

Univerzita Palackého v Olomouci

Fakulta tělesné kultury



Fakulta
tělesné kultury

**VLIV RESTRIKTIVNÍCH OPATŘENÍ SOUVISEJÍCÍCH S PANDEMIÍ
COVID-19 NA MOTIVACI K TRÉNINKU U FOTBALISTŮ
STARŠÍHO ŠKOLNÍHO VĚKU Z ROŽNOVA POD RADHOŠTĚM**

Bakalářská práce

Autor: Tereza Bolfová

Studijní program: Tělesná výchova pro vzdělávání – Výchova ke zdraví
pro vzdělávání

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

Olomouc 2022

Bibliografická identifikace

Jméno autora: Tereza Bolfová

Název práce: Vliv restriktivních opatření souvisejících s pandemií COVID-19 na motivaci k tréninku u fotbalistů staršího školního věku z Rožnova pod Radhoštěm

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

Pracoviště: Institut aktivního životního stylu

Rok obhajoby: 2022

Abstrakt:

Pro provozování fotbalu, zejména ve vývojovém období staršího školního věku, je nedílnou součástí motivace kteréhokoliv typu. Po nástupu restriktivních opatření související s onemocněním COVID-19 se u fotbalistů setkáváme se změnou vztahu motivace k tréninkovému procesu ve fotbale. Cílem této práce bylo proto určit, zda restriktivní opatření měly efekt na motivaci, a do jaké míry tyto opatření ovlivňovaly další rozhodování jedinců staršího školního věku pro vykonávání fotbalu v letech 2020 a 2021 v Rožnově pod Radhoštěm. Do studie bylo zahrnuto 27 žáků (11-15 let) aktivně se věnujících fotbalu a jejich fotbalový trenér. Zodpovězení cíle práce se opíralo o anketní šetření (konstruováno pomocí Likertovy škály) a rozhovor. Získané informace byly vyhodnoceny použitím relativní četností odpovědi a pomocí Chí-kvadrát testu. Byla zjištěna změna v přístupu k tréninkovému plánu během restriktivních opatření související s onemocněním COVID-19, a to převážně v podobě individuálních plánů. Tato změna se projevila v rozdílném důvodu k provozování fotbalu u jednotlivých respondentů. Fotbalistům s touhou po profesní dráze fotbalisty se vztah k fotbalu po restriktivních opatření související s onemocněním COVID-19 pozměnil pozitivně. Naopak výsledky u fotbalistů, které doprovázelo vedení k fotbalu jeho rodiči poukázaly na negativní dopad restriktivních opatření na motivaci k fotbalovému tréninkovému procesu.

Klíčová slova:

anketa, rozhovor, sport, omezení pohybu osob, změna

Souhlasím s půjčováním práce v rámci knihovních služeb.

Bibliographical identification

Author: Tereza Bolfová
Title: Influence of restrictive measures related to the COVID-19 pandemic on the motivation for training of older school-age football players from Rožnov pod Radhoštěm

Supervisor: doc. Mgr. Roman Cuberek, Ph.D.
Department: Institute of Active Lifestyle
Year: 2022

Abstract:

Motivation of any type is an integral part of the operation of football, especially in the developmental period of older school age. After the onset of restrictive measures related to the COVID-19 disease, we encounter a change in the relationship between motivation and the training process in football. The aim of this work was therefore to determine whether restrictive measures influenced motivation, and to what extent these measures influenced the further decision-making of individuals of older school age to play football in 2020 and 2021 in Rožnov pod Radhoštěm. 27 pupils (11-15 years old) actively engaged in football and their football coach were included in the study. Answering the objectives of the work was based on a survey (constructed using a Likert scale) and an interview. The information obtained was evaluated using the relative frequency of responses and using the Chi-square test. A change in the approach to the training plan during the restrictive measures related to the COVID-19 disease was detected, mainly in the form of individual plans. This change was reflected in the different reasons for playing football among individual respondents. For footballers with a desire to become a professional footballer, their relationship with football has changed positively after the restrictive measures related to the disease COVID-19. On the contrary, the results for football players, accompanied by guidance for football by their parents, pointed to the negative impact of restrictive measures on the motivation for the football training process.

Keywords:

survey, interview, sport, restriction on the movement of person, change

I agree the thesis paper to be lent within the library service.

Prohlašuji, že jsem tuto práci zpracovala samostatně pod vedením doc. Mgr. Roman Cuberek, Ph.D., uvedla všechny použité literární a odborné zdroje a dodržovala zásady vědecké etiky.

V Olomouci dne 30. června 2022

.....

Děkuji vedoucímu práce, doc. Mgr. Romanu Cuberkovi, Ph.D., za všestrannou pomoc a zároveň velkou vstřícnost a trpělivost při konzultacích poskytující velké množství cenných rad ke zpracování této práce.

OBSAH

Obsah	7
1 Úvod	9
2 Přehled poznatků	10
2.1 Motivace	10
2.1.1 Maslowova pyramida potřeb	11
2.1.2 Teorie cíle snažení	12
2.1.3 McClellandova teorie	12
2.1.4 Teorie X a teorie Y	13
2.1.5 Teorie sebedeterminace (sebeurčení).....	13
2.1.6 Výkonová motivace	14
2.1.7 Motivace z pohledu pohlaví	15
2.2 Starší školní věk	15
2.2.1 Psychický vývoj	16
2.2.2 Tělesný vývoj	16
2.2.3 Pohybový vývoj.....	17
2.2.4 Sociální vývoj	17
2.3 Fotbal.....	18
2.3.1 Fyziologická a pohybová charakteristika fotbalu.....	18
2.3.2 Fotbalový trénink staršího školního věku.....	19
2.4 Onemocnění COVID-19.....	19
2.4.1 Restrikce pohybového chování v ČR v roce 2020	20
2.4.2 Restrikce pohybového chování v ČR v roce 2021	21
2.4.3 Dopad restriktivních opatření na fotbal	23
3 Cíle.....	24
3.1 Hlavní cíl	24
3.2 Dílčí cíl.....	24
3.3 Výzkumné otázky	24
4 Metodika	25
4.1 Design studie	25

4.2	Výzkumný soubor	25
4.3	Metody sběru dat	25
4.4	Statistické zpracování dat	26
5	Výsledky.....	27
5.1	Charakter a změny tréninku v období restriktivních opatření	27
5.2	Vývoj motivace ve vztahu k fotbalu v období restriktivních opatření.....	27
6	Diskuse.....	33
7	Závěry	37
8	Souhrn	38
9	Summary.....	39
10	Referenční seznam	40
11	Přílohy.....	43
11.1	Přehled položek a formální úprava ankety	43
11.2	Informovaný souhlas.....	44

1 ÚVOD

Pro vývojové období staršího školního věku je pohybová aktivita a vykonávání sportu velmi významnou součástí života z hlediska jejich následného fyzického i mentálního vývoje (Vilímová, 2009). S vykonáváním sportu také úzce souvisí motivace, kteréhokoliv typu, která jedince směřuje k danému jednání a určitému cíli, jenž si jedinec sám dokáže určit (Bedrnová & Nový, 1998). Fontana (1997) říká, že v tomto období je motivace jedince ovlivněna okolnostmi, které se v jeho životě odehrávají. Pro udržení vysoké vnitřní motivace, která je pro čistou radost z provozování sportu nesmírně důležitá, podle Blažejce a Kostalanské (2020) musíme dodržovat tři základní psychologické potřeby jedince, které chápeme jako přijímání nových výzev, potřebu jedince být součástí sociální skupiny a nezávislost v jednání v oblasti našich hodnot a zájmů.

Od března roku 2020 byla většina světové populace ovlivněna výrazným způsobem díky pandemií COVID-19 a jejími následnými restriktivními opatřeními. Na území České republiky se tomu tak stalo 13. 3. 2020, kdy vláda vyhlásila dle usnesení č. 194, 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, nouzový stav. Díky tomuto opatření se omezil volný pohyb osob na celém území (Vláda České republiky, 2022). S omezováním také přišly zákazy provozu vnitřních prostor sportovišť a vykonávání kolektivních sportů, do kterých je zařazen také fotbal (Nápravník, 1987).

S touto skutečností přichází i problém udržení si motivace hráčů k tréninkovému procesu. Hráči jsou k fotbalu přivedeni s jiným typem motivace. Je proto otázkou, zdali došlo ke změnám motivace ve vztahu k provozování fotbalu. Za pomoci využití dotazovacích metod sběru dat, v podobě rozhovoru a anketního šetření, bychom rádi zodpověděli tyto otázky: Měly restriktivní opatření vliv na motivaci jedinců staršího školního věku k vykonávání fotbalu? Jak se dařilo trenérům provozovat tréninkový proces v období restrikcí COVID-19? Měla na vnímání situace i vliv typologie motivace jedince?

2 PŘEHLED POZNATKŮ

2.1 Motivace

Slovo motivace pochází z latinského slova „movere“, které znamená v překladu „pohybovat“. Toto slovo pojednává o univerzálním označení pro veškeré vnitřní podněty, které mají za úkol vést jedince k danému jednání. Jedná se také o fakt, jenž nám tvrdí, že ne všechny naše motivy či pohnutky jsou vědomě dané. Může se také jednat o nevědomé pohnutky či motivace, které si člověk sám nedokáže připustit (Bedrnová & Nový, 1998).

Jistý sklon motivace se v každém z nás tvoří již od narození. Novorozenec, v případě absence chorob a nemocí, je velmi zvědavý, hravý, aktivní a zkoumá veškeré vjemy, které se dějí okolo něj. Díky tomuto poznatku považujeme motivaci za jednu ze základních psychických potřeb člověka. V průběhu dospívání a následné dospělosti se však mnoho jedinců vzdává zodpovědnosti za své způsobené činy, což má za následek omezenou, nebo také až úplně ztracenou touhu se rozvíjet, v jakékoliv oblasti jejich dosavadního i budoucího života (Blažej, 2019).

Blažej (2019) dále uvádí, že motivaci můžeme vyjádřit jako určitý proces, který určuje sílu, zaměření a stálost chování. Z obecného hlediska motivaci lze vyjádřit jako minimalizaci nepříjemného a maximalizaci příjemného a zachování psychické rovnováhy.

S motivací jsou také velmi úzce spjaty cíle. Cílem kteréhokoliv motivu, je dosáhnout v konečném výsledku takzvaného zadostiučinění neboli psychickému stavu uspokojení. V problematice spjatou mezi motivací a cílem můžeme pozorovat i skutečnost, že na jedince působí hned několik motivů najednou, které mohou mít za následek stejný, nebo také však i zcela odlišný cíl. Díky této teorii nemůžeme tedy zcela předpokládat, jak se jedinec v dané chvíli zachová (Bedrnová & Nový, 1998).

Bedrnová a Nový (1998) také motivaci rozčleňují do třech dimenzí:

- **Dimenze intenzity** se zaměřuje, jak silně člověk usiluje o dosažení cíle neboli jak intenzivně je motivován.
- **Dimenze směru** uvádí otázku, co nebo kdo jedince motivuje a kam jej a jeho činnost následně motiv směřuje.
- **Dimenze stálosti** pojednává o tom, jak je jedinec schopen zvládat naskytnuté překážky, díky své míře motivace.

Motivaci není možné přímo sledovat a měřit, jelikož se nejedná o nic hmotného ani konkrétního. Jedná se tedy o hypotetický a abstraktní konstrukt. Pojem motivace má

zvětšený obsah a širokou oblast činitelů lidského chování spojenou s vlastnostmi každého jedince. Díky tomuto jsou teorie motivace schopné vysvětlit pouze dílčí stanovisko problematiky (Hošek, 1986).

2.1.1 Maslowova pyramida potřeb

Blažej (2019) říká, že motivace je považována za jednu ze základních psychologických potřeb jedince. Tyto psychologické potřeby, spolu s biologickými, nám nejlépe popisuje jedna z nejrozšířenějších teorií motivace – Maslowova pyramida potřeb.

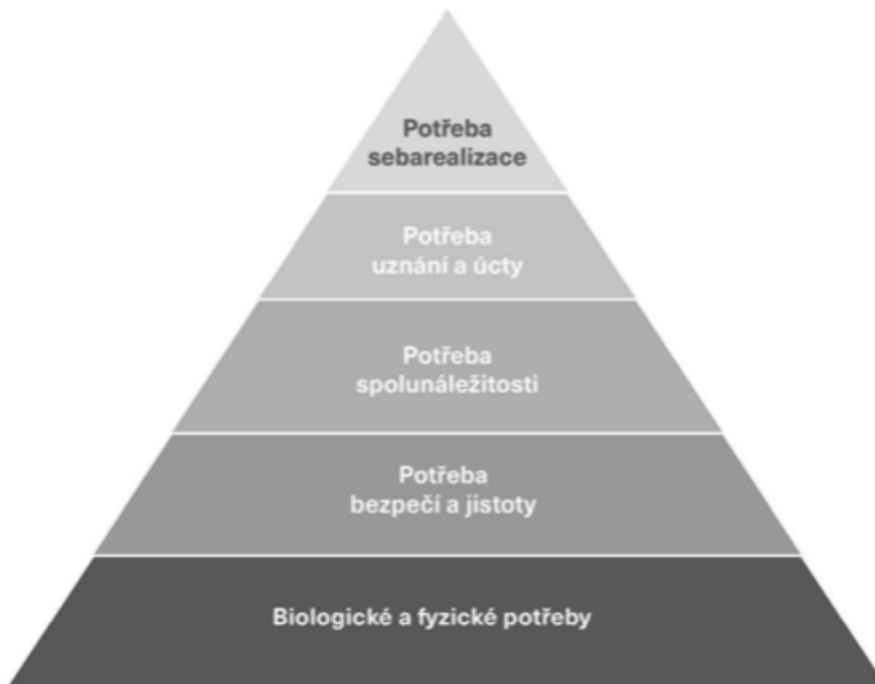
Podle Jelínka a Jetmarové (2014) má každý jedinec, podle teorii potřeb, jeho osobitý uspořádaný celek motivů, které jsou nadále uspokojovány podle jejich naléhavosti.

Maslowova pyramida začíná základní potřebou, která se nachází na spodním řádku a pokládáme ji za nejdůležitější, potřebu fyziologickou, kterou přikládá k potřebě se najíst, pít a dýchat. Jakmile člověk vyhoví fyziologickým potřebám, dostane se k druhé potřebě, potřeba bezpečí, požadující orientaci a jistotu ve svém existujícím životě. Pokud má jedinec dostatek energie, je schopen se dostat k třetí potřebě. Jedná se o potřebu náležitosti, lásky a hledání vhodné skupiny osob. Dále se dostaneme do další potřebě úcty, kterou Abraham Maslow rozděluje na dva zdroje uspokojování. Hovoříme tedy o sebeúctě a úctě jiných. Člověk, který pokročí až na samý vrchol Maslowovy pyramidy potřeb, dostane se k seberealizaci, kde se dostáváme k motivaci sebe samotného (Plamínek, 2015).

Musíme vzít v potaz, že Maslowova pyramida potřeb sice správně reflektuje důležitost a fáze lidských potřeb, ale jedná se o velmi zjednodušenou verzi, která se zaměřuje pouze na dlouhodobý horizont, nikoliv krátkodobý (Blažej, 2019).

Obrázek 1

Maslowova pyramida potřeb (Blažej, 2019, s. 9)



2.1.2 Teorie cíle snažení

Podle Nichollse (1984) teorie cíle snažení rozděluje jednotlivé sportovce do dvou skupin, kdy jedna skupina je zaměřena na ego a druhá na úkol.

Jednotlivci, jenž jsou zaměřeni na ego, se snaží před druhými předvést jejich nejlepší výkon a své jedinečné schopnosti. Schwebel (2015) dále uvádí, že tito jedinci nejsou vytrvalými sportovci a často je můžeme spatřit při podvádění ve hře. Druhá skupina jednotlivců, zaměřena na úkol jsou naopak vytrvalými sportovci, jenž se soustředí na dané úkoly, které je posunou ve svém výkonu dále a zlepšují své osobní dovednosti (Nicholls, 1984).

2.1.3 McClellandova teorie

McClellandova teorie, také známá pod názvem teorie potřeby úspěchu, je zakládána na myšlence maximalizovat úspěch a minimalizovat neúspěch. V této teorii také rozdělujeme sportovce do dvou skupin, kdy v první skupině zařazujeme sportovce, jenž vyhledávají své soupeře, kteří jsou výkonnostně na tom stejně nebo o trochu lépe a měli tedy větší šanci je porazit. V tomto případě je ale případné vítězství s vyšším významem než ve druhé skupině

sportovců, kdy si jedinec vybírá velmi slabé soupeře. Zde je nejvyšší šance na úspěch ale výhra nemá vysokou hodnotu (Tod, Thatcher & Rahman, 2012).

2.1.4 Teorie X a teorie Y

Tato teorie, zapsaná Douglasem McGregorem, poukazuje na lidské chování v kontextu s postojem k životu do dvou směrů, které jsou protichůdné. První teorie, teorie X, pojednává o faktu, že někteří lidé jsou velmi líní, nezodpovědní a nezaujatí ke své vykonávané činnosti. Tito jedinci musejí být dotlačeni a přemlouváni za pomoci odměny. Druhá teorie, teorie Y, je mnohonásobně atraktivnější, jelikož jedinci jsou zde velmi zaujati a uspokojeni i z velmi malého úspěchu (Forsyth, 2009).

2.1.5 Teorie sebedeterminace (sebeurčení)

Deci a Ryan (1985) teorii sebedeterminace považují za optimální teoretickou možnost ve sféře sportu, která se zabývá kvalitou práce více než její kvantitou. Díky ní si dokážeme lépe představit souvislosti mezi zvládním zátěže daného sportu, motivací k profesionální sportovní činnosti a přetrénování. Ve své teorii sebedeterminace autoři motivaci dělí na vnější, vnitřní a amotivaci. Deci a Ryan (1985) své poznatky zformulovali do kontinua od amotivace po vnitřní motivaci.

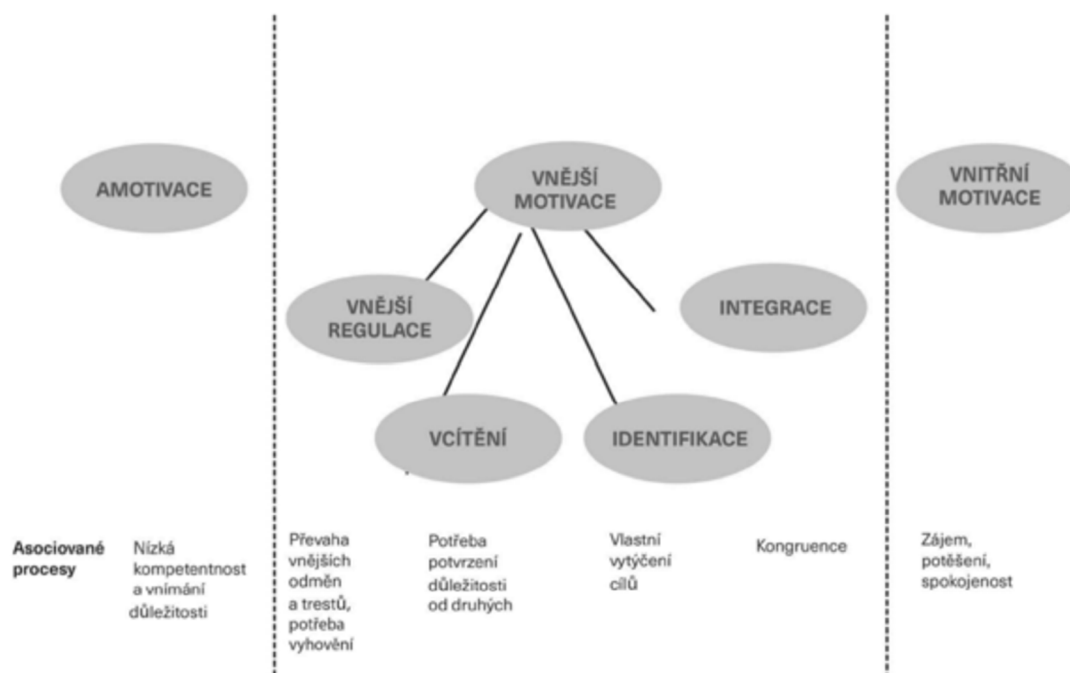
Prvním typem motivace v teorii sebedeterminace, nazýváme motivaci vnější. Tento typ motivace, vnějších vlivů, se rozděluje na čtyři podtypy podle velikosti regulace (Deci & Ryan, 2000). Prvním podtypem je vnější regulace. Jedná se o řízení chování jedince buď odměnami, nebo výhružkami, kdy je ničena vnitřní motivace. Tento podtyp se ve sportovním prostředí vyskytuje pouze zřídka. Můžeme se s ní však setkat v mládežnických kategoriích, kdy rodiče své děti nutí vykonávat sport nebo činnost, která je ne baví a je jim nepříjemná (Jelínek & Jetmarová, 2014). Druhá regulace, introjektovaná, je kategorie sportovců, kteří trénink mají za povinnost ve svém životě. Pokud však na trénink nedorazí, jejich pocit bude provinilý (Deci & Ryan, 1985). Tuto motivaci považuje Jelínek a Jetmarová (2014) za jednu z nejsložitějších, jelikož její motivy jsou protichůdné. Rozpoznaná regulace se už více podobá motivaci vnitřní. Deci a Ryan (2000) uvádějí, že je tato regulace proces kdy si jedinec váží zisků a následných lepších výkonů z dobře odvedeného tréninku. Nemůžeme ji však považovat za motivaci vnitřní, protože sportovec nemá čistou radost z onoho jednání (Jelínek & Jetmarová, 2014). Deci a Ryan (2000) za nejvíce zvnitřněnou formu považují integrovanou regulaci. Sportovec s motivací tohoto typu se pokouší pokořit své nastavené cíle. Vnímaná je jako vnější motivace, jelikož je postavena na výsledky a nejedná se o vnitřní čistou radost jedince (Jelínek & Jetmarová, 2014).

Deci a Ryan (2000), ve své knize uvádí dalším typem sebedeterminace motivaci vnitřní. Pink (2011) říká, že již uznávaný psycholog Harry Harlow, ve svých studiích došel k výsledkům, že díky vnitřní motivaci dosáhne jedinec mnohonásobně lepších výsledků nežli jedinec, který je motivován vnější motivací. I přes tuto skutečnost se v novodobém světě setkáváme více s vnější motivací, která je především realizována v podobě materiálních odměn. Vnitřní motivace vychází především z vnitřního štěstí vykonání dané činnosti, tedy je sebemotivující (Jelínek & Jetmarová, 2014).

Poslední typ označený jako amotivace Blažej (2019) vysvětluje jako stav jedince, nevykazující žádnou nebo jen minimální ochotu vykonávat činnost. Tento stav je důsledkem ztráty veškeré motivace, kterou sportující jedinec má (Tenenbaum & Eklund, 2007). Ve své studii Jordalen, Lemyre, Solstad a Ivarsson (2018) poukazují na souvislost s vyčerpáním. K amotivaci se jedinec dostane i skrz znechucení dané činnosti v minulosti a psychických problémů, z příčiny nedostatečného uspokojení svých základních potřeb (Blažej, 2019).

Obrázek 2

Klasifikace lidské motivace (Blažej, 2019, s. 11)



2.1.6 Výkonová motivace

Výkonovou motivaci definujeme jako určitou snahu jedince vytrvat v situacích výkonových, za dosažení daného cíle a dosažení úspěšnosti (Pavlas, 2011). Nejčastější aplikace výkonové motivace je v pedagogické psychologii. Pedagogové mají za úkol žáka motivovat v co nejlepší předvedené výkony, v kterémkoliv oboru (Nakonečný, 2004).

Nakonečný (2004) rozděluje výkonovou motivaci na dva typy. První typ pod názvem vnější motivace, je specifický tím, že jedinec nemá vnitřní prožitek z vykonané pohybové aktivity, ale chápe jej jako úkol, kterého se pokouší dosáhnout. Přirovnat si vnější motivaci můžeme k pracovní činnosti, jejímž úkolem je vydělat peníze pro své potřeby. Dalším typem motivace je motivace vnitřní. V tomto typu u jedince dochází ke značnější motivaci, nežli je tomu u motivace vnější.

Muchinský (2000) říká, že výkonová motivace je velmi úzce spjata také s úspěchem jedince. S úspěchem se také pojí strach z neúspěchu, který můžeme pozorovat u každého jedince. Všimáme si však rozdíly motivace u těchto jedinců. Pokud si vezmeme jedince s menším strachem z neúspěchu, jeho motivace bude mnohonásobně větší nežli u jedince, který bude více zasažen z pocitu neúspěchu.

2.1.7 Motivace z pohledu pohlaví

V dnešní době se společnost snaží nedělat velké rozdíly mezi dívkami a chlapci. V některých hlediscích však tyto diference přehlížet nelze, a proto také musíme odlišovat různorodost motivace k dívkám a chlapcům. Dívky svůj vzhled vnímají již od osmého roku, a jsou velmi choulostivé na každý negativní komentář ke své vizáži. Tyto problémy vrcholí v adolescentním věku, kdy jsou nejvíce nespokojené se svým zevněškem. Na rozdíl u chlapců není důležitý vzhled ale osobní výkonost a leadership (Blažej, 2019).

2.2 Starší školní věk

Starší školní věk, jinak také známy pod názvem puberta. Z fyziologického hlediska se vyznačuje jako období, ve kterém je urychlený růst jedince a vyvíjejí se sekundární pohlavní znaky. Sekundární pohlavní znaky se u chlapců projevují polucí a u děvčat prvním menstruačním krvácením (Jedlička, 2017). Perič a Březina (2019) říkají, že se jedná o velmi nevyrovnaný vývoj z hlediska psychického, tělesného a sociálního.

Perič (2004) ve své knize uvádí, že starší školní věk můžeme rozdělit dvou vývojových fází. První fází označuje za bouřlivé prepubertální, která je zakončena okolo třináctého roku. Druhou fází, která je zakončená kolem patnáctého roku života, označuje jako klidnější fází, fází puberty.

V dnešním moderním světě se mnohokrát u vývoje jedince v období staršího školního věku mluví o tzv. sekulární akceleraci. Sekulární akcelerace pojednává o dlouhodobém zrychlení tělesného vývoje. Díky tomuto jevu se za posledních 100 let zrychlil u dětí nástup dospívání (Bartoníčková, 2009).

2.2.1 Psychický vývoj

Perič (2012) ve své knize uvádějí, že ve psychickém vývoji dítěte je toto období jedno z klíčových. Šimíčková-Čížková (2008) pozoruje změny v tomto období věku při řešení problémových situací. U dívek a chlapců se však tyto změny projevují jiným způsobem. Dívky dávají důraz na slovní vyjádření a jejich zájem směřuje na vzdělání jazykové, na druhou stranu u chlapců je důraz na řešení prostorové a početní problémy.

Díky zvýšené hormonální aktivitě je ovlivněno emotivní chování dítěte ke druhému pohlaví a k sobě samotnému. Tato skutečnost na dítě může mít vliv jak negativního, tak i pozitivního rázu. Jejich myšlení se také rozvíjí v rámci rozšiřování obzorů. Dokážou již vyřešit úkoly na úrovni abstraktního i logického chápání. Jejich paměť a soustředěná pozornost se zlepšuje. Díky těmto poznatkům se dítě v období staršího školního věku dokáže učit danou činnost rychleji, se sníženým počtem opakování (Perič, 2012).

Dítě staršího školního věku je velmi labilní a přecitlivělé, zapříčiněné proměnlivým emočním laděním. Ztrácí stabilitu a získává velkou nejistotu, která směřuje květšímu psychickému napětí jedince i vysoké dráždivosti (Kohoutek, 2003).

V tomto období si také jedinec tvoří silné zájmy k určitým činnostem, které mohou být základem pro volbu povolání. Ke sportovní činnosti se také produkuje silnější pouto, které činnost nevnímá již jako nějakou hru, ale může pro jedince být velmi uspokojivé (Perič, 2012).

2.2.2 Tělesný vývoj

Tělesný vývoj je zrychlený tzv. akcelerací růstu. V období staršího školního věku dítě za rok vyroste až o 8-12 cm. Akcelerace však začíná dříve u dívek než u chlapců, kdy u dívek je nástup o jeden a půl až dva roky dříve (Kohoutek, 2003). Prepubertální období je u dívek zakončeno prvním menstruačním cyklem a u chlapců je to prvním mimovolným výronem ejakulátu neboli polucí (Šimíčková-Čížková, 2008).

Růst není rovnoměrný po celém organismu. Trup roste pomaleji nežli končetiny, a proto je růst do výšky mnohonásobně rychlejší než do šířky. Můžeme tedy říct, že pohybové ústrojí předbíhá růst a vývoj vnitřních orgánů. S tímto faktem souvisí také správné držení těla, které je v období staršího školního věku opomíjeno. Díky špatnému držení těla a nerovnoměrnému růstu pohybového ústrojí, se dítě v budoucnu může potýkat s poruchami hybného ústrojí (Perič, 2012).

Kohoutek (2003) uvádí, že charakteristické je utváření sekundárních pohlavních znaků, do kterých řadíme:

- Mutace (rozvoj hrtanu) u chlapců
- První menstruační cyklus a vývoj mléčných žláz u dívek
- Začínající ochlupení u obou pohlaví v oblasti stydké kosti a jámy podpažní
- Začínající růst vousů u chlapců

2.2.3 Pohybový vývoj

Nerovnoměrný tělesný vývoj je úzce spjatý i s vývojem pohybovým. Zlepšuje se přizpůsobivost i tělesná výkonnost. Nejsou však dosažené jejich maximální hodnoty. Nedokončená osifikace kostí nadále omezuje výkon dítěte. Motorická cvičení se však zdokonalila. Pohybovou činnost již vnímají jako celek a je realizovaná ihned (Perič, 2012).

Na konci období staršího školního věku je vhodné rozvíjet v jedinci silovou vytrvalost a rychlostní schopnosti. Především u dívek okolo 12 let a u chlapců okolo 13 let, má rozvoj frekvence pohybu největší význam a předpoklady (Hájková, 2020).

Dítě je má již schopnost předvídání neboli anticipace, pohybů ostatních i pohybů vlastních. Je do vysoké úrovně rozvinuta schopnost rychlého chápání a učení se novým pohybovým dovednostem s přizpůsobením se pozměňovaným podmínkám. Díky těmto skutečnostem jsou tyto pohyby, které jsou naučené v období staršího školního vzdělávání, pevnější nežli pohyby učené v dospělosti (Perič, 2012).

V období staršího školního věku se však také díky nástupu puberty, která je doprovázena hormonální nevyrovnaností, negativně rozvíjí koordinace, tedy hrubou motoriku jedince. Zhoršená je i jemná motorika, a to v exaktnosti pohybu a zbrklosti dítěte u prováděných pohybových dovedností (Šimíčková-Čížková, 2008).

2.2.4 Sociální vývoj

Sociální vývoj je pro skupinu důležitý ve stejném měřítku, jako tomu bylo v době mladšího školního věku. Rozdíl je však v tom, že nyní mají jiný vliv na jedince a význam. Rodičovská autorita je nadále velmi důležitá, i přes to, že se jedinci začínají osamostatňovat a autorita prochází kvalitativní změnou. Je pro ně nyní více důležitá vrstevnická skupina, než rodinné prostředí (Vágnerová, 2012).

Jedinci staršího školního věku se snaží mimikou a gestikulací více napodobovat dospělé jedince. V těchto letech si však neberou od dospělých pouze pozitivní věci. Bohužel napodobují i špatné zlozvyky dospělých, které se projevují v podobě užívání alkoholu, tabákových výrobků, drog a dalších. Vytvářejí si také vlastní názor na autoritu dospělých, která se projevuje silnými

gestikulaci v podobě úšklebků a vzdorným pohazováním hlavy. Tyto gestikulace jsou projevem negativismu vůči autoritám (Jansa, 2012).

Změny v organismu můžou dojít do stádia, kdy je dítě uzavřené samo do sebe a má pocit velké individuální odlišnosti od svých vrstevníků. Zdokonaluje se citová sféra, kdy si jedinec vyhledává emoce hlubokého rázu. Zároveň si však dokážou vybudovat i silné vztahy s druhým jedincem. Nyní si jedinec dokáže vybudovat i vztah s druhým pohlavím. Začínají se zapojovat do společenských skupin, které mohou být pro ně pozitivním i negativním přínosem do dalšího vývoje osobnosti (Perič, 2012).

2.3 Fotbal

Nápravník (1987) fotbal definuje jako míčový kolektivní sport, hrající na venkovním hřišti, buď na přírodní, nebo na umělé travnaté ploše, ve tvaru obdélníku. V tomto sportu jsou naproti sobě nasazené dva týmy, které mají společný předmětový cíl, kterým je balón. Fotbal je sport, hrán v těsném kontaktu mezi hráči. Fotbal není jen o kolektivní práci, ale také je výsledkem herních projevů jednotlivců, takzvaných fotbalistů, jenž jejich hlavním cílem je svou hrou a napomáhají svému týmu vstřelit branku neboli gól, do branky soupeře a tímto způsobem vyhrát (Lička & Magnusek, 2006).

Jedná se o nejběžnější kolektivní sport na světě. V ostatních zemích tuto pohybovou činnost známe spíše pod názvem kopaná. O tom, že se jedná o velmi populární sport, nás přesvědčuje množství mezinárodních i národních soutěží a zájem lidí o sledování těchto událostí (Buzek, 2007).

2.3.1 Fyziologická a pohybová charakteristika fotbalu

Pokud se bavíme o ideálním somatotypu jedince pro vykonávání tohoto sportu, takového jedince nenalezneme. V profesionálních ligách můžeme pozorovat hráče, kteří mají výšku menší než 170 cm, ale i vyšší než 190 cm. Nicméně se somatotyp vysokého dlouhonožého hráče více uplatní v herních situacích hraných hlavou a fotbalisté menšího vzrůstu, s kratšími končetinami, jsou více dominantní při hře po zemi. Nejvýznamnější fyzickou podmínkou pro úspěšný výkon ve fotbale je pohotová akcelerace a vysoká agilita jedince, jenž se projevuje jako schopnost náhle měnit směr pohybu, hbitost a mnoho dalších (Grasgruber & Cacek, 2008).

Grasgruber a Cacek (2008) dále uvádí, že fotbal je z fyziologického hlediska typem sportu, ve kterém hráči střídají nízkou pohybovou intenzitu v podobě chůze a poklusávání s intenzivními úseky sprintu.

Dle typu svalových vláken hráči fotbalu jsou velmi podobní běžcům na 400–1500 m. Rozdíly mezi vytrvalostními běžci a fotbalisty však můžeme pozorovat v maximálním anaerobním výkonu a svalové síle, kdy sportovci, kteří vykonávají fotbal, tyto údaje mají vyšší. V aerobním výkonu se sportovci vykonávající fotbal podobají sprinterským běžcům (Psotta, 2006).

2.3.2 Fotbalový trénink staršího školního věku

V současné struktuře moderního mládežnického fotbalu jsou mladí hráči dle González, Sarabia a Moya-ramóna (2022) rozdělováni podle chronologického věku. Tento fakt může zapříčinit velké fyzické rozdíly mezi jednotlivci. Je proto velmi důležité provádět i pravidelné hodnotící testy, které dokáží určit různá data příslušející se rozvoji různých dovedností v průběhu procesu růstu. Tyto hodnocení mohou sloužit k trenérovi k reorganizaci tréninku a individuální pohled

na jednotlivé sportovce (Esposito, Ceruso & D'isanto 2019).

Dle Fajfera (2005), je sportovní příprava jedinců ve fotbale, nacházejících se v období staršího školního věku, charakterizovaná začínajícím specializovaným tréninkem. Jedinci se začínají specializovat na různé posty typu brankář, obránce a útočník. S touto skutečností se také navyšuje intenzita zatížení v tréninkové jednotce. Díky specializovaným tréninkům se zlepšuje výkon individuální i týmový.

V tréninkové jednotce, která je zaměřena na kategorii staršího školního věku, je třeba se zaměřit na cvičení obsahující běh a zlepšení koordinace běhu s míčem i bez něj. Hráči by měli procvičovat obcházení soupeře a klamavé pohyby, zakomponované v různých modelových situacích (Fajfer, 2005). Pro rozvoj silově specifických akcí a anaerobního výkonu jedince, potřebné pro zlepšení výkonu ve fotbale, je nutné zavádět do tréninkového procesu mládežnického fotbalu i silové tréninky. Do těchto tréninků pro vylepšení výbušných akcí jedince, je možno zařazovat například plyometrický trénink, který by se měl zařazovat především během soutěžní sezóny mládežnických fotbalistů (Vila-chã et al., 2018). Tímto specializovaným tréninkem se dokáže vylepšit výkonnost jedince ve vertikální rovině, ale také i v horizontálním skoku, potřebném pro hru hlavou ve vzduchu (Zerf, Kerroum & S.B.A., 2019).

2.4 Onemocnění COVID-19

Onemocnění COVID-19 bylo poprvé zaregistrováno koncem roku 2019 (Velavan & Meyer, 2020). Toto nové onemocnění, které je zařazeno mezi infekční onemocnění, je způsobeno koronavirem, s názvem SARS-CoV-2 (Zhang & Li, 2021).

Onemocnění nemá konkrétní příznaky. U každého jedince se dokáže projevit jiným způsobem. Může se jednat o bezpříznakový průběh onemocnění COVID-19. U jiných jedinců se však onemocnění může stát nepříjemnou situací s asymptomatickými příznaky. V nezávažnějších případech onemocnění vede ke smrti infikovaného (Trojánek et al., 2021). Symptomy tohoto onemocnění jsou převážně podobné onemocnění horních dýchacích cest. Jedná se tedy o rýmu, kašel až dušnost, bolest svalů a horečka. Děti představují spíše skupinu bezpříznakovou (Velavan & Meyer, 2020). U některých jedinců v dětském věku se však po prodělání onemocnění COVID-19 vyskytly potíže s únavou, horečkou a sníženou funkcí mozku, které jsou zapříčiněny tzv. postcovidovým syndromem (Trojánek et al., 2020).

Rizikovou skupinu pro onemocnění COVID-19 představují lidé s cukrovkou, obezitou, rakovinou a vyšší věkové kategorie (Zhang & Li, 2021).

Šíření koronaviru SARS-CoV-2 se děje kapénkovou infekcí, která je specifická přenosu viru za pomoci kapének, jež jsou produkovány kašláním, kýčáním, mluvením, a dokonce i dýcháním (Boban, 2021). Trojánek et al. (2021) označuje i kontaminované plochy jako pravděpodobný zdroj nákazy.

2.4.1 Restrikce pohybového chování v ČR v roce 2020

Jednání vlády ze dne 12. 3. 2020 rozhodlo, 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. Nouzový stav byl vyhlášen od 12. 3. 2020 po dobu 30 dnů. V návaznosti na nouzový stav vláda v usnesení č. 199 zakazuje s účinností od 13. 3. 2020 veškeré sportovní a kulturní akce, které přesahují počtu 30 osob, do odvolání. Dále v tomto usnesení zakazuje provoz služeb typu posiloven, saun, wellness služeb a koupaliště.

Usnesení vlády České republiky ze dne 15. 3. 2020 č. 215, s účinností ode dne 16. 3. 2020 do 24. 3. 2020, zakázalo volný pohyb osob na území celé České republiky. Usnesení vlády České republiky č. 279 a č. 348 prodlužovalo zákaz volného pohybu osob na území celé České republiky do dne 11. 4. 2020. Dne 6. 4. 2020 vláda České republiky vydala usnesení č. 395, kdy omezení pohybu osob prodloužilo až do konce nouzového stavu.

Usnesení vlády České republiky ze dne 9. 4. 2020 č. 402 o mimořádném opatření Ministerstva zdravotnictví k nošení ochranných prostředků dýchacích cest. Tímto usnesením, se zakázal pohyb a pobyt všech osob mimo své bydliště, bez prostředků chránících dýchací cesty.

S postupným zlepšováním situace související s pandemií COVID-19 na území České republiky, se začalo snižovat omezování, zapříčiněné restriktivními opatřeními, které byly

doposud vydány. Po jednání vlády dne 30. 4. 2020, s účinností ode dne 11. 5. 2020, se projednalo usnesení č. 490, pro omezení tréninkové jednotky sportovců na vnitřním i venkovním sportovišti s pravidly:

- Na jednom místě může být maximálně 100 sportovců, kteří mezi sebou dodržují rozestupy s minimální vzdáleností 2 metry.
- Není možnost využití vnitřních šaten a sprch.
- Je nutná zásoba dezinfekčních prostředků, které se využijí i po tréninkové jednotce na dezinfekci všech pomůcek, které byly použity.

Příloha číslo 1 usnesení vlády ze dne 18. 5. 2020 č. 555 omezovala organizovaný zápas nebo trénink ve vnitřním i venkovním prostředí. Pravidla byla však o něco málo mírnější. Jednalo se o navýšení na nejvýše 300 přítomných osob, se vzdáleností do dvou metrů. Další rozvolnění přichází mimořádné opatření č. 605 ze dne 1. 6. 2020, platné ode dne 8. 6. 2020, které hromadné a sportovní akce rozvolňuje na maximálně možných 500 přítomných osob. V tomto opatření byly také pod mnoha podmínkami otevřeny koupaliště a vnitřní sportoviště s možností využití šaten a sprch. Od usnesení vlády přijaté 22. 6. 2020 čj. 677/20, bylo možné s účinností od 22. 6. 2020 pořádat hromadné akce nad 1000 osob ve venkovních prostorech a 500 osob v prostorech vnitřních, musí být však ve vnitřním prostoru použita ochrana dýchacích cest.

Toto období rozvolnění netrvalo však věčně a usnesení ze dne 30. 9. 2020 č. 958 o přijetí krizového opatření omezuje sportovní akce v organizovaných soutěžích, kdy se mohou účastnit pouze sportovci a nezbytné osoby pro uspořádání sportovní akce do 130 osob. Ostatní akce, včetně tréninkových jednotek, mohly být pouze ve vnitřních prostorách maximálně do deseti osob nebo dvacet osob v prostorech vnějších. Další usnesení se jednaly o prodloužení nouzového stavu, omezování hromadných akcí a zákazu pohybu osob bez ochrany dýchacích cest mimo své bydliště. Usnesení vlády č. 1078 ze dne 21. 10. 2020, s účinností ode dne 22. 10. 2020, dále také zakazuje volný pohyb osob na území České republiky s výjimkami pro nezbytné obstarání léků, obživy a pracovních činností. Maximální počet osob spolu, mimo příslušníky jedné domácnosti, byly dvě osoby. Musely se však pohybovat po městě svého trvalého či přechodného bydliště. Tyto usnesení byly do konce roku několikrát prodlouženy.

2.4.2 Restrikce pohybového chování v ČR v roce 2021

V roce 2021 se nadále pokračovalo v nouzovém stavu v souladu s čl. 5 a 6 ústavního zákona č. 110/1998 Sb., o bezpečnosti České republiky. Dne 22. 1. 2021 usnesení vlády č. 57 o přijetí krizového opatření zakazuje provoz a využívání sportovišť ve vnitřním prostředí. Jedná se tedy o kurty, hřiště, tělocvičny, sály a mnoho dalších. Výjimku měly pouze školské zařízení,

kde to umožnilo krizová opatření, a také výjimku dostaly osoby, které sportovní činnost provádějí v rámci zaměstnání. Mluvíme tedy o sportovcích s profesionální smlouvou. Na konci ledna také došlo k dalšímu omezování volného pohybu osob. Usnesení vlády České republiky č. 79 však povolilo cesty osob za účelem sportování ve venkovních sportovních areálech, v počtu dvou osob.

Usnesení vlády ze dne 26. 2. 2021 č. 216 s účinností od 1. 3. 2021, za cílem ještě více snížit šíření onemocnění COVID-19, omezilo volný pohyb osob tak, že zakázalo všem osobám opouštět okres svého bydliště a doporučuje se setkávat pouze s osobami své domácnosti. Pravidlo mělo podmínky pouze pro krajní případy cesty mimo okres, například pokud se jednalo o péči blízké osoby, výkonu povolání a další. Bylo zapotřebí však mít vyplněné formuláře, které vláda předpřipravila pro výjezd z okresu. Mimořádná opatření nadále omezovala přítomnost veřejnosti na vnějších i vnitřních sportovištích, s výjimkou pro sportovce s profesionální smlouvou.

V květnovém měsíci již začalo rozvolňování opatření. Situace se zlepšovala díky dostupnosti antigenních a PCR testů. V mimořádném opatření č. 471 vláda České republiky a Ministerstvo zdravotnictví povoluje hromadné akce v maximálním počtu 1000 osob na venkovních sportovištích a 500 osob na sportovištích vnitřních. Osoby, které se na akci dostavily, musely však prokázat negativní antigenní či PCR test a po celou dobu akce nosit ochranu dýchacích cest v podobě roušky nebo respirátoru. Tímto mimořádným opatřením se také rozvolnilo sportování pro veřejnost ve vnitřním prostředí s podmínkou jedné osoby na 15 m² a prokázáním negativního testu. Nebyla však možnost využití sprch a šaten. V této podobě jedna osoba na 15 m² mohla být také uskutečněna sportovní příprava amatérských sportovců. Členové jedné tréninkové jednotky byli každých pět dní testováni PCR testem, pokud nebyli očkovaní proti onemocnění COVID-19. Dokumentaci o záznamech očkování a testování si jednotlivé kluby musely uchovávat po dobu třiceti dní.

Další rozvolňování přichází s mimořádným opatřením ze dne 14. 6. 2021 č. 552 s platností ode dne 1. 7. 2021. Rozvolňování bylo mnohonásobně větší než to minulé. Byly již povoleny i amatérské utkání za přítomnosti negativních testů a prodělaného očkování proti onemocnění COVID-19. Naskytla se také možnost sportovat, pokud jedinec měl prodělanou nemoc COVID-19. V následujících měsících se nadále pokračovalo v režimu negativních testů, očkování a prodělání nemoci.

2.4.3 Dopad restriktivních opatření na fotbal

V tomto sportovním odvětví jsou zasaženi především hráči a kluby z amatérských fotbalových soutěží. V době uvolňování se mohlo v těchto klubech trénovat pouze ve dvojicích. Mnoho sportovců tento způsob tréninkové jednotky hodnotí jako nedostačující a amotivující. Pro každého hráče je nejvíce motivující vzájemné utkání s druhým klubem. V době koronavirové se však tyto zápasy nemohly uskutečnit. Bylo odehráno pouze okolo jedné třetiny z celkových zápasů, které měly být v soutěži odehrány (Procházka, 2021).

Nassar, Allam a Shata (2021) ve svém výzkumu uvádí, že polovina sportovců, kteří se vrátili zpátky do tréninkového procesu přibralo na váze a zvýšily se také hodnoty BMI. Tyto výsledky se výrazně zhoršily u hráčů, kteří doma neplnili individuální plány během restriktivních opatření související s onemocněním COVID-19. O března roku 2020 byly tedy odepřeny i veškeré venkovní aktivity, zapříčiněny omezováním volného pohybu osob. Největší dopady byly pozorovány u mládežnických kategorií, hrající za menší neelitní kluby, kde se nejvíce vyskytovaly omezené fyzické aktivity, které mohly vést k dekonkci a vysoké náchylnosti ke zranění (Zago, Lovecchio & Galli, 2022).

3 CÍLE

3.1 Hlavní cíl

Cílem práce je zhodnotit efekt restriktivních opatření souvisejících s pandemickou situací COVID-19 v letech 2020-2021 (restriktivní opatření) z hlediska změn motivace k tréninku u fotbalistů staršího školního věku z Rožnova pod Radhoštěm.

3.2 Dílčí cíl

- 1) Popsat provozování mládežnického fotbalu v průběhu restriktivních opatření u fotbalistů staršího školního věku z Rožnova pod Radhoštěm.

3.3 Výzkumné otázky

- 1) Jaký byl charakter provozování tréninků v průběhu restriktivních opatření?
- 2) Jak se vyvíjela motivace fotbalistů staršího školního věku k provozování tréninku v kontextu restriktivních opatření?
- 3) Jak se v průběhu a po ukončení COVID-pauzy liší u dětí staršího školního věku jejich zájem o provozování fotbalu v závislosti na jejich hodnocení důvodů k provozování fotbalu?

4 METODIKA

4.1 Design studie

Pro zodpovězení výzkumných otázek byla provedena průřezová studie s využitím dotazovacích metod sběru dat. Pro zodpovězení první výzkumné otázky byl proveden strukturovaný rozhovor s trenérem fotbalistů staršího žactva. Pro zodpovězení druhé výzkumné otázky byla sestavena anketa zahrnující několik položek charakterizujících motivaci a související faktory v období COVID-pauzy a období po COVID-pauze. Pro posouzení třetí výzkumné otázky obsahovala anketa další tři položky, pomocí kterých bylo rozlišováno mezi třemi skupinami žáků dle důvodů, proč provozují fotbal: touha po profesní dráze fotbalisty (kategorie 1), vedení dítěte k aktivitám jeho rodiči (kategorie 2) a potřeba sociálního kontaktu (kategorie 3). Na základě převažujících odpovědí v těchto třech oblastech byly děti kategorizovány. Zodpovězení výzkumné otázky se opíralo o posouzení rozdílů u zbývajících položek ankety mezi těmito kategoriemi.

4.2 Výzkumný soubor

Rozhovor byl proveden se současným trenérem staršího žactva fotbalistů, který je také trénoval i v době restriktivních opatření souvisejících s pandemií COVID-19 v letech 2020 a 2021.

Anketní šetření vyplnilo 27 fotbalistů staršího školního věku z Rožnova pod Radhoštěm. Jedná se tedy o chlapce ve věku od 11 do 15 let. Jde o amatérské sportovce, kteří se fotbalu věnují na úrovni amatérské v mládežnických kategoriích.

4.3 Metody sběru dat

Data pro první výzkumnou otázku byla získána za pomoci rozhovoru, jak již bylo zmíněno výše. Otázky se týkaly provozování tréninkových jednotek, obsahové náplně tréninků, formy tréninků a komunikace se svěřenci.

Druhá výzkumná otázka byla zodpovídána, po domluvě na základní škole v Rožnově pod Radhoštěm, formou anketního šetření v tištěné formě (Příloha 1). Anketa byla rozdána třídním učitelkám, jenž mají přehled o žácích, kteří se aktivně věnují nebo se věnovali fotbalu. Třídní učitelky jim následně sdělily veškeré informace o způsobu, jakým se anketa bude vyplňovat, o anonymitě výsledků a o významu šetření. Jelikož se jednalo o nezletilé fotbalisty, k tištěným formulářům byl také přiložen informovaný souhlas zákonného zástupce, který žáci odebrali domů a v následujících dnech podepsaný donesli zpátky třídní učitelce (Příloha 2).

V úvodu ankety byly obsaženy informace, kterými se fotbalisté budou řídit při jejich vyplňování. Anketa zahrnovala celkem 18 položek a byla rozdělena do tří částí. Položky první části (4 položky) ankety se orientovaly na důvody, proč se žáci věnují fotbalu; druhá část (6 položek) se zaměřovala na prožívání změn tréninkových procesů v době COVID-pauzy a třetí část (8 položek) na následky změn v tréninkových plánech v době po COVID-pauze.

4.4 Statistické zpracování dat

Pro základní charakteristiku jednotlivých odpovědí a pro posouzení změn souvisejících s druhou výzkumnou otázkou byly použity popisné deskriptivní charakteristiky modus, medián, absolutní četnost a kontingenční tabulky.

Test chí-kvadrát byl použit k posouzení třetí výzkumné otázky, tj. pro posouzení úrovně motivace v průběhu COVID-pauzy mezi třemi skupinami fotbalistů dle převažujících důvodů, proč se věnují fotbalu. Pro posouzení statistické významnosti výsledků byla stanoveno $p = 5 \%$.

5 VÝSLEDKY

5.1 Charakter a změny tréninku v období restriktivních opatření

V době covidových opatření se tréninkový proces u starších žáků různě proměňoval. Proto trenéři byli nuceni v různých obdobích restriktivních opatření související s onemocněním COVID-19 sestavit alternativní tréninkové procesy (Tabulka 1). Při úplném zastavení tréninkového procesu, tedy období začátku COVID-pauzy, fotbalisté plnili individuální plány zaměřené převážně na práci s míčem. Většinou se jednalo o osvojení různých dovednostních technik s míčem. Podmínky pro vykonávání individuálních plánů byly pochopitelně přizpůsobeny domácímu prostředí. Pro navýšení možnosti hráčů plnit individuální tréninky, byly trenérem každému hráči poskytnuty balóny a tréninkové mety, které byly k vykonání plánu potřebné. Trenéři po celou dobu byli v kontaktu s rodiči hráčů.

Období COVID-pauzy však nepřestávalo. Trenéři se proto rozhodli hráčům zpestřit program i přes platformu ZOOM meeting, který probíhal každý týden v úterý a ve čtvrtek. V těchto skupinových hovorech jim trenéři ukazovali vhodné posilovací a kompenzační cvičení pro fotbalového hráče a hráči se touto formou mohli také rozpovídat ohledně svého psychického a fyzického stavu. Bohužel i přes veškerou snahu ze strany trenérů a rodičů, hráči plnili individuální tréninky ve větším počtu pouze první tři týdny COVID-pauzy. V následných dnech a týdnech (14 dní) se aktivní účast a zpětná vazba fotbalistů snižovala.

Při uvolňování COVID-pauzy se naskytla možnost trénovat ve skupinách. V těchto dnech se tréninkový proces upravil tak, aby skupiny trénovaly po sobě a každý hráč měl alespoň tři tréninkové jednotky po jedné hodině za týden. To znamená, že trenéři museli trávit více času na hřišti, aby dokázali věnovat dostatečnou porci minut každé skupině a zajistit jim kvalitní tréninkový program.

V období COVID-pauzy neskončil v týmu ani jeden hráč. Zlom nastal po znovu obnovení tréninkového procesu, kdy dva hráči po dvou týdnech tréninků skončili z důvodu ztráty motivace pro docházení na trénink. Tito dva jedinci se přes COVID-pauzu začali věnovat individuálním sportům.

Díky anketnímu šetření byla možná i zpětná vazba ze strany respondentů na alternativní provozování fotbalových tréninků v průběhu COVID-pauzy. Výsledky ukázaly, že menší polovina (48 %) byla do jisté míry spokojena se způsobem, jakým trenér provozoval fotbalové tréninky v průběhu COVID-pauzy. Mnoho respondentů však odpovědělo neutrálně. Pozitivní však zůstává, že pouze tři respondenti byli s provozováním nespokojeni.

5.2 Vývoj motivace ve vztahu k fotbalu v období restriktivních opatření

V rámci prvních tří otázek anketního šetření bylo možné žáky rozdělit do tří základních kategorií, které se vyznačovaly jiným typem motivace, tedy důvodem, proč jednotliví hráči hrají fotbal. Tyto skupiny byly rozděleny podle odpovědí respondentů v otázkách zaměřených na motivaci k provozování fotbalu. Je však zřejmé, že žáci zařazení do určité kategorie mohli

mít i významný podíl v jiných kategoriích. Tyto kategorie nazvány dle rozdílných důvodů, proč fotbal respondenti provozují jsou rozděleny následovně. V první kategorii s touhou po profesní dráze fotbalisty bylo začleněno 14 žáků (n = 14), v druhé kategorii s žáky vedené k aktivitě jeho rodiči 5 žáků (n = 5) a v poslední kategorii s potřebou sociálního kontaktu 8 žáků (n= 8).

Fotbalisté staršího školního věku poté odpovídali na otázky, které se týkají záležitosti vztahu jedince k fotbalu v období restriktivních opatření související s onemocněním COVID-19 (COVID opatření) a po ukončení COVID opatření (Tabulka 2). Fotbalisté na dotazy orientované na průběh období COVID opatření, se nejvíce (69 %) přikláněli ke skutečnosti, že jim plnohodnotný tréninkový proces scházel. Přikláněli se tedy k otázkám, díky kterým bylo možné nejen zjistit vztah ke ztrátě tréninkového procesu, ale také jak vnímali omezení socializace a zda se začali jedinci realizovat i v jiných typech pohybových aktivit, aby si udrželi motivaci a výkonost pro budoucí plnohodnotné tréninkové procesy. Mezi respondenty se však i vyskytovali žáci (18 %), kterým pohybová aktivita a tréninkový proces v průběhu COVID-pauzy nescházely. Zbylé reakce (13 %) se projevily jako nestranné.

V části týkající se období „Po ukončení COVID-pauzy“ byly odpovědi velmi různorodé. Tento fakt je daný i skutečností, že v této části anketního šetření některé výroky nabývali vyšší hodnoty motivace, pokud respondent odpověděl negací k danému problému. Tento problém nastal například u otázky mířenou, zda respondenti by rádi po COVID-pauze vyměnili fotbal za jinou pohybovou aktivitu. Pokud hráči odpovídali negativně, jejich motivace pro provozování fotbalu naopak nabývala nejvyšších hodnot.

Tabulka 1

Tréninkový proces v období COVID-pauzy

	Forma tréninků	Počet TJ/týden	Zpětná vazba	Docházka hráčů
Na začátku COVID-pauzy	Individuální plány v domácím prostředí	Individuálně	SMS s rodiči	Všichni hráči
V průběhu COVID-pauzy	Skupinové on-line hovory (ZOOM); Individuální tréninky v domácím prostředí	2	ZOOM meeting	Postupný úbytek hráčů, kteří se aktivně zapojovali
V průběhu uvolňování restriktivních opatření	TJ v malých skupinách; TJ v mezích podmínek restriktivních opatření	2	Prezenčně	Všichni hráči
V období po COVID-pauze	TJ v plném počtu hráčů bez omezení	3	Prezenčně	Úbytek hráčů, kteří se aktivně zapojovali

Poznámka. TJ = tréninková jednotka.

Tabulka 2

Četnosti odpovědí jednotlivých položek ankety v období v průběhu a po COVID-pauze

	NAPROSTO SOUHLAŠÍM	SPÍŠE SOUHLAŠÍM	TAK ANI TAK	SPÍŠE NESOUHLAŠÍM	ROZHODNĚ NESOUHLAŠÍM
V době COVID opatření					
V průběhu COVID-pauzy mi vadilo, že jsem měl málo pohybu.	9	6	3	6	3
V průběhu COVID-pauzy mi vadilo, že nemohu chodit na fotbalové tréninky.	14	6	3	3	1
V průběhu COVID-pauzy mi chyběli kamarádi, které jsem potkával na tréninku.	10	10	6	0	1
V průběhu COVID-pauzy mi vadilo, že nebylo možné hrát zápasy s jinými týmy.	12	5	4	1	5
V průběhu COVID-pauzy jsem místo fotbalu sportoval i jinak (běh, kolo, plavání nebo jiné)	11	10	2	3	1
Po ukončení COVID opatření					
Po COVID-pauze jsem se začal věnovat také jinému sportu.	2	7	2	5	11
Od COVID-pauzy mám již mnohem menší potřebu potkávat při sportování i jiné kamarády.	1	3	2	15	6
Od COVID-pauzy jsem na tom fyzicky mnohem hůř.	0	6	7	9	5
Od COVID-pauzy se mi již nedaří hrát fotbal tak dobře jako dřív.	1	5	8	7	6
Již mě nebaví věnovat se fotbalu tak, jako tomu bylo před COVID-pauzou.	2	4	3	5	13
Na tréninky se těším mnohem více než před COVID-pauzou	9	4	8	4	2
V současné době uvažuji o tom, že fotbal změním za jiný sport či jinou aktivitu	5	3	1	4	14
Po COVID-pauze mě již tolik nebaví věnovat se fotbalu ani jakékoliv jiné pohybové aktivitě.	0	4	4	5	14

Pro lepší pochopení problému jak se v průběhu a po ukončení restriktivních opatření mění zájem o provozování fotbalu v závislosti na typu motivace dětí staršího školní věku k tréninkovému procesu, byl proveden Chí-kvadrát test (Tabulka 3).

Výsledky ukázaly, že žákům, jejichž převažujícím důvodem k provozování fotbalu je touha po profesní dráze fotbalisty (kategorie 1), působilo mnohem větší problémy znovu se zapojit do tréninkového procesu než žákům, jejichž aktivity převážně řídí jejich rodiče (kategorie 2).

Žáci, u nichž jako důvod hraní fotbalu je převážně potřeba sociálního kontaktu (kategorie 3), odpovídali obdobně jako žáci kategorie 1. Naopak v otázkách zaměřené na skutečnost, zdali chtějí žáci i nadále setrvat v tomto sportu, se jejich odpovědi výrazně podobaly žákům kategorie 3.

Tabulka 3

Rozdíly v odpovědích žáků v jednotlivých položkách ankety v závislosti na důvodech, proč se věnují fotbalu (převažuje touha po profesní dráze fotbalisty (n = 14), převažuje vedení dítěte k aktivitám jeho rodiči (n = 5), převažuje potřeba sociálního kontaktu (n = 8))

Položka ankety	χ^2	p
<i>V době COVID opatření</i>		
V průběhu COVID-pauzy mi vadilo, že jsem měl málo pohybu.	8,304	0,404
V průběhu COVID-pauzy mi vadilo, že nemohu chodit na fotbalové tréninky.	14,692	0,065
V průběhu COVID-pauzy mi chyběli kamarádi, které jsem potkával na tréninku.	9,360	0,154
V průběhu COVID-pauzy mi vadilo, že nebylo možné hrát zápasy s jinými týmy.	10,355	0,241
V průběhu COVID-pauzy jsem místo fotbalu sportoval i jinak (běh, kolo, plavání nebo jiné)	5,878	0,661
<i>Po ukončení COVID opatření</i>		
Po COVID-pauze jsem se začal věnovat také jinému sportu.	6,904	0,547
Od COVID-pauzy mám již mnohem menší potřebu potkávat při sportování i jiné kamarády.	15,020	0,059
Od COVID-pauzy jsem na tom fyzicky mnohem hůř.	18,937	0,004*
Od COVID-pauzy se mi již nedaří hrát fotbal tak dobře jako dřív.	11,836	0,159
Již mě nebaví věnovat se fotbalu tak, jako tomu bylo před COVID-pauzou.	14,872	0,062
Na tréninky se těším mnohem méně než před COVID-pauzou	16,158	0,040*
V současné době uvažuji o tom, že fotbal změním za jiný sport či jinou aktivitu	21,995	0,005*
Po COVID-pauze mě již tolik nebaví věnovat se fotbalu ani jakékoliv jiné pohybové aktivitě.	10,068	0,122

Poznámka. χ^2 = hodnota chí-kvadrát testu; p = hodnota statistické významnosti; * = p < 0,05.

6 DISKUSE

Dle dřívějšího zjištění jedinci staršího školního věku pro udržení vysoké motivace potřebují dodržovat tři psychologické potřeby. Tyto potřeby jsou chápány jako přijímání určitých nových výzev, volnost ve vykonávání našich zájmů a být součástí skupiny sociálního rázu (Blažej & Kostalanská, 2020). S nástupem pandemie onemocnění COVID-19 na naše území České republiky a následným rozhodnutím po jednání vlády ze dne 12. 3. 2020, 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, byl vyhlášen nouzový stav, díky kterému začalo množství omezování pohybu osob a s ním i spojeno omezování vykonávání fotbalu a jakékoliv jiné pohybové aktivity.

Sport a pohybová aktivita jsou velmi důležitými faktory pro zlepšení úrovně aktivního životního stylu. S touto skutečností se také pojí lepší kvalita života jedince a zdraví obecně. Po vyhlášení nouzového stavu, kdy se děti nemohly ani zúčastnit prezenční výuky na školách, docházelo k úbytku sociálního kontaktu s ostatními dětmi. Z dřívějších poznatků však již víme, že právě sociální kontakt dítěte staršího školního věku s ostatními dětmi je velmi důležitý. Mnoho dětí tak neztrácelo pouze zdraví z hlediska fyzického. Docházelo také k velkému zhoršení duševního zdraví, které bylo zapříčiněné nedostatkem pohybu a velkého množství stresových situací, které způsobily COVID opatření (Novák, 2022).

Díky nedostatku pohybové aktivity dochází také, především u dětí, k rozvoji sedavého způsobu života (Sekot, 2015). Pecinová (2022) uvádí, že COVID-pauza významně omezila pohybovou aktivitu dětí. Tyto omezení měly i za následek nejen větší výskyt sedavého způsobu života, ale také narůstalo více obézních jedinců, mezi kterými nacházíme i děti staršího školního věku (Hainer et al., 2020).

Děti, vyskytující se v období staršího školního věku se vyznačují především nevyrovnaným vývojem z hlediska sociálního, tělesného a psychického (Perič & Březina). Pro toto období vývoje je dle Šimíčkové-Čížkové (2008) také spojení rychlého tělesného růstu a hormonální nevyrovnaností, důsledkem zhoršené koordinace pohybu. Perič (2012) uvádí, že vývojové období staršího školního věku má největší význam z hlediska osvojování si pohybů. Pohyby naučené v těchto letech jsou pevněji zachovány nežli pohyby naučené v dospělém věku. S touto skutečností také souvisí fakt, že je zapotřebí provádět velké množství hodnotících šetření se zpětnou vazbou (Esposito, Ceruso & D'isanto, 2019). Z hlediska sociálního vývoje je v tomto období nesmírně důležitá sociální sféra pro budování si vztahů, které jsou citově pro jedince významnější, než tomu bylo doposud.

Proto dle výsledků anketního šetření zaměřené na omezování zapříčiněné COVID-pauzou bylo toto období pro hráče fotbalu ve starším školním věku z hlediska pohybového a sociálního rozvoje velice významné. U některých jedinců docházelo k pozitivnímu vlivu motivace ve vztahu k fotbalu, který zapříčinila COVID-pauza. U těchto jedinců bylo zjištěno větší odhodlání pro zapojení se zpět do tréninkového procesu, než tomu bylo před COVID-pauzou. U některých se však vztah k provozování fotbalu mohl díky COVID-pauzy velmi razantně změnit.

Díky těmto skutečnostem byl proveden i rozhovor s hlavním trenérem fotbalistů staršího školního věku, jenž fotbalisty trénoval před obdobím COVID-pauzy v jejím průběhu. Tudíž nám byl schopen předat veškeré informace ohledně provozování alternativních tréninkových procesů, zapříčiněnými situacemi COVID-pauzy na území České republiky. Jedinci se vyznačují velkou rozmanitostí individuality ve fyzickém vzhledu a výkonosti, zapříčiněnou sekulární akcelerací, jenž se projevuje u každého jedince v jiném časovém období (González, Sarabia & Moya-ramón, 2022). Poté bylo provedeno i anketní šetření s hráči, aby bylo lépe porozuměno dopadu omezování spojenými s nouzovým stavem a porozumění vnímání této doby z pohledu hráče staršího školního věku.

Nejprve bylo tedy provedeno šetření v podobě rozhovoru s trenérem starších žáků fotbalového klubu Rožnova pod Radhoštěm. V COVID-pauze nebylo možné využívat specializovaných tréninkových jednotek, kde se hráči začínají zaměřovat na jednotlivé pozice v herním systému, které Fajfer (2005) pokládá za charakteristické pro vývojové období hráčů staršího žactva. Tyto tréninky není možné vykonávat individuálně, jelikož je k nim zapotřebí zapojení většího počtu hráčů. Například u tréninku obránce je potřeba vytvoření obranné situace, kde se zapojuje minimálně jeden obránce a útočník.

Dotazovaný trenér podal informace, týkající se jeho strany pohledu na alternativní provozování tréninkového procesu v období COVID-pauzy, které se v České republice převážně vyskytovaly v letech 2020 a 2021. Z rozhovoru byla odvozena snaha o co největší zapojení hráčů do procesu tréninků za pomoci materiálů a možností, kterými klub i trenér byli vybaveni. Naneštěstí měl trenér limitované možnosti pro provozování tréninkového procesu. Fotbalové kluby v Rožnově pod Radhoštěm a v jeho blízkém okolí se vyznačují menšími celky, nežli je tomu v elitních klubech ve velkých městech. Trenér pro vylepšení tréninkového procesu využíval také mnoho metod pro spojení s hráči a zpětné vazby. Nejprve v rámci SMS zpráv se zákonnými zástupci, a poté skrz internetovou platformu ZOOM meeting. V prvních týdnech se trénink hráčů vyznačoval pouze v podobě individuálních plánů, které fotbalisté sami vykonávali. Díky uvolňování restriktivních opatření v květnovém měsíci a mimořádného opatření č. 471, byla následně možnost trénování amatérských sportovců, tedy i zmiňovaných fotbalistů staršího školního věku, v menších skupinách. Musely však splňovat řadu kritérií, především pak omezení

počtu osob dle předpisu jeden člověk na 15 m². Hráči se zároveň museli jednou za týden prokazovat negativním antigenním nebo PCR testem na onemocnění covid-19. V rámci dalšího rozvolňování opatření bylo následně možné trénovat bez předložení negativního testu, avšak pouze v případě, kdy jedinec prodělal onemocnění covid-19. Zmiňované období bylo nejvíce časově náročné pro trenéry, poněvadž byli nuceni trávit na tréninkovém hřišti co nejvíce času, aby se dokázali každé skupině věnovat do takové míry, do jaké jim to bylo z hlediska restriktivních opatření umožněno.

Po dlouhé pauze bez svých kamarádů a vykonávání tréninkového procesu pouze formou individuálních plánů, nadšení ze strany fotbalistů narůstalo. Naneštěstí se však našli i jedinci, kteří se již po COVID-pauze do tréninkového procesu nevrátili. Byla jich však převážná menšina. Tento fakt nám předal i trenér fotbalistů, který uvedl, že jeho tým opustili pouze dva hráči, kteří se však vyznačovali výkonnostním průměrem týmu. Přístupem k tréninkovému procesu se vyznačovali negativně a díky těmto skutečnostem nezapadali ani do kolektivu týmu. V této menšině byli hráči, kteří se dle výsledků anketního šetření řadili mezi ty, u nichž převažuje vedení dítěte k aktivitám jeho rodiči. Tito hráči se vyznačují tím, že nemají z fotbalu vnitřní radost ani jej nehrají pro velké úspěchy a výsledky, kterých by chtěli dosahovat.

Chí-kvadrát test umožnil posoudit vztah mezi jednotlivými dvojicemi položek z období v průběhu a po COVID-pauze. Tyto vztahy tak mohou naznačit případné kauzální souvislosti objasňující změny motivace a vztahu k fotbalu v období po COVID-pauze.

Statisticky významné odpovědi byly zjištěny v případě výsledků anketního šetření v otázkách číslo třináct, šestnáct a sedmnáct (Příloha 1). Díky těmto třem otázkám bylo možné dojít k následujícím názorům. Žáci kategorie 1 a 3 si byli odpověďmi velmi podobní u otázky, zdali se po ukončení COVID-pauzy cítí fyzicky mnohem hůře, než tomu bylo před rokem 2020. Tyto dvě kategorie odpovídaly více ve stupnici odpovědí spíše nesouhlasím a rozhodně nesouhlasím. V kategorii 1 v této stupnici odpovědí takto odpovědělo 57 % respondentů a v kategorii 3 dokonce 75 % respondentů. Naopak u žáků kategorie 2 byly odpovědi nakloněny ve stupnici odpovědí tak ani tak a spíše nesouhlasím. Tento fakt poukazuje na skutečnost, že žáci kategorie 2 nejsou natolik motivováni vykonávat tréninkový proces jako je tomu u zbylých dvou kategorií. Proto se také po COVID-pauze cítily mnohem hůře fyzicky. Alternativní tréninkový proces nebyl pro ně tedy adekvátní a zpětná vazba nedostačující. V případě otázky, u nichž byly zjištěny statisticky významné rozdíly, tj. zda se na tréninky fotbalisté těší mnohem více po COVID-pauze než před ní, žáci kategorie 3 poukazují na skutečnost, že i po COVID-pauze je stále do nějaké míry motivuje docházet na tréninky.

Skutečnost je dána díky předešlým poznatkům, že jedinci staršího školního věku vytvářejí již hlubší citové vazby ke svým kamarádům (Vágnerová, 2012), kteří jim před COVID-pauzu

scházeli a jsou také součástí tréninkového procesu. Opačně je tomu u žáků kategorie 2, kdy respondenti se díky motivaci k provozování fotbalu pouze skrze své rodiče od tréninkového procesu více distancovali. Tento problém je zaznamenáván velmi často. Matějček (1992) říká, že děti jsou svými ambiciózními rodiči, kterou dokonce zařazuje i pod rodiny dysfunkční, nuceni vykonávat sport na úkor seberealizování rodičů, tudíž je COVID-pauza pouze utvrdila ve faktu, že tento sport je nenaplňuje natolik, aby se mu věnovali i nadále. Opačně je tomu u žáků kategorie 1, která se po COVID-pauze těší na tréninkový proces mnohem více, nežli tomu bylo před ní, jelikož jejich cíl je stát se profesionálním hráčem fotbalu a seberealizovat se v tomto odvětví. K tomuto problému navazuje také poslední detailněji rozebraná otázka, která nám potvrzuje, že kategorie 3 po COVID-pauze se nejenom cítí hůře fyzicky a nemá motivaci docházet znovu do tréninkového procesu, ale také z 80 % souhlasí se změnou sportu. U žáků kategorie 1 naopak 86 % fotbalistů rozhodně nesouhlasí se změnou sportu. Díky těmto skutečnostem je zřejmé, že motivace, která se více přibližuje motivaci vnitřní, je pro provozování sportu neadekvátnější (Pink, 2011).

Lze tedy konstatovat, že restriktivní opatření související s pandemií onemocněním COVID-19 změnila motivaci dětí staršího školního věku ve vztahu k fotbalu určitým způsobem. Otázkou však zůstává, jestli tyto poznatky jsou pouze přechodného rázu nebo budou mít i dopad na rozvoj těchto dětí i v jejich budoucím vývoji. Studie se také mohla opírat o větší množství respondentů a zapojení více trenéru z tohoto prostředí. Mnoho studií na tuto problematiku však ještě nevzniklo. V tomto ohledu je tato bakalářská práce inovativní a může sloužit pro další výzkumy.

7 ZÁVĚRY

Z výsledků je patrné, že v průběhu období restriktivních opatření související s onemocněním COVID-19 (COVID opatření) došlo k pozitivním i negativním změnám vyskytující se k motivaci žáků staršího školního věku k provozování fotbalu.

V době COVID opatření muselo být ze strany trenérů využito mnoho alternativních přístupů k uskutečnění tréninkového procesu. Mezi ně můžeme zařadit individuální plány, ZOOM meetingy a SMS domluva se zákonnými zástupci hráčů. Tréninky v průběhu COVID opatření zkráceny většinou pouze do periody 2x týdně. Dle respondentů, kterými se stali fotbalisté staršího školního věku z Rožnova pod Radhoštěm je patrné, že hráči byli ze 48 % spíše spokojeni s provozováním tréninků v průběhu COVID opatření. Motivace hráčů k tréninkovému procesu byla největší při rozvolňování restriktivních opatření, kdy v květnovém měsíci v roce 2020 bylo možné vykonávat tréninkovou jednotku v menších skupinách. Výpadek aktivity fotbalistů k tréninkovému procesu nastal nejvíce po ukončení COVID opatření. Jedinci zřejmě ztratili motivaci pro docházení na tréninky.

Posuzované ukazatele motivace se částečně lišily v závislosti na důvodech, proč se převážně věnují fotbalu. V tomto smyslu se od sebe nejvíce odlišovala skupina žáků, jejichž důvod hraní fotbalu je dominantně touha po profesní dráze fotbalisty, a skupina žáků, u nichž se jako důvod ukazuje vedení dítěte k aktivitám jeho rodiči.

Největší rozdíly jsme pozorovali po ukončení COVID opatření v roce 2021. Fotbalisté vedení k aktivitám skrz rodiče uvažují o změně svého dosavadního sportu, tedy fotbalu, mnohem více nežli fotbalisté s touhou po profesní dráze fotbalisty. Žáci se sociální motivací k hraní fotbalu se do tréninkového procesu vraceli převážně za svými kamarády z fotbalového prostředí.

8 SOUHRN

Práce se věnuje problematice vztahu motivace k provozování fotbalu v období COVID opatření. Jejím záměrem bylo zjistit, jakým způsobem se změnilo provozování fotbalu v průběhu období a po ukončení období COVID opatření a zda se vyskytly změny u motivace k tréninkovému procesu. Pokud tyto změny proběhly, jejím dalším záměrem bylo zjistit u dětí staršího školního věku odlišnosti zájmů k tréninkovému procesu dle důvodů, proč fotbal provozují.

Teoretická část práce předkládá přehled různých teorií motivací, vyplývající z poznatků různých autorů, které dokázaly přiblížit problematiku motivace u dětí staršího školního věku k tréninkovému procesu v období COVID opatření. Pro lepší porozumění situace s COVID opatřeními na území České republiky v letech 2020 a 2021 byly v obecném přehledu také uvedeny jednotlivé vládní mimořádné opatření a usnesení, jež měly za následek mnoho omezování volného pohybu osob a sportu, včetně fotbalu staršího školního věku.

Na teoretickou část navazuje výsledková část práce. Zde je díky rozhovoru s trenérem staršího žactva z Rožnova pod Radhoštěm uvedeno, jakých alternativních tréninkových procesů bylo zapotřebí, aby fotbalisté neztráceli motivaci pro vykonávání fotbalu v různých obdobích spojenými s COVID opatřeními. Pro lepší porozumění motivace ve vztahu k provozování fotbalu, bylo 27 respondentů rozděleno do tří kategorií dle odpovědí v prvních třech otázkách anketního šetření. Kategorie byly nazvány dle důvodů, proč provozují fotbal následovně. Fotbalisté s touhou po profesní dráze fotbalisty, vedení k aktivitám jeho rodiči a fotbalisté s potřebou sociálního kontaktu. Díky rozhovoru bylo také zjištěno, ve kterém období byly největší výpadky hráčů s aktivní účastí na tréninkovém procesu. S největšími ztrátami motivace se trenér setkal až po ukončení COVID opatření. Jednalo se o hráče, které k provozování fotbalu doprovázelo vedení dítěte jeho rodiči. Tato skutečnost se vyznačuje vyhnutím se trestu anebo získání odměn ze strany dětí. V opačném případě tomu bylo s touhou dítěte po profesní dráze fotbalisty. Hráči začlenění do této kategorie, neztráceli naději v tréninkový proces v období ani po konci období spojenými s COVID-opatřeními.

Práce tak částečně zodpověděla problematiku vztahu motivace k provozování fotbalu. Nutné je dále provést další výzkumy, které nám přiblíží dopady COVID-pauzy. Zbývá také zjistit, zda se tyto výsledky budou shodovat i s dalšími výzkumy, které se budou zabývat touto problematikou v jiných sportovních klubech.

9 SUMMARY

The thesis deals with the issue of the relationship between motivation and running football during the period of COVID measures. Its intention was to find out how the running of football changed during and after the end of the period of COVID measures and whether there were changes in the motivation for the training process. If these changes took place, her next intention was to find out the differences in interests in the training process among children of older school age according to the reasons why they play football.

The theoretical part of the work presents an overview of various theories of motivation, resulting from the findings of various authors, which were able to bring the issue of motivation in older school-aged children closer to the training process during the period of the COVID measures. For a better understanding of the situation with the COVID measures in the territory of the Czech Republic in 2020 and 2021, the general overview also included individual government emergency measures and resolutions that resulted in many restrictions on the free movement of people and sports, including soccer for older school age.

The theoretical part is followed by the result part of the work. Here, thanks to an interview with the coach of older pupils from Rožnov pod Radhoštěm, it is shown what alternative training processes were needed so that footballers did not lose motivation for playing football in different periods associated with COVID measures. For a better understanding of motivation in relation to running football, 27 respondents were divided into three categories according to the answers to the first three questions of the survey. The categories were named according to the reasons why they run football as follows. Soccer players with a desire for a career as a soccer player, guidance to activities by his parents and soccer players with a need for social contact. Thanks to the interview, it was also established in which period there were the biggest outages of players with active participation in the training process. The coach encountered the biggest losses of motivation only after the end of the COVID measures. These were players who were accompanied by the child's parents to practice football. This fact is characterized by the avoidance of punishment or the obtaining of rewards by the children. The opposite was the case with the child's desire to become a professional footballer. Players included in this category did not lose hope in the training process during or after the end of the period associated with the COVID-measures.

The work thus partly answered the issue of the relationship of motivation to playing football. It is necessary to carry out further research that will bring us closer to the effects of the COVID-pause. It also remains to be seen whether these results will coincide with other research that will deal with this issue in other sports clubs.

10 REFERENČNÍ SEZNAM

- Bartoníčková, K. (2009). *Občanský a společenskovední základ – přehled středoškolského učiva*. Computer Press.
- Bedrnová, E., & Nový, I. (1998). *Psychologie a sociologie řízení*. Management Press.
- Blažej, A. (2019). *Motivace dětí a mládeže ve sportu*. Masarykova univerzita.
- Blažej, A., & Kostolanská, K. (2020). *Flow ve sportu*. Grada Publishing.
- Boban, M. (2021). Novel coronavirus disease (COVID-19) update on epidemiology, pathogenicity, clinical course and treatments. *International Journal of Clinical Practice*, 75(4). <https://doi.org/10.1111/ijcp.13868> Olympia.
- Buzek, M. (2007). *Trenér fotbalu A UEFA licence*. Olympia.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2013). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Springer US. <https://books.google.cz/books?id=M3CpBgAAQBAJ>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The „What" and „Why" of Goal Pursuits. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Esposito, G., Ceruso, R., & D'isanto, T. (2019). Evaluation of some quantitative aspects in the young soccer players training process during puberty. *Journal of Physical Education*, 19, 1777–1783.
- Fajfer, Z. (2005). *Trenér fotbalu mládeže (6-15 let)*. Olympia.
- Fontana, D. (1997). *Psychologie ve školní praxi*. Portál.
- Forsyth, P. (2009). *Jak motivovat svůj tým*. Grada.
- González, I. P., Sarabia, J. M., & Moya-ramón, M. (2022). Young soccer players aggrupation for conditioning trainings according to players' maturation and physical performance. *Retos: Nuevas Perspectivas de Educación Física, Deporte y Recreación*, 43, 98–106.
- Grasgruber, P., & Cacek, J. (2008). *Sportovní geny*. Computer Press.
- Hainer, V., Kunešová, M., Taxová-Braunerová, R., Zamrazilová, H., & Aldhoon-Hainerová, I. (2020). Dvě pandemie současnosti: obezita a COVID-19. *Praktický Lékař*, 100(4).
- Hájková, J. (2020). *Motoricko-funkční příprava v tělesné výchově*. Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta.
- Hošek, V. (1986). *Motivace sportovního tréninku*. Univerzita Karlova.
- Jansa, P. (2012). *Pedagogika sportu*. Karolinum.
- Jedlička, R. (2017). *Psychický vývoj dítěte a výchova*. Grada.
- Jelínek, M., & Jetmarová, K. (2014). *Sport, výkon a metafyzika, aneb, Jak proměnit „práci" ve hru a úsilí v medaile*. Mladá fronta.

- Jordalen, G., Lemyre, P.-N., Solstad, B. E., & Ivarsson, A. (2018). The Role of Self-Control and Motivation on Exhaustion in Youth Athletes. *Frontiers in Psychology, 9*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02449>
- Kohoutek, R. (2003). *Vývojová psychologie* (2. vydání). Institut mezioborových studií Brno.
- Lička, V., & Magnusek, J. (2006). *Profese: fotbalista*. Montanex.
- Matějček, Z. (1992). *Dítě a rodina v psychologickém poradenství*. Státní pedagogické nakladatelství.
- Muchinsky, P. M. (2000). Emotions in the workplace: The neglect of organizational behavior. *Journal of Organizational Behavior: The International Journal of Industrial, Occupational and Organizational Psychology and Behavior, 21*(7), 801–805.
- Nakonečný, M. (2004). *Psychologie téměř pro každého*. Academia.
- Nápravník, Č. (1987). *Lékař a kopaná*. Olympia.
- Nassar, M. F., Allam, M. F., & Shata, M. O. (2021). Effect of COVID-19 Lockdown on Young Egyptian Soccer Players. *Global Pediatric Health, 8*. <https://doi.org/10.1177/2333794X211012980>
- Nicholls, J. G. (1984). Achievement motivation. *Psychological Review, 91*(3), 328–346. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.91.3.328>
- Novák, J. (2022). *Životní styl, stravovací návyky a fyzická aktivita u dětí v období COVID-19 pandemie*. [Bakalářská práce]. Univerzita Karlova, Přírodovědecká fakulta.
- Pavlas, I. (2011). *Výkonová motivace a interpersonální potřeby*. Pedagogická fakulta Ostravské univerzity v Ostravě.
- Pecinová, E. (2022). *Pohybová aktivita dětí mladšího školního věku v České republice během pandemie COVID-19* [Diplomová práce]. Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu.
- Perič, T. (2004). *Sportovní příprava dětí*. Grada.
- Perič, T. (2012). *Sportovní příprava dětí* (2. vydání). Grada.
- Perič, T., & Březina, J. (2019). *Jak nalézt a rozvíjet sportovní talent*. Grada Publishing.
- Pink, D. H. (2011). *Drive*. Riverhead Books.
- Plamínek, J. (2015). *Tajemství motivace* (3. rozšířené vydání). Grada Publishing.
- Procházka, D. (2021). *Amatérští sportovci trpí. Trénovanost upadá a zranění se množí*. Český rozhlas. Retrieved June 21, 2022, from <https://ostrava.rozhlas.cz/amatersti-sportovci-trpi-trenovanost-upada-a-zraneni-se-mnozi-8404571>
- Psotta, R. (2006). *Fotbal*. Grada.
- Sekot, A. (2015). *Pohybové aktivity pohledem sociologie*. Masarykova univerzita.

- Schwebel, F. J. (2015). *Comparing the Relative Impact of Parent-and Coach-Initiated Motivational Climates on Young Athletes' Self-Esteem, Performance Anxiety, and Achievement Goal Orientation* [Doktorská disertační práce]. University of Washington.
- Šimíčková-Čížková, J. (2008). *Přehled vývojové psychologie* (2. vyd). Unverzita Palackého v Olomouci.
- Tenenbaum, G., & Eklund, R. C. (2007). *Handbook of Sport Psychology*. Wiley. <https://doi.org/10.1002/9781118270011>
- Tod, D., Thatcher, J., & Rahman, R. (2012). *Psychologie sportu*. Grada.
- Trojánek, M., Grebenyuk, V., Herrmannová, K., Nečas, T., Gregorová, J., Kucbel, M., Šín, R., Roháčová, H., & Stejskal, F. (2020). Nový koronavirus (SARS-CoV-2) a onemocnění COVID-19. *ČASOPIS LÉKAŘŮ ČESKÝCH*, 18(2020), 159.
- Vágnerová, M. (2012). *Vývojová psychologie* (Vydání druhé, doplněné a přepracované). Karolinum.
- Velavan, T. P., & Meyer, C. G. (2020). The COVID-19 epidemic. *Tropical Medicine & International Health*, 25(3), 278–280. <https://doi.org/10.1111/tmi.13383>
- Vila-chã, C., Viegas, J., Serra, N., Barbosa, A., & Conceição, F. (2018). The effect of in-season short-term progressive plyometric training on explosive actions of young soccer players. *Egitania Scientia*, 195–212.
- Vilímová, V. (2009). *Didaktika tělesné výchovy* (2. vydání). Masarykova univerzita.
- Vláda České republiky. (2022). Vládní usnesení související s bojem proti epidemii. Vláda České republiky. Retrieved June 20, 2022, from <https://www.vlada.cz/cz/epidemie-koronaviru/dulezite-informace/vladni-usneseni-souvisejici-s-bojem-proti-epidemii-180608/>
- Zago, M., Lovecchio, N., & Galli, M. (2022). Players at home. *International Journal of Sports Science*, 17(3), 626–636.
- Zerf, M., Kerroum, M. A., & S.B.A., B. (2019). Relationship between power strength and anaerobic power index as a clear picture of the effect of strength training among young soccer elite players. *Слобожанський науково-спортивний вісник*, 2(70), 80–85. <https://doi.org/10.15391/sns.v.2019-2.014>
- Zhang, T., & Li, Z. (2021). Analysis of COVID-19 epidemic transmission trend based on a time-delayed dynamic model. *Communications on Pure & Applied Analysis*, 0(0). <https://doi.org/10.3934/cpaa.2021088>

11 PŘÍLOHY

11.1 Přehled položek a formální úprava ankety

Příloha č. 1

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 fotbalu (trénuješ fotbal)

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 fotbal, protože chci jednou hrát profesionálně.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 Hraji fotbal, protože to chtějí mí rodiče.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 Hraji fotbal, protože tam mám hodně kamarádů.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 Hraji fotbal, 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 dále 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 fotbalové tréninky.	<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 fotbalu 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 nedá hrát fotbal 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 fotbalu 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 fotbal změním 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 fotbalu ani jakékoliv jiné pohybové aktivitě.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

11.2 Informovaný souhlas

Příloha č. 2

Informovaný souhlas s vyplněním dotazníku

Vážený rodiče, zákonní zástupci,

Jmenuji se Tereza Bolfová a jsem studentkou Fakulty tělesné kultury na Univerzitě Palackého v Olomouci. V rámci své bakalářské práce uskutečňuji výzkumné šetření, jehož cílem je zhodnotit efekt restriktivních opatření souvisejících s pandemickou situací COVID-19 v letech 2020-2021 z hlediska změn motivace u fotbalistů staršího školního věku z Rožnova pod Radhoštěm. Zaměřuji se především na žáky druhého stupně základních škol. Výzkumné šetření uskutečňuji formou přiloženého dotazníku. Výzkum je zcela anonymní, získané informace důvěrné a budou sloužit pouze pro účely zmiňované bakalářské práce.

V případě Vašeho souhlasu předejte, prosím, vyplněný souhlas i dotazník třídní učitelce Vašeho dítěte. Děkuji za Vaši ochotu a spolupráci na výzkumném šetření.

Tereza Bolfová

Souhlasím – nesouhlasím s vyplněním dotazníku mým dítětem.

Podpis rodiče/zákonného zástupce: