

Univerzita Palackého v Olomouci

Fakulta tělesné kultury



Fakulta
tělesné kultury

**VLIV RESTRIKTIVNÍCH OPATŘENÍ SOUVISEJÍCÍCH S EPIDEMIÍ
COVID 19 V LETECH 2020-2021 NA POSTOJE KE SPORTU U
ADOLESCENTŮ VE VSETÍNĚ**

Bakalářská práce

Autor: Miroslav Janošek

Studijní program: Tělesná výchova pro vzdělávání

Vedoucí práce: doc. Mgr. Roman Cuberek, Ph.D.

Olomouc 2022

Bibliografická identifikace

Jméno autora: Miroslav Janošek

Název práce: Vliv restriktivních opatření souvisejících s epidemií Covid-19 v letech 2019-2021 na postoje ke sportu u adolescentů ve Vsetíně

Vedoucí práce: doc. Mgr. Roman Cuberek, Ph.D.

Pracoviště: Katedra sportu

Rok obhajoby: 2022

Abstrakt:

Bakalářská práce se zabývá tématem vlivu restriktivních opatření souvisejících s pandemií Covid-19 v letech 2020-2021 na postoje ke sportu u adolescentů ve Vsetíně. V přehledové části práce je popsána charakteristika pohybové aktivity u adolescentů, představena problematika období adolescence, a také popsána a dále rozdělena motivace. Ve výše zmíněné části jsou dále v časové návaznosti popsána jednotlivá restriktivní opatření, která souvisela s omezením sportovních aktivit v České republice. Hlavním cílem této práce bylo zjištění vlivu restriktivních opatření na motivaci adolescentů k vykonávání kolektivního sportu, konkrétně ledního hokeje a dále také jejich změna vztahu k lednímu hokeji po ukončení pandemie COVID-19. Závěrem práce budou představeny výsledky dotazníkového šetření, kterého se zúčastnili mladí sportovci ve Vsetíně.

Klíčová slova:

Lední hokej, motivace, pandemie COVID-19, vztah, sport, adolescenti

Nesouhlasím s půjčováním práce v rámci knihovních služeb.

Bibliographical identification

Author: Miroslav Janošek
Title: Influence of restrictive measures related to the Covid-19 epidemic in 2019-2021 on attitudes towards sports among adolescents in Vsetín

Supervisor: doc. Mgr. Roman Cuberek, Ph.D.

Department: Department of Sport

Year: 2022

Abstract:

The bachelor's thesis deals with the topic of the influence of restrictive measures related to the Covid-19 pandemic in the years 2020-2021 on attitudes towards sports among adolescents in Vsetín. The introducing part of the thesis describes the characteristics of physical activity of adolescents, There is also introduced an issues of adolescence, and also describes and further divides the motivation. Furthermore, there are chronologically described the individual restrictive measures, which were related to the restriction of sports activities in the Czech Republic. The main goal of this thesis was to determine the effect of restrictive measures on the motivation of adolescents to play team sports, specifically ice hockey, and also the change of their relationship to ice hockey after the end of the COVID-19 pandemic. At the end of the thesis there will be presented the results of a questionnaire survey, in which the young athletes in Vsetín were participated.

Keywords:

Ice hockey, motivation, COVID-19 pandemic, relationship, sport, adolescents

I do not agree the thesis paper to be lent within the library service.

Prohlašuji, že jsem tuto práci zpracoval samostatně pod vedením doc. Mgr. Romana Cuberka, Ph.D., uvedl všechny použité literární a odborné zdroje a dodržoval zásady vědecké etiky.

V Olomouci dne 30. června 2022

.....

Děkuji vedoucímu práce, doc. Mgr. Romanu Cuberkovi, Ph.D., za všestrannou pomoc při konzultacích a za neochvějnou trpělivost a vstřícnost při poskytování cenných rad a doporučení při zpracovávání této práce.

OBSAH

Obsah.....	7
1 Úvod.....	9
2 Přehled poznatků.....	11
2.1 Charakteristika pohybové aktivity u adolescentů	11
2.2 Období adolescence.....	11
2.3 Motivace.....	12
2.3.1 Vnější motivace	12
2.3.2 Vnitřní motivace.....	13
2.3.3 Motivace ve sportu.....	13
2.4 Restriktivní opatření související s pandemií covid-19.....	14
2.4.1 Vybraná protipandemická opatření související s provozováním sportovních aktivit v České republice v roce 2020.....	14
2.4.2 Vybraná protipandemická opatření související s provozováním sportovních aktivit v České republice v roce 2021.....	16
3 Cíle	19
3.1 Hlavní cíl	19
3.2 Dílčí cíle.....	19
3.3 Výzkumné otázky.....	19
4 Metodika	20
4.1 Výzkumný soubor	20
4.2 Metody sběru dat	20
4.3 Statistické zpracování dat.....	21
5 Výsledky.....	22
5.1 Vliv restriktivních opatření souvisejících s pandemií Covid-19 na motivaci adolescentních hokejistů ze Vsetína k provozování výkonnostní sportovní aktivity	22
5.2 Vliv restriktivních opatření souvisejících s pandemií Covid-19 na motivaci adolescentních hokejistů ze Vsetína provozovat volnočasovou pohybovou aktivitu?	23
6 Diskuse	26
7 Závěry	30

8	Souhrn	31
9	Summary.....	32
10	Referenční seznam.....	33
11	Přílohy	36
	11.1 Dotazník.....	36

1 ÚVOD

Přiměřená pohybová aktivita (PA) je nezbytnou podmínkou normálního rozvoje tělesných funkcí, motorických schopností a dovedností, zlepšení tělesné zdatnosti a výkonnosti, a zdraví v období adolescence (Novotný, 2012). PA výrazným způsobem napomáhá kupevňování postojů k sobě samým, a zejména pak ke svému tělu, což je v adolescentním období velmi důležité. U dospívajících chlapců a dívek dochází k hodnocení vlastního těla a PA dodává v této oblasti cenné sebevědomí (Kubíčková, 1996). Podle Machové a Kubátové (2009) je aktivní pohyb nenahraditelnou součástí při upevňování zdraví jedince a je nezbytným a přirozeným předpokladem pro jeho zachování a další rozvoj.

Mezinárodní komise expertů z několika kontinentů podle Twiska (2001) doporučuje adolescentům pohyb jako nedílnou součást životního stylu minimálně třikrát v týdnu a pokud je tomu možno, ideálně každý den vždy alespoň třicet minut střední až vysoké intenzity. Světová zdravotnická organizace pak doporučuje provozovat středně zatěžující PA minimálně 150 minut týdně nebo PA, která je klasifikována jako vysoce zatěžující a to nejméně 75 minut týdně (World health organization).

Na to, aby byli adolescenti zapojeni do sportování či PA lze využít několik motivů. Je nezbytně důležité znát jejich maximální využití vzhledem k vývoji adolescentů, avšak na druhé straně i dbát na jednotlivce, jako na osobnost a dokázat určit jeho schopnosti a limity. Víme, že jedincům se mění motivy mimo jiné také s narůstajícím věkem, resp. vývojovým obdobím. Motivů ke sportování jsou rozdílné v rámci pohlaví. Chlapci preferují zejména zisk svalové hmoty, síly a vytrvalosti, naopak dívky se většinou zaměřují spíše na redukci tělesné hmotnosti, či zdravotní aspekty a výzkum cvičení (Šmela, Pačesová, Kraček, & Hájovský, 2017). Nakonečený (1996) popisuje motivaci, jako procesu orientace jedince na dosažení specifických cílových stavů a také ji chápe jako proces zvýšení či pokles aktivity, mobilizaci sil a energetizaci organismu.

Období adolescence je podle Macka (2003) velmi složitý proces především co se týká vztahu ke sportování, resp. PA. Většina adolescentů ve zmíněném období ukončuje pravidelnou sportovní činnost vlivem snahy přizpůsobit se vrstevníkům a jejich zájmům a v posledních letech také, se stále zvyšující se intenzitou, moderní elektroniky. Existuje množství výzkumů, které dokazují pokles sportovní a pohybové aktivity v období adolescence (Sigmund, Sigmundová, & Ansari, 2009).

Na sníženou motivaci adolescentů ke sportování a PA v souvislosti s opatřeními proti šíření pandemie Covid-19 poukazuje (Korcová, 2021), ta spojuje zvýšenou aktivitu adolescentů na elektronických zařízeních se zvýšeným výskytem obezity a s ní spojenými riziky ischemické choroby srdeční. Petrásková a Kocourek (2021) u adolescentů v době omezení školní výuky a volnočasových aktivit zase upozorňují na ztrátu motivace, stupňující se apatii, únavu, poruchy spánku a poruchy příjmu potravy, existencionální pochybnosti o vlastní budoucnosti a budoucnosti světa. V horších

případech počínající nebo již závažné projevy deprese, jako kontinuální smutek, ztrátu smyslu a s ní spojené myšlenky na sebevraždu.

První nákaza Covid-19 byla odhalena v prosinci roku 2019 na území Čínské lidové republiky ve městě Wu-chan. Nemoc se začátkem roku 2020 začala rychle šířit i mimo oblast Číny a postupně propukla ve všech státech celosvětově. Dne 12. března 2020 prohlásila Světová zdravotnická organizace (WHO) toto onemocnění za pandemii. Vlivem rychlého šíření nákazy začaly vlády jednotlivých států realizovat nejrůznější opatření, ať již ve snaze omezit rychlost a rozsah nákazy či zmírnit její dopady na společnost (Rokos & Vančura, 2020).

Pandemie viru Covid-19 si vynutila rozsáhlá opatření také na území České republiky, jejichž účelem bylo zabránit nekontrolovatelnému šíření nemoci. Omezení pohybu na veřejných místech s minimalizací fyzického kontaktu byla důležitými opatřeními, která ale bohužel mohla vést i k poklesu pohybové aktivity u lidí (Pudilová & Tuka, 2020). Tato opatření se v průběhu let 2019 a 2020 několikrát měnila. Nouzový stav byl vyhlášen 12. března 2020 a v platnost vešla opatření jako uzavření všech vzdělávacích institucí, omezení volného pohybu osob a jejich shromažďování, uzavření státních hranic, zákaz cestování mezi okresy, a také uzavření všech obchodů a provozoven s výjimkami v podobě například lékáren, prodejen potravin a drogerií (Ministerstvo zdravotnictví České Republiky).

Dle Korcové (2021) mají tato omezení volnočasových aktivit včetně těch sportovních vliv na psychiku dětí. Hrozí jim izolace a ztrácejí vazby na kolektiv. Děti jsou dle Něj více depresivní, dokonce mohou vykazovat známky anorexie a jiných poruch. Dle Brandové (2021) mohou opatření související s pandemií Covid-19 vést k úpadku rekreačního sportu, a to může zejména u dětí a mládeže vést ke ztrátě pohybových návyků. Největší problém je pak v omezení výuky Tělesné výchovy (TV) a kroužků, a také v omezení volnočasových aktivit, což může mít za následek omezený návrat k organizovanému sportu a volnočasovým pohybovým aktivitám. Dlouhodobá absence PA ve volném čase by se pak u studentů mohla projevit například psychickými problémy.

Podle průzkumu České unie sportu se čtyřiceti procentům registrovaných sportovních klubů nevrátil v září a říjnu roku 2021 do organizované činnosti dostatečný počet dětí. *“V našem průzkumu pouze 22 procent klubů uvedlo, že se jim vrátil dostatečný počet dětí. Naopak 40 procent potvrdilo, že i přes náborové akce se potýkají s menším počtem mládeže. Jsou případy klubů a jednot, kde ztratily více než 100 dětí, což je velmi alarmující,”* prohlásil Miroslav Jansta, předseda ČUS. Nejčastějším důvodem pro ukončení činnosti je ztráta zájmu o sport. To uvedlo 68 procent předsedů klubů (Česká unie sportu, 2022).

2 PŘEHLED POZNATKŮ

2.1 Charakteristika pohybové aktivity u adolescentů

Pohybová aktivita (PA) je jednou z nezákladnějších funkcí v životě člověka. Lidské tělo se za milióny let vyvinulo v komplexní organismus schopný zvládat značné množství úkolů, od zapojování velkých svalových skupin k chůzi, běhu nebo šplhu, až po provádění detailních akcí s využitím manuální zručnosti (Cavill, Kahlmeier, & Racioppi, 2006). Aktivní životní styl jedince plní nenahraditelnou sociální a ekonomickou funkci v celé společnosti a má nepostradatelný efekt v prevenci civilizačních onemocnění (Siedentop & Locke, 2013). Uvedenou problematiku můžeme zkoumat z mnoha perspektiv a různými metodami – subjektivní, objektivní, popř. v jejich kombinaci. Předchozí výzkumy prokázaly vliv okolního prostředí na úroveň PA u dětí (Kudláček, 2014). Vztah mezi PA a zdravotními důsledky je zmapován extenzivně. Nízká úroveň PA negativně ovlivňuje zdraví (nejen) dětí a adolescentů např. rozvojem kardiovaskulárních onemocnění, nadváhy, obezity (Cavill, et al., 2006).

2.2 Období adolescence

Cyklus života člověka můžeme dělit do několika věkových období, kategorií, stádií a skupin. Existuje řada taxonomií, avšak některé z těchto taxonomií mohou být v určitých situacích nepřesné. Za důkaz lze považovat i jakási rozdílnost v těchto věkových rozděleních mezi autory, kteří se této problematice věnují. Podle Riegerové, Přidalové a Ulbrichové (2006) přesné hranice mezi zmíněnými kategoriemi neexistují, důvodem k tomuto tvrzení jsou velké rozdíly, a to například intersexuální, individuální a etnické.

Samotný termín adolescence se v českém jazyce používá zejména v psychologii, volně se však zaměňuje s termíny jako dospívající/dorost/dorostenecký věk (v lékařských vědách) či se širším označením mládež (v sociologii a pedagogice).

Synonymem k pojmu adolescence je také pojem mládí. Časové vymezení období adolescence je nejčastěji odbornou veřejností datováno od patnácti do dvaceti let věku. Někteří z autorů označují pojmem adolescence celé období mezi dětstvím a dospělostí. Z důvodu velkého rozpětí, takto chápaného období adolescence, ho pak dále dělí do tří fází: časná adolescence (10–13 let), střední adolescence (14–16 let) a pozdní adolescence (17–20 let). Příčinou tohoto podrobnějšího dělení je fakt, že srovnávat dvanáctiletého a devatenáctiletého adolescenta není z důvodů markantních rozdílů a změn v daném období možné (Macek, 1999). Například Vágnerová (2005) dělí období adolescence na ranou (11. – 15. rok) a pozdní adolescenci (15. – 20. rok). Říčan (2004) datuje období adolescence, které výstižně nazývá „na vrcholu mládí“, od 15 do 20–22 let.

Vzhledem k věkovému rozmezí našeho výzkumného souboru budeme dále termín adolescence používat pro období 15–18 let a při charakteristice tohoto období budeme přihlížet k tomuto věkovému rozpětí.

Sport je nedílnou součástí volnočasové PA mládeže ve věku 9-19 let (Rychtecký & Tilinger, 2017). Podle Jansy (2005) uvedlo více než 65 % respondentů ve věku 15-18 let, že pravidelně organizovaně cvičí. Nejvíce 13-15 letí chlapci (65,8 %, dívky pak kolem 40 %). Podle Rychteckého a Tilingera (2017) klesá zájem o sport nejčastěji ve věkové skupině 16-19 let. Participace 15 - 29letých na organizované pohybové aktivitě: žádná - 39 %, 1x týdně - 13 %, 2x týdně - 20 %, 3x a více týdně - 29 % (Frömel, Bauman, & Nykodým, 2006). Přitom energetický výdej je asi 5256 MET-min/týden u mužů, 3930 u žen. Byl potvrzen klesající trend účasti na mimoškolních PA u dětí na 2. stupni ZŠ (11-16 let). Příliš mnoho času věnují inaktivitám (u počítače), více o víkendech (Flemer, Němec, & Novotný, 2014).

Adolescenti (12-17 letí) jsou méně pohybově aktivní, mají menší energetický výdej než předškoláci (Sigmund et al, 2009). Téměř polovina 11 - 23letých v ČR má nedostatečně nízkou až alarmující pohybovou aktivitu (Sigmund, Neuls, & Frömel, 2005). Je pozorován paradoxní vztah mezi úspěšností ve sportu v dětství a vytrvání ve sportu v dospělosti. Vrcholoví mladí sportovci opouštějí aktivní sport po 8-14 letech (Mudrák & Slepíčka, 2010). Méně aktivní způsob života českých dětí proti etiopským (11-15 let) je provázen jejich horší vytrvalostní zdatností (lepší časy běhu na 2 km). V testu leh-sed nebyly rozdíly, i přes větší hmotnost, tak jednoznačné (Sebressa & Bunc, 2005). Sportovní aktivita v dětství a její přetrvávání do dospělosti je důležitou součástí socializace jedince. Sport je prostředím boje dobra se zlem ve společnosti, především prostřednictvím pravidel a jejich dodržováním, hnutím fair-play atd. (Bednář, 2010).

2.3 Motivace

2.3.1 Vnější motivace

Pokud se pro nás stane v našem životě něco subjektivně významným, můžeme pak hovořit o vnější motivaci. Tato věc u nás vyvolá vznik potřeby a potřeba se pak stane motivem k jednání. Podle Nakonečného (1996) se může objevovat např. u vnějšího ohrožení, tím může být ohrožení života, prestiže, společenského postavení apod. Jindy se určité vnější podněty jako například peníze a pocty stávají motivujícími, to ovšem záleží na stavu trvalých a aktuálních potřeb individua. Vnitřní a vnější motivace se tedy do určité míry prolínají. Vnější podněty mohou v určitých situacích jedince stimulovat více, ale nemusí ještě motivovat určité chování. Je nutno tedy rozlišovat motivace, resp. motivy a vnější motivující podněty, které jsou někdy také označovány jako tzv. incentivy. Podněty se stávají incentivy jen v určitém, specifickém vztahu ke stávajícím motivacím, resp. motivům: nápoj je incentivou jen pro žíznivého“ (Nakonečný, 1996).

Hrabal, Man a Pavelková (1989) uvádí příklad na člověku, který jí, tento člověk může jíst proto, protože měl hlad a neměl uspokojenou potřebu potravy, nebo také proto, že viděl chutné jídlo a dostal na něj chuť, tedy incentivu schopnou vzbudit jeho potřebu ke konzumaci potravy. Z hlediska vnější motivace hrají velkou roli odměny a tresty, ty dále určují reakci jedince. V širším smyslu vnímání může být pro jedince odměnou uspokojení kterékoliv z jeho aktuálních potřeb a trestem pro něj může být její frustrace. Ve výchovných a vzdělávacích situacích, pro něž je charakteristické kladení požadavků na žáka či svěřence, jsou odměny a tresty převážně chápány v užším smyslu – jako záměrně navozené následky splnění nebo nesplnění zadaných požadavků“ (Nakonečný, 1996).

2.3.2 Vnitřní motivace

„Můžete někoho přinutit, aby něco vykonal, ale nikdy jej nepřinutíte k tomu, aby to chtěl vykonat. Touha chtít něco vychází z nás a motivace je vnitřní hnací silou, jež způsobuje radost z práce: efektivita a pocit uspokojení jsou ve velmi těsném svazku“ (Hagemannová, 1992). Vnitřní motivace bude asi vždy problémem ve výchovně vzdělávacím programu. Vnitřní motivace učební činnosti je motivací vyplývající z poznávacích potřeb. Jsou-li poznávací potřeby při výuce vzbuzeny, činnost učení se stává pro žáka poznáváním motivovaným zejména vnitřně a vede jednoznačně nejspolehlivěji k bezprostřednímu úspěchu v procesu učení a vytváří kognitivní dispozice, uspokojuje potřeby poznávání a tím současně upevňuje proces jejich rozvoje. Vyučování, které neaktualizuje potřeby poznávání, vede v drtivé většině případů k nudě a nezájmu o vyučovanou látku. (Hrabal, Man, & Pavelková, 1989). „Vnitřní činitele tvoří vrozené tendence, které se obvykle označují jako fyziologické potřeby, ale patří k nim i naučené tendence, tj. sociogenní potřeby a návyky apetitivního typu“ (Nakonečný, 2006).

2.3.3 Motivace ve sportu

Hošek (1986) popisuje motivaci ve vrcholovém sportu jako velmi užívaný pojem. Neochota sportovců absolvovat tréninkové programy se přičítá právě jejich nedostatečné motivaci. Nízkou motivaci vidí jako malou snahu sportovců v průběhu soutěže, nebo jejich urychlenou rezignaci při dílčích neúspěších. Všeobecně se předpokládá, že vyšší stupeň motivace by měl vyústit do vyšší úrovně sportovní výkonnosti. Je ovšem velmi komplikované namotivovat sportovce opět ke kvalitním výsledkům, pokud má za sebou již několik neúspěchů či nevydařených pokusů o kvalitní výsledek v řadě. Ne každý sportovec je poté schopen najít v sobě ještě další odhodlání a motivaci k úspěchu. Jansa et al. (2012) vidí jako nejvíce důležité ve sportu to, jak se sportovec dokáže vyrovnat s předpokládanou i nepředpokládanou náročnou situací v utkání. Organismus sportovce se nachází zpravidla ve stavu zvýšené aktivity a zaměření k pohotovému přijímání, zpracování a předvídání událostí před výkonem.

Při úvaze o sportovní motivaci se ukazuje jako velmi účelné dělit ji na motivaci soutěžní a motivaci tréninkovou. Soutěžní motivace nepředstavuje ve většině případů takový problém jako tréninková. Působí při ní autonomní motivy sportovního boje a vliv přímých důsledků sportovního umístění v soutěži. Vlastní soutěžní motivace bývá u sportovců zpravidla dostatečná, mnohdy až nadměrná. Nadměrná soutěžní motivace vzniká jako důsledek nadměrné odpovědnosti za vlastní výkon, vedoucí k patogenně působící úzkosti, před soutěžním stavům extrémní intenzity a k psychickým stresům v případech, že výkony jsou proti předpokladům provázeny nepříznivými okolnostmi. Proto je třeba v psychologii a koučingu rozpracovávat postupy diagnostiky patogenních stavů a následné redukce nadměrné motivace“ (Hošek, 1986).

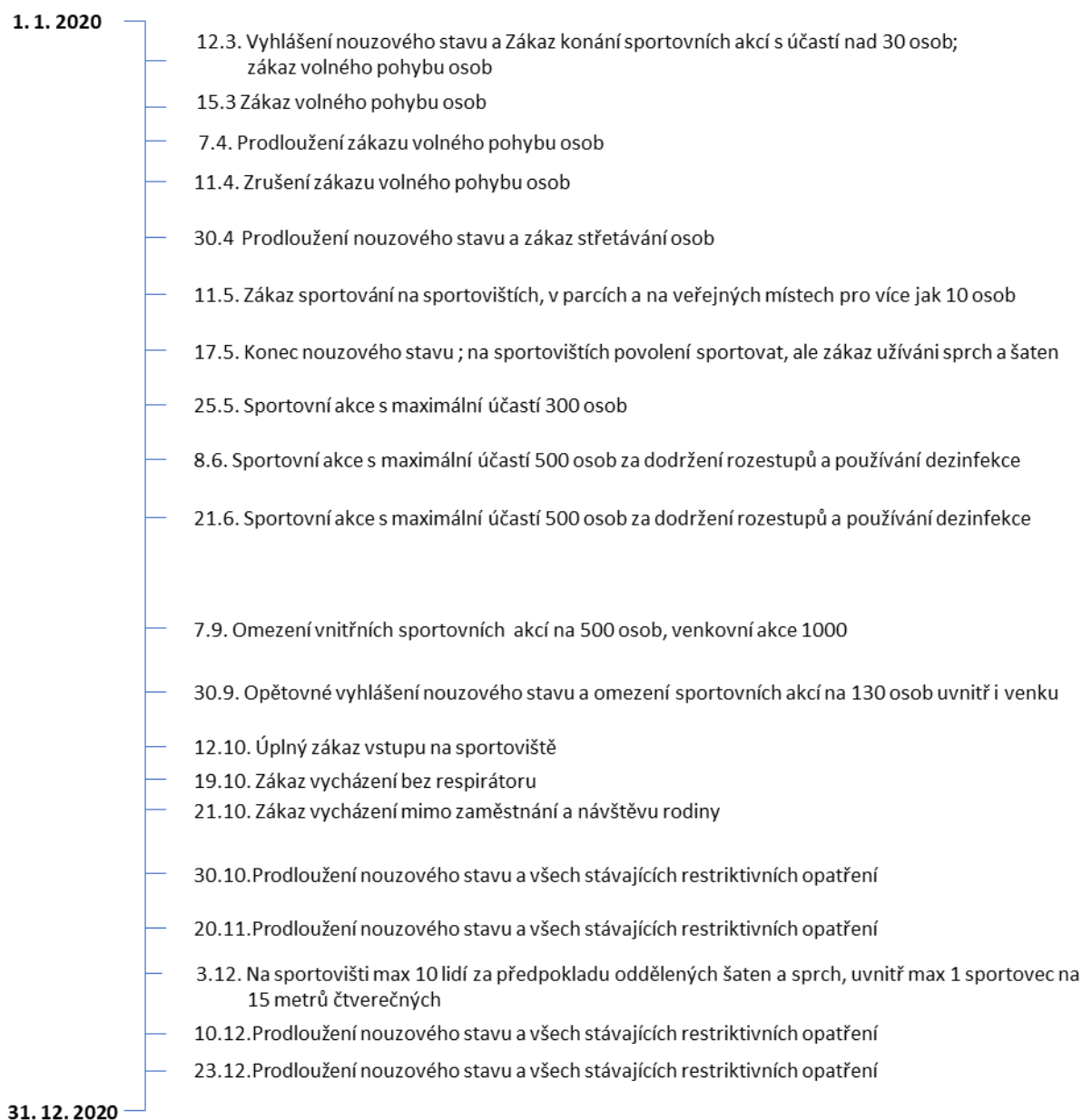
2.4 Restriktivní opatření související s pandemií covid-19

2.4.1 Vybraná protipandemická opatření související s provozováním sportovních aktivit v České republice v roce 2020

Dne 12.3.2020 byl v České republice vládou vyhlášen nouzový stav, v souvislosti s tím byla dle usnesení číslo 199 vlády ČR uvedena v platnost první krizová opatření s účinností od 13.3.2022. Mezi tato opatření patřil zákaz pořádání sportovních akcí s účastí ve stejný čas přesahující 30 osob. Dále také zákaz přítomnosti veřejnosti v provozovnách poskytovatelů služeb mj. posiloven, saun, wellness služeb, koupališť a sportovišť. Uzavřeny byly také všechna školní zařízení s výjimkou mateřských škol. S účinností od 15.3.2020 byl vládou zakázán volný pohyb osob mimo cest do zaměstnání, cest za rodinou a dalších cest nutných k obstarání základních životních potřeb a neodkladných úředních záležitostí. Platnost tohoto opatření byla následně 7. dubna prodloužena (Vláda České republiky).

Obrázek 1.

Časová osa 2020 (Vláda České republiky)



S účinností od 24. dubna 2020 bylo zakázáno střetávání osob na veřejně dostupných místech nad počet deseti osob s výjimkou členů domácnosti a dalších výjimek. Ve stejný den bylo také omezeno sportování na venkovních sportovištích a jiných veřejně přístupných místech. Scházet se bylo povoleno maximálně v deseti osobách, nutnost ochrany dýchacích cest a zakázáno bylo využívání vnitřních prostor sportovišť, šaten, sprch a dalších společných prostor (Vláda České republiky).

Restriktivní opatření v oblasti sportu pokračovala také v květnu. Sportování bylo omezeno jak ve vnitřních prostorech, tak venku. I když povolený počet lidí na sportovišti byl zvýšen na 100 osob,

citelnou restrikcí bylo pokračování zákazu využívání šaten a sprch, tato opatření doplněná o povinné dvoumetrové rozestupy mezi sportovci pokračovala i po neprodloužení nouzového stavu, k čemuž došlo 17. května. K uvolnění restrikcí postupně začalo docházet v měsíci červnu, kdy sice stále platil zákaz využívání společných šaten a sprch, nutnost rozestupů a dezinfekce, povolen však byl zvýšený počet osob na sportovišti a to konkrétně 8. června na 500 osob a následně 21. června na 1000 osob za dodržení výše zmíněných podmínek. V platnosti zůstal tento systém rozvolněných opatření prakticky celý červenec a srpen. Až v září byly počty osob, které mohou být současně na sportovišti omezeny, a to poprvé za dobu pandemie rozdílně ve vnitřních prostorech (500 osob) a venku (1000 osob) (Vláda České republiky).

Milníkem druhé poloviny roku 2020 bylo 30. září, kdy vláda ČR reagovala na zhoršenou pandemickou situaci opětovným zpřísněním pravidel, včetně těch upravujících sportování, a to tak, že byl maximální počet lidí na sportovišti omezen na 130 jak ve vnitřních prostorech, tak na venkovních sportovištích. Vzhledem ke stále většímu počtu nakažených lidí ve společnosti a nárůstu úmrtnosti byl 12. října opět vyhlášen v ČR nouzový stav s čímž souvisela i nová vlna restriktivních opatření vyhlášených vládou. Mezi ně s platností od dvanáctého října platil zákaz provozování aktivit na sportovištích v počtu větším, než 6 osob. Následně byl zákaz rozšířen na úplné uzavření sportovišť, a to 19. října společně se zákazem vycházení bez ochrany dýchacích cest a následně 21. října byl omezen volný pohyb osob pouze na nezbytné cesty k zajištění neodkladných záležitostí a pracovních povinností. Platnost těchto opatření byla prodloužena dvakrát v následujících měsících společně s nouzovým stavem, konkrétně 30. října a pak 20. listopadu. Během prosince byl sice nouzový stav dvakrát prodloužen, možnost využívat sportoviště ve velmi omezeném režimu však od 3. prosince byla. Konkrétně tak, že byl omezen počet osob na maximálně 10, případně se opatření mohlo přepočítávat na jednu osobu na metry čtvereční, kdy na jednu osobu připadalo na sportovišti 15 metrů čtverečních. Při sportovních akcích organizovaných svazy byly restrikce navíc v podobě nutnosti využívat maximálně jednu šatnu na jeden sportovní celek, dlouhodobě spolu trénující. Tato opatření byla v platnosti až do konce roku 2020 (Vláda České republiky).

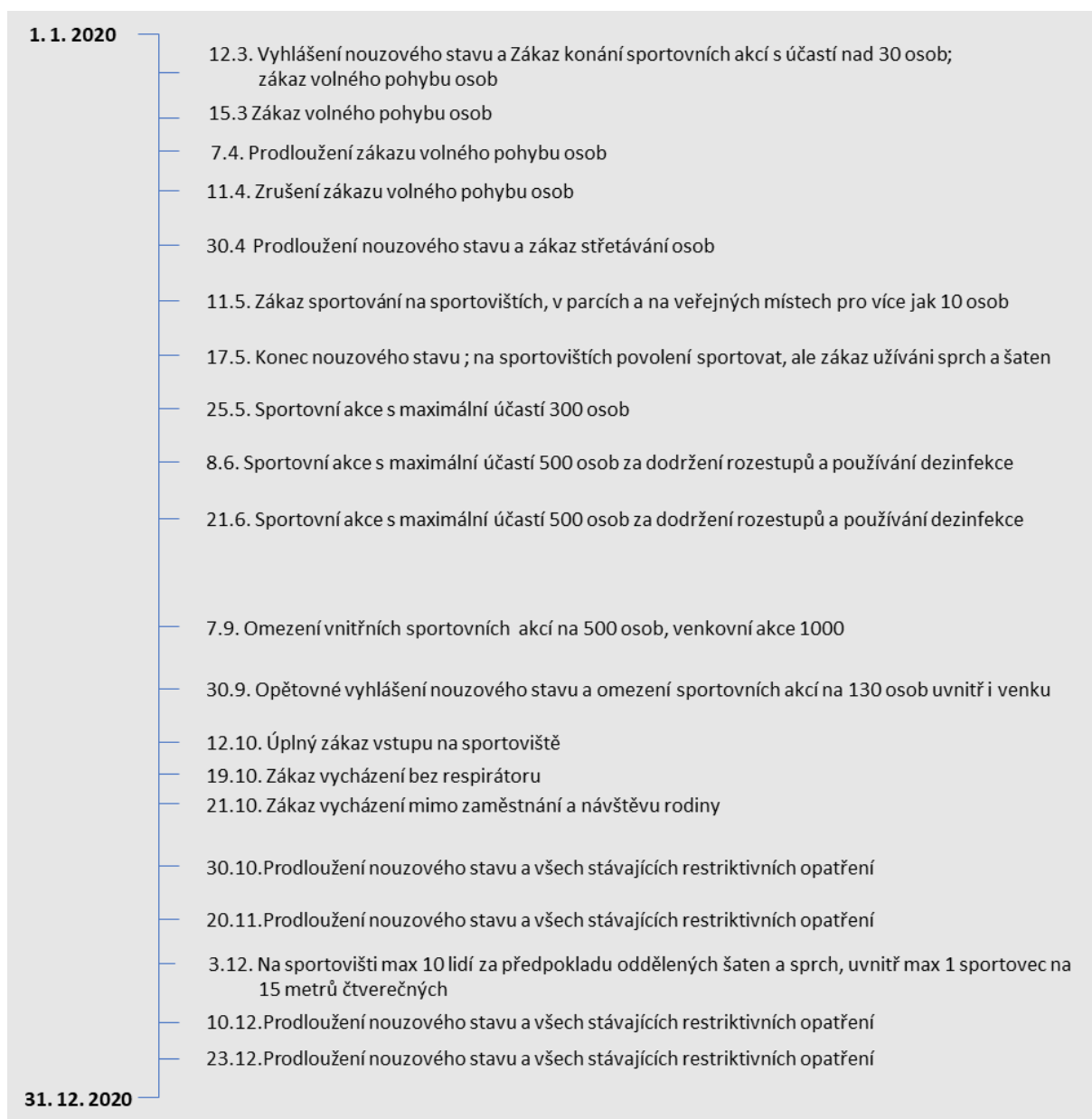
2.4.2 Vybraná protipandemická opatření související s provozováním sportovních aktivit v České republice v roce 2021

Sada restriktivních opatření uvedených v platnost 23. prosince roku 2020 platila s drobnými úpravami celé první tři měsíce roku 2021, během tohoto období byl také čtyřikrát prodloužen nouzový stav, a to 22. ledna, 27. února, 18. března a 26. března. V dubnu i před dlouhotrvající omezení opět došlo k prudkému nárůstu nakažených občanů, a tedy zhoršení situace, na což vláda ČR reagovala opětovným zpřísněním restrikcí na nejvyšší možnou úroveň. Konkrétně 13. dubna vešel v platnost

soubor opatření obsahující také úplný zákaz využívání sportovišť pro skupiny o více než dvou osobách. Následně 23. dubna bylo sportování ve vnitřních prostorách omezeno úplně (Vláda České republiky).

Obrázek 2.

Časová osa 2021 (Vláda České republiky)



Následně byl však na základě politických a společenských tlaků zrušen nouzový stav, což s sebou přineslo i určitá rozvolnění. Ta přineslo také zvyšující se číslo proočkovaných občanů a dostupnost PCR testů. Možnost sportovat lidé s platným PCR testem, který nesměl být starší než 48 hodin dostali lidé

3. května, a to na venkovních i vnitřních sportovištích. V platnost vešlo také uznávání prodělání nemoci místo PCR testu či očkování. Členové organizovaných tréninkových skupin, trénující spolu po určité časové období pak byli nuceni absolvovat PCR testování nejméně jednou za 5 dní, což bylo nutné dokumentovat a uchovávat zpětně po dobu třiceti dní. Volnočasové sportovní aktivity ve vnitřních prostorech byly omezeny na jednu osobu na dvanáct metrů čtverečních. V měsíci červnu již nastoupil ve sportovním prostředí trend rozvolňování restriktivních opatření, od 21. června mohlo na venkovní sportovní akce 1000 lidí a na vnitřní 500 lidí. V červenci již bylo uznáváno kromě PCR a antigenních testů a prodělání nemoci také očkování, avšak s odstupem čtrnácti dní od aplikace druhé dávky. V následujících měsících roku byl ještě jednou vládou ČR vyhlášen nouzový stav, konkrétně 15. listopadu, který trval 30 dní, na sportování jedinců očkovaných, testovaných, či s prodělanou nemocí to už však prakticky nemělo vliv (Vláda České republiky).

3 CÍLE

3.1 Hlavní cíl

Hlavním cílem bakalářské práce je zjistit vliv restriktivních opatření pohybu osob souvisejících s epidemií COVID-19 v letech 2019-2021 na motivaci k provozování výkonnostní sportovní aktivity u adolescentních hokejistů ve Vsetíně.

3.2 Dílčí cíle

- 1) Zhodnotit dopad restriktivních opatření pohybu osob z hlediska motivace adolescentních hokejistů k realizaci volnočasových pohybových aktivit.

3.3 Výzkumné otázky

- 1) Jak restriktivní opatření pohybu osob ovlivňují motivaci adolescentních hokejistů ze Vsetína provozovat výkonnostní sportovní aktivitu?
- 2) Jak restriktivní opatření pohybu osob ovlivňují motivaci adolescentních hokejistů ze Vsetína provozovat volnočasovou pohybovou aktivitu?

4 METODIKA

Za účelem zodpovězení výzkumných otázek byl proveden strukturovaný rozhovor s kapitánem oddílu, ve kterém výzkum probíhal, dále bylo provedeno dotazníkové šetření mezi členy družstva.

4.1 Výzkumný soubor

Výběr patnácti adolescentních hráčů ledního hokeje, jejichž průměrný věk byl 17 let, žijících v daném období ve městě Vsetín. Všichni respondenti navštěvovali v době výzkumu jednu ze vsetínských středních škol či učilišť a hráli lední hokej za oddíl VHK Vsetín. Zároveň se všichni oslovení respondenti ve zkoumaném období a nejméně dvanáct let před vyhlášením prvních restriktivních opatření aktivně věnovali výkonnostní pohybové aktivitě. Vybraní jedinci působili v týmu VHK Vsetín od roku 2019, tvořili tedy ucelenou skupinu již před vypuknutím restriktivních opatření souvisejících s onemocněním Covid-19. Juniorský celek klubu VHK Vsetín, jehož hráči byli v této práci zkoumání nastupoval v posledních letech v rámci první ligy ledního hokeje, jejich angažmá v tomto celku lze tedy považovat za výkonnostní PA.

4.2 Metody sběru dat

Za účelem zodpovězení výzkumných otázek byl proveden rozhovor s kapitánem hokejového družstva juniorské kategorie v klubu VHK Vsetín za účelem získání informací o průběhu a četnosti tréninkových jednotek v období restriktivních opatření. Mezi adolescenty z juniorského hokejového oddílu VHK Vsetín dále proběhlo dotazníkové šetření za účelem zjištění jak motivace k provozování výkonnostní pohybové aktivity, tak k průběhu provozování této a jiných aktivit v období restriktivních opatření. V další části šetření dotazovaní odpovídali na otázky týkající se jejich motivace k provozování ledního hokeje a dalších pohybových aktivit po skončení restriktivních opatření. Rozhovory a dotazníkové šetření proběhly v roce 2022, tj. po skončení všech restriktivních opatření omezujících volný pohyb a shromažďování osob, tedy restriktivních opatření nejvíce omezujících výkon sportovních a dalších aktivit.

Rozhovory a dotazníkové šetření se zaměřovaly výhradně na vliv konkrétních restriktivních opatření na postoje adolescentů ke sportu v daném období a zejména na jejich motivaci k vykonávání výkonnostních pohybových aktivit. Rozhovory a dotazníkové šetření probíhaly kontaktní formou přímo po jedné z tréninkových jednotek. Respondenti na otázky odpovídali odděleně tak, aby nedošlo ke vzájemnému ovlivnění odpovědí a nebyl tak ovlivněn výsledek šetření.

4.3 Statistické zpracování dat

Pro základní charakteristiku odpovědí v dotazníkovém šetření byly použity popisné deskriptivní charakteristiky modus, medián a absolutní četnost jednotlivých odpovědí.

Test chí-kvadrát byl použit pro porovnání úrovně motivace v průběhu COVID-pauzy mezi třemi skupinami hokejistů. Tyto skupiny byly sestaveny na základě jejich motivace pro dosažení určitých cílů takto:

(1) skupina hokejistů kteří uvedli, že jejich motivace pro vykonávání hokeje je dána vnější motivací s integrovanou regulací.

(2) skupina hokejistů kteří uvedli, že jejich motivace pro vykonávání hokeje je dána vnější motivací s externí regulací.

(3) skupina hokejistů kteří uvedli, že jejich motivace pro vykonávání hokeje má socializační charakter.

5 VÝSLEDKY

5.1 Vliv restriktivních opatření souvisejících s pandemií Covid-19 na motivaci adolescentních hokejistů ze Vsetína k provozování výkonnostní sportovní aktivity

Proces restriktivních opatření souvisejících s pandemií Covid-19 silně zasáhl do fungování sportovních celků. Kluby musely intenzivně reagovat na vyvíjející se situaci a zejména trenéři jednotlivých kategorií byli postaveni před nelehký úkol. Vzhledem k bezprecedentní situaci byli nuceni často jednat intuitivně. Z rozhovoru s kapitánem družstva VHK Vsetín vyplynulo, že v první fázi nejpřísnějších restriktivních opatření byla komunikace trenéra a hráčů a v souvislosti s tím i pravidelná PA jednotlivých hráčů naprosto utlumena. Po zmíněném období několika týdnů byl však trenérem nastaven tréninkový plán, který byl s hráči sdílen pomocí společné skupiny na sociální síti Facebook. Tento tréninkový plán byl rozdělen do několika kategorií, aby individuální tréninkové jednotky mohli vykonávat jednotlivci v různých podmínkách, například aby nebyly omezeny možnosti hráčů žijících v bytových jednotkách oproti hráčům s možností vykonávat tréninkovou jednotku na zahradě či v garáži.

V návaznosti na jednotlivá rozvolnění restriktivních opatření byla vždy, opět prostřednictvím skupiny na sociální síti Facebook, metodika tréninkových jednotek upravována. Při rozvolnění bylo například do plánu zařazeno intervalové běhání v lese, či práce s hokejovou holí a tvrdým míčkem na betonovém prostranství. Dle proběhnuvšího dotazníkového šetření vyhodnotilo 86, % respondentů (Tabulka 1) toto období tak, že se trenérovi dařilo v nějaké formě tréninku pokračovat.

I když ze strany trenéra probíhaly pokusy o spojení se s hráči pomocí videokonferencí, nedosahovala tato metoda u hráčů valných úspěchů a jeden z největších problémů při zvládání těžkého období, za který hráči považovali nemožnost se stýkat se svými spoluhráči se podařilo eliminovat až dalším rozvolněním opatření, kdy bylo sportovním celkům umožněno trénovat ve skupinách.

Z provedeného dotazníkového šetření vyplynulo, že můžeme pozorovat spojitost mezi druhem motivace k provozování výkonnostní sportovní aktivity před vypuknutím pandemie Covid-19 a následných problémech, které respondenti vnímali během procesu zmíněných opatření. Hokejisté se silnou sociální motivací ke hraní ledního hokeje viděli jako největší problém popisovaného období fakt, že nemohou potkávat své spoluhráče a kamarády (Tabulka 1). Na tento fakt poukazovali také hráči s integrovanou regulací vnější motivace, tedy ti, jejichž motivací bylo se svým týmem vyhrávat utkání proti jiným týmům. Toto zjištění doplňují také výsledky provedeného ch-kvadrát testu, který ukázal statisticky vysoce signifikantní vztah právě mezi hokejisty se silnou sociální motivací a mezi hokejisty, kteří po skončení restriktivních opatření nepociťovali menší zájem o provozování ledního hokeje ($\chi^2 =$

15,333 $p = 0,004$). Statisticky signifikantní vztah byl zjištěn i mezi jedinci s integrovanou regulací vnitřní motivace a opět hráči, kteří nepocítovali menší zájem o provozování ledního hokeje ($\chi^2 = 15,333$ $p = 0,004$). Touto skupinou jedinců však také významně rezonoval fakt, že byly všechny zápasy v inkriminovaném období zrušeny. Skupina hráčů s externí regulací vnější motivace byla mezi respondenty značně minoritní a její odpovědi na otázky spojené s motivací v době restriktivních opatření korespondovaly s odpověďmi dvou dříve zmíněných skupin (Tabulka 2). Chí-kvadrát test dokázal také signifikantní vztah mezi respondenty, kteří by se chtěli věnovat lednímu hokeji profesionálně a mezi hráči, kteří se těší na tréninky více, než tomu bylo před zavedením restriktivních opatření ($\chi^2 = 19,500$; $p = 0,003$). Je ovšem důležité brát při vyhodnocování výsledků v potaz fakt, že porovnání, zda se hráči na tréninkové jednotky těší více či méně než dříve je čistě subjektivní a může být ovlivněn aktuálním rozpoštěním adolescenta v momentu vyplňování dotazníku.

5.2 Vliv restriktivních opatření souvisejících s pandemií Covid-19 na motivaci adolescentních hokejistů ze Vsetína provozovat volnočasovou pohybovou aktivitu?

Restriktivní opatření související s pandemií Covid-19 měly v jak České republice, tak i v jiných státech světa nezpochybnitelně významný vliv na fungování sportovních klubů a jednotlivých týmů, úplná absence organizované sportovní činnosti v určitém období a související restriktivní omezení v letech 2020-2021 (Obrázek 1) však měla vliv nejen na výkonnostní pohybovou aktivitu, ale i na volnočasovou. V provedeném dotazníkovém šetření odpovědělo 93 % respondentů kladně na otázku, zda jim vadilo, že měli v době covidových restrikcí málo pohybu (Tabulka 1). Tento výsledek je zajímavý zejména v kontextu rozhovoru s kapitánem týmu, který uvedl, jak již bylo zmíněno, že se hráči aktivně účastnili tréninkových jednotek, které jim byly zadávány pomocí tréninkových plánů prostřednictvím sociální sítě Facebook. To vyplynulo také z dotazníkového šetření, ve kterém 86,6 % respondentů odpovědělo kladně na otázku, zda se trenérovi dařilo tréninkové jednotky v nelehké situaci zajišťovat.

Dalším zajímavým výsledkem je porovnání výše uvedených informací v kontextu otázky v dotazníkovém šetření, zda respondenti provozovali kromě tréninkových jednotek ještě jinou sportovní či volnočasovou aktivitu. Na tento dotaz odpověděli všichni respondenti kladně. Dle dotazníkového šetření tak všichni respondenti nezávisle na majoritním druhu motivace k provozování výkonnostní pohybové aktivity – ledního hokeje v období restriktivních opatření provozovali určitý typ volnočasové pohybové aktivity (Tabulka 1).

Dle rozhovoru s kapitánem celku, který byl trenérem ještě před počátkem námi popisovaného výzkumu pověřen k získání informací, jakým se jednotliví hráči věnovali se jednalo zejména o běh, jízdu na kole, střelbu míčkem na hokejovou bránu a také o posilování. Dle výsledků zmíněného

dotazníkového šetření nedošlo ke ztrátě motivace k volnočasovým pohybovým aktivitám u žádného z respondentů. Zajímavým výsledkem šetření spojeným s provozováním mimo tréninkových jednotek také volnočasových pohybových aktivit je 40 % četnost pozitivních odpovědí u otázky, zda se respondent po skončení restriktivních opatření cítí fyzicky mnohem hůř (Tabulka 1). Ač je tento dojem u každého z respondentů subjektivní a může být ovlivněn aktuálním momentem při vyplňování dotazníku jež se odehrávalo po jedné z tréninkových jednotek, odráží vliv restriktivních opatření na motivaci a fyzickou připravenost adolescentů.

Tabulka 1*Procentuální obsazení odpovědí*

	rozhodně ano	spíše ano	tak ani tak	spíše ne	rozhodně ne
Odůvodnění provozování hokeje					
Hraji lední hokej, protože chci jednou hrát profesionálně.	6,7 %	26,7 %	0,0 %	66,7 %	0,0 %
Hraji lední hokej, protože to chtějí mí rodiče.	0,0 %	0,0 %	0,0 %	40 %	60,0 %
Hraji lední hokej, protože tam mám hodně kamarádů.	40,0 %	60,0 %	0,0 %	0 %	0,0 %
Hraji lední hokej, protože mohu se svým týmem vyhrávat zápasy.	40,0 %	53,3 %	6,7 %	0 %	0,0 %
V průběhu COVID-pauzy (restrikce)					
V průběhu COVID-pauzy mi vadilo, že jsem měl málo pohybu.	60,0 %	33,3 %	6,7 %	0 %	0,0 %
V průběhu COVID-pauzy mi vadilo, že nemohu chodit na hokejové tréninky.	13,3 %	73,3 %	6,7 %	6,7 %	0,0 %
V průběhu COVID-pauzy mi chyběli kamarádi, které jsem potkával na tréninku.	53,3 %	40,0 %	0,0 %	6,7 %	0,0 %
V průběhu COVID-pauzy mi vadilo, že nebylo možné hrát zápasy s jinými týmy.	66,7 %	26,7 %	0,0 %	6,7 %	0,0 %
V průběhu COVID-pauzy jsem místo ledního hokeje sportoval i jinak (běh, kolo, plavání nebo jiné)	33,3 %	60,0 %	0,0 %	6,7 %	0,0 %
V průběhu COVID-pauzy jsem místo ledního hokeje sportoval i jinak (běh, kolo, plavání nebo jiné)	20,0 %	80,0 %	0,0 %	0 %	0 %
Období po COVID-pauze					
Po COVID-pauze jsem se začal věnovat také jinému sportu.	0,0 %	33,3 %	0,0 %	53,3 %	13,3 %
Již mám mnohem menší potřebu potkávat při sportování jiné kamarády.	0,0 %	0,0 %	6,7 %	60,0 %	33,3 %
Jsem na tom fyzicky mnohem hůř.	0,0 %	40,0 %	20,0 %	40,0 %	0,0 %
Již se mi nedaří hrát lední hokej tak dobře jako dřív.	0,0 %	33,3 %	6,7 %	53,3 %	6,7 %
Již mě nebaví věnovat se lednímu hokeji tak jako dříve.	0,0 %	0,0 %	0,0 %	60,0 %	40,0 %
Na tréninky se nyní těším mnohem více	6,7 %	40,0 %	20,0 %	33,3 %	0,0 %
Uvažuji o tom, že lední hokej změním za jiný sport či jinou aktivitu.	0,0 %	0,0 %	6,7 %	26,7 %	66,7 %
Již mě tolik nebaví věnovat se hokeji ani jakékoliv jiné pohybové aktivitě.	0,0 %	0,0 %	6,7 %	46,7 %	46,7 %

6 DISKUSE

Zájmem se rozumí speciální kategorie motivů. Jedná se o vyvozenou potřebu, která je uspokojována vykonáváním určitých činností. Například zájem o lední hokej, fotbal nebo tenis se uspokojuje samotným hraním onoho sportu, nikoliv však splněním určitého cíle a dosažením úspěchů. V situacích, kde se setkáme s touhou vyhrát, která násobně převyšuje touhu po hraní, nemluvíme již o zájmu, tento stav autor označuje jako motivační komplex (Říčan, 2007). V kontextu socializace a sportu rozlišujeme dva přístupy, a to socializaci ve sportu a socializaci sportem. Rozdíl autoři vidí ve faktu, že při socializaci ve sportu získává jedinec zkušenosti, které jsou uplatňovány jen v rámci onoho sportu, na rozdíl od socializace sportem, kde jedinec schopnosti dovednosti využívat i v jiných situacích během života. Socializaci ve sportu tedy vnímáme jako integraci aktivního jedince do specifického prostředí konkrétního sportu a důležitou roli hrají sociální a psychologické faktory, které určují, zda se jedinec ve sportovní aktivitě pokračovat. Jako socializaci sportem označujeme situaci, kdy jedinec pomocí aktivního sportování formuje svou fyzickou i psychickou stránku osobnosti a nabyté vlastnosti se u něj projevují v jeho běžném životě (Slepička, Hošek, Hátlová, 2009). Pandemie onemocnění Covid-19 se objevila v České republice poprvé na konci února roku 2020, následně byl vládou ČR dne 12.3.2022 dle usnesení č. 194, o zavedení nouzového stavu, z důvodu ohrožení zdraví s výskytem SARS CoV-2 na území České republiky, v souladu s čl. 5 a 6 ústavního zákona č. 110/1998 Sb., o bezpečnosti České republiky vyhlášen nouzový stav a s ním spojená restriktivní opatření. Tato restriktivní opatření dle Bílé (2021) zasáhla celou škálu společenských a ekonomických oblastí a na určité období silně omezila možnost občanů fungovat v běžném životě tak, jak byli zvyklí. Z uvedených informací vyplývá, že tvrdá omezení dopadla také na fungování a provoz sportovních klubů.

Rozhovor s kapitánem juniorského celku klubu VHK nám dokázal přinést ucelený pohled na danou problematiku od člověka přímo zainteresovaného do procesu. Z rozhovoru vyplynulo, že nejnáročnější období pro trenéry a jejich svěřence nastalo bezprostředně po vyhlášení nouzového stavu v březnu roku 2020. Dosud bezprecedentní situace celospolečenského rozsahu na několik týdnů naprosto ochromila fungování týmu a celého klubu VHK Vsetín. S odstupem několika týdnů, jak již bylo zmíněno, se vedení klubu a trenér mužstva dokázali se situací srovnat a pomocí týdenních tréninkových plánů sdílených se svěřenci pomocí společné skupiny na sociální síti Facebook vést svěřence k alespoň částečnému návratu k tréninkovým jednotkám. Po několikátýdenní pauze zapříčiněné celospolečenským strachem z dosud neznámé nemoci samozřejmě nebylo možné ihned navázat na tréninkové tempo nastavené před vypuknutím pandemie Covid-19 na území České republiky. Trenér dle výpovědi kapitána mužstva v prvních dvou týdenních tréninkových plánech zařazoval zejména kompenzační cvičení, lehké posilovací cviky zaměřené na práci s váhou vlastního těla a také protahovací cvičení. Tento typ pozvolného navazování na předchozí úroveň zátěže koresponduje s

poznatky americké asociace pediatriů (AAP), ta na svých internetových stránkách zveřejnila 24.3.2022, tedy v době rozvolnění covidových opatření v USA metodologii, jak postupovat při návratu do tréninkového procesu. Dle této metodiky by měli adolescenti po více než dvou týdenní pauze v procesu navazovat na úrovni kolem 25% původní intenzity tréninkového procesu a v dalších týdnech postupně přidávat na intenzitě v rozsahu kolem 10 % týdně. Trenér družstva se tímto postupem neřídil přímo, tempo zvyšování intenzity zadávaných tréninkových jednotek však těmto datům přibližně odpovídalo. Tréninkové jednotky byly samozřejmě přizpůsobeny individuálním možnostem jednotlivých hráčů a doplněny o individuální volnočasové pohybové aktivity jednotlivých svěřenců. Dle dotazníkového šetření byl s touto formou spolupráce s trenérem spokojeno 86,6 % hráčů.

Dle šetření však ani z pohledu respondentů dobře zvládnutý přechod na týdenní tréninkové plány nedokázal zajistit adolescentům dostatečný kontakt se spoluhráči a kamarády a 93,3 % respondentů v šetření uvedlo, že absence kontaktu s kamarády jim vadila. Provedený chí kvadrát test poukázal na statisticky signifikantní vztah mezi respondenty, kteří odpovídali v dotazníku kladně na otázku, zda jim v období restriktivních opatření vadilo, že se nemohou stýkat se svými kamarády a mezi respondenty, kteří odpovídali negativně na otázku, zda je po ukončení restriktivních opatření vykonávání ledního hokeje či jiných pohybových aktivit nebaví tak moc, jako dříve ($\chi^2 = 9,048$; $p = 0,011$). Tyto výsledky šetření korespondují s poznatky Jansy (2015), který uvádí, že 64 % chlapců a 61,7 % dívek v adolescentním věku považuje organizované sportovní aktivity za velmi, nebo středně významné faktory pro socializaci.

S výzkumem Jansy (2015) korespondují také další výsledky našeho dotazníkového šetření mezi adolescenty ve Vsetíně. Korelaci lze nalézt například ve výsledku otázky, zda respondenti hrají lední hokej, protože jej chtějí jednou hrát profesionálně a vydělávat si sportem peníze. V provedením dotazníkovém šetření odpovědělo na tuto otázku kladně 33,4 % respondentů. Jansa uvádí, že sport, PA a sportovní aktivity považuje za velmi, nebo středně významné pro získání peněz či dobré práce 38 % chlapců v adolescentním věku a 30,6 % dívek v adolescentním věku (Jansa, 2015). Pomocí chí kvadrát testu byl v našem výzkumu zjištěn statisticky signifikantní vztah mezi respondenty, kteří odpovídali kladně na otázku, zda chtějí hrát hokej v budoucnosti profesionálně a mezi respondenty, kteří uvedli, že se po období restrikcí omezujících sportování v souvislosti s pandemií Covid-19, těší na tréninky více, než tomu bylo dříve ($\chi^2 = 19,500$; $p = 0,003$).

Právě v souvislosti s motivací k vykonávání výkonnostní pohybové aktivity jsem pro lepší pochopení problematiky motivace adolescentů v průběhu a po skončení restriktivních opatření rozdělili adolescenty do tří skupin, dle odpovědí v první část dotazníku, která zkoumala právě důvod, proč hráči lední hokej hrají. Respondenti byli rozděleni do skupin hráčů se sociální motivací ke hraní ledního hokeje, hráče s integrovanou regulací vnější motivace a na hráče s externí regulací vnější motivace. Motivační kouč a jeden z nejpobulárnějších českých hokejových trenérů Marian Jelínek, si

poukazuje nato, že vnitřní motivace převládá u zhruba jedné třetiny mladých hokejistů. Říká o nich: „Měli už dost vyděláno, také jim bylo už dost let, ale od svého milovaného sportu se nedokázali odtrhnout.“ Naproti tomu je druhá skupina mladých hokejistů, kteří „dělali hokej proto, aby se stali hokejisty – což je společensky prestižní a přitažlivé pro druhé pohlaví. Tato vnější motivace ovšem postupně hráče ničí. Cílem se stávají peníze, ne vlastní cesta sportu.“ (Jelínek, 2013).

Motivace adolescentních sportovců k vykonávání výkonnostní pohybové aktivity se může lišit také v jednotlivých sportech, výsledky publikované ve výsledkové části této práce poukazují na to, že žádný z oslovených respondentů neodpověděl kladně u položky v dotazníku, zda hraje lední hokej z důvodu vůle rodičů a dále z dotazníkového šetření vyplynulo, že pouze 33,3 % respondentů, se na tréninkové jednotky těší po skončení restriktivních opatření méně, než tomu bylo před nimi. V dosud nepublikované práci Terezy Bolfové, která ve stejném období zkoumala motivaci k fotbalu u adolescentů z Rožnova pod Radhoštěm, tedy města vzdáleného od města Vsetín méně než třicet kilometrů lze pozorovat zajímavé poznatky. Bolfová v práci uvádí, že byl zjištěn silně signifikantní vztah mezi respondenty uvádějícími, že fotbal provozují z vůle svých rodičů a mezi respondenty, kteří uvádějí, že se na tréninkové jednotky těší více, než před zavedením restriktivních opatření souvisejících s pandemií Covid-19 ($\chi^2 = 3,145$; $p = 0,012$). Dalším zajímavým srovnáním je homogenita zkoumaných souborů například u otázky, zda respondenti uvažují o změně sportu, kterému se věnují. Výsledky této práce dokázaly, že zkoumaný soubor hráčů ledního hokeje ve Vsetíně je homogenní, tedy nezávisle na druhu motivace adolescentů k vykonávání ledního hokeje, žádný z respondentů neuvažuje o výměně ledního hokeje za jiný sport. V práci Bolfové k takové shodě mezi respondenty nedošlo, zásadní vliv na rozhodování o změně sportu má dle výsledku její práce druh motivace k jejímu vykonávání. Zatímco 86 % respondentů s motivací vnitřní integrovanou rozhodně nesouhlasilo se změnou sportovního odvětví, 80 % respondentů s externí regulací vnější motivace odpovědělo, že souhlasí se změnou sportu.

Výsledky šetření poukazují také na zajímavé vnímání adolescentů své vlastní výkonnosti. Dle Poledňákové (2009) je v porovnání s vývojovými etapami předcházejícími adolescenci pro adolescentní období charakteristické kvalitativní prohloubení sebereflexe. V rané fázi adolescence je tato zvyšující se kvalita sebereflexe popisována jako nový druh egocentrismu. U některých jedinců může docházet až k jakémusi opojení z vědomí existence sebe sama. Dospívající si vytváří svoje konstrukce o tom, jak ho druzí vnímají a následně hodnotí. Jedinec se vidí jako jedinečný a výjimečný a díky tomu může nabývat dojmu, že nikdo nemůže pochopit, jak se ve skutečnosti cítí. Avšak toto období je časově ohraničeno a ve většině případů trvá krátce. Poledňáková dále uvádí, že se jedinci v období adolescence také často vyznačují nestabilním sebehodnocením. Typickým jevem procesu sebepoznávání jsou obvykle pocity zmatku a nejistoty, jejichž příčinou může být protichůdnost prožitků vztahovaných se k „já“ (Poledňáková, 2009). Z dotazníkového šetření této práce vzešly v této části výzkumu zajímavé výsledky. Jinak poměrně homogenní skupina respondentů se zde v odpovědích v

kontrastu se zbývající částí šetření významně rozchází. Změnu ve fyzické kondici nepocituje dle údajů 20 % respondentů, 40 % jich na sobě změny spíše nepocituje a 40 % hráčů ledního hokeje se po skončení restriktivních opatření subjektivně cítí v horší fyzické kondici. Objektivní data, které by prokázaly, zda pocit adolescentů odpovídá jejich reálné fyzické připravenosti v období sbírání dat pro tuto práci, nejsou k dispozici. Juniorský tým VHK Vsetín provádí testy fyzické připravenosti vždy v posledním červnovém týdnu daného roku, tedy s koncem tzv. letní přípravy, tedy fáze hokejové sezóny, ve které je kladen důraz na získání fyzické kondice, zdokonalení obratnostních prvků a tak dále.

Potřebu provozovat lední hokej na soutěžní úrovni a nedostatečné naplňování této potřeby v období restriktivních opatření projevilo v dotazníkovém šetření 93,3 % respondentů. Statisticky vysoce signifikantní vztah je dle výsledků této práce možno pozorovat mezi hokejisty, kterým vadilo v průběhu restriktivních opatření zejména to, že se nemohli po dlouhou dobu utkávat se soupeři v rámci utkání a mezi hráči, kteří po skončení restriktivních opatření nepocitovali menší zájem o provozování ledního hokeje, nebo jiné pohybové aktivity ($\chi^2 = 15,333$ $p = 0,004$). Můžeme tedy konstatovat, že soutěživost, kterou Lehečková (2019) popisuje jako tendenci brát konkurenci ve sportu i mimo něj jako motivaci pro profesní výkon, adolescentním hráčům ledního hokeje ve Vsetíně pomáhala v navázání na výkonnostní pohybovou aktivitu – lední hokej v období po skončení restriktivních opatření. Lehečková (2019) dále uvádí, že soutěživí adolescenti rádi podstupují určité výzvy a sami sebe srovnávají s dalšími lidmi. Tito jedinci chtějí být vždy a ve všem první a lepší než ostatní, vyhledávají možnosti zápolení a nejrůznější možnosti porovnávat se s ostatními.

Lze konstatovat, že restriktivní opatření související s pandemií Covid-19 měla nepopiratelný vliv na sportovní život a přípravu adolescentů a na jejich motivaci k vykonávání výkonnostní pohybové aktivity – ledního hokeje a volnočasových pohybových aktivit. Stejně jako u posouzení objektivních informací o fyzické kondici adolescentů, tak i u dlouhodobějších projevů a dopadů restriktivních opatření na motivaci adolescentů ke sportu si budeme muset počkat na data získaná s větším časovým odstupem. Zda se restriktivní opatření projeví u adolescentů v dlouhodobém horizontu tak zůstává otázkou.

7 ZÁVĚRY

Výsledky práce ukázaly, že restriktivní opatření zavedená vládou České republiky v návaznosti na šíření pandemie Covid-19 ve městě Vsetín ovlivnila adolescenty věnující se výkonnostní pohybové aktivitě. Zmíněná opatření měla vliv jak na vykonávání výkonnostní pohybové aktivity, tak na pohybové aktivity volnočasové.

Provedená šetření v této práci ukázala, že značný vliv na zvládnutí období plného vládou nařízených opatření měl trenér celku a jeho schopnost vypořádat se s nepřízní situace a vytvořit tréninkový plán, který zajistí hráčům alespoň částečné sportovní a pohybové vyžití a budou jej schopni vykonávat adolescenti s různými možnostmi realizace. Výsledky práce ukázaly, že s touto aktivitou trenéra byla většina adolescentů spokojena a žádný z nich s vykonáváním aktivity neskončil. Ukázalo se však, že i přes snahu trenéra a klubu o zajištění tréninkových plánů jednotlivým hráčům a tím docílení dostatečného objemu pohybu i přes nepříznivé podmínky, většina adolescentů nebyla tímto objemem uspokojena a pohyb jim v inkriminovaném období chyběl. Stejně tak nebylo z relevantních důvodů spojených s šířením pandemie umožněno adolescentům setkávat se se svými spoluhráči a kamarády, což mělo vliv na jejich motivaci a považovali to za velký problém při zvládnání nelehkého období.

Výsledky práce naznačují, že pokračování v hraní hokeje po ukončení restriktivních opatření může souviset s důvody, proč se adolescenti hokeji věnují. Zaznamenána také byla souvislost mezi motivací k vykonávání tréninkových jednotek během a po skončení restriktivních opatření v letech 2020 a 2021 a ambicemi adolescentních hráčů ledního hokeje. S tím souvisí také zjištění, že tlak ze strany rodičů neměl u zkoumaných adolescentů vliv na jejich motivaci k vykonávání ledního hokeje před zavedením restriktivních opatření souvisejících s pandemií onemocnění Covid-19.

Výsledky dále ukazují na rozdíly mezi hráči v subjektivním vnímání svých výkonů při hraní ledního hokeje i při fyzické připravenosti a kondici jednotlivců. Jak již však bylo v práci uvedeno, odpovědi adolescentů byly subjektivní a relevantní výsledky fyzických testů u hráčů juniorského celku klubu VHK Vsetín budou k dispozici až po odevzdání této práce.

8 SOUHRN

Teoretická část bakalářské práce popisuje přehled charakteristik PA u adolescentů a také nabízí souhrn a rozdělení několika druhů motivací dle poznatků několika autorů z různých oborů a dává nám tak možnost přiblížit se problematice motivace v běžném životě adolescentů i ve sportovním prostředí. Druhá část teoretické části práce je věnována restriktivním opatřením, která souvisela s výskytem pandemie Covid-19 na území České republiky v letech 2020 a 2021. Pomocí časové osy byla uvedena do kontextu doby jednotlivá restriktivní opatření, která měla vliv jak na konkrétní aktivity sportovních týmů a klubů, tak na jednotlivé osoby a jejich pohyb.

Na teoretickou část práce navazuje část výsledková, ve které byla pomocí rozhovoru s kapitánem juniorského mužstva VHK Vsetín zasazena jednotlivá období a restriktivní opatření v daném období platná, do kontextu fungování konkrétního hokejového týmu. Popsána byla struktura tréninkových plánů i způsob komunikace mezi trenérem a jeho svěřenci. Dotazníkové šetření a jeho následné zpracování nám přineslo zajímavý vhled do problematiky motivace adolescentů ke sportu a souvislost motivace ke sportování a výkonu výkonnostních a volnočasových pohybových aktivit během restriktivních opatření souvisejících s pandemií Covid-19. Výsledky šetření přinesly mimo jiné poznatky o vysoké důležitosti socializace ve sportovním prostředí v adolescentním věku a také dokázaly vliv převažujícího druhu motivace u adolescenta k vykonávání výkonnostní pohybové aktivity na vykonávání výkonnostní pohybové a volnočasové aktivity v období restriktivních opatření souvisejících s pandemií Covid-19. Zajímavým výsledkem práce byl také zjištěný poznatek, že ač všichni oslovení respondenti vykonávali v období restriktivních opatření trenérem zadávané tréninkové jednotky a valná většina z nich samostatně provozovala také volnočasové pohybové aktivity, nezanedbatelná skupina respondentů pociťovala po návratu do běžného tréninkového procesu zhoršení fyzické kondice a herních schopností.

Vzhledem ke stále aktuálnímu ohrožení společnosti pandemií Covid-19 a poměrně nedávnou dobou popisovaného období se tato práce může řadit k prvním publikacím, které byly na výzkumné téma vypracovány a být tak rešerší pro další práce zabývající se podobnými tématy. Takové práce budou v následujících letech nepochybně vznikat.

9 SUMMARY

The theoretical part of the bachelor's thesis describes an overview of the characteristics of PA in adolescents and also offers a summary and classification of several types of motivation according to the knowledge of several authors from various disciplines and gives us the opportunity to approach the issue of motivation in everyday adolescents and sports. The second part of the theoretical part of the work is devoted to restrictive measures related to the occurrence of the Covid-19 pandemic in the Czech Republic in 2020 and 2021. clubs, as well as on individuals and their movement.

The theoretical part of the work is followed by the results part, in which the interview with the captain of the junior team VHK Vsetín set individual periods and restrictive measures in force in the period, in the context of the functioning of a particular hockey team. The structure of training plans and the method of communication between the coach and his charges were described. The questionnaire survey and its subsequent elaboration gave us an interesting insight into the issue of adolescents' motivation for sports and the connection between motivation for sports and the performance of performance and leisure physical activities during restrictive measures related to the Covid-19 pandemic. The results of the survey provided knowledge about the high importance of socialization in the sports environment in adolescence and also proved the influence of the predominant type of motivation in adolescents to perform performance physical activity on performing performance physical and leisure activities during restrictive measures related to the Covid-19 pandemic. An interesting result of the work was also the finding that although all addressed respondents performed training units specified by the coach during the period of restrictive measures and the vast majority of them also independently performed leisure activities, a significant group of respondents felt deterioration of physical condition and game skills.

Due to the still current threat to society from the Covid-19 pandemic and the relatively recent period of the described period, this work may be one of the first publications that were prepared on the research topic and be a search for other work dealing with similar topics. Such works will undoubtedly be created in the coming years.

10 REFERENČNÍ SEZNAM

- American Academy of Pediatrics. (2022). *COVID-19 Interim Guidance: Return to Sports and Physical Activity*. American Academy of Pediatrics, 24th March. https://www.aap.org/en/pages/2019-novel-coronavirus-covid-19-infections/clinical-guidance/covid-19-interim-guidance-return-to-sports/?fbclid=IwAR08ZkYTJE3P7J_DORNIQE8T_nJ-UfG--VfFvLEoO2oNX677zc5sdw-j3Hc
- Bílá, A. (2021). *Opatření proti pandemii způsobené COVID-19 a jejich dopady na cestovní ruch ve vybraných státech EU*. Brno: Mendelova univerzita
- Bednář, M. (2010). *Zlo a současný sport*. Česká kinantropologie, 14(2).
- Brandová, Z. (2021). *Děti teď nic neláká k pohybu. A může být hůř, varuje trenér a děkan Cacek*. iDNES. Retrieved February 08, 2022, from https://www.idnes.cz/brno/zpravy/rozhovor-sport-dekan-cacek-covid-koronavirus.A210319_599718_brno-zpravy_vh
- Cavill, N., Kahlmeier, S., & Racioppi, F. (2006). *Physical activity and health in Europe: Evidence for action*. World Health Organization: Europe.
- Česká unie sportu. (2022). *Reprezentativní průzkum ČUS: Děti ztrácejí zájem o sport! Po lockdownu se nevrátil dostatečný počet 40 procentům klubů*. Česká unie sportu. Retrieved February 20, 2022, from <https://www.cuscz.cz/novinky/reprezentativni-pruzkum-cus.html>
- Flemer, L., Němec, J., & Novotný, O. (2014). *Pohybové aktivity ve vědě a praxi*. Praha: Karolinum.
- Frömel, K., Bauman, A., & Nykodým, J. (2006). *Intenzita a objem pohybové aktivity 15 až 69 leté populace České republiky*. Česká kinantropologie, 101
- Hagemannová, G. (1992). *Motivace*. Praha: Victoria publishing.re
- Hátlová, B., Hošek, V., Slepíčka, P. (2009). *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum
- Hošek, V. (1986). *Motivace sportovního tréninku*. Praha: Univerzita Karlova.
- Hrabal, V., Man, F., & Pavelková, I. (1989). *Psychologické otázky motivace ve škole*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- Jansa, P. (2005). *Sport a pohybové aktivity v životě české populace*. Praha: Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu.
- Jansa, P. (2015). *Postoje a názory adolescentů ve věku 15-18 let ke sportu a pohybovým aktivitám*. Praha: Karlova univerzita, Fakulta tělesné výchovy a sportu
- Jansa, P., & et al. (2012). *Pedagogika Sportu*. Praha: Karolinum press.
- Jelínek, M., Kuchař, J. (2013). *Motivace – Mýtus dnešní doby*. Praha: Eminent
- Kocourek, R. J., & Petrásková, T. (2021). *Dopady pandemie COVID-19 na duševní zdraví dětí a jejich rodin*. MY CLINIC. Retrieved June 06, 2022, from <https://www.myclinic.cz/blog/dopady-pandemie-covid-19-na-dusevni-9>

- Korcová, L. (2021). *Sezení u počítače, absence kroužků a sportu. Dětem kvůli opatřením hrozí nadváha i problémy se zády*. iROZHLAS. Retrieved April 20, 2022, from https://www.irozhlas.cz/zivotni-styl/zdravi/sport-deti-koronavirus-v-cesku_2104142132_pj
- Kubátová, D., & Machová, J. (2009). *Výchova ke zdraví*. Praha: Grada.
- Kubičková, M. (1996). *Vůle ke zdravému životu*. Praha: Onyx.
- Kudláček, M. (2014). *Pohybová aktivita a sportovní preference adolescentů ve vazbě na prostředí – regionální komparativní studie*. Pohybová aktivita člověka a populace.
- Lehečková, K. (2019). *Výkonová motivace ve sportu*. Plzeň: Západočeská univerzita, Fakulta pedagogická
- Macek, P. (1999). *Adolescence. Psychologické a sociální charakteristiky dospívajících*. Praha: Portál.
- Macek, P. (2003). *Adolescence*. Praha: Portál.
- Ministerstvo zdravotnictví České republiky. (nedatováno). Tiskové zprávy. Ministerstvo zdravotnictví České republiky. Retrieved May 01, 2022, from <https://koronavirus.mzcr.cz/v-souvislosti-s-vyhlasenim-nouzoveho-stavu-se-zakazuji-akce-s-ucasti-presa-hujici-vice-nez-30-osob-omezuje-se-take-pritomnost-verejnosti-ve-vybranych-zarizenich/>
- Mudrák, J., & Slepíčka, P. (2010). *Změna životního stylu juniorských vrcholových sportovců během dospívání*. Česká kinantropologie, 14(3).
- Nakonečný, M. (1996). *Motivace lidského chování*. Praha: Academia.
- Nakonečný, M. (2006). *Obecná psychologie*. Praha: Triton.
- Novotný, J. (2012). *Zdraví a pohybová aktivita*. Brno: Masarykova Univerzita
- Poledňáková, I. (2009). *Sebepojetí dětí a dospívajících v kontextu školy*. Brno: Masarykova univerzita
- Pudilová, V., & Tuka, V. (2020). *Pohybová aktivita v době pandemie COVID-19*. Česká Kardiologická Společnost.
- Riegerová, J., Přidalová, M., & Ulbrichová, M. (2006). *Aplikace fyzické antropologie v tělesné výchově a sportu : (příručka funkční antropologie)*. Olomouc: Hanex.
- Rokos, L., & Vančura, M. (2020). *Distanční výuka při opatřeních spojených s koronavirovou pandemií – pohled očima učitelů, žáků a jejich rodičů*. *Pedagogická orientace*, 30(2).
- Rychtecký, A., & Tilinger, P. (2017). *Životní styl české mládeže*. Praha: Karolinum.
- Říčan, P. (2010). *Psychologie osobnosti - obor v pohybu*. Praha: Grada Publishing, a.s.
- Sebressa, M., & Bunc, V. (2005). *Porovnání vytrvalostně orientované motorické výkonnosti 11-15 letých dětí v Etiopii a České republice*. *Česká kinantropologie*, 9(1).
- Siedentop, D., & Locke, L. (2013). *Making a Difference for Physical Education; What Professors and Practitioners Must Build Together*. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 68(4).
- Sigmund, E., Neuls, F., & Frömel, K. (2005). *Pohybová aktivita dětí a mládeže: Ukazatele k hodnocení z hlediska podpory zdraví*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.

- Sigmund, E., Sigmundová, D., & Ansari, W. E. (2009). *Changes in physical activity in pre-schoolers and first-grade children: longitudinal study in the Czech Republic. Child Care Health and Development*, 35(3).
- Šmela, P., Pačesová, P., Kraček, S., & Hájovský, D. (2017). *Performance motivation of elite athletes, recreational athletes and non-athletes. Acta Facultatis Educationis Physicae Universitatis Comenianae*, 57(2).
- Twisk, J. W. (2001). *Physical activity guidelines for children and adolescents: a critical review. Sports Medicine*, 31(8).
- Vláda České republiky. (nedatováno). Protiepidemická opatření. Vláda České republiky. Retrieved June 23, 2022, from <https://www.vlada.cz/cz/epidemie-koronaviru/dulezite-informace/vladni-usneseni-souvisejici-s-bojem-proti-epidemii-180608/>
- Vágnerová, M. (2005). *Vývojová psychologie I., Dětství a dospívání*. Praha: Karolinum.
- World health organization. (nedatováno). *Health determinants*. World health organization. <https://www.euro.who.int/en/health-topics/health-determinants/pages/health-determinants>

11 PŘÍLOHY

11.1 Dotazník

Prosím, přečti si každou položku a pokus se vždy odpovědět co nejlépe.

Správnou odpověď označ křížkem.

COVID-pauza: v anketě takto označujeme období, kdy z důvodu protiepidemiologických opatření bylo omezeno sportování a pohyb venku.

Uveď, kolik je ti let:

Uveď, kolik let se věnuješ lednímu hokeji (trénuješ lední hokej)

U všech vět vyberte právě jednu možnost podle toho, jak moc s větou souhlasíte:

	NAPROSTO SOUHLASÍM	SPÍŠE SOUHLASÍM	TAK ANI TAK	SPÍŠE NESOUHLASÍM	ROZHODNĚ NESOUHLASÍM
1 Hraji lední hokej, protože chci jednou hrát profesionálně.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 Hraji lední hokej, protože to chtějí mí rodiče.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 Hraji lední hokej, protože tam mám hodně kamarádů.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 Hraji lední hokej, protože mohu se svým týmem vyhrávat zápasy.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 V průběhu COVID-pauzy mi vadilo, že jsem měl málo pohybu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6 V průběhu COVID-pauzy se trenérovi dařilo pokračovat v nějaké formě tréninku.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7 V průběhu COVID-pauzy mi vadilo, že nemohu chodit na tréninky ledního hokeje.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8 V průběhu COVID-pauzy mi chyběli kamarádi, které jsem potkával na tréninku.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9 V průběhu COVID-pauzy mi vadilo, že nebylo možné hrát zápasy s jinými týmy.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10 V průběhu COVID-pauzy jsem místo ledního hokeje sportoval i jinak (běh, kolo, plavání nebo jiné)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11 Po COVID-pauze jsem se začal věnovat také jinému sportu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12 Od COVID-pauzy mám již mnohem menší potřebu potkávat při sportování jiné kamarády.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13 Od COVID-pauzy jsem na tom fyzicky mnohem hůř.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14 Od COVID-pauzy se mi již nedaří hrát lední hokej tak dobře jako dřív.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15 Již mě nebaví věnovat se lednímu hokeji tak, jako tomu bylo před COVID-pauzou.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16 Na tréninky se těším mnohem více než před COVID-pauzou.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17 V současné době uvažuji o tom, že lední hokej vyměním za jiný sport či jinou aktivitu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18 Po COVID-pauze mě již tolik nebaví věnovat se lednímu hokeji ani jakékoli jiné pohybové aktivitě.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>