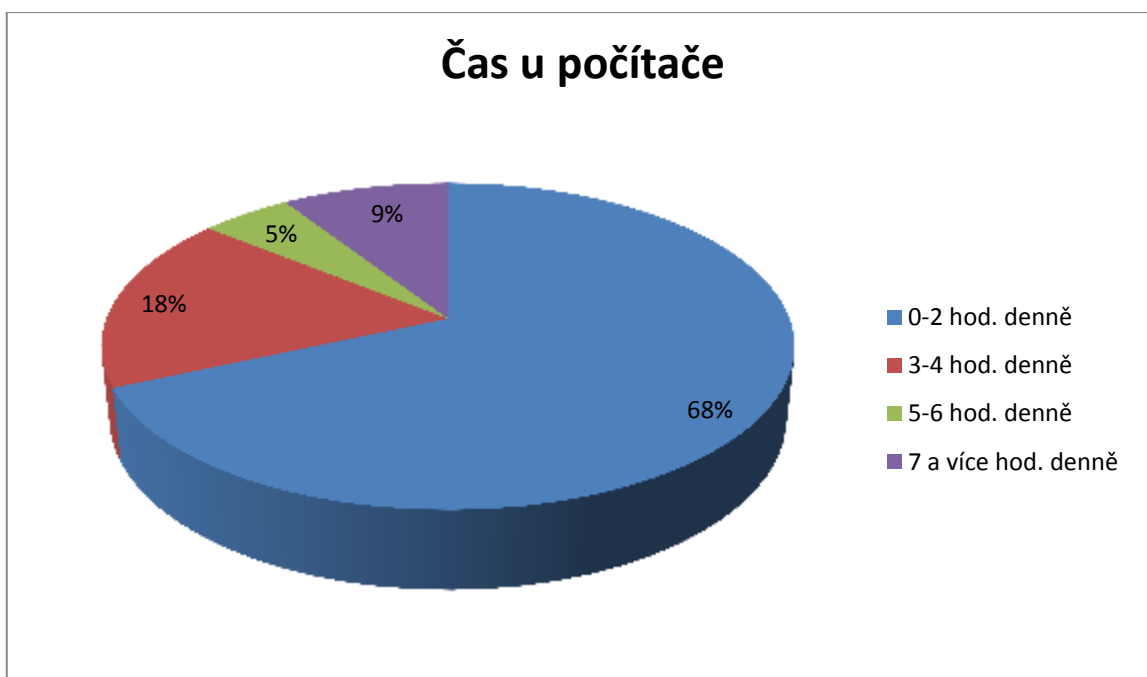


Graf 60: otázka č. 26 - Nesportovci.

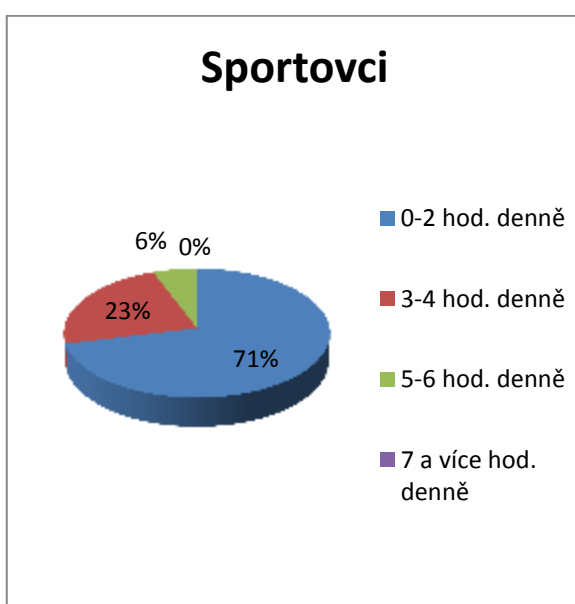
zdroj: vlastní

4.1.27 Otázka č. 27

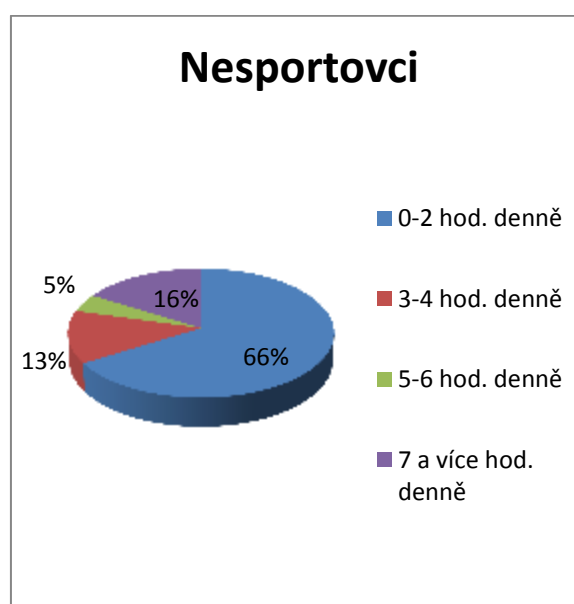
Počítač či notebook je další elektronika, kterou má každá rodina v domácnosti. Otázka byla zaměřena na dnešní mládež a kolik času u počítače tráví. Do 2 hod. využívá PC 82 respondentů (68 %), 3-4 hod. denně 21 dotázaných (18 %) a 5-6 hod. 6 adolescentů (5 %). 7 a více hodin tráví u PC 11 dotázaných (9 %). Pro lepší názornost je níže uvedený graf.



Graf 61: otázka č. 27 - Jak často využíváš PC?
zdroj: vlastní



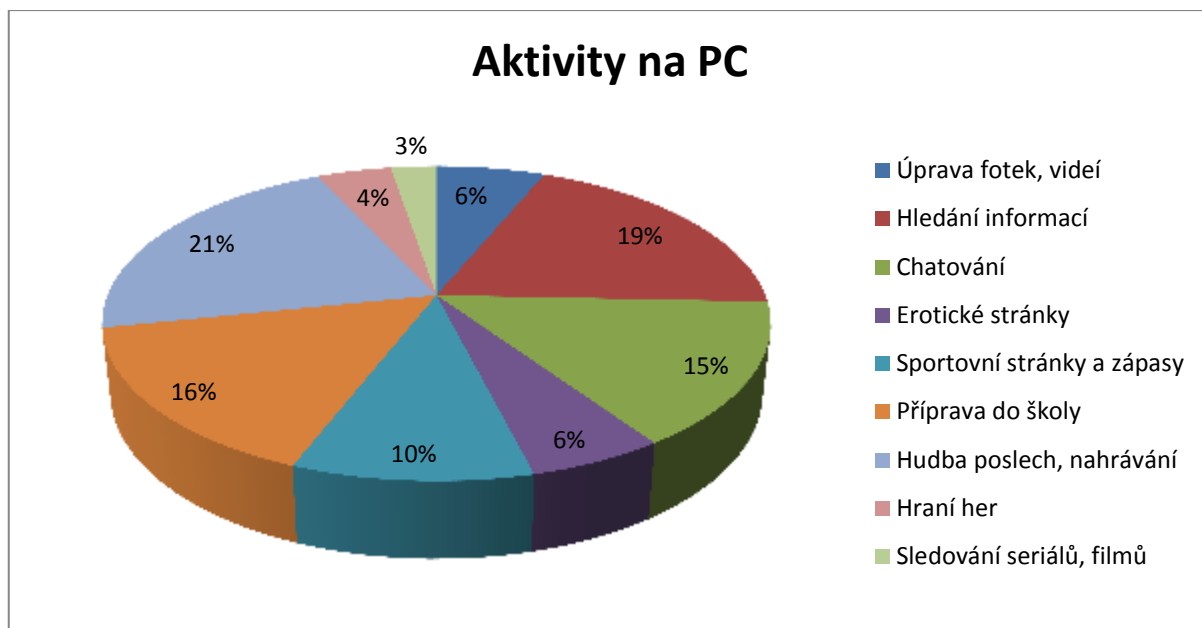
Graf 62: otázka č. 27 - Sportovci.
zdroj: vlastní



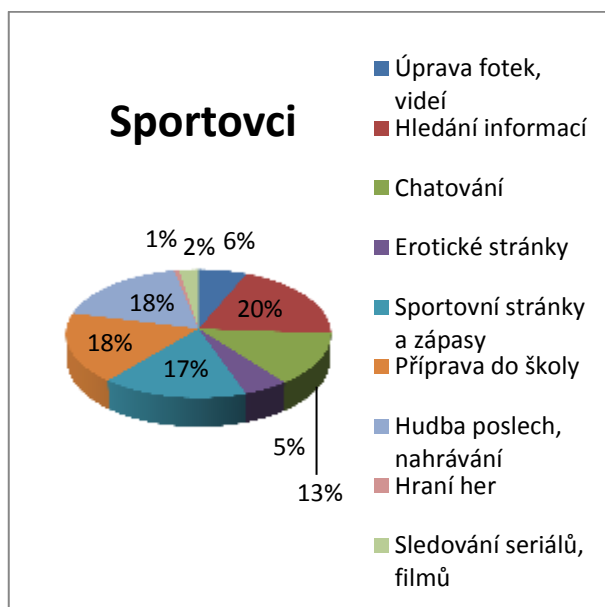
Graf 63: otázka č. 27 - Nesportovci.
zdroj: vlastní

4.1.28 Otázka č. 28

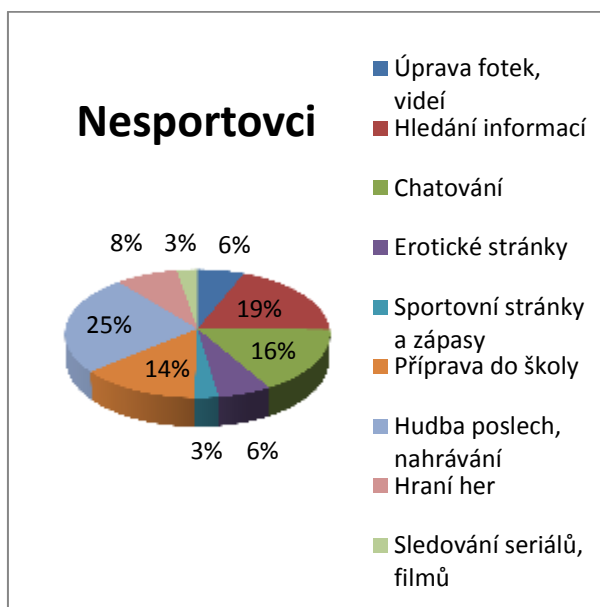
K jakému účelu PC používají respondenti, řešila otázka č. 28. Mohli volit více možností. Nejčastějšími činnostmi byly: 65x poslech hudby (21 %), 59x hledání informací (19 %), 48x příprava do školy (16 %), 45x chatování (15 %), 30x sportovní stránky/zápasy (10 %). Graf níže znázorňuje všechny uvedené činnosti, které adolescenti na počítači dělají.



Graf 64: otázka č. 28 - K čemu nejvíce PC používáš?
zdroj: vlastní



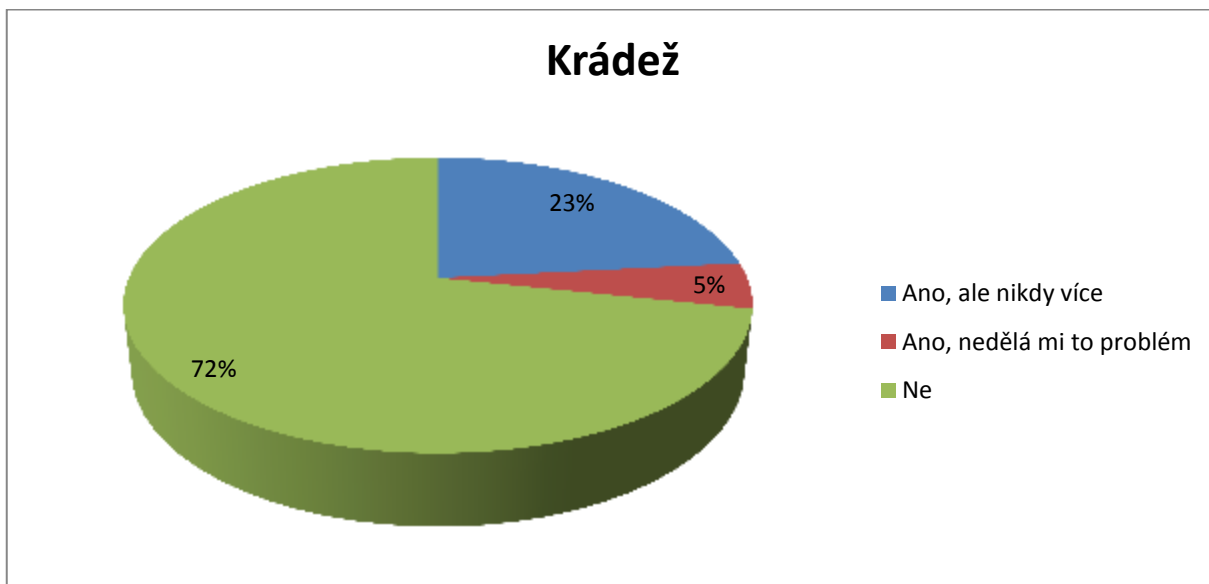
Graf 65: otázka č. 28 - Sportovci.
zdroj: vlastní



Graf 66: otázka č. 28 - Nesportovci.
zdroj: vlastní

4.1.29 Otázka č. 29

Otázka číslo 29 byla zaměřena na krádeže. Respondenti měli odpovídat na dotaz, zda někdy ukradli nějakou věc. 86 dotázaných nikdy nic nezczizilo (72 %), 28 respondentů nějakou věc odcizilo (23 %), ale již nikdy více a 6 adolescentů věc odcizilo a nedělá jim to problém (5 %).



Graf 67: otázka č. 29 - Ukradl/a jsi někdy nějakou věc?
zdroj: vlastní



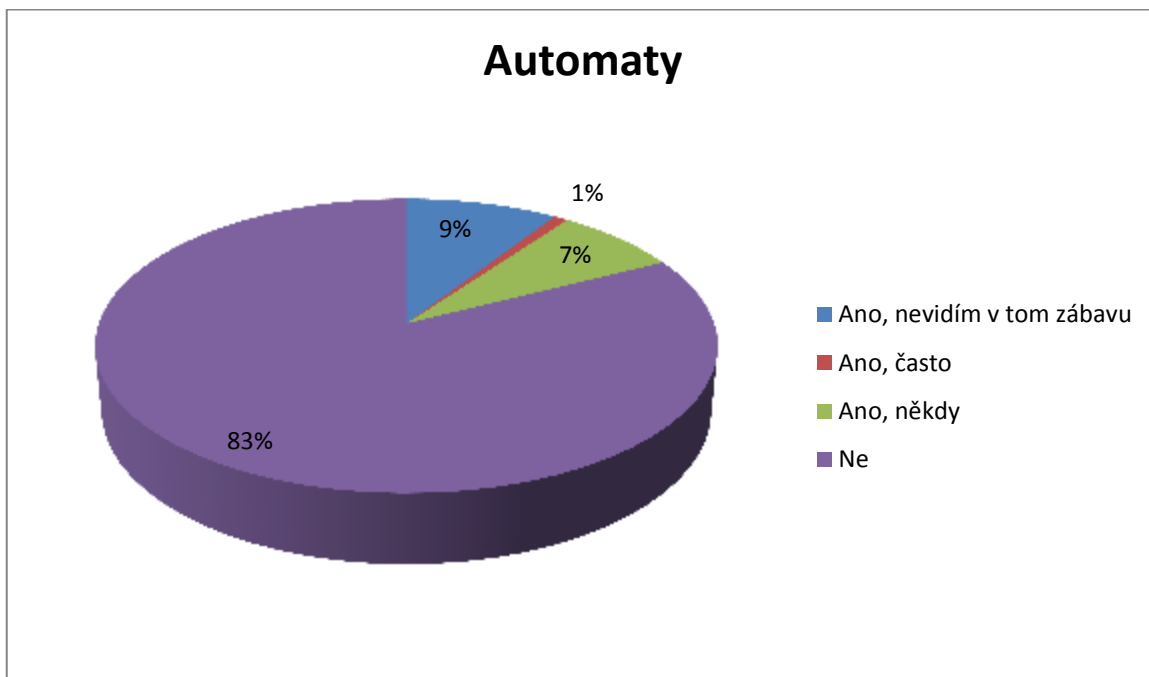
Graf 68: otázka č. 29 - Sportovci.
zdroj: vlastní



Graf 69: otázka č. 29 - Nesportovci.
zdroj: vlastní

4.1.30 Otázka č. 30

Hrou na automatech se zabývala otázka třicet. Většina respondentů ještě nikdy automaty nehrála (99, tj. 83 %), 11 dotázaných hraje, ale nevidí v tom zábavu (9 %), 9 adolescentů hraje občas (7 %) a jeden dotázaný hraje často (1 %).



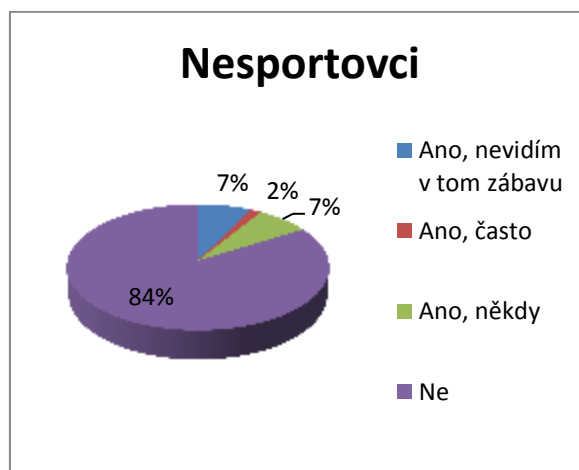
Graf 70: otázka č. 30 - Hrál/a jsi někdy automaty?

zdroj: vlastní



Graf 71: otázka č. 30 - Sportovci.

zdroj: vlastní



Graf 72: otázka č. 30 - Nesportovci.

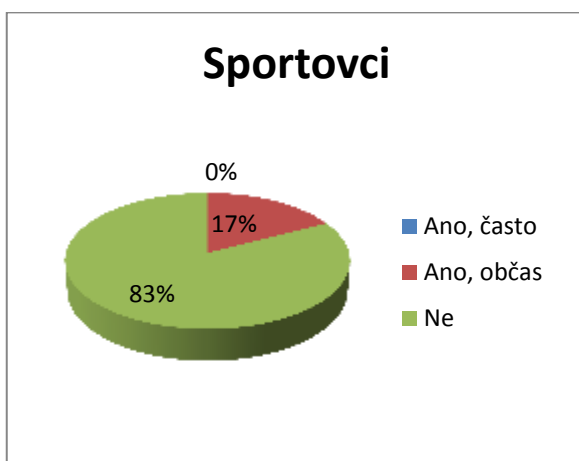
zdroj: vlastní

4.1.31 Otázka č. 31

Sázení na sportovní utkání řešila otázka č. 31. Dva respondenti nespportovci sází překvapivě často (2 %), většina adolescentů nesází vůbec (103, tj. 86 %) a občas sází 15 dotázaných (12 %).



Graf 73: otázka č. 31 - Sázíš na sportovní utkání?
zdroj: vlastní



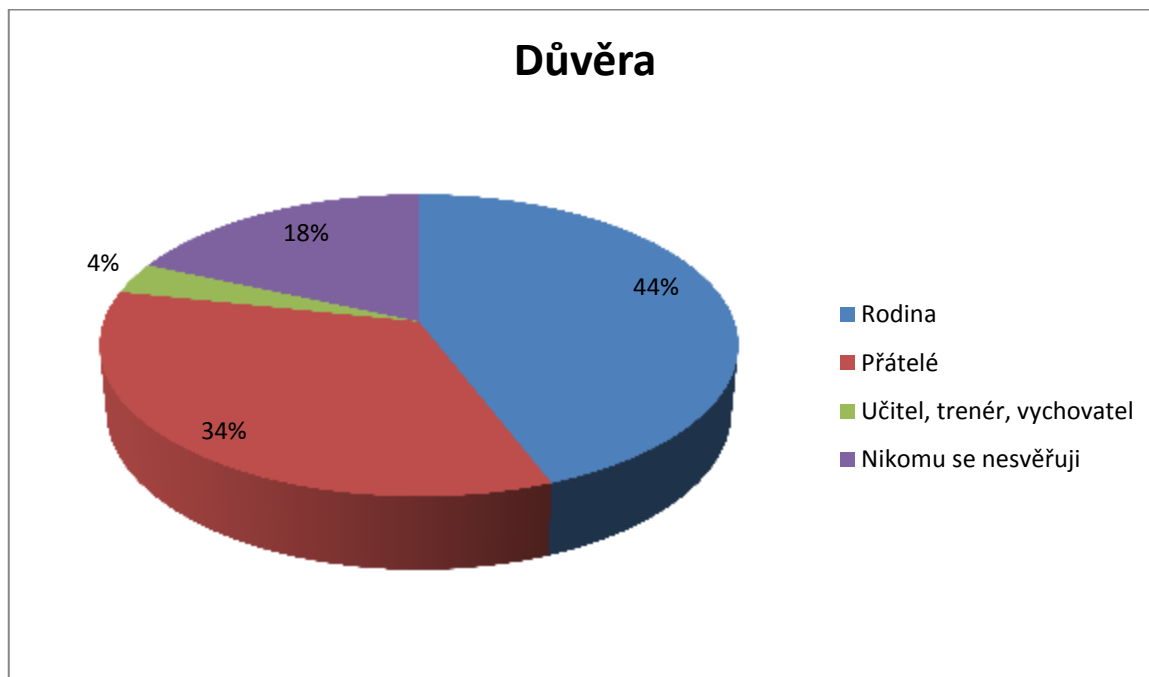
Graf 74: otázka č. 31 - Sportovci.
zdroj: vlastní



Graf 75: otázka č. 31 - Nespportovci.
zdroj: vlastní

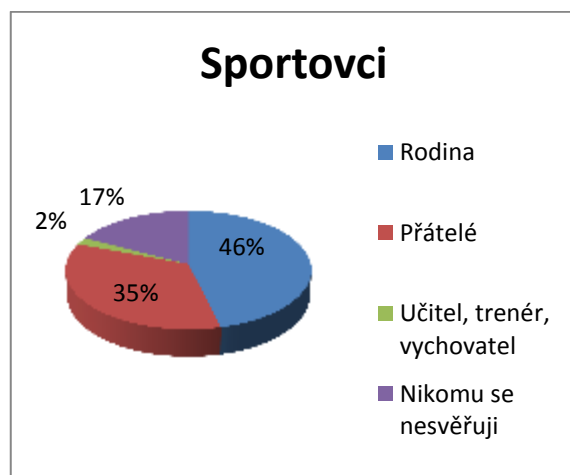
4.1.32 Otázka č. 32

Otázka třicet dva se zabývala tím, komu se respondent svěřuje v případě, kdy má nějaký problém. 53 respondentů se svěřuje rodině (44 %), 41 přátelům (34 %), 22 dotázaných se nikomu nesvěřuje (18 %) a 4 se svěřují učiteli/trenérovi/vychovateli (4 %).



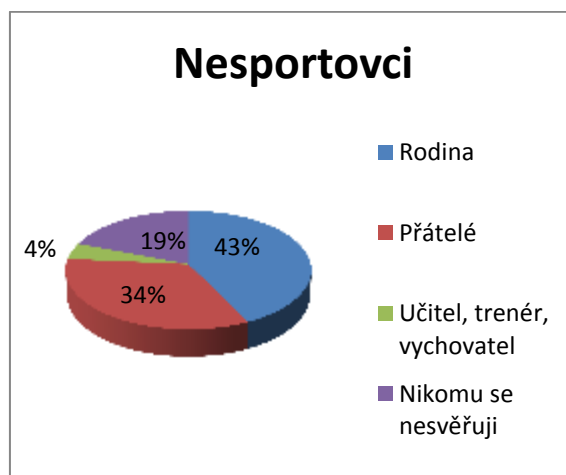
Graf 76: otázka č. 32 - V případě, kdy máš nějaký problém, tak se obracíš?

zdroj: vlastní



Graf 77: otázka č. 32 – Sportovci.

zdroj: vlastní

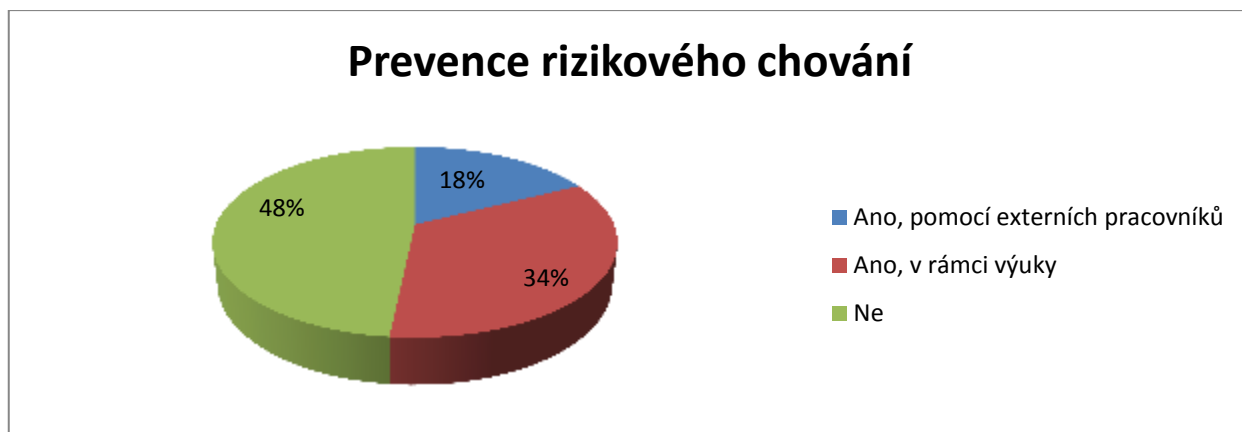


Graf 78: otázka č. 32 - Nesportovci.

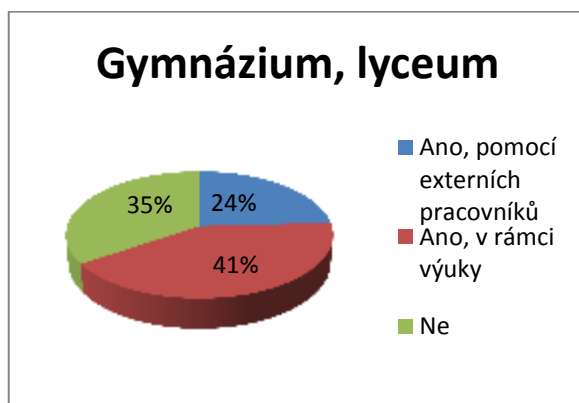
zdroj: vlastní

4.1.33 Otázka č. 33

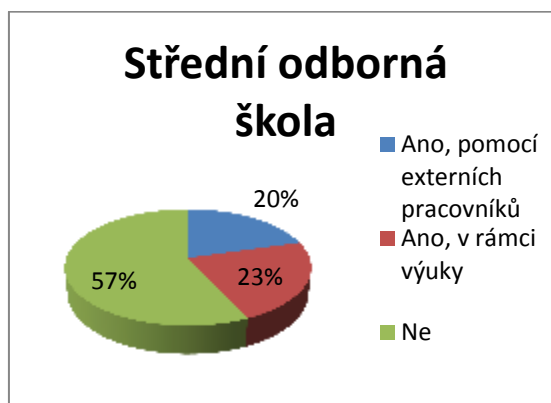
Poslední otázka byla zaměřena na prevenci rizikového chování. V této otázce byly odpovědi posuzovány vzhledem k tomu, jakou školu respondent navštěvuje. 58 respondentů uvedlo, že jejich škola nezajišťuje preventivní programy (48 %), u 41 prevence probíhá během výuky (34 %) a u 21 dotázaných probíhá pomocí externích pracovníků (48 %).



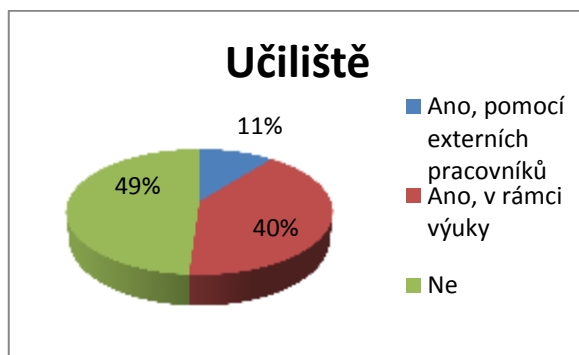
Graf 79: otázka č. 33 - Zajišťuje Vaše škola preventivní programy, kde se např. dozvídáte o rizicích spojených s užíváním návykových látek, s pohlavním stykem, závislosti na hazardu, jak postupovat, když jste šikanováni, ...?
zdroj: vlastní



Graf 80: otázka č. 33 – Gymnázium, lyceum.
zdroj: vlastní



Graf 81: otázka č. 33 – Střední odborná škola.
zdroj: vlastní



Graf 82: otázka č. 33 - Učiliště.
zdroj: vlastní

4.2 Diskuse výsledků

V této kapitole práce budou shrnuty výsledky výzkumného šetření. První 4 otázky byly informativní, kde bylo zjištěno, kolik oslovených bylo dívek, kolik chlapců, jejich věk, jakou navštěvují školu a jak tráví volný čas. Výsledky jsou názorně uvedeny výše v práci.

Pátá otázka zjišťovala, zda respondenti patří do nějakého oddílu či klubu, sportují sami nebo nesportují. 22 % dotázaných nesportuje, což není vůbec překvapivé, jelikož denně slýcháme, jak se žáci vymlouvají na různé důvody, aby nemuseli cvičit. Potěšující je, že většina dotázaných nějaký ten vztah k pohybu má. Následující otázka byla úzce spjata s předešlou. Bylo zjišťováno, jakému druhu sportu se věnují aktivně sportující respondenti. V dnešní době je tolik možností, které si mohou adolescenti vyzkoušet a provozovat, že tomu odpovídaly i různorodé odpovědi. Nejčastějšími sporty byly florbal, fotbal a hokej. V sedmé otázce bylo zmapováno, kolik hodin týdně respondenti věnují sportu. 3-4x týdně byla nejčastější odpověď.

Osmá otázka byla informativní, kde nás zajímalo, kolik respondentů podstoupilo dopingový test. Ve výzkumném šetření se našlo 6 dotázaných, kteří tento test podstoupili. Všichni to byli vrcholoví sportovci. Nešpor a Csémy (1994) uvádí, že sportovci mají větší sklony k užívání anabolik či drog s budivým efektem kvůli zlepšení svých výkonů, které bývají zneužívány jako dopingové látky, proto je vhodné, aby dopingové testy podstupovali.

Zajímavé zjištění bylo u otázky č. 9, kde 4 % respondentů chodí nerada do sportovního klubu či oddílu, tzn. že je někdo nutí. Většinou to bývají ambiciózní rodiče, kteří se ve svých dětech vidí, nebo si skrz ně plní své sny. To je bohužel špatný přístup. Dítě by mělo kroužky navštěvovat s radostí. Dle mého názoru, rodiče dnes stojí před těžkou volbou, zda svého potomka podrobit tvrdé dřině a mít z něj vrcholového sportovce, nebo se smířit s tím, že si dítě čas od času samo zasportuje. Velmi důležité je, aby si rodiče promysleli, co od sportu opravdu očekávají.

Od desáté otázky byly otázky porovnávány ve vztahu sportovci – nesportovci pro dosažení cíle této práce. Mezi sportovce byli zařazeni aktivní sportovci, mezi nesportovce byli zařazeni nesportovci i rekreační sportovci. Otázka č. 10 se týkala setkání s návykovou látkou. Mezi sportovci se nenašel nikdo, kdo by návykovou látku neznal, jako tomu bylo v případě nesportovců. Navazující otázka zjišťovala, kde se s látkou setkali, pokud se již setkali. Mezi sportovci byli nejčastější odpovědi kamarádi. Jak uvádí Říčan (2004), nejvýznamnější vliv na jedince v pubertě mají vrstevníci, což souhlasí s výzkumným šetřením. Nesportovci měli

setkání s návykovou látkou různorodější, nejčastější odpovědi byli též kamarádi. Dále uvedli diskotéku/hospodu, ulici, školu a domov. Tento výsledek může vypovídat o tom, že sportovci mají nastavený nějaký režim a pohybují se mezi stejnými lidmi a místy, kdežto nesportovci mají náplně dnů různorodé.

Ve dvanácté otázce bylo řešeno, zda dotázaní užívají nějaké podpůrné látky ke zlepšení výkonu. Zde se ve výsledcích ukázalo, že sportovci s tím mají samozřejmě větší zkušenosti. Někteří je vyzkoušeli, ale již více nechtějí, 6 % využívá látky před každým výkonem a někteří je využijí, když se necítí dobře. Nesportovcům připadá užívání podpůrných látek jako nesprávné a jen malé procento dotázaných užilo či užívá tyto látky. V následující otázce odpovídali respondenti, jakou látku užívají. Sportovci uvedli velkou škálu druhů, např. hořčík, aminokyseliny, iontové nápoje, ale i alkohol, energetické nápoje a kofein. Nesportovci uvedli pouze čtyři podpůrné látky, a to alkohol, energetické nápoje, žvýkáci tabák a marihuanu. Odpovědi ukazují, že sportovci využívají převážně sportu nápomocné látky oproti nesportovcům.

Otázka číslo 14 se týkala opět dopingu, tentokrát v souvislosti s tím, zda respondenti souhlasí s jeho tolerancí. Sportovci byli zásadně proti toleranci, popř. pro individuální posouzení. Mezi nesportovci se našli i tací, kteří by ho tolerovali. Zde výsledky ukazují to, že sportovci ví, jaká je to dřina dosáhnout nějakých dobrých výsledků ve svém oboru a nesouhlasí s tím, aby si získávání úspěchů někdo ulehčoval i na jejich úkor dopingovou látkou.

V následující otázce se řešilo užívání doplňků stravy. Jak bylo předpokladem, sportovci je využívají více než nesportovci. Je to dáno tím, že sportovci potřebují, aby jejich tělo bylo připravené na zátěž, které je vystavováno a zvládalo ji bez větších potíží.

V otázce ohledně kouření byl předpoklad, že nesportovci k němu budou mít větší sklon než sportovci. Předpoklad byl potvrzen a sportovců kuřáků je méně (15 %) oproti nesportovcům (31 %).

Sedmnáctá otázka zjišťovala, zda dotázaní užili nějakou drogu kromě alkoholu a tabáku. V této otázce nelze jednoznačně určit rozdíl mezi sportovci a nesportovci, jelikož odpovědi byly procentuálně téměř shodné (23 % a 25 %). U všech uvedených případů byla jinou drogou marihuana.

Otázka číslo devatenáct se zabývala alkoholem a stavem silné opilosti. Bohužel ani tato otázka nemá jasné výsledky. S minimálním rozdílem mají s opilostí větší zkušenost nesportovci. Tyto výsledky mohou být dány tím, že sportovci mají po výkonu žízeň a jak je tělo unavené, alkohol se dříve dostane do krevního oběhu. U nesportovců to může být dáno tím, že z nudy sedí v hospodě a popíjejí alkohol.

První pohlavní styk řešila dvacátá otázka. Velmi překvapivý byl výsledek, kde 10 % nesportovců mělo nezákonný pohlavní styk. Dále dle výsledků výzkumného šetření můžeme říci, že nesportovci začínají se sexuální aktivitou dříve než sportovci. Hamanová a Csémy (2014) uvádí, že předčasný sexuální život je projevem rizikového chování v reprodukční oblasti. V tomto případě by se nabízelo, aby byli adolescenti co nejvíce seznámeni s možnými riziky spojenými s pohlavním stykem.

Následující otázka byla zaměřena na šikanu či kyberšikanu. Sportovci se setkali se šikanou častěji než nesportovci, ale jen s malým rozdílem procent. Avšak v důvodech šikany se sportovci a nesportovci velmi liší. U sportovců jsou nejčastějšími odpověďmi - konflikty mezi spolužáky, nejslabší členi z party a vzhled. U nesportovců je největším důvodem vzhled. U této otázky se potvrzuje to, co říká Říčan (1995), že šikanován je ten, který je nejslabší ze skupiny, v našem případě je to ve sportovním oddíle.

Otázka č. 23 se zabývala záškoláctvím. Sportovci, dle výzkumného šetření, chodí méně často za školu než nesportovci.

V otázce dvacáté čtvrté bylo zjišťováno, zda se respondenti setkali s poruchou příjmu potravy. Kladné odpovědi se u sportovců a nesportovců lišili pouze jedním procentem. V následující otázce kladně odpovídající adolescenti uváděli, co bylo důvodem poruchy. U sportovců bylo odpovězeno 5 hlavních důvodů, kterými byly – okolí/spolužáci, zdravotní problémy, sport, touha zhubnout a zamilovanost. U nesportovců byly důvody jen dva, a to okolí/spolužáci a touha zhubnout. Jak tvrdí Papežová (2017), adolescenti bojují s tělesnými změnami v období dospívání a nejvíce je zajímá tělesný vzhled, toto potvrzuje i výzkumné šetření, kdy přebytek váhy je pro jedince, převážně dívky, strašákem číslo jedna. Z tohoto důvodu pak chtějí hubnout a může u nich docházet k poruchám příjmu potravy.

40 % sportovcům nevadí mít vypnutý mobilní telefon, kdežto nesportovci ho v 37 % nikdy nevypnou. Sportovec, když trénuje nebo má zápas/závody, je zvyklý na to, že telefon při sobě

nemá, oproti tomu nesportovci v dnešní době zahání nudu surfování na telefonu, focením selfie, brouzdáním na sociálních sítích atd.

Kolik času tráví respondenti na počítači, řešila otázka č. 27. Nejčastěji sportovci i nesportovci tráví 3-4 hod. denně „prací“ na počítači. Nesportovci u PC tráví mnohem více času, jak ukázalo šetření, než sportovci. V některých případech i 7 a více hodin denně. K čemu PC dotázaní používají, zjišťovala následující otázka. Jak bylo předpokladem, sportovci sledují sportovní zápasy či navštěvují sportovní stránky, dále poslouchají hudbu, hledají informace a připravují se do školy. Nesportovci nejčastěji chatují s přáteli, sledují filmy či seriály, hledají informace, připravují se do školy a hrají hry.

Otázka číslo dvacet devět řešila, zda respondenti ukradli někdy nějakou věc. Mezi sportovci je velké procento těch, co někdy něco ukradli (31 %) a překvapivě 6 % nedělá problém něco odcizit. U nesportovců nedělá problém něco odcizit 4 % a 18 % dotázaných někdy nějakou věc ukradlo. Vališová a Kasíková (2007) uvádějí, že odcizení věci vyvolává v jedinci dobrodružství či soutěživost mezi jedinci. Tento fakt může vysvětlovat výsledek této otázky, kdy sportovci mají v krvi soutěživost a nechají se vyburcovat např. k tomu, kdo toho více odcizí.

Hrou na automatech se zabývala třicátá otázka. U nesportovců se objevila 2 % těch, kteří hrají často. 11 % sportovců chodí hrát automaty, ale nevidí v tom zábavu. Hra na automatech je povolena až od 18 let, zřejmě proto bylo mnoho respondentů, kteří automaty nehrají.

Následující otázka byla zaměřena na sázení na sportovní utkání. Překvapivě 3 % nesportovců sází často, občas si vsadí 9 %. U sportovců si občas vsadí 17 % dotázaných. Stejně jako hra na automatech je povolena od 18 let, tak i sázení. Nešpor (2012) uvádí, že k sázení mají větší sklony muži. Ve výzkumném šetření se objevila pouze jedna dívka, která si občas vsadí, zbývající respondenti byli chlapci, což souhlasí s tvrzením Nešpora.

V předposlední otázce bylo zjišťováno, za kým jde respondent, když má nějaký problém. Jak sportovci, tak nesportovci se obrací převážně na svou rodinu a přátele. Velkou procentuální část u obou skupin tvoří ti, kteří se nikomu nesvěřují. Zde by se nabízela příležitost zjistit, zda se bojí někomu svěřit, zda nemají v nikom důvěru (např. je někdo zklamal) či neví, na koho se obrátit.

Poslední otázka byla informativního rázu. Respondenti měli uvést, zda jsou na jejich škole preventivní programy, kde se např. dozívají o rizicích spojených s užíváním návykových látek, s pohlavním stykem, závislosti na hazardu, jak postupovat, když jsou šikanováni atd. V této otázce nebyly odpovědi rozděleny na sportovce a nesportovce, ale na druh školy. Gymnázia/lycea a učiliště, dle respondentů, mají převážně zavedené preventivní programy v rámci výuky. Velké procento dotázaných ze středních odborných škol uvedlo, že nemají žádné preventivní programy (57 %), stejně tak učiliště (49 %). Nejlépe si v tomto ohledu vedou Gymnázia/lycea, která mají buď prevenci v rámci výuky, nebo pomocí externích pracovníků. S nedostatkem preventivních programů na školách by bylo dobré něco udělat, popř. zjistit, v jakých podobách na školách prevence probíhá, jelikož prevence může být v rámci výuky, ale žáci ji tak nevnímají. Dle mého názoru by bylo nejlepším řešením, kdyby si určená osoba (např. i externí) zmapovala, jaká se objevují riziková chování na konkrétní škole a poté si připravila vhodný a efektivní preventivní program.

Výše v diskuzi výsledků jsou uvedeny odpovědi na výzkumné otázky. Na základě výše uvedených poznatků můžeme konstatovat, že adolescenti tráví volný čas různými způsoby. Nelze však výsledky zobecnit na celou populaci adolescentů, jelikož výzkumný soubor nebyl reprezentativní. Oslovená mládež svůj volný čas tráví nejčastěji s přáteli, dále sportují, připravují se do školy, sledují TV, jsou na PC, dochází na zájmovou činnost, čtou, pomáhají s domácími pracemi či např. chodí na brigády. Důvodem šikany či kyberšikany byl nejčastěji vzhled, poté byl šikanován nejslabší člen v partě či k šikanování docházelo kvůli konfliktům mezi spolužáky. U PC denně tráví respondenti nejčastěji 3-4 hod., ale objevili se i tací, kteří tráví u PC 7 a více hodin denně. Tito jedinci mohou ztrácet kontakty s přáteli, okolím, dále mohou ztrácet zájem o cokoli jiného a PC se stává první drogou jedince, jak uvádí Blažek (1995).

5 Závěr

Cílem bakalářské práce bylo zjistit, zda se rizikové chování liší u oslovených aktivně sportujících adolescentů v porovnání s jejich rekreačně sportujícími vrstevníky.

Teoretická část práce se především věnovala pojmům rizikového chování a adolescence. Dále je zaměřena na příčiny a projevy takového chování, jako např. záškoláctví, šikana, návykové látky, poruchy příjmu potravy a další. V této části je uvedena krátká historie sportu v České republice a je zde zpracován i pohled na sport a dnešní mládež.

V empirické části se bakalářská práce zaměřila na dotazníkové šetření, kde hledala odpovědi na to, jaký životní styl mají oslovení adolescenti.

Dotazníkovým šetřením bylo zjištěno, že většina aktivně sportujících respondentů má menší sklony k rizikovému chování oproti nesportovcům.

V některých případech byly rozdíly mezi sportovci a nesportovci tak úzké, že se nedal posuzovat výsledek otázky.

Překvapivý byl výsledek šetření ohledně krádeží, kde bylo více sportovců, kterým nevádí krást oproti nesportovcům. Zde by se nabízela otázka, jaký důvod je vede k takovým činům. Mezi další překvapivé výsledky lze zařadit sázení na sportovní utkání. Jak již bylo v teoretické části uvedeno, větší sklony k sázení mají sportovci, jelikož se domnívají, že když hrají nějaký sport, rozumí i ostatním sportům a láká je tipovat jejich výsledky. V dotazníkovém šetření se objevilo více aktivně sázejících mezi nesportovci.

Za zmínku stojí i výsledek šetření, kde šlo o nezákonný pohlavní styk, který se objevil u respondentů nesportovců. Naopak sportovci začínají se sexuálním životem i v pozdějším věku, než je povolená hranice. Z dotazníkového šetření mimo jiné vyplývá, že nesportovci tráví více času u počítače, v některých případech i 7 a více hodin, kdežto sportovci o mnoho méně.

Na základě šetření ohledně prevence rizikového chování ve školách byl výsledek negativního rázu, kdy ve většině případů respondenti odpověděli, že na školách žádné preventivní programy nemají. Téma preventivních programů ohledně rizikového chování na středních školách by mohlo být podnětem pro další práci.

Přínosem práce je zamyšlení, zda si žáci uvědomují, že prevence rizikového chování probíhá během výuky, i když oni to tak nevnímají. Bylo by vhodné se více zaměřit na adolescenty a vysvětlit jim, co to prevence je, v jakých formách by měla probíhat a např. jak probíhá u nich na škole.

Práce pro mě byla velkým přínosem, protože mé šetření vyvrátilo mou domněnku, že se dnešní mládež už tolik nevěnuje sportovním aktivitám. Dále mě překvapily některé výsledky výzkumného šetření, které mi pomohly dotvořit obraz dnešní mládeže.

Na závěr mohu říci, že sport je, byl a bude, a to samé platí i o rizikovém chování. Důležité je, aby adolescenti sportovali s chutí a bez donucení, jelikož pohyb je zdravý. Dále, aby věděli, jak se bránit před rizikovými faktory, které vedou k rizikovému chování, popř. jak postupovat, když nastane nějaký problém, tzn. co nejvíce podporovat na školách preventivní programy.

Cíl práce byl splněn.

Seznam zdrojů

knihy, kvalifikační práce

BLAŽEK, Bohuslav. *Tváří v tvář obrazovce*. Praha: Sociologické nakladatelství, 1995. Studie (Sociologické nakladatelství). ISBN 80-85850-11-7.

GJURIČOVÁ, Šárka, Jana KOCOURKOVÁ a Jiří KOUTEK. *Podoby násilí v rodině*. Praha: Vyšehrad, 2000. ISBN 80-7021-416-3.

HELUS, Zdeněk. *Sociální psychologie pro pedagogy*. Praha: Grada, 2007. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-1168-3.

LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie*. 2., aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2006. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-1284-0.

KABÍČEK, Pavel, Ladislav CSÉMY a Jana HAMANOVÁ. *Rizikové chování v dospívání a jeho vztah ke zdraví*. Praha: Triton, 2014. ISBN 978-80-7387-793-4.

KOUKOLÍK, František a Jana DRTILOVÁ. *Vzpouřa deprivantů: nestvůry, nástroje, obrana*. Nové, přeprac. vyd. Praha: Galén, c2006. Makropulos. ISBN 80-7262-410-5.

KOŽÍŠEK, Martin a Václav PÍSECKÝ. *Bezpečně n@ internetu: průvodce chováním ve světě online*. Praha: Grada Publishing, 2016. ISBN 978-80-247-5595-3.

LABÁTH, Vladimír. *Riziková mládež: možnosti potencionálních zmien*. Praha: Sociologické nakladatelství, 2001. Série učebnic pro obor sociální práce. ISBN 80-85850-66-4.

MACEK, Petr. *Adolescence*. Vyd. 2., upr. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-747-7.

MACEK, Petr a Lenka LACINOVÁ, ed. *Vztahy v dospívání*. Brno: Barister & Principal, 2006. ISBN 80-7364-034-1.

MATĚJČEK, Zdeněk. *O rodině vlastní, nevlastní a náhradní*. Praha: Portál, 1994. Rádci pro rodiče a vychovatele. ISBN 80-85282-83-6.

MATOUŠEK, Oldřich a Andrea KROFTOVÁ. *Mládež a delikvence: [možné příčiny, struktura, programy prevence kriminality mládeže]*. Vyd. 2., aktualiz. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-771-x.

MIOVSKÝ, Michal, Anna AUJEZKÁ, Iva BUREŠOVÁ, et al. *Programy a intervence školské prevence rizikového chování v praxi*. Druhé, přepracované a doplněné vydání. Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK v Praze a VFN v Praze, 2015. ISBN 978-80-7422-394-5.

MOŽNÝ, Ivo. *Rodina a společnost*. Ilustroval Vladimír JIRÁNEK. Praha: Sociologické nakladatelství, 2006. Studijní texty (Sociologické nakladatelství). ISBN 80-8642-958-x.

NEŠPOR, Karel a Ladislav CSÉMY. *Alkohol, drogy a vaše děti: Jak problémům předcházet, jak je včas rozpoznat, jak je zvládat*. 2. rozš. vyd. Praha: Sportpropag, 1994.

PAPEŽOVÁ, Hana. *Anorexia nervosa: příručka pro všechny, kteří trpí nemocí - postižené samotné, jejich rodiny, přátele, partnery a některé odborníky (učitele a lékaře první linie)*. 2. přepracované vydání. Klecany: Národní ústav duševního zdraví, 2017. ISBN 978-80-87142-34-9.

ŘÍČAN, Pavel a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Dětská klinická psychologie*. 4., přeprac. a dopl. vyd. Praha: Grada, 2006. Psyché (Grada). ISBN 80-247-1049-8.

ŘÍČAN, Pavel. *Cesta životem: [vývojová psychologie] : přepracované vydání*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7367-124-7.

ŘÍČAN, Pavel. *Agresivita a šikana mezi dětmi: jak dát dětem ve škole pocit bezpečí*. Praha: Portál, 1995. Pedagogická praxe. ISBN 80-7178-049-9.

ŘÍČAN, Pavel a Drahomíra PITHARTOVÁ. *Krotíme obrazovku: jak vést děti k rozumnému užívání médií*. Praha: Portál, 1995. Rádcí pro rodiče a vychovatele. ISBN 80-7178-084-7.

SEKOT, Aleš. *Sociologické problémy sportu*. Praha: Grada, 2008. Sociologie (Grada). ISBN 978-80-247-2562-8.

SOBOTKOVÁ, Veronika. *Rizikové a antisociální chování v adolescenci*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2014, 147 s. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-4042-3.

STONIŠOVÁ, Petra, Alexandra HERGETOVÁ, Zuzana BOUŠKOVÁ, Monika GOLDMANNOVÁ, Vladimíra KOPŘIVOVÁ a Radomír JUŘIČKA. *Zavádění preventivních opatření proti rizikovému chování ve škole*. Praha: Národní ústav pro vzdělávání, školské poradenské zařízení a zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků, 2012. ISBN 978-80-87652-69-5.

ŠTUMBAUER, Jan, Tomáš TLUSTÝ a Renata MALÁTOVÁ. *Vybrané kapitoly z historie tělesné výchovy, sportu a turistiky v českých zemích do roku 1918*. České Budějovice: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, 2015. ISBN 978-80-7394548-0.

VALIŠOVÁ, Alena a Hana KASÍKOVÁ. *Pedagogika pro učitele*. Praha: Grada, 2007. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-1734-0.

internetové zdroje

Rizikové sporty a rizikové chování v dopravě. *Portál prevence rizikového chování. Centrum sociálních služeb Praha – Pražské centrum primární prevence*. [online]. 2018 [cit. 2019-01-11]. Dostupné z: <http://www.prevence-praha.cz/agrese-a-sikana/8-rizikove-sporty-a-rizikove-chovani-v?showall=1>

Rizikové sporty a pojištění. *ePojisteni.cz* [online]. 2018 [cit. 2019-01-18]. Dostupné z: <https://www.epojisteni.cz/rizikove-sporty-pojisteni/>

NEŠPOR, Karel. *Jak překonat problém s hazardní hrou* [online]. 2012, 97 [cit. 2019-01-27]. Dostupné z: www.drnespor.eu/upd.doc

Aminokyseliny BCAA - jak fungují a proč jsou tak důležité. *Nutrend.cz* [online]. 2018 [cit. 2019-02-10]. Dostupné z: <https://www.nutrend.cz/aminokyseliny-bcaa-jak-funguji-a-proc-jsou-tak-dulezite-a29783.htm>

Regulace alkoholu ve světě je samozřejmostí. *Ceskatelevize.cz* [online]. 2012 [cit. 2019-03-17]. Dostupné z: <https://ct24.ceskatelevize.cz/ekonomika/1140047-regulace-alkoholu-ve-svete-je-samozrejmosti>

Pozitivní dopingové případy v ČR. *Antidoping.cz* [online]. 2019 [cit. 2019-02-15]. Dostupné z: <http://www.antidoping.cz/cs/pozitivni-dopingove-pripady-v-cr>

kvalifikační práce

FÜHRER, Tomáš. *Sport a mládež: pro a proti* [online]. Brno, 2006 [cit. 2019-02-15].

Dostupné z: <https://is.muni.cz/th/sw8ln/>. Diplomová práce. Masarykova univerzita, Fakulta sportovních studií. Vedoucí práce Aleš Sekot.

Seznam tabulek, obrázků a grafů

Tabulka 1: Věková hranice konzumace alkoholu.....	14
Tabulka 2: Dopingové případy v ČR 2006-2018.....	20

Obrázek 1: Zkušenosti dětí s kyberšikanou - výzkum rizikového chování uživatelů (e-bezpečí, Seznam.cz),	12
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----

Graf 1: Otázka 1 – Pohlaví respondentů	22
Graf 2: Otázka 2 - Věk respondentů	23
Graf 3: Otázka č. 3 - Jakou školu navštěvuješ?	23
Graf 4: Otázka č. 4 - Jak trávíš volný čas?	24
Graf 5: Otázka č. 5 - Patříš do nějakého sportovního klubu?	24
Graf 6: otázka č. 6 - Který sport provozuješ vrcholově/oddílově?	25
Graf 7: otázka č. 7 - Jak často sportuješ?	25
Graf 8: Otázka č. 8 - Absolvoval si někdy dopingové testy?	26
Graf 9: otázka č. 9 - Chceš sám chodit do sportovního klubu/oddílu? (tzn., nenutí tě někdo).....	26
Graf 10: otázka č. 10 - Setkal/a ses s návykovými látkami?	27
Graf 11: otázka č. 10 - Sportovci. Graf 12: otázka č. 10 - Nesportovci.	27
Graf 13: otázka č. 11 - Kde ses setkal/a poprvé s návykovou látkou?	28
Graf 14: otázka č. 11 - Sportovci. Graf 15: otázka č. 11 - Nesportovci.....	28
Graf 16: otázka č. 12 - Užíval/a jsi někdy ke zlepšení svého výkonu nějakou podpůrnou látku? (Mezi takové látky se zahrnují léky, drogy i povzbuzovače jako např. Red Bull, Snus – žvýkací tabák, alkohol, ...)	29
Graf 17: otázka č. 12 - Sportovci. Graf 18: otázka č. 12 - Nesportovci.....	29
Graf 19: otázka č. 13 – Uved', jakou podpůrnou látku užíváš.	30
Graf 20: otázka č. 13 - Sportovci. Graf 21: otázka č. 13 - Nesportovci.....	30
Graf 22: otázka č. 14 - Jsi pro toleranci dopingů?	31
Graf 23: otázka č. 14 - Sportovci. Graf 24: otázka č. 14 - Nesportovci.....	31
Graf 25: otázka č. 15 - Používáš nějaký doplněk stravy?	32
Graf 26: otázka č. 15 - Sportovci. Graf 27: otázka č. 15 - Nesportovci.	32
Graf 28: otázka č. 16 - Kouřil/a si někdy?	33
Graf 29: otázka č. 16 - Sportovci. Graf 30: otázka č. 16 - Nesportovci.....	33
Graf 31: otázka č. 17 - Vyzkoušel/a si někdy nějakou drogu, kromě alkoholu a tabáku?.....	34
Graf 32: otázka č. 17 - Sportovci. Graf 33: otázka č. 17 - Nesportovci.....	34
Graf 34: otázka č. 18 - Uved', jakou drogu si užil.	35
Graf 35: otázka č. 18 - Sportovci. Graf 36: otázka č. 18 - Nesportovci.....	35

Graf 37: otázka č. 19 – Zažil/a si někdy stav silné opilosti?	36
Graf 38: otázka č. 19 - Sportovci. Graf 39: otázka č. 19 - Nesportovci.....	36
Graf 40: otázka č. 20 - V kolika letech si měl/a první pohlavní styk?.....	37
Graf 41: otázka č. 20 - Sportovci. Graf 42: otázka č. 20 - Nesportovci.....	37
Graf 43: otázka č. 21 - Máš zkušenost se šikanou, kyberšikanou?.....	38
Graf 44: otázka č. 21 - Sportovci. Graf 45: otázka č. 21 - Nesportovci.....	38
Graf 46: otázka č. 22 - Důvod šikany, kyberšikany.....	39
Graf 47: otázka č. 22 - Sportovci. Graf 48: otázka č. 22 - Nesportovci.....	39
Graf 49: otázka č. 23 - Chodíš za školu?	40
Graf 50: otázka č. 23 - Sportovci. Graf 51: otázka č. 23 - Nesportovci.....	40
Graf 52: otázka č. 24 - Setkal/a ses s anorexií, bulimií či problémy s příjmem potravy?	41
Graf 53: otázka č. 24 - Sportovci. Graf 54: otázka č. 24 - Nesportovci.....	41
Graf 55: otázka č. 25 - Důvod anorexie, bulimie či poruchy příjmu potravy.....	42
Graf 56: otázka č. 25 - Sportovci. Graf 57: otázka č. 25 - Nesportovci.....	42
Graf 58: otázka č. 26 - Vypínáš někdy svůj mobilní telefon?	43
Graf 59: otázka č. 26 - Sportovci. Graf 60: otázka č. 26 - Nesportovci.....	43
Graf 61: otázka č. 27 - Jak často využíváš PC?	44
Graf 62: otázka č. 27 - Sportovci. Graf 63: otázka č. 27 - Nesportovci.....	44
Graf 64: otázka č. 28 - K čemu nejvíce PC používáš?	45
Graf 65: otázka č. 28 - Sportovci. Graf 66: otázka č. 28 - Nesportovci.....	45
Graf 67: otázka č. 29 - Ukradl/a jsi někdy nějakou věc?	46
Graf 68: otázka č. 29 - Sportovci. Graf 69: otázka č. 29 - Nesportovci.....	46
Graf 70: otázka č. 30 - Hrál/a jsi někdy automaty?	47
Graf 71: otázka č. 30 - Sportovci. Graf 72: otázka č. 30 - Nesportovci.....	47
Graf 73: otázka č. 31 - Sázíš na sportovní utkání?	48
Graf 74: otázka č. 31 - Sportovci. Graf 75: otázka č. 31 - Nesportovci.....	48
Graf 76: otázka č. 32 - V případě, kdy máš nějaký problém, tak se obracíš?.....	49
Graf 77: otázka č. 32 – Sportovci. Graf 78: otázka č. 32 - Nesportovci.	49
Graf 79: otázka č. 33 - Zajišťuje Vaše škola preventivní programy, kde se např. dozvídáte o rizicích spojených s užíváním návykových látek, s pohlavním stykem, závislosti na hazardu, jak postupovat, když jste šikanováni, ...?	50
Graf 80: otázka č. 33 – Gymnáziu, lyceum. odborná škola.	50
Graf 81: otázka č. 33 – Střední	50
Graf 82: otázka č. 33 - Učiliště.....	50

Přílohy

Příloha 1: Vzor dotazníku

- 1) **Jsem:**
 - a) Dívka
 - b) Chlapec
- 2) **Kolik ti je?**
 - a) 15–16
 - b) 17–18
 - c) 19–20
 - d) 21 a více
- 3) **Jakou školu navštěvuješ?**
 - a) Gymnázium, lyceum
 - b) Střední školu odbornou
 - c) Učiliště
- 4) **Jak trávíš svůj volný čas?**
 - a) Vrcholový sport (oddílový sport)
 - b) Rekreační sport
 - c) Zájmová činnost/ kroužek/ oddíl
 - d) S přáteli (venku, hospoda, ...)
 - e) U TV, PC
 - f) Příprava do školy
 - g) Jiné – uveď _____
- 5) **Patříš do nějakého sportovního klubu/oddílu?**
 - a) Ano
 - b) Ne, sportuji sám, kdy se mi chce
 - c) Nesportuji
- 6) **Který sport provozuješ vrcholově/oddílově?**
 - a) Uveď - _____
 - b) Neprovozují
- 7) **Jak často sportuješ?**
 - a) 1–2x týdně (alespoň 1 hod.)
 - b) 3–4x týdně
 - c) 5x a více
 - d) občas, rekreačně
 - e) nesportuji
- 8) **Absolvoval jsi někdy dopingové testy?**
 - a) Ano
 - b) Ne

- 9) **Chceš sám chodit do sportovního klubu/oddílu? (tzn. nenutí tě někdo)**
- a) Ano
 - b) Ne
- 10) **Setkal/a ses s návykovými látkami?**
- a) Ano
 - b) Ne
 - c) Nevím, co to je.
- 11) **Kde ses setkal/a poprvé s návykovou látkou?**
- a) Doma
 - b) Kamarádi
 - c) Diskotéka, hospoda
 - d) Na ulici od neznámého člověka
 - e) Jiné – uveď _____
- 12) **Užíval/a jsi někdy ke zlepšení svého výkonu nějakou podpůrnou látku? (Mezi takové látky se zahrnují léky, drogy i povzbuzovače jako např. Red Bull, Snus – žvýkácí tabák, alkohol, ...)**
- a) Ano, před každým výkonem
 - b) Ano, jen když se necítím plný/á sil
 - c) Ano, ale nikdy více
 - d) Ne, nepřijde mi to správné
 - e) Ne, nespportuji
- 13) **Pokud ano, uveď jakou _____**
- 14) **Jsi pro toleranci dopingů?**
- a) Ano
 - b) Ne, nikdy
 - c) Ne, ale mělo by se to posuzovat individuálně
- 15) **Používáš nějaké doplňky stravy?**
- a) Ano, pravidelně
 - b) Ano, občas
 - c) Ne
- 16) **Kouřil/a jsi někdy?**
- a) Ano a stále kouřím
 - b) Ano, ale už nekouřím
 - c) Ne
- 17) **Vyzkoušel/a jsi někdy nějakou drogu, kromě alkoholu a tabáku?**
- a) Ano
 - b) Ne
- 18) **Pokud byla odpověď ano – uveď kterou _____**
- 19) **Zažil jsi někdy stav silné opilosti?**
- a) Ano, několikrát (více než 5x)
 - b) Ano, několikrát (max. 5x)
 - c) Ano, jednou
 - d) Ne, piju alkohol minimálně
 - e) Ne, nepiju alkohol

20) V kolika letech si měl první pohlavní styk?

- a) Dříve než v 15
- b) 15
- c) 16
- d) 17
- e) 18
- f) 19
- g) 20
- h) Dosud ne

21) Máš zkušenost se šikanou, kyberšikanou?

- a) Ano, ne na vlastní kůži
- b) Ano, zažil jsem ji osobně
- c) Ne

22) Pokud byla odpověď ano, uveď, jakým způsobem šikana probíhala _____

23) Chodíš za školu?

- a) Nikdy
- b) Ano, někdy
- c) Ano, často

24) Setkal/a ses s anorexií, bulimií či problémy s příjmem potravy?

- a) Ano
- b) Ne

25) Pokud ano, kvůli čemu/ komu to bylo – uveď _____

26) Vypínáš někdy svůj mobilní telefon?

- a) Ano, nevadí mi to
- b) Ano, ale jen v nutnosti
- c) Nikdy

27) Jak často využíváš PC?

- a) 0–2 hod. denně
- b) 3–4 hod. denně
- c) 5–6 hod. denně
- d) 7 a více hodin denně

28) K čemu nejvíce PC používáš? (možnost více odpovědí)

- a) Úpravy fotek, videí
- b) Hledání informací
- c) Chatování
- d) Erotické stránky
- e) Sportovní stránky, zápasy
- f) Práce do školy
- g) Hudba - poslech, nahrávání
- h) Jiné – uveď _____

29) Ukradl/a jsi někdy nějakou věc?

- a) Ano, nedělá mi to problém
- b) Ano, ale nikdy více
- c) Ne

30) Hrál/a jsi někdy automaty?

- a) Ano, často
- b) Ano, někdy
- c) Ano, ale nevidím v tom zábavu
- d) Ne

31) Sázíš na sportovní utkání?

- a) Ano, často
- b) Ano, občas
- c) Ne

32) V případě, kdy máš nějaký problém, tak se obracíš?

- a) Na někoho z rodiny.
- b) Na přátele.
- c) Na trenéra, učitele, vychovatele.
- d) Na nikoho.

33) Zajišťuje Vaše škola preventivní programy, kde se např. dozvídáte o rizicích spojených s užíváním návykových látek, s pohlavním stykem, o závislosti na hazardu, jak postupovat, když jste šikanováni, ...?

- a) Ano, v rámci výuky
- b) Ano, pomocí externích pracovníků
- c) Ne