

Univerzita Hradec Králové

Pedagogická fakulta

Bakalářská práce

2020

Dolínková Michaela

Univerzita Hradec Králové
Pedagogická fakulta
Katedra sociální pedagogiky

Dračí lodě jako alternativa trávení volného času a cesta k týmové spolupráci

Bakalářská práce

Autor:	Michaela Dolínková
Studijní program:	B7507 Specializace v pedagogice
Studijní obor:	Sociální pedagogika se zaměřením na výchovnou práci v etopedických zařízeních
Vedoucí práce:	Mgr. Alena Knotková
Oponent práce:	Mgr. Jakub Holeček



Univerzita Hradec Králové
Pedagogická fakulta

Zadání bakalářské práce

Autor:	Michaela Dolínková
Studium:	P17P0667
Studijní program:	B7507 Specializace v pedagogice
Studijní obor:	Sociální pedagogika se zaměřením na výchovnou práci v etopedických zařízeních
Název bakalářské práce:	Dračí lodě jako alternativa trávení volného času a cesta k týmové spolupráci
Název bakalářské práce AJ:	Dragonboating as an alternative for spending a leisure time and a way to a team cooperation

Cíl, metody, literatura, předpoklady:

Bakalářská práce se zabývá dračími loděmi jako alternativou trávení volného času a cestou k týmové spolupráci. Cílem této práce je vymezit základní informace a výhody dragonboatingu. Na začátku bude tato bakalářská práce věnovat pozornost volnému času jako takovému. Následující kapitola se bude věnovat dračím lodím. V poslední kapitole bude věnována pozornost týmové spolupráci. Součástí bakalářské práce je praktická část, ve které se práce zaměří na vztahy mezi účastníky tohoto sportu. V praktické části bude využita kvalitativní metoda, pro sběr dat bude použit strukturovaný rozhovor s otevřenými otázkami.

Literatura: HORVÁTHOVÁ, Petra. Týmy a týmová spolupráce. Praha: ASPI, 2008. ISBN 978-80-7357-390-4. JANSÁ, Petr. Pedagogika sportu. Praha: Karolinum, 2012. ISBN 978-80-246-2026-8. KLÍMA, Petr a Zdeněk JANEČEK. Dragon boat story: od prvního festivalu po mistrovství světa. [Praha: Česká asociace dračích lodí, 2010]. ISBN 978-80-254-8807-2. SLEPIČKOVÁ, Irena. Sport a volný čas. Praha: Karolinum, 2000. ISBN 80-246-0044-7. ŠVAŘÍČEK, Roman a Klára ŠEĐOVÁ. Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-313-0. ZAHŘÁDKOVÁ, Eva. Teambuilding: cesta k efektivní spolupráci. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-042-9.

Garantující pracoviště: Katedra sociální pedagogiky,
Pedagogická fakulta

Vedoucí práce: Mgr. Alena Knotková

Oponent: Mgr. Jakub Holeček

Datum zadání závěrečné práce: 6.11.2014

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně a uvedla jsem všechny použité prameny a literaturu.

V Chotěboři dne 18. dubna 2020

Poděkování

Děkuji Mgr. Aleně Knotkové za odborné vedení práce, poskytování rad a připomínek. Dále bych chtěla poděkovat mým přátelům a Alexandrovi Orosovi za podporu a pomoc při psaní této bakalářské práce.

Anotace

DOLÍNKOVÁ, Michaela. *Dračí lodě jako alternativa trávení volného času a cesta k týmové spolupráci*. Hradec Králové: Pedagogická fakulta Univerzity Hradec Králové, 2020. 57 s. Bakalářská práce.

Bakalářská práce se zabývá dračími loděmi jako alternativou trávení volného času a cestou k týmové spolupráci. Cílem práce je představit tento netradiční sport a zjistit jaké jsou vztahy mezi členy posádky. V teoretické části věnuje práce pozornost volnému času, dračím lodím a týmové spolupráci. Součástí bakalářské práce je také praktická část, která obsahuje kvalitativní výzkum, jehož cílem je zjistit, zda naučená spolupráce na dračí lodi vede ke vzniku pozitivních vztahů mezi členy posádky. K zjištění výsledků byl využit strukturovaný rozhovor s otevřenými otázkami. Výzkumného šetření se zúčastnili čtyři respondenti.

Klíčová slova: dračí lodě, volný čas, týmová spolupráce

Annotation

DOLÍNKOVÁ, Michaela. *Dragonboating as an alternative for spending leisure time and a way to a team cooperation*. Hradec Králové: Faculty of Education, University of Hradec Králové, 2020. 57 pp. Bachelor Degree Thesis.

Bachelor thesis is about dragonboating as an alternative for spending leisure time and a way to a team cooperation. Target of thesis is to introduce this untraditional sport and to find out what are the relationships between crew members. In theoretical part the thesis is paying attention to leisure time, dragonboating and team cooperation. Part of this bachelor thesis is practical part, which includes the qualitative research, it's target is to determine whether learned collaboration on a dragon boat leads to positive relationships between crew members. A structured interview with open questions was used to determine the results. Four respondents participated in the research investigation.

Key words: dragonboating, leisure time, team cooperation

Obsah

Úvod.....	8
1 Volný čas	10
1.1 Volný čas a jeho definice.....	10
1.2 Role sportu ve volném čase	11
2 Dračí lodě.....	12
2.1 Historie dračích lodí.....	12
2.2 Dračí loď a pozice členů posádky.....	14
2.3 Technika pádlování.....	16
2.4 Česká asociace dračích lodí a Český svaz dračích lodí	18
2.5 Soutěže v České republice	19
2.6 Dračí lodě pro školy.....	24
3 Týmová spolupráce.....	27
3.1 Spolupráce	27
3.2 Dračí lodě jako nástroj teambuildingu.....	27
4 Praktická část	31
4.1 Stanovení cílů výzkumu.....	31
4.2 Vytvoření konceptuálního rámce.....	31
4.3 Rozhodnutí o metodách	33
4.4 Sběr dat a jejich interpretace.....	34
Závěr	48
Seznam zdrojů.....	49
Přílohy.....	53

Úvod

Dnešní společnost je velmi uspěchaná. Lidé pořád někam pospíchají, honí se za úspěchy, penězi za lepší kariérou, bydlením, často to vypadá jako by byli všichni v neustálém stresu, který nemá konce, protože lidé nikdy nemají dost a nejsou plně spokojeni. V současné době se dle mého názoru málo kdo zajímá o své zdraví, a ještě menší počet lidí pro svoje zdraví jak fyzické, tak i duševní něco dělá. Přitom stačí málo k tomu, aby lidé byli spokojenější, vyrovnanější a uvědomovali si hodnotu sebe sama. Tomu může snadno přispět jakákoliv oblíbená aktivita u které se lidé zastaví, na chvíli zapomenou na každodenní starosti a užijí si pouze moment „ted“ a tady“. Jde především o kvalitní náplň volného času, kterou mohou poskytnou právě dračí lodě.

Tuto jistotu mi dodává moje osmiletá zkušenost s tímto sportem. Dračí lodě mi jsou velmi blízké. Díky nim jsem nejen poznala spoustu zajímavých a úspěšných lidí, získala několik nových přátel, ale také jsem v nich našla způsob, jak se zrelaxovat a odpočinout si.

Za svůj dosavadní život jsem vyzkoušela mnoho sportovních aktivit, některé pouze rekreačně, jiné i na závodní úrovni, avšak u žádného z těchto sportů jsem nepocítila tak přátelskou a uvolněnou atmosféru jako právě při dragonboatingu. To pro mě byla největší motivace k tomu vybrat si právě tento sport jako téma bakalářské práce. Věřím, že tento sport dokáže stmelovat kolektiv, a že přináší mnoho benefitů do života jeho účastníků. Také se jedná o nový a neznámý sport. Doposud o něm je pouze jedna vydaná publikace v českém jazyce. I to byl důvod, proč je tato bakalářská práce zaměřená tímto směrem. Mohla by pomoci rozšířit povědomí společnosti o tomto netradičním sportu.

Práce je teoreticko-empirická a je rozdělena na dvě hlavní části. První část se zabývá teorií, která se dělí na tři celky – volný čas, dračí lodě a týmová spolupráce. Nejobsáhlejší je kapitola o dračích lodích, která popisuje, co jsou dračí lodě a vysvětluje proč je tento druh sportu tak výjimečný.

Druhá část práce je praktická. Ta vychází ze čtyř rozhovorů se zkušenými závodníky dračích lodí. Cílem druhé části je zjistit, zda dragonboating, který je považován za

nejtýmovější sport, posádku spíše stmeluje či rozděluje a zda naučená spolupráce na dračích lodích přináší závodníkům benefity do jejich osobních životů.

Obečným cílem této bakalářské práce je rozšířit povědomí společnosti o dragonboatingu a dokázat, že tento sport obohacuje jeho účastníky o několik pozitivních přínosů.

Vzhledem k již zmiňovanému malému množství odborných publikací na toto téma, a to jak v cizím jazyce, tak i v tom českém, lze tuto bakalářskou práci považovat za inovativní.

1 Volný čas

Volný čas má v průběhu života lidí velký význam. Formuje jejich osobnost a hodnotovou orientaci. Následující kapitola se zabývá definicí volného času a jeho využitím ve sportovním odvětví. Cílem kapitoly je poskytnout čtenáři základní, teoretické informace.

1.1 Volný čas a jeho definice

Pedagogika volného času se u nás začala objevovat teprve nedávno, a to počátkem 90. let.

Kniha *Pedagogika sportu* se v kapitole o volném čase odkazuje na Irenu Slepíčkovou. Autorka tvrdí, že pokud se má jednat o volný čas je potřeba splnit určité podmínky. První podmínka říká, že člověk by neměl mít žádné povinnosti k ničemu a nikomu. Vždy by se při provádění dané činnosti mělo jednat o svobodné rozhodnutí a výběr. Jako poslední podmínku Slepíčková uvádí to, že provádění vybrané aktivity přináší jedinci uspokojení. (Jansa 2014, s. 204)

V knize *Volný čas a sport* Irena Slepíčková (2005, s. 14) píše, že za nejlepší považuje holistické pojetí volného času. Toto pojetí pomáhá lidem chápat, kolik volného času mají a jakým způsobem ho tráví. Prožívání volného času může být různé a může se objevovat v několika sférách, např. i v pracovní sféře.

Břetislav Hofbauer (2004, s. 13) ve své knize mluví o regeneraci, zábavě a osobním rozvoji jako o hlavních funkcích volného času. Jeho charakteristika volného času se podobá popisu od Ireny Slepíčkové. Oba autoři se shodují v tom, že trávení volného času by mělo být ze svobodného rozhodnutí a mělo by také přinášet příjemné zážitky a uspokojení.

1.2 Role sportu ve volném čase

S volným časem přichází velké množství rozmanitých aktivit, které lze provozovat. Mezi tyto činnosti patří i sport a pohybové aktivity. Slepíčková (2005, s. 20) tvrdí, že s nárůstem nabídky vzrostla i pasivní zábava, kterou lidé upřednostňují spíše než sportovní aktivity a pohyb. Dalším problémem může být i celkový nedostatek volného času. Nicméně autorka zmiňuje, že lidé, kteří chtějí, si na sportovní činnosti čas najdou vždy, zejména potom lidé exponovaní v zaměstnání či s vyšším vzděláním.

Tímto faktem, že zábava vyžadující mentální či fyzické úsilí a aktivity tvořivé bývají potlačovány konzumností a pasivní zábavou, se ve své knize zabývá i Petr Jansa (2014, s. 209). V knize autor také uvádí některé výsledky z jeho výzkumného šetření v roce 2005, kdy zjišťoval postoje dětí a mládeže k tělesné výchově a sportu.

U respondentů autora zajímalo, zda navštěvují nějaké sportovní kroužky mimo školu. Výsledky ukázaly, že u chlapců je zájem o sportovní aktivity vyšší a s věkem roste. Kdežto u dívek Jansa zjišťuje, že s přibývajícím věkem zájem o aktivity tohoto druhu klesá.

Jansa v knize také uvádí, že mládež ve věku 15–18 let projevuje zájem zejména o nové druhy sportu. Tento fakt uvedlo 75 % respondentů z 805 osob.

Vzhledem k zájmu o nové sportovní aktivity je šance, že pozornost o dračí lodě vzroste.

2 Dračí lodě

Dračí lodě neboli dragonboating je plnohodnotný a zároveň jeden z nejtýmovějších sportů na světě. Jeho tradice pochází z asijských zemí a v České republice jde o zcela novou sportovní aktivitu.

Dračí lodě jsou velice specifické svojí nezbytností maximální synchronizace, spolupráce a soustředěnosti posádky v lodi. Také síla, vytrvalost a technika pádlování jsou velice důležitými faktory pro dosažení cíle v tomto sportu. Cílem je projet stanovenou vzdálenost za co nejkratší čas.

Dalším z několika důvodů, proč je dragonboating velmi výjimečný, je vzhled lodi, připomínající mýtického draka.

Posádku při tomto sportu tvoří dvacet dva lidí, kteří zaujímají různé pozice v lodi.

V České republice se dragonboating provozuje spíše pro zábavu, avšak několik posádek soutěží i na profesionální úrovni.

Cílem tohoto sportovního odvětví je dostat tuto aktivitu mezi olympijské disciplíny.

2.1 Historie dračích lodí

Kapitola o historii dračích lodí je rozdělena na tři části. První část se zabývá objevením dračích lodí jako takových. Tato část spadá do dávné historie Číny, kde vznikla první dračí loď. V druhé části je popsáno, jak se přeměnila čínská tradice v nezávislé sportovní odvětví. Posledním bodem je podkapitola s názvem *Český příběh dračích lodí*, která vysvětluje dějiny tohoto sportu v České republice. Cílem této kapitoly je stručné vysvětlení vzniku dračích lodí a jeho rozšíření do světa.

Původ a prvotní vývoj dračích lodí

Dračí lodě a pádlování na nich se začalo vyskytovat před více než 5 000 lety ve staré Číně, kdy se tyto lodě prvotně používaly zejména při rituálním uctívání draka, jako boha řek. Jejich tradiční podobu rozšířila až legenda stará zhruba 2300 let. Existuje mnoho různých verzí této legendy, kdy podstata je vždy stejná, jen detaily se liší. V knize *Dragon boat*

story, jediné české knize o dračích lodích, se píše, že legenda vypráví o čínském básníkovi Qu Yuanovi, který byl zároveň i rádcem čínského panovníka v království Chu. Qu Yuan byl velmi oblíbený, vzdělaný a vstřícný muž. Díky intrikám ostatních rádců, kteří básníkovi záviděli, byl Qu Yuan panovníkem ze své funkce sesazen a uvězněn. V žaláři napsal básník své stěžejní dílo Li Sao, jehož obsah však nového panovníka natolik rozcílil, že Qu Yuana vyhostil do exilu. Jako reakci na tento čin nového panovníka se básník rozhodl demonstrativně spáchat sebevraždu, a to v řece Mi-Lo. Když ho rybáři v řece objevili, pospíchali básníka na svých lodích zachránit, což se bohužel nepovedlo. Pomocí úderů do bubnů na lodi, se rybáři alespoň snažili uchránit básníkovu tělo před útoky hladových ryb. Truchlící poté házeli do řeky rýži, která měla ukojit hlad ryb a zároveň tímto činem uchránili duši zemřelého Qu Yuana.

Díky této legendě každý pátý den pátého měsíce čínského lunárního kalendáře vyjížděly čluny na vodu, aby uctily památku básníka. (*Klíma, Janeček 2010, s. 11*)

Autor v knize uvádí, že, kromě legendy o Qu Yuanovi, vychází původ dračích lodí ze samotné básně, kde básník popisuje svou cestu do nebe jako jízdu na drakovi. V Číně drak značí sílu a vítězství, a právě proto loď získala podobu draka, kdy jsou až dodnes lodě zdobené dračí hlavou na špici, ocasem na zádi, šupinami na bocích lodi a pádla představují drápy draka. (*Klíma, Janeček 2010, s. 12*)

„Tradice dračího festivalu se šířila přes rodiny, vesnice, až ke kantonům, a dala tak vzniknout tradičnímu klání, které čím dál tím víc získávalo sportovní charakter.“ (*Klíma, Janeček 2010, s. 12*)

Moderní historie aneb dračí lodě jako sport

Dračí lodě jako sportovní odvětví se nejvíce spojuje s městem Hongkong, a to z toho důvodu, že Hongkong Tourist Association (HKTA) uspořádala první oficiální mezinárodní festival dračích lodí, který se uskutečnil v roce 1976. Po tomto festivalu popularita dračích lodí vzrostla a rozšířila se do světa. V průběhu 80. let měl tento sport již svá ustálená pravidla. Poté v Asii, Americe, Evropě, Austrálii i Africe začaly vznikat národní asociace, které byly zcela nezávislé na jiných sportovních odvětvích. Tento rozvoj vedl k založení Evropské federace dračích lodí (EDBF) v roce 1990. O rok později

vznikla Mezinárodní federace dračích lodí (IDBF) a také Asijská federace dračích lodí (ADBF). (<https://sc80kanoistika.cz/historie-dracich-lodi/>)

V současné době, podle Klímy (2010, s. 14), Mezinárodní federace dračích lodí sdružuje více než 60 národních federací. Od roku 1995 tato federace pořádá oficiální mistrovství světa i mistrovství Evropy.

Český příběh dračích lodí

I v České republice se staly dračí lodě velmi populárním sportem. Za to se zasloužili dva muži, Hajo Libor a Sebastian Pawlowski, kteří v roce 1997 založili Pražský klub dračích lodí. Rok po založení klubu se rozhodla Singapurská asociace věnovat na podporu rozvoje kultury Pražskému klubu dračích lodí k zakoupené lodi druhý exemplář zdarma. Tento čin vedl ke vzniku prvního pražského festivalu dračích lodí. Pražský festival se konal na úseku Vltavy mezi Karlovým a Mánesovým mostem. Významným rokem pro historii dračích lodí v České republice se stal rok 2002, kdy byla sestavena první reprezentační posádka České republiky, která se zúčastnila mistrovství Evropy národních posádek v Polsku. Ve stejném roce se také přeměnil Pražský klub dračích lodí na Českou asociaci dračích lodí (ČADL), jejíž cílem bylo rozšíření tohoto sportu po republice, zejména pak mezi kanoisty.

(<https://www.dragonboat.cz/historie/>)

2.2 Dračí loď a pozice členů posádky

V této kapitole se práce zaměřuje na charakteristiku dračí lodí, bez které by tato sportovní aktivita nemohla být vykonávána. Cílem kapitoly je přiblížit čtenáři atypický vzhled lodí a pozice na ní, dále také představit odlišné typy lodí. Pro lepší představu je v sekci *Přílohy* obrázek dračí lodí.

Dračí loď

Nejdůležitější součástí tohoto sportu je samotná dračí loď, která je ozdobená dračí hlavou ve předu, ocasem vzadu a pádly, připomínající drápy draka.

Parametry dračích lodí byly schváleny Mezinárodní federací dračích lodí (IDBF) a Evropskou federací dračích lodí (EDBF). V Evropě bývá nejčastěji používána loď o délce 12.49 metrů, a to bez dračí hlavy, která jde z lodi odstranit, stejně jako ocas, který v uvedené délce není započítán. Šířka lodi je 1.16 metrů a váha samotné lodi bývá kolem 250 kilogramů. Tento druh lodi je určen pro dvacet dva lidí. Obsahuje deset dvoumístných lavic.

V současnosti se také začala na českých závodech používat tzv. small boat, v překladu: „malá loď“, která obsahuje pouze pět lavic. Malé lodě jsou 9 metrů dlouhé a váží 170 kilogramů. (<http://www.pragedragons.cz/cs/content/draci-lode>)

Kromě klasické lodi pro dvacet pádlujících, se můžeme setkat i s jinými druhy lodí, které se používají zejména v Asii. Tyto lodě se liší nejčastěji délkou, asijské bývají delší než evropské. Podle internetového zdroje *Dragonclub Brno*, existují tři typy lodí: Singapurské, Hongkongské a Taiwanské. (<http://dragonclub.cz/technicke-parametry-draci-lodi/>)

Anglický internetový zdroj *Race the Dragon* však říká, že je až deset různých typů dračích lodí, a to od nejmenších, které měří 7,8 metrů, pro pět lidí, až po ty nejdelší o délce 19 metrů a kapacitě čtyřicet dva pádlujících.

(<https://www.racethedragon.com/boats/>)

Názory obou zdrojů se mohou lišit z toho důvodu, že v České republice nejsou dračí lodě zatím natolik populární a povědomí o tomto sportu v české společnosti je malé.

Pozice členů posádky

Na každé dračí lodi jsou tři různé pozice, které musí posádka obsadit. Jedná se o pozici bubeníka, pádlujícího a kormidelníka.

Bubeník

Na pozici bubeníka sedí pouze jedna osoba, a to na vyvýšené židli na přídi lodi. Bubeník sedí čelem k celé posádce, závod tedy absolvuje pozadu. Jeho hlavním úkolem je pomocí úderů do bubnu udávat tempo pádlování. Důležité je zmínit fakt, že bubeník se řídí podle první lavice. Ve skutečnosti tedy udávají tempo tzv. háčci* a bubeník svými údery pouze upozorňuje zbytek posádky, která na háčky nevidí. Kromě bubnování může bubeník také posádku motivovat k lepšímu výkonu nebo připomínat správnou techniku pádlování.

*háček = osoba, která sedí v první lavici, v čele lodi, hned před bubeníkem.

Pádlující

Pozice pádlujícího má na lodi největší zastoupení. Jsou to lidé, kteří jsou rozmístěni do dvoulístných lavic, kde pádlují. Úkolem na této pozici je udržet synchronizaci a rytmus pádlování, a to sledováním člena vpředu. Dále také za pomoci správné techniky podat co největší silový a vytrvalostní výkon.

Kormidelník

Neméně důležitou pozicí je kormidelník. Osoba vykonávající tuto funkci je pouze jedna, stojí na zádi lodi a řídí ji pomocí dlouhého pádla umístěného mezi dvěma kolíky.

(<http://www.praguedragons.cz/cs/content/draci-lode>)

2.3 Technika pádlování

V následující kapitole je shrnuta technika pádlování. Vzhledem k velkému množství výskytu různých technik pádlování bude v této kapitole popsána pouze jedna nejčastěji užívaná, a to ta, kterou definoval zkušený závodník dračích lodí Thor Harley. Cílem kapitoly je poukázat na to, že i při bezchybné technice pádlování je stejně tak důležitá synchronizace posádky.

Podobně, jako tomu je v každém sportu, tak i v odvětví dračích lodí dochází k obměně technik správného provedení konkrétních pohybů. Dragonboating je sice nový sport, ale i v něm neustále přibývají nové, modernější techniky. V tomto sportu není žádný jediný tradiční přístup ani styl. Naopak jich existuje mnoho a názory odborníků na techniky provedení nejsou jednotné.

Thor Harley tvrdí, že jednou z nejdůležitějších věcí při pádlování a trénování je udržet si otevřené a objektivní myšlení, dále potom mluví o motivaci závodníků. Říká, že je velice těžké určit nejlepší styl pádlování, a to z toho důvodů, že je ve hře mnoho faktorů jako je osobní charakteristika tzv. dragona*, tzn. jeho věk, pohlaví, výška, síla, výkonnost svalů, ohebnost, krevní oběh, poměr tuků v těle atd. Jako další faktory T. Harley zmiňuje rozložení posádky v lodi a charakteristiku závodu, tzn. vzdálenost, slaná nebo sladká voda, typ lodi a počet členů posádky. (<http://dragonclub.cz/technika-a-strategie-na-draci-lodi/>)

*dragon = člověk, který pádluje na dračí lodi

Při pádlování je velice důležitý záběr pádla do vody, který můžeme rozdělit na čtyři hlavní části: Zasazení (Catch), Tažení (Drive), Vytažení (Finish), Návrat (Recovery). Tyto části by na sebe měly navazovat a tvořit jednotný pohyb.

V první části, zasazení pádla do vody, je podle Harleyho důležité rychlé, čisté a hladké ponoření listu pádla do vody, a to kolmo k boardu* lodi. Po zasazení přichází fáze tažení, která začíná ostrým záběrem a rotací zad. Obě paže by měly být při tažení napnuté a mělo by docházet k rotaci ramen. Předposlední částí záběru je vytažení pádla z vody. Až v této fázi dochází k pokrčení paží, obě ruce vytahují pádlo přímo dopředu. List pádla musí být nad vodou, aby nedošlo k zachycení o vodu či o jiná pádla, to by způsobilo rozhození rytmu pádlování, tudíž i zpomalení lodi. Poslední fází je návrat, ten je ideální pro nádech. V této fázi je nutné napnout spodní paži, která vede pádlo dopředu do pozice pro zasazení. (<http://dragonclub.cz/technika-a-strategie-na-draci-lodi/>)

*board lodi = dlouhá boční část lodě, kterou má závodník blíže k vnější paži a která ohraničuje loď.

K dosažení nejlepšího výsledku je kromě správné techniky pádlování také potřeba úplná synchronizace všech členů pádlující posádky při záběru. I jedna špatně pádlující osoba může narušit rytmus pádlování a synchronizaci celé posádky. Je tedy důležitá maximální soustředěnost každého člena posádky na více faktorů, než je pouze správná technika pádlování.

2.4 Česká asociace dračích lodí a Český svaz dračích lodí

V České republice se vyskytují dvě hlavní organizace, které pořádají závody dračích lodí na tomto území. Tato kapitola seznámí čtenáře s oběma organizacemi a poskytne jim základní informace o nich.

Česká asociace dračích lodí (ČADL)

V roce 1997 byl založen Pražský klub, který se následně v roce 2002 přejmenoval na Českou asociaci dračích lodí, která spadá pod Mezinárodní federaci dračích lodí (IDBF) a Evropskou federaci dračích lodí (EDBF). Tato asociace již od začátku jejího fungování propaguje dragonboating, pořádá závody a akce na dračích lodích, dále také řídí a organizuje reprezentační posádku ČR.

ČADL zastřešuje dvě soutěže, jednu pro sportovní posádky s ambicí reprezentovat Českou republiku na Mistrovství světa nebo Mistrovství Evropy, a to Český pohár dračích lodí. Druhá soutěž je celorepubliková a je určena jak pro sportovní, tak i pro amatérské a firemní posádky, jedná se o Dragon Boat Grand Prix.

Kromě místních soutěží, ČADL také pod hlavičkou Mezinárodní federací dračích lodí (IDBF) a Evropskou federací dračích lodí (EDBF) dvakrát organizovala Mistrovství Evropy, a to v roce 2006 v Praze a v roce 2014 v Račicích. Zde také v roce 2009 pořádala Mistrovství světa, kterého zúčastnilo téměř 30 zemí.

(<https://www.dragonboat.cz/>)

Český svaz dračích lodí (ČSDL)

Druhým mladším spolkem je Český svaz dračích lodí (ČSDL), který započal svou činnost v roce 2014. Jeho nadřazenou organizací je Český svaz kanoistů (ČSK), kterou zastřešuje International Canoe Federation (ICF). Tento spolek pomáhá dračím lodím v jejich rozvoji v České republice. Respektuje hlavní principy IDBF (International Boat Federation), spolupracuje s jinými státními orgány a organizacemi. ČSDL také podporuje a pomáhá zvýšit účast veřejnosti na sportovních aktivitách v oblasti dragonboatingu. Mimo to pořádá Mistrovství českého svazu dračích lodí. (<http://www.csdl.cz/svaz/>)

ČSDL připravil projekt s názvem *Dračí lodě školám*, jehož cílem je přiblížit dragonboating mládeži. Cílovou skupinou je mládež na vyšším stupni základních škol a středních školách. Projekt vznikl v roce 2019 a poprvé se uskuteční v roce 2020. (<http://www.csdl.cz/skoly/?fbclid=IwAR12gCARZY37KkG8AZWh9hLy0Uup2ZgZ79Afxo7jxLkj98EchJVS-bEPX5o>)

Více informací o tomto projektu je uvedeno v sekci *Závody dračích lodí pro děti a mládež v České republice*.

Další originální aktivitou, kterou pořádá ČSDL je tzv. *Velký tréninkový kemp*. Je určen pro pádlující členy posádky a probíhá v Brně. Cílem tréninkového kempu v roce 2020 je zvýšit výkonnost jednotlivých účastníků.

(<http://www.csdl.cz/aktuality/velky-treninkovy-kemp-2020.html>)

2.5 Soutěže v České republice

Kapitola o soutěžích dračích lodí v úvodní části popisuje kategorie, ve kterých se může soutěžit a různé druhy tratí na kterých se závodí. V druhé části kapitoly jsou vypsány a popsány konkrétní soutěže v České republice. Zejména pak soutěže pořádané dvěma největšími organizacemi – ČADL a ČSDL.

Soutěžní kategorie v dragonboatingu

V dragonboatingu existuje několik kategorií, ve kterých mohou závodníci na dračích lodích soutěžit. Tyto kategorie se nejčastěji dělí podle pohlaví a věku soutěžících.

V příručce „Pravidla s postupy“ od Českého svazu dračích lodí je uveden seznam doporučených kategorií. ČSDL zde popisuje pět základních kategorií:

Kategorie Open – tato kategorie jako jediná nemá žádné speciální požadavky, a co se pohlaví a věku týče, je víceméně bez jakýchkoliv omezení. Jedinou podmínku, kterou si pro tuto kategorii ČSDL klade, je ta, že osoby mladší 18 let jsou povinné mít souhlas zákonného zástupce s účastí na soutěži a plovací vestu v průběhu závodu. (<http://www.csdl.cz/files/dokumenty/pravidla-a-postupy-2-00.pdf>)

V soutěži Český pohár, pořádanou Českou asociací dračích lodí, kategorie Open slouží jako kategorie zejména pro mužské posádky té nejsportovnější úrovně. (<https://www.dragonboat.cz/cesky-pohar/>)

Kategorie Ženy – v této kategorii soutěží pouze ženské posádky. I zde musí mít dívky pod 18 let souhlas zákonného zástupce a plovací vestu.

Kategorie Mix – posádka soutěžící v této kategorii musí mít osoby obojího pohlaví. Posádka by měla obsahovat minimálně osm a maximálně dvanáct žen. Souhlas od zákonného zástupce a plovací vestu musí mít osoby mladší 18 let.

Kategorie Junioři – kategorie tohoto typu se dělí na další tři podkategorie podle věku:

1. Junioři A – jedná se o mládež pod 18 let
2. Junioři B – jedná se o mládež pod 16 let
3. Junioři C – jedná se o mládež pod 14 let

Minimální věk soutěžících v této kategorii je 12 let. Kategorie Juniorů se také kromě věku může dělit na kategorie Open či Mix.

Kategorie Veteráni – účastníci této kategorie musí být starší 40 let. Věková hranice se zde však nevztahuje na bubeníka. Tuto kategorii je možné dále rozdělit na kategorie Open, Ženy nebo Mix.

(<http://www.csd1.cz/files/dokumenty/pravidla-a-postupy-2-00.pdf> str. 10)

Organizátoři závodů si mohou přidávat i vlastní, odlišné kategorie.

Pro příklad závod „*Seriál dračích lodí Vysočiny*“ nabízí kategorie FUN MIX, FUN SPORT MIX, FIRMY MIX a ŽENY. Kategorie FUN MIX je určena pro amatérské posádky. Naopak kategorie FUN SPORT MIX je vhodná pro posádky, které pravidelně trénují nebo se účastní závodu Dragon Boat Grand Prix nebo Českého poháru dračích lodí, které pořádá Česká asociace dračích lodí.

Další variantou je kategorie FIRMY MIX, ve které, jak název vypovídá, mezi sebou soutěží různé firmy.

(https://docs.google.com/spreadsheets/d/16lh85Yei_NndYscbcOHpBkHeUetXOfsF9lBMZE7ua-E/edit#gid=1779588517)

Závodní tratě

Vzdálenosti tratí, na kterých se závodí, jsou odlišné a určuje si je vždy organizátor závodů. Nejkratší trať bývá dlouhá 200 metrů, jedná se o sprint. Soutěží se i na vzdálenostech 500m, 1000m a 2000m. (<http://www.csd1.cz/files/dokumenty/pravidla-a-postupy-2-00.pdf>)

Český pohár využívá tratě na 200m, 500m, ale i dlouhé tratě na 1500m nebo 2000m. Při dlouhých tratích probíhá intervalový start a jízda je rozdělena na dva okruhy a tři obrátky. (<https://www.dragonboat.cz/cesky-pohar/>)

I amatérské soutěže organizují závody na delší vzdálenosti, například závod „*Dračí loď Řeka*“. Zde organizátoři kromě klasického sprintu na 200m nabízejí závod na trati o délce 888m.

(<http://www.draci-lode-reka.wbs.cz/Serial-zavodu-dracich-lodi-Vysociny.html>)

Soutěže pořádané Českou asociací dračích lodí

ČADL organizuje dvě hlavní soutěže, Dragon Boat Grand Prix a Český pohár dračích lodí. Výsledky všech posádek, které se účastnily jakéhokoliv závodu pod hlavičkou ČADL, se porovnávají v tzv. Národním poháru dračích lodí.

Národní pohár dračích lodí je tedy nejvyšší klubová soutěž. Výherce této soutěže získá samotnou dračí loď. Za každý zúčastněný závod a umístění v něm posádka získává body. Tyto body se potom sčítají, bez ohledu na to, zda se jedná o soutěž Dragon Boat Grand Prix či Český pohár. Vyhrává tedy klub s největším počtem bodů.

(<https://www.dragonboat.cz/narodni-pohar-dracich-lodi/>)

Český pohár dračích lodí (ČPDL) je soutěž pro sportovní posádky. Poprvé se tato soutěž odehrála v roce 2004. V současnosti je ČPDL složen z pěti závodů. Tato soutěž rozhoduje o nominaci týmů na Mistrovství světa a Mistrovství Evropy klubových posádek a současně také rozhoduje o výběru členů reprezentační posádky na MS a ME národních posádek. ČPDL se mohou účastnit pouze posádky s registrovanými členy.

(<https://www.dragonboat.cz/cesky-pohar/>)

Dragon Boat Grand Prix (DBGP) je soutěž pro amatérské a firemní posádky, které nejsou registrované v nejvyšší soutěži, Českém poháru dračích lodí. DBGP probíhá celou sezónu a skládá se ze dvou samostatných soutěží, z České národní ligy dračích lodí a z Moravské národní ligy dračích lodí. (<https://www.dragonboat.cz/grand-prix/>)

Česká národní liga dračích lodí, tzv. divize Západ, je soutěž, která se odehrává na území Čech. Do této ligy patří následující závody:

- Bezdrevský dračí festival
- Dračí loď Purkarec
- Dračí loď Sedlčany
- Dračí Svět Třeboň
- Vajgarské saně

(<https://www.dragonboat.cz/ceska-liga/>)

Moravská národní liga dračích lodí, tzv. divize Východ, je soutěž, která se odehrává na území Moravy. Do této ligy patří následující závody:

- AVX Morava DB Race
- Brněnský drak
- Kroměřížský drak
- Olomoucký drak
- Plumlovský drak

(<https://www.dragonboat.cz/moravska-liga/>)

Zúčastněné posádky sbírají body za každé absolvování závodu a jejich umístění. Body se sčítají a vyhodnocují v rámci samostatné ligy a také se započítávají do Národního poháru dračích lodí.

Pod soutěž Dragon Boat Grand Prix spadá také soutěž Národní liga firemních posádek dračích lodí ČR, v rámci které startují posádky pod firemní hlavičkou. V tomto závodě jde zejména o propagaci určité firmy. Tyto firmy jsou představovány jako partneři závodu, a to na základě fakturační platby. (<https://www.dragonboat.cz/firemni-liga/>)

Soutěže pořádané Českým svazem dračích lodí

ČSDL nabízí velké množství soutěží, nejvyšší soutěží je seriál závodů dračích lodí Dragon Race.

Dragon Race je seriál složený z šesti soutěží. Za každé zúčastnění a umístění na jednotlivých soutěžích sbírá posádka body. Tyto body se následně sčítají a výhercem je tým s největším počtem bodů. Cenou za umístění jsou od roku 2019 tzv. prize money. Jedná se o peněžní odměnu, která v roce 2019 měla hodnotu 137 000 Kč. Výherci získali 30 000 Kč. ČSDL tak poprvé ocenil sedm nejlepších mixových posádek a čtyři ženské posádky. (<https://kanoe.cz/sporty/dragonboats/73-clanky/8235-cesky-svaz-dracich-lodi-rozdal-prize-money>)

Do seriálu závodů Dragon Race patří tyto soutěže:

- Dlouhé tratě Kojetín
- Malé dračí lodě na Svatce
- Brněnský festival dračích lodí
- Otrokovická Zubr desítka
- Plumlov Open
- Mistrovství Českého svazu dračích lodí ČR

(<http://www.torrsen-sports.cz/dragonboatsport-cz/dragon-race-2019-serial-zavodu-csdl/>)

Další soutěže, které ČSDL nabízí jsou:

- Brněnský festival dračích lodí
- Dragon party Hlučín
- Hranice Dragons
- Křetínka CUP
- Kvasický festival dračích lodí
- Mistrovství Moravy v Ostrožské Nové Vsi
- Olšovec OPEN
- Pálavský festival dračích lodí
- Prestige CUP
- Přerovský festival dračích lodí
- Slezská Harta
- Znojemský festival dračích lodí

(<http://www.csdl.cz/celonarodni-zebricek-csk-dl/>)

2.6 Dračí lodě pro školy

Následující kapitola věnuje pozornost zcela novému projektu, určenému pro školy, který vytvořil Český svaz dračích lodí. Kromě zmiňovaného projektu, který se prozatím odehrává pouze ve dvou krajích, je zde zmíněna i soutěž pro školy na Vysočině.

Dračí lodě školám

Projekt tohoto typu je v odvětví dračích lodí považován za velice velký pokrok v rozvoji samotného sportu a v rozšíření povědomí o dragonboatingu. Hlavním organizátorem je Český svaz dračích lodí a Český svaz kanoistů ve spolupráci s Asociací školních sportovních klubů. Obecným cílem projektu je celkový rozvoj sportu mezi mládeží a rozvoj sportu jako takového. Konkrétnějším cílem je organizace školní soutěže v dračích lodích a rozvoj juniorského sportu dračích lodí.

Do projektu se zapojí organizátoři závodních kol, členové tréninkových center, ale i pedagogové. Hlavní cílovou skupinou projektu jsou žáci 8. a 9. ročníků základních škol a studenti středních škol.

Dragonboating je sport, který není veřejně známý, a i školy s ním mají minimální nebo žádné zkušenosti. Před samotným závodem je potřeba se alespoň na základní úrovni seznámit s lodí, pádly, technikou pádlování, a hlavně s bezpečností na lodi, zejména pokud se jedná o žáky. Z tohoto důvodu připravil ČSDL a ČSK pro účastníky tréninková centra, která mají za úkol žáky připravit na regionální a finálové kolo závodu. Tréninková centra se nachází v Jihomoravském kraji, Moravskoslezském kraji, Olomouckém kraji a Zlínském kraji.

Samotné závody pro školy jsou dvoukolové. Nejdříve přihlášené školy prochází regionálním závodem, a to v Jihomoravském a Olomouckém kraji. Druhé kolo je finálové, které se uskuteční opět v Jihomoravském kraji na Brněnské přehradě. Výherní posádka v kategorii střední školy – mix, projektu *Dračí lodě školám* je automaticky nominována na Mistrovství světa klubů 2021. (<http://www.cSDL.cz/files/skoly/2.-projekt-draci-lode-skolam-podrobne-informace.pdf>)

Dracup

Dalším závodem určeným pro školy je *Dracup*. Zakladateli tohoto závodu jsou Šárka Dolínková a Jiří Příklopil. Jedná se o soutěž, kterou organizují dvě posádky – Jedovaté Rumělky a Perun Hluboká, a to za podpory České asociace dračích lodí. V roce 2019 se na rybníce Řeka u Krucemburku na Vysočině uskutečnil již třetí ročník tohoto závodu.

Dracup je určený pro druhý stupeň základních škol a střední školy. Závodí se ve dvou kategoriích podle věku. První kategorie je určena pro žáky druhého stupně základních škol a pro první čtyři ročníky osmiletých gymnázií. Kategorie druhá je pro studenty středních škol.

Závodí se na úseku o délce 200 metrů. Před oficiálním závodem je zorganizována minimálně jedna tréninková jízda pro každou posádku. Z důvodu maximální bezpečnosti žáků, je každý účastník závodu povinen v průběhu jízdy obléknout si záchrannou vestu. V každé lodi je přítomen proškolený kormidelník a na vodě je současně s loděmi člun se záchranným.

Zájem o tuto událost roste. Třetího ročníku *Dracupu* v roce 2019 se zúčastnilo dvanáct posádek, to je o osm posádek více než v roce 2017.

Součástí závodu je i doprovodný program, jako např. hromadná rozcvička formou zumby, protažení, zaměřené přímo pro závodníky na dračích lodích nebo ukázka první pomoci záchrany tonoucího. (<http://www.draci-lode-reka.wbs.cz/DRACUP-skolni-zavod.html>)

3 Týmová spolupráce

K nejzásadnějším faktorům v dragonboatingu patří spolupráce mezi členy posádky. Z toho důvodu je v třetí, a zároveň poslední teoretické části této práce vysvětlena její důležitost. Dále tato část věnuje pozornost i praktickému využití dračích lodí, které je odlišné od typického závodění. Díky tomuto využití můžeme v kolektivu různého druhu navodit lepší vztahy, porozumění, komunikaci a již zmíněnou spolupráci mezi členy skupiny. Nejčastěji bývá tato metoda využívána v rámci pracovních kolektivů, jedná se o efektivní metodu teambuildingu. Právě budování týmu věnuje tato kapitola největší pozornost.

3.1 Spolupráce

Eva Zahradková (2005, s. 15) píše, že žádný člověk spolupracovat neumí a musí se to učit. Velký význam v osvojování si této dovednosti přisuzuje ochotě pracovat sám na sobě a vyslyšení jiných názorů. S tím souvisí to, že lidé jsou různí, mají odlišné názory, které by mezi sebou měli respektovat. Spolupráce se podle autorky nechá také naučit poskytnutím, ale i přijímáním zpětné vazby. Mimo to je velice důležité uvědomovat si, co je cílem celé spolupráce.

Tým

Tým je skupina lidí, jejichž účelem je dosáhnout, za pomoci aktivní spolupráce, společně stanoveného cíle. K tomu dojdou tak, že si budou mezi sebou navzájem pomáhat. (Hayes 2005, s. 58)

3.2 Dračí lodě jako nástroj teambuildingu

Následující kapitola čtenářům přináší teoretický základ o teambuildingu a vysvětluje, jak této oblasti mohou přispět i dračí lodě. Cílem kapitoly je poukázat na to, že dračí lodě mají i jiné využití než čistě soutěžního rázu. Tento druh sportu může být díky jeho

originalitě nápomocný i v jiném odvětví, zejména pak v rámci budování týmu má dragonboating velký význam.

Teambuilding

Podle autorky Petry Horváthové (2008, s. 108) je teambuilding v současnosti používán k řešení dvou oblastí. Jednou z nich jsou vztahy mezi členy týmů. Druhá oblast se zabývá samotným výkonem práce daného týmu.

V knize *Teambuilding – cesta k efektivní spolupráci* autorka uvádí, že budování týmu bylo dříve koncentrováno hlavně na vývoj spolupráce, překonávání náročných situací, dobré komunikace a efektivní práci. (Zahrádková 2005, s. 21)

Stejný názor na teambuilding a jeho zaměření popisuje i Petra Horváthová (2008, s. 108). Ta tvrdí, že budování týmu se zabývá efektivní prací v týmu a zlepšením komunikace. Zmiňuje i řešení konfliktů v týmu, které se může zahrnout pod oblast překonávání náročných situací, které uvádí Eva Zahrádková. Kromě těchto shod, Petra Horváthová píše navíc o vzájemné důvěře mezi členy a správnému rozdělení týmových rolí.

Aby byla jízda na dračí lodi úspěšná a správně provedena, je potřeba dodržet výše zmiňovaná pravidla. I na lodi je potřeba maximální důvěry mezi členy, efektivního řešení náročných situací či konfliktů, správné komunikace, tolerance a respektu názorů ostatních členů posádky. Také rozdělení týmových rolí je neméně důležité. Je potřeba rozvrhnout si pozice jako je kormidelník, bubeník, pádlující a jeho přesné místo v lodi. Role pádlujícího v přední části se zásadně liší od té uprostřed nebo v zadní části lodi.

Jelikož dragonboating nabízí vyzkoušet si skoro všechny faktory, které jsou podstatné při teambuildingu a které zároveň navozují lepší spolupráci mezi členy týmu, která je u tohoto sportu klíčová, je tento sport pro budování týmu ideální.

Organizace pořádající teambuilding skrze dračí lodě v ČR

Torrssen Sports

Jednou z firem, která organizuje teambuilding na dračích lodích je Torrssen Sports. Na internetových stránkách této firmy je teambuilding na dračích lodích popsán jako akce, která rozvíjí schopnosti týmové spolupráce a přináší nezapomenutelný zážitek.

(<http://www.torrssen-sports.cz/teambuilding/teambuilding-na-draci-lodi/>)

Hayes (2005, s. 62) ve své knize píše, že pro vybudování týmu je důležité mít společné zážitky. Díky nim pak dochází k lepší spolupráci ve skupině. A právě to je cílem teambuildingu, dosažení maximální spolupráce mezi členy skupiny.

Tudíž nabídka firmy Torrssen Sports, pokud bude provedena kvalitně, by měla splnit účel celé aktivity.

Tuto nabídku budování týmu pomocí dragonboatingu nabízí Torrssen Sports komukoliv. Žádné zkušenosti s touto aktivitou firma nevyžaduje. Klienti si navíc mohou vybrat, zda chtějí na lodích závodit či pouze odpočívat.

Tým organizátorů je tvořen závodníky na dračích lodích, odborníky z oblasti organizace firemních akcí, marketingu a komunikace.

(<http://www.torrssen-sports.cz/teambuilding/teambuilding-na-draci-lodi/>)

Česká asociace dračích lodí

Nabídku teambuildingu na dračích lodích přináší také již několikrát zmiňovaná Česká asociace dračích lodí. Ta, kromě klasických závodů na dračích lodích, poskytuje i teoretický základ o tomto sportu. Na základě klientova požadavku ČADL připravuje kompletní program i s občerstvením. Vzhledem k působení ČADL po celé České republice má klient možnost vybrat si víceméně jakoukoliv lokalitu pro tuto akci. Podobně tomu tak je i s počtem lodí, kterých vlastní ČADL dostatek.

(<https://www.dragonboat.cz/teambuilding/>)

Pražský klub dračích lodí

S teambuildingovým programem *Pádlování na dračích lodích* přichází Pražský klub dračích lodí. Tento program je originální zejména nabídkou poznávací plavby v okolí Prahy. V případě, že klient sestaví dvě nebo více posádek, je možné uspořádat závody. (<http://www.pragedragons.cz/cs/team-building>)

4 Praktická část

V rámci výzkumné části, která je zaměřená na to, jak působí získaná spolupráce v rámci dračích lodí na vztahy mezi členy posádky, byla zvolena metoda kvalitativní. Tato metoda byla vybrána z několika důvodů. Jedním z hlavních důvodů je ten, že při kvalitativním výzkumu je počet respondentů sice v menším množství, ale o to víc je tento výzkum subjektivnější a podrobnější. Díky rozhovorům, které jsou v tomto výzkumu využity jako metoda sběru dat, došlo k získání mnoho obsáhlých a subjektivních informací, které rozhodně pomohly do této problematiky proniknout blíže a také lépe pochopit respondenty a jejich vztah k této sportovní aktivitě.

4.1 Stanovení cílů výzkumu

Cílem tohoto výzkumu bylo zjistit, zda má naučená spolupráce v rámci dračích lodí pozitivní vliv na vztahy mezi členy posádky. Jaké pocity, přínosy nebo naopak ztráty přináší tento netradiční druh sportu jednotlivým členům týmu. Hlavním cílem bylo poukázat na to, že nezbytnost maximální sebranosti a spolupráce při dragonboatingu vede k posílení vztahů mezi členy týmu a stmeluje posádku.

4.2 Vytvoření konceptuálního rámce

Formulace výzkumného problému

Zisk pozitivních vztahů mezi členy týmu díky naučené spolupráci prostřednictvím dračích lodí.

Klíčové kompetence

DRAČÍ LODĚ, SPOLUPRÁCE, VZTAH, TÝM

Definování výzkumných otázek

Hlavní výzkumná otázka:

Vede naučená spolupráce na dračích lodích k zisku pozitivních vztahů mezi členy týmu?

Dílčí výzkumné otázky:

DVO1 – Jak vzniká naučená spolupráce? (otázky č. 15, 16, 17)

- Jak dlouho vám jako posádce trvalo, než jste se sešli a dosáhli tak maximální synchronizace v týmu?
- Jaké aktivity/techniky jako tým používáte k vybudování spolupráce?
- Co děláš pro zlepšení spolupráce na lodi ty sám/sama?

DVO2 – Jak členové posádky vnímají vztahy mezi sebou? (otázky č. 10, 11, 12, 14, 15)

- Přišel/Přišla jsi do „rozjetého“ kolektivu nebo jsi členem posádky od jejího založení?
- Získal/a jsi díky dračím lodím nové přátele?
- Jaká je podle tebe atmosféra/nálada při společných aktivitách v tvé posádce?
- Jak řešíte v týmu různé neshody/hádky?
- Jak si v týmu udržujete dobré vztahy?

DVO3 – Jak obohatil dragonboating osobní život jeho účastníků? (otázky č. 6, 8, 13)

- Jaké jsou tvoje osobní cíle v dragonboatingu?
- Jaké obohacení ti do tvého osobního života přinesly dračí lodě?
- Účastníte se s týmem i jiných akcí, než jsou dračí lodě (sportovní, kulturní)?

DVO4 – Jaký postoj mají členové posádky k dragonboatingu? (otázky č. 4, 5, 9)

- Co tě přesvědčilo, aby ses tomuto sportu věnoval/a dlouhodobě?
- Co tě na dračích lodích nejvíc baví?
- Jak se cítíš, když sedíš v lodi a pádluješ?

4.3 Rozhodnutí o metodách

Metoda sběru dat

Výzkumné šetření využívá pro sběr dat metodu strukturovaného rozhovoru s otevřenými otázkami.

V průběhu takového rozhovoru je možné využít celkem šest typů otázek. Rozhovor v tomto kvalitativním výzkumu využil čtyři z možných typů – otázky vztahující se ke zkušenostem nebo chování, otázky o názorech a hodnotách, otázky o pocitech a ze začátku rozhovoru se objevily i otázky demografické a kontextové. (Hendl, 2005, s. 166)

Výhoda volby strukturovaného rozhovoru spočívá v zmenšení pravděpodobnosti, že se získaná data v jednotlivých rozhovorech budou výrazně strukturně lišit. (Hendl, 2005, s. 173)

Aby došlo ke splnění náležitostí strukturovaného rozhovoru, otázky do rozhovoru byly připraveny předem.

Výzkumný vzorek

Výzkumným vzorkem jsou lidé, kteří mají minimálně tři roky osobní zkušenosti s dragonboatingem. Tato jejich aktivita musí být kontinuální. To znamená, že se každým rokem účastní jak pravidelných tréninků na lodi i mimo ni, tak i závodů v této sportovní disciplíně. Dále se také jedná o lidi, kteří jsou členy pouze jedné posádky. Osloveni byli respondenti, kteří splňují daná kritéria pro tento výzkum. Rozhovor probíhal osobně.

4.4 Sběr dat a jejich interpretace

Sběr dat probíhal pomocí strukturovaného rozhovor se čtyřmi respondenty. Dva z dotazovaných jsou ženského pohlaví. Tyto respondentky se věnují dračím lodím o pět let déle než další dva respondenti mužského pohlaví. Vzhledem k blízkým, osobním vztahům se všemi respondenty je v rozhovoru užito tykání.

Respondent č. 1.

První respondentkou je žena ve věku 48 let. Dragonboatingu se věnuje již osm let, po tuto dobu nevynechala žádnou sezónu a zúčastnila se všech závodů, dokonce i všech tréninků. Tato respondentka dokonce vykonává roli kapitánky ve své ženské posádce, kterou sama založila. Splňuje tak všechny stanovená kritéria pro tento kvalitativní výzkum.

Respondent č.2.

Další respondentka ženského pohlaví je ve věku 46 let. Tato respondentka je členkou ženského týmu od jejího založení, dračím lodím se tedy věnuje již osm let. Respondentka č. 2 je členkou stejné posádky jako respondentka č. 1. V lodi pádluje na pozici háčka, to znamená, že udává tempo ostatním pádlujícím.

Respondent č.3

Třetím respondentem je muž ve věku 28 let. Tento respondent se o dračích lodích dozvěděl od svých přátel, a protože má sporty, zejména ty vodní, velmi rád, byl pro něj dragonboating jasnou volbou. Této netradiční aktivitě se respondent věnuje již tři roky. Je členem smíšené posádky, která soutěží v kategorii SPORT FUN. Tato posádka existovala už rok předtím, než se respondent stal jejím členem. V tomto případě, výzkum díky rozhovoru zjišťuje, jak již existující posádka přijala do svého fungujícího kolektivu nového člena. Tento respondent je členem stejné posádky jako respondent č. 4.

Respondent č.4

Respondent č. 4 je mužského pohlaví, a to ve věku 28 let. Tento respondent je kapitánem úspěšné, smíšené posádky soutěžící v kategorii SPORT FUN, kterou i sám založil. Dragonboatingu se věnuje již čtvrtým rokem. Vzhledem k tomu, že se živí jako fitness trenér, se své posádce věnuje naplno i mimo tréninky na vodě.

Analýza a interpretace dat

Analýza dat

Analýza získaných dat byla provedena pomocí otevřeného kódování.

Rozhovor je rozdělen do čtyř kategorií:

1. Budování spolupráce
2. Přátelství
3. Přesah do života
4. Prožitky

Kategorie č. 1: Budování spolupráce

Spolupráce je pro dračí lodě nejzásadnějším faktorem k získání úspěchů a kvalitních výsledků na lodi, ale i k získání osobního obohacení v životě jedinců vykonávajících tento druh sportovní aktivity. Z toho důvodu bylo v průběhu rozhovoru zkoumáno, jak spolupráce mezi členy posádky vzniká.

Kódy:

Tréninky pod vedením trenéra

Komunikace

Společné akce

Komentář:

V otázkách zaměřených na to, jak respondenti a jejich posádky budují spolupráci dotazovaní jako nejvíce efektivní aktivitu vnímají tréninky pod vedením jejich trenéra.

Velice nápomocné jsou techniky, které trenér posádek v průběhu tréninku používá. Dva respondenti tvrdí, že trenér vytváří pro posádku takové úkoly, které lze splnit pouze společně. Jak říká respondent č. 4, těchto úkolů se musí zúčastnit všichni, tzn. každý pádlující i bubeník: „*Při tréninku nám náš trenér kromě pádlování, dává i různé úkoly*

při kterých musíme spolupracovat a účastnit se jich všichni, jinak tyto úkoly nelze splnit. “. Většinou se podle respondentky č. 2 jedná o různé nelehké situace: *„O průběh tréninků se stará náš trenér, který vymýšlí různé pátové situace a učí nás, jak na ně společně reagovat. “.* Správné společné reakce posádky jsou pro dragonboating klíčové.

I kapitánka ženského týmu, tedy respondentka č. 1, věří tomu, že k dosažení spolupráce nejvíce přispívají tréninky: *„K vybudování spolupráce podle mě nejvíce přispívají tréninky. Náplň tréninku vymýšlí náš trenér, který se mnou, jakožto kapitánkou týmu, jeho plány vždy předem konzultuje. “.* Respondentka č. 1 je s trenérem ohledně náplně tréninku v kontaktu a všechny naplánované techniky a cvičení spolu předem konzultují.

Velký vděk vyjadřuje v rozhovoru svému trenérovi respondent č. 3, který tvrdí: *„Maximální doladění, si myslím, že přišlo až v poslední sezóně, kdy se nám podařilo vyladit především synchronizaci pravé a levé strany a dále také odstranit drobné nedostatky jednotlivců. Za to vděčíme skvělému trenérovi. “.*

Vzhledem k velkému počtu členů na lodi považují dotazovaní respondenti za další velice důležitou součást spolupráce právě komunikaci o správném tempu, technice pádlování, ale také se členové prostřednictvím komunikace mezi sebou motivují.

Právě motivaci zmiňují hlavně kapitáni posádek, respondent č. 4: *„Dále se snažím svou posádku motivovat a chválit ji i za malé pokroky. “* a respondentka č. 1: *„...ale také se vzájemně motivujeme“.*

Důležitost komunikace se kromě motivace projevuje i mezi členy, kteří jsou v lodi umístěni blízko u sebe. Tito členové se mezi sebou upozorňují hlavně na chyby v technice pádlování či v jeho tempu. O tom mluví respondentka č. 1: *„Mimo samotnou jízdu komunikuji s pádlující přede mnou, za mnou a vedle mě, upozorňujeme se na chyby v technice pádlování... “* a také respondent č. 3: *„Když mám určené místo v lodi, tak sám komunikuji s osobou pádlující přede mnou, za mnou a vedle mě na lodi tak, abychom byli vyladění my. “.*

Hácci, tedy osoby sedící vepředu lodi, na zbytek posádky nevidí, tudíž se nemohou řídit podle ostatních a jsou právě těmi, které celá posádka sleduje. I v tomto případě přichází

na řadu komunikace. Háčci, tedy respondentka č. 2 a respondent č. 4 zmiňují, že o tempu pádlování, které určují právě oni, komunikují se svou posádkou. Zjišťují, zda tempo všem členům vyhovuje. Respondentka č. 2 říká: „*O tom, zda je tempo optimální, komunikuji s celým týmem.*“. Podobně odpovídá respondent č. 4: „*O rychlosti pádlování komunikuju s posádkou, většinou po tréninku se členy probírám, zda takovému tempu stačili nebo potřebují zpomalit.*“.

V každém týmu se mohou kdykoliv objevit různé neshody či problémy. Obě respondentky ženského pohlaví se shodují na tom, že takové situace řeší pomocí komunikace. Respondentka č. 1 říká: „*Většinou se jedná o menší problémy, které řešíme vzájemnou komunikací, kterou považuji v kolektivním sportu za nejdůležitější.*“. Stejně reaguje i respondentka č. 2: „*O problémech spolu komunikujeme, snažíme se hledat kompromisy.*“. I tyto případy týkající se zvládání konfliktů v týmu mohou přispět k lepší spolupráci.

Je zajímavé, že dragonboating přivedl respondenty také k různým společným akcím, které se odehrály mimo dračí loď. Respondentky si dokonce myslí, že tyto aktivity pomohly jejich posádce zlepšit spolupráci.

Respondentka č. 1 tvrdí: „*Také nám hodně prospěly společné zábavné akce, kterých se každoročně účastníme. Při těchto akcích jsme se mezi sebou hodně sblížili, a to nám pomohlo v dosažení lepší a kvalitnější spolupráce.*“

Podobný názor má i respondentka č. 2, která také říká, že díky společným aktivitám, které jako tým pořádají velmi často, došlo ke sblížení členek, a to hlavně kvůli tomu, že se členky týmu při těchto akcích lépe poznaly. Po této zkušenosti popisuje respondentka spolupráci na lodi jako mnohem snazší.

U respondentek ženského pohlaví se jedná kromě zábavných akcí jako jsou oslavy vítězství i o charitativní události. Obě respondentky při rozhovoru mluvily o kalendáři, který nafotily společně s celou svou posádkou a výtěžek z něj věnovaly dívce, která se léčila s leukémií. Stejná posádka také uspořádala společnou akci, při které členky týmu ušily speciálně tvarované polštáře pro ženy po ablaci prsu, které následně darovaly místní nemocnici.

Mužští respondenti společné akce zmiňují méně než respondentky. Respondent č. 3 mluví zejména o akcích sportovního charakteru, kterých se však neúčastní všichni členové posádky: „...spousta členů týmu ještě jezdí společně na populární překážkové závody a jiné sportovní akce. Na těchto akcích se ale jmenuje tým jinak a nejsou v něm pouze členové posádky dračích lodí.“.

Kapitán stejné posádky, říká totéž: „Ano, ale neúčastní se všichni, co dělají dračí lodě. Jezdíme na různé překážkové závody, např. Gladiator race nebo Spartan race. Dále se účastníme čistě běžeckých závodů.“. Respondent č. 4 také zmiňuje akce jiného druhu jako jsou např. festivaly.

Zde lze shledat rozdíl mezi respondentkami ženského pohlaví a respondenty mužského pohlaví. Ženy vnímají společné akce jako možnost k většímu poznání ostatních členek své posádky, a tudíž i jako možnost zlepšení vztahů a spolupráce v týmu. Muži pouze společně trávené akce zmiňují, ale nepřisuzují jim větší význam.

Kategorie č. 2: Přátelství

Jeden z bloků otázek se zaměřuje na to, zda v průběhu vykonávání tohoto sportu vznikají mezi členy a jednotlivými posádky fungující přátelské vztahy nebo zda se díky velkému množství členů v posádce mezi účastníky vytváří neshody a vztahy spíše nepřátelského typu.

Kódy:

Noví přátelé

Přátelská atmosféra

Přátelské vztahy

Kamarádský sport

Schůzky mimo loď

Komentář:

Všichni dotazovaní respondenti nejčastěji mluvili o přátelství a o kamarádské atmosféře, kterou v rámci tohoto sportu zažívají.

Každý z respondentů tvrdí, že díky dragonboatingu získal nové přátele. Tři ze čtyř dotazovaných řekli, že nová přátelství získali nejen ve své posádce, ale i v jiných posádkách. Respondentka č. 1: „*Získala jsem několik nových kamarádů, a to i z jiných posádek.*“, podobně odpověděla i respondentka č. 2: „*Ano, určitě, získala jsem nové přátele jak v rámci mé posádky, tak i v ostatních posádkách.*“. o nově získaném přátelství mluví i respondent č. 4: „*Ano, získal jsem nové přátele i mimo moji posádku.*“

Jediný respondent č. 3 říká: „*Získal jsem spoustu nových kamarádů*“, z této věty nelze jednoznačně poznat, zda se, stejně jako u ostatních respondentů, jedná o přátelství vzniklé mimo posádku či ne.

Respondentka č. 1 tvrdí: „*...na lodi si s holkama užijeme spoustu srandy a zábavy. Na konci tréninku nebo závodní jízdy vždy společně zpíváme naše oblíbené písničky a náš pokřik.*“. Stejnou situaci popisuje i respondentka č. 2: „*... na lodi je díky kamarádské atmosféře zábava*“. Z těchto výpovědí lze předpokládat, že v posádce panuje přátelská atmosféra a členky tohoto týmu mezi sebou mají funkční, přátelské vztahy.

O přátelské atmosféře na dračích lodích mluví i respondent č. 3: „*Nejvíc mě baví přátelská atmosféra, která je na každých závodech*“. V průběhu rozhovoru však tento respondent mluví o lehké nervozitě na závodech, a naopak o přátelské atmosféře v posádce pouze mimo závody: „*Mimo závody je atmosféra uvolněná, kamarádská. Na závodech je pak cítit lehká nervozita...*“. Je možné, že v první výpovědi má respondent na mysli celodenní, přátelskou atmosféru mezi všemi posádkami, kterou v den závodů prožívá i on s jeho posádkou. Kdežto změna nastává pouze těsně před a v průběhu samotné závodní jízdy, kdy je mezi členy posádky cítit zmiňovaná nervozita.

To, že se při dragonboatingu objevuje přátelská atmosféra i v jiných posádkách, potvrzuje zkušenost respondenta č. 3 s vypomáháním ostatním týmům: „*Ve většině případech se u dragonboatingu jedná o velice přátelské lidi a posádky, ve kterých převládá dobrá atmosféra, proto není problém do týmu „zapadnout“*“.

Také poslední respondent č. 4 v rozhovoru uvádí: „*Nejvíc mě přesvědčilo sdílení dobré zábavy a sportu s přáteli.*“. Z této odpovědi lze opět poznat, že i respondent č. 4 vnímá přátelskou atmosféru. Tuto atmosféru zmiňuje dále v rozhovoru: „*Na dračích lodích vládne velmi přátelská atmosféra.*“

Přátelské vztahy, často zmiňuje respondentka č. 1, která jako svůj osobní cíl v dragonboatingu uvádí, že si přeje udržet přátelství v posádce a také, aby mezi všemi týmy platilo heslo: „*Soupeři na vodě, kamarádi na suchu*“. Vzhledem k opakovanému zmínění těchto vztahů, lze předpokládat, že v posádce respondentky č. 1 mají mezi sebou členky převážně přátelské vztahy.

Za stejnou posádku pádluje i respondentka č. 2, která též mluví o partě kamarádů, která ji na dračích lodí baví nejvíce.

O vztazích stejného charakteru vypráví také oba respondenti mužského pohlaví.

Jelikož jsou respondentky ženského pohlaví ze stejné posádky, obě mluvily o zajímavých akcích, které se svým ženským týmem pořádaly, ať už se jednalo o charitativní akce či zábavné akce jako je např. oslava vítězství. To, že respondentky tráví svůj volný čas se svou posádkou i mimo tréninky či závody a z podobných reakcí obou respondentek lze poznat, že vztahy mezi členkami týmů jsou velmi dobré. Důkazem mohou být tyto odpovědi. Respondentka č. 1: „*díky přátelským vztahům se setkáváme nejen při sportu, ale i v osobním životě.*“, „*díky tomu, že máme výborný kolektiv se sházíme i mimo dračí loď. Každým rokem společně zahajujeme i ukončujeme sezónu dračích lodí.*“, respondentka č. 2: „*... společně jsme vytvořili kalendář na podporu jedné nemocné holčičky a výtěžek z prodeje jsme věnovali jí a celé její rodině, to byla krásná společná akce.*“, „*Podobnou akci na podporu žen po ablaci prsu jsme také pořádali společně.*“.

O dragonboatingu lze tvrdit, že se jedná převážně o přátelský sport. Rivalita mezi soutěžícími na dračích lodích je minimální, to potvrzuje respondent č. 3 který na závodech chodí vypomáhat i jiným posádkám o kterých tvrdí, že jsou velice přátelské. Dále také zmiňuje, že si mezi sebou vypomáhá spousta posádek. Také obě respondentky uvádí, že dračí lodě jsou hlavně o přátelství.

Kategorie č. 3: Přesah do života

K dalším zkoumaným faktorům patří zajisté i to, jak a jestli vůbec dračí lodě obohatily osobní životy respondentů.

Kódy:

Role kapitána

Odpočinek

Noví přátelé

Nové poznání

Komentář:

V průběhu rozhovoru bylo zjištěno, že obohacení života může přinést role kapitána v posádce. Takovou funkci mají dva z dotazovaných respondentů. Oba kapitáni v rozhovoru mluví o určitém sebeuvědomění.

Respondentka č. 1 popisuje nauku koordinace celého týmu: *„Role kapitánky mě obohatila ze všech zkušeností s dračími loděmi nejvíce... hodně mě toho naučila... díky ní jsem se naučila zkoordinovat tým jako celek.“*. Tuto dovednost si osvojila zejména díky rozmanitému kolektivu. Říká, že se sice jedná o ženský kolektiv, ale že každá členka má jiné vzdělání, zaměstnání, věk a povahu, to respondentce její funkci kapitánky neusnadňuje, i přesto ji tato zkušenost přinesla určité obohacení.

I respondentovi č. 4 přináší role kapitána nové zjištění, avšak oproti respondentce č. 1 není toto uvědomění zcela tak pozitivní, ale i z takových uvědomění se může člověk v životě poučit a lze ho považovat za osobní obohacení. Konkrétně se jedná o toto zjištění: *„Role kapitána mi bohužel také ale přinesla zjištění, že se člověk nikdy nemůže zavděčit všem.“*.

Tři respondenti v rozhovoru zmínili, že jim dragonboating přináší určitou formu odpočinku či relaxace. Respondentka č. 1 tvrdí, že se při tréninku cítí uvolněně. Podobný pocit popisuje respondentka č. 2: *„...jde o odpočinek pro duši...“* a také respondent č. 3: *„Vyčistím si u toho hlavu a odpočinu si od běžných, každodenních starostí.“*.

I to lze považovat za osobní obohacení, a to obzvlášť v dnešní přetechizované a uspěchané době, kdy lidé odpočívat a relaxovat spíše neumí.

U této sportovní aktivity je velice důležitá maximální soustředěnost na různé faktory, jako je např. technika pádlování či synchronizace posádky, lidská mysl je tedy v průběhu pádlování dostatečně zaměstnaná. Pokud se pádlující dokáže soustředit čistě na tyto faktory, může tak dosáhnout zmiňovaného odpočinku.

Všichni respondenti, jak už bylo zmíněno v kategorii „*Přátelství*“, díky dračím lodím získali nové přátele, i tento fakt lze považovat za jedno z největších obohacení v jejich osobním životě.

Posledním zmiňovaným přínosem je poznání a pochopení zcela nového, netradičního sportu. O tom v rozhovoru mluví dva dotazovaní, respondentka č. 2: „*Dračí lodě mi pomohly pochopit, že v tomto sportu není nejvíce důležitá síla či fyzická kondice, ale týmový duch.*“ a respondent č. 4: „*Dračí lodě mi přinesly nový druh originální zábavy a nauku nového sportu.*“.

Kategorie č. 4: Prožitky

Jak už bylo zmíněno v teoretické části, velice důležité jsou pro vybudování týmu společné prožitky a zážitky členů posádky. Díky nim dochází ke vzniku lepší spolupráce ve skupině. Z toho důvodu tento kvalitativní výzkum zkoumá právě prožívání respondentů v průběhu vykonávání tohoto sportu.

Kódy:

Dobrá nálada

Předzávodní napětí

Nadšení

Komentář:

Ukázalo se, že při vykonávání tohoto sportu je u respondentů přítomno několik prožitků. Tyto jejich prožitky bývají nejčastěji pozitivního charakteru.

V rozhovorech se projevilo, že dragonboating jeho účastníkům často přináší dobrou náladu, kterou zmiňují rovnou tři ze čtyř respondentů. Všichni respondenti mluví o zábavě, přátelských vztazích a příjemné atmosféře na lodi, tyto faktory vedou k prožívání právě dobré nálady.

Respondentka č. 1 takovou náladu zmiňuje dokonce dvakrát, poprvé říká, že by si přála, aby v posádce nadále vládla dobrá nálada. Dále v rozhovoru říká přímo: „*Nálada je super.*“. Jelikož respondentky ženského pohlaví jsou členkami stejné posádky, o dobré náladě mluví také respondentka č.2: „*V rámci naší posádky, hlavně potom v rámci určitých členů posádky, mezi námi panuje klidná atmosféra, příjemná a veselá nálada...*“. Jako poslední dobrou náladu zmiňuje respondent č. 4: „*Při společné aktivitě dokáže tým táhnout za jeden provaz a nálada je super...*“.

Dále respondenti v průběhu rozhovoru také často zmiňují stres a nervozitu. Ty nastávají zejména před samotnými závody. Nervozita i stres jsou součástí životů všech lidí a pokud se objevují v normální míře a v patřičných situacích, jsou tyto prožitky zcela v pořádku. I když je toto prožívání většinou vnímáno negativně, lze u něj shledat i pozitivní přínosy, v takovém případě jde o tzv. eustres. Díky tomuto prožívání může dojít i k lepším výkonům. Jedná se také o určitý důkaz, že respondentům na této aktivitě záleží.

Jedná se také o určitý důkaz, že respondentům na této aktivitě záleží. Tento prožitek uvádějí všichni dotazovaní. Respondentka č. 2 dokonce uvádí delší trvání tohoto prožitku, který však vnímá pozitivně: „*Baví mě i předzávodní nervozita, kterou mám pravidelně týden dopředu.*“. Respondentka č. 1 mluví už o kratší době tohoto nepříjemného prožitku, než je týden: „*Při závodech jsem samozřejmě nervózní, zejména na startovní čáře.*“. Respondenti mužského pohlaví nemluví o vlastním prožitku, ale přesměrovávají toto napětí na celou posádku: „*Na závodech je pak cítit lehká nervozita...*“, jak říká respondent č. 3. Druhý respondent mužského pohlaví tvrdí, že i přes napětí v posádce

zůstává dobrá nálada a tým drží pospolu: „*Při společné aktivitě dokáže tým táhnout za jeden provaz a nálada je super, byť si s námi hraje předzávodní stres.*“.

K dalším zážitkům, které respondenti získávají při tomto sportu patří i nadšení pro dragonboating.

Prvním důkazem, že respondenti jsou z této sportovní aktivity nadšení, je zajisté čas, který dračím lodím věnovali. Oba respondenti mužského pohlaví se dračím lodím věnují tři roky a obě respondentky již osm let.

Všichni respondenti také uvedli, že se ve svém volném čase věnují hlavně sportu a pohybovým aktivitám. Už zde je vidět, že je pro respondenty sport velice důležitý a že jsou pro tento druh trávení volného času velmi zapálení.

Velké nadšení jde poznat z reakcí respondentky č. 1, která mluví o pocitech euforie a štěstí. Také říká, že: „*Nálada je výborná. Na konci tréninku nebo závodní jízdy vždy společně zpíváme naše oblíbené, týmové písničky a náš pokřik.*“. Tato respondentka také založila svoji ženskou posádku a dělá v ní kapitánku.

Respondentka č. 2 je členkou posádky od jejího založení a tvrdí: „*mým osobním cíle je se tomuto sportu věnovat co nejdéle to půjde*“. Tato respondentka v průběhu rozhovoru zmínila i ten fakt, že v rámci její posádky došlo k situacím, které pro ni byly psychicky vyčerpávající až bolestivé, ale i přes to je respondentka maximálně odhodlaná v tomto sportu pokračovat, což by bez nadšení nebylo možné. To potvrzují i další její odpovědi, ze kterých jde toto nadšení poznat, např. odpověď na otázku, jak se v průběhu pádlování cítí, odpovídá: „*Cítím se moc hezky. Obzvlášť při závodě, kdy loď „letí“ na vlně, to je úžasné.*“.

Vypomáhání ostatním posádkám v průběhu závodního dne provozuje respondent č. 3. Ten také v rozhovoru mluví současně o lásce k vodě a o oblibě sportovních aktivit, proto lze předpokládat, že z dračích lodí je nadšený i on.

Roli kapitána má ve své posádce i respondent č. 4, který svou funkci bere velmi zodpovědně a je pro ni také velmi nadšen, to potvrzují tyto jeho slova: „*Snažím se zajistit co nejvíce potřebného pro to, aby ve finále oni samotní nemuseli dělat mnoho a mohli si užívat jen tento sport. Tím myslím, co se organizace týče.*“. Zde je vidět ochota

respondenta zajistit svému týmu co nejlepší podmínky před závody, bez nadšení pro dragonboating by respondent nemusel mít tak velkou snahu.

Interpretace dat

Jelikož je dragonboating jedním z nejkolektivnějších sportů vůbec, lze předpokládat, že mezi jeho účastníky budou vznikat vztahy různého charakteru. Cílem tohoto kvalitativního výzkumu bylo zjistit, zda spolupráce, kterou se respondenti naučili v průběhu dlouhodobé zkušenosti s dragonboatingem, vede k zisku pozitivních vztahů mezi jednotlivými členy posádky.

Nejprve bylo potřeba zjistit, jak naučená spolupráce mezi členy vzniká. Na toto zjištění se zaměřila první dílčí otázka. Odpovědi na ni obsahuje zejména kategorie „*Budování spolupráce*“.

Jako nejefektivnější nástroj, díky kterému posádka dosahuje lepší spolupráce, respondenti vnímají samotné tréninky, jejichž náplň vymýšlí jejich trenér.

Všichni respondenti mají stejného trenéra, kterého v průběhu rozhovoru jmenovali, jeho jméno nelze však v tomto výzkumu zveřejnit. Tréninky pod vedením této osoby se podle výpovědí respondentů zdají být velmi prospěšné v dosažení spolupráce a sebranosti mezi členy týmu. Trenér v průběhu tréninku učí posádku reagovat na takové situace, které dokáže posádka vyřešit pouze společně. Tímto cvičením spolupráci nejen učí, ale i posiluje.

Za velmi důležitou, při budování spolupráce, považují všichni respondenti také komunikaci. Každý respondent říká, že komunikuje s ostatními členy posádky, ať už se jedná o situaci, kdy mezi sebou musí řešit vzniklé problémy nebo se chtějí pouze motivovat.

Mezi další zmiňované metody, které naučily posádku spolupracovat patří společné akce. Je důležité zmínit fakt, že tuto metodu jako nápomocnou vnímaly pouze respondentky ženského pohlaví. Obě respondentky věří, že sblížení s ostatními členkami při těchto akcích naučilo celou posádku lépe a kvalitněji spolupracovat.

Druhá dílčí otázka hledala odpověď na to, jak členové posádky vnímají vztahy mezi sebou. V kolektivních sportech je občas velmi těžké vycházet s druhými, často se v týmu objevují hádky, neshody nebo to mohou být odlišné povahy členů týmu, které způsobují nepříjemnou, negativní atmosféru a nepřátelské vztahy.

Dragonboating je jeden z nejtýmovějších sportů vůbec a podle tohoto kvalitativního výzkumu těmto problémům nečelí. Všichni dotazovaní respondenti mluvili o nových přátelích, výborném kolektivu, příjemné, přátelské atmosféře atd. Respondenti často zmiňovali fakt, že dračí lodě jsou hlavně o přátelství. Proto by odpověď na druhou dílčí otázku byla, že vztahy mezi účastníky dragonboatingu jsou převážně na přátelské úrovni.

O to, jak obohatily dračí lodě jeho účastníky se zajímala třetí dílčí otázka. V rozhovorech se objevilo osobnější obohacení, a to konkrétně u dvou respondentů. Oba respondenti, u kterých k tomuto sebeuvědomění došlo, mají roli kapitána či kapitánky ve své posádce. Lze předpokládat, že tato pozice přináší větší obohacení do osobních života než ostatní role.

Dalším přínosem je zajisté určitá forma relaxace. Dragonboating je sice fyzicky náročný sport, ale u dotazovaných respondentů se ukázalo, že se jedná i jakási druh odpočinku. Většina respondentů popisuje, že si při tomto sportu tzv. vyčistí hlavu a odpočinou si od každodenních starostí.

I u této otázky budou zmíněny přátelské vztahy mezi členy posádky, které se dají považovat za jedno z nejčastějších obohacení v životech účastníků dragonboatingu.

Ukázalo se, že tato aktivita přinesla respondentům i pochopení a poznání nového sportu.

Postoj respondentů k dračím lodím byl dalším zkoumaným faktorem tohoto kvalitativního výzkumu. Ukázalo se, že i přes občasné neshody v týmu, pravidelný výskyt stresu a nervozity před závody, náročné fyzické cvičení a posilování, respondenti k tomuto sportu zaujímají pozitivní postoj. To potvrzuje kategorie „Prožitky“.

U respondentů bylo shledána velká nadšenost z dragonboatingu. Bez nadšení a zájmu by danou aktivitu nebylo možné vykonávat a také z ní vytěžit určitá pozitivita, které s sebou tato aktivita přináší. U všech dotazovaných respondentů se nadšení projevilo ve velké míře. Samotná doba, po kterou se respondenti tomuto sportu věnují, je snad největším důkazem jejich nadšenosti. Ta se projevila i při samotném rozhovoru s respondenty. Také

ujištění respondentů v tom, že se této pohybové aktivitě chtějí věnovat i v budoucnu, potvrzuje nadšení.

U respondentek ženského pohlaví byla nadšenost z dragonboatingu patrnější než u respondentů mužského pohlaví. To může být vysvětleno tím, že právě tyto respondentky se dračím lodím věnují mnohem déle než muži, a to o pět let.

Také dobrá nálada, kterou respondenti popisují lze považovat za důkaz pozitivního postoje k této sportovní aktivitě. To potvrzuje i následující informace o tom, že dračí lodě, a hlavně závodění na nich, nejsou zdrojem pouze příjemných prožitků. Závody u respondentů totiž vyvolávají napětí, které se projevuje stresem a nervozitou. Je zajímavé, že i když se bezpochyby jedná o nepříjemný pocit, respondenti toto napětí vnímají jako pozitivní, a právě tím lze potvrdit kladný postoj k dračím lodím.

Kvalitativní výzkum této bakalářské práce ukázal, že dragonboating má na členy posádky příznivý vliv. Naučená spolupráce, která je nezbytná pro vykonávání tohoto sportu, přináší účastníkům nejen úspěch v dračích lodích, ale také obohacuje osobní život těchto lidí. Byl zjištěn výskyt kladných emocí, sebeuvědomění, ponaučení, nového přátelství a zábavy. Všechny tyto zmiňované body podporují vznik příjemné atmosféry, která napomáhá ve vzniku pozitivních, přátelských vztahů mezi členy posádky. Naučená spolupráce při této sportovní aktivitě tedy vede k pozitivním vztahům mezi členy týmu.

Závěr

V této bakalářské práci, zaměřené na dračí lodě jako na alternativu trávení volného času a cestu k týmové spolupráci, došlo ke splnění několik předem stanovených cílů.

Cílem teoretické části bylo představit čtenářům nejen nový, originální, a hlavně nejkolektivnější sport, ale také základní teorii volného času a týmové spolupráce, která s tímto sportem úzce souvisí. Jelikož nejdelší část teorie věnuje pozornost dragonboatigu, byl tento cíl, vzhledem k možnostem a tématu, naplněn zejména díky internetovým zdrojům.

V praktické části bylo cílem zjistit, jak se projevují dračí lodě a nutná spolupráce při tomto sportu, na členech posádky. Prokázaly se velmi příznivé výsledky, které zjistily nejen kladný přínos dračích lodí do života jejich účastníků, ale také potvrdily, že tento sport dokáže stmelovat skupinu jedinců a posiluje pozitivní a přátelské vztahy mezi členy týmu. Cíl praktické části byl tedy splněn.

Ukázalo se, že dragonboating by díky zjištěným výsledkům v praktické části mohl sloužit jako vhodný prostředek např. pro sociální pedagogy. Tato pohybová aktivita by mohla být využívána např. mezi klienty etopedických zařízení. V těchto zařízeních jsou kromě jiných zásadních faktorů, důležité i kladné a přátelské vztahy, proto by zde mohl být dragonboating velmi nápomocný.

Tato bakalářská práce by z výše uvedených důvodů mohla přinést nové způsoby v navazování lepších vztahů ve skupinách. Kromě toho by mohla sloužit jako příručka pro sociální pedagogy, pedagogy volného času, tělesné výchovy, ale i pro studenty těchto oborů.

Seznam zdrojů

Anglické zdroje:

Boats. *Race the dragon* [online]. United Kingdom: Wahoo Group, 2019 [cit. 2019-12-8]. Dostupné z: <https://www.racethedragon.com/boats/>

Dragon Boats: Technical parameters. In: *Prague Dragon Boat Club* [online]. Praha, 2009 [cit. 2020-04-10]. Dostupné z: <http://praguedragons.cz/en/content/dragon-boats>

What is Dragon Boat? *International canoe federation* [online]. Switzerland: Penceo, 2019 [cit. 2020-1-6]. Dostupné z: <https://www.canoeicf.com/disciplines/dragon-boat>

České zdroje:

Celonárodní hodnocení úrovně pořadatelů závodů DL: Hodnocení vybraných závodů 2019. *Český svaz dračích lodí* [online]. AVITO.cz, 2020 [cit. 2020-1-16]. Dostupné z: <http://www.csdsl.cz/celonarodni-zebricek-csk-dl/>

Česká asociace dračích lodí: Czech Dragon Boat Association. *Czech Dragon Boat Association* [online]. Partner-media.cz, 2010 [cit. 2020-1-16]. Dostupné z: <https://www.dragonboat.cz/>

Česká národní liga dračích lodí: tzv. divize ZÁPAD. *Czech Dragon Boat Association* [online]. Partner-media.cz, 2010 [cit. 2020-1-15]. Dostupné z: <https://www.dragonboat.cz/ceska-liga/>

Český pohár dračích lodí. *Czech Dragon Boat Association* [online]. Partner-media.cz, 2010 [cit. 2020-1-15]. Dostupné z: <https://www.dragonboat.cz/cesky-pohar/>

ČESKÝ SVAZ DRAČÍCH LODÍ, Z.S. *Projekt: „Dračí lodě školám“ 2019/2020* [online]. Praha, 2019 [cit. 2020-2-17]. Dostupné z: <http://www.csdsl.cz/files/skoly/2.-projekt-draci-lode-skolam-podrobne-informace.pdf>

ČESKÝ SVAZ DRAČÍCH LODÍ. *Pravidla a postupy pro závody: Dračí lodě* [online]. [cit. 2020-1-18]. Dostupné z: <http://www.csdl.cz/files/dokumenty/pravidla-a-postupy-2-00.pdf>

Český svaz dračích lodí rozdal Prize money. *Kanoe.cz* [online]. 2013 [cit.2019-12-13]. Dostupné z: <https://kanoe.cz/sporty/dragonboats/73-clanky/8235-cesky-svaz-dracich-lodi-rozdal-prize-money>

Dracup školní závod. *Dračí lodě na rybníku Řeka* [online]. PageRide.com, 2019 [cit. 2019-12-8]. Dostupné z: <http://www.draci-lode-reka.wbs.cz/DRACUP-skolni-zavod.html>

Dračí lodě: Historie a současnost. *Pražský klub dračích lodí* [online]. Praha, 2003 [cit. 2019-12-8]. Dostupné z: <http://www.praguedragons.cz/cs/content/draci-lode>

Dračí lodě školám 2019/2020. *Český svaz dračích lodí* [online]. Praha: AVITO.cz [cit. 2019-12-9]. Dostupné z: <http://www.csdl.cz/skoly/?fbclid=IwAR12gCARZY37KkG8AZWh9hLy0Uup2ZgZ79Afxo7jxLkj98EchJVS-bEPX5o>

Dragon Boat Grand Prix. *Czech Dragon Boat Association* [online]. Partner-media.cz, 2010 [cit. 2020-1-13]. Dostupné z: <https://www.dragonboat.cz/grand-prix/>

Dragon Race 2019: seriál závodů ČSDL. *Torrsen Sports* [online]. AVITO.cz [cit. 2020-2-10]. Dostupné z: <http://www.torrsen-sports.cz/dragonboatsport-cz/dragon-race-2019-serial-zavodu-csdl/>

Dragon race 2020. *Český svaz dračích lodí* [online]. Praha: AVITO.cz [cit. 2020-2-1]. Dostupné z: <http://www.csdl.cz/mistrovstvi-csdl/>

HARLEY, Thor a Svát'a BENEŠ. Technika a strategie na dračí lodi: Thor Harley: Jak závodit na dračí lodi. *Dragonclub Brno* [online]. Brno: HD Production Brno [cit. 2020-1-14]. Dostupné z: <http://dragonclub.cz/technika-a-strategie-na-draci-lodi/>

HAYES, Nicky. *Psychologie týmové práce: strategie efektivního vedení týmů*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7178-983-6.

HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-040-2.

Historie dračích lodí: Kořeny dragonboatingu. *Kanoistika Chomutov* [online]. [cit. 2019-12-1]. Dostupné z: <https://sc80kanoistika.cz/historie-dracich-lodi/>

Historie dragonboatingu. *Czech Dragon Boat Association* [online]. Partner-media.cz, 2010 [cit. 2019-12-5]. Dostupné z: <https://www.dragonboat.cz/historie/>

HOFBAUER, Břetislav. *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-927-5.

HORVÁTHOVÁ, Petra. *Týmy a týmová spolupráce*. Praha: ASPI, 2008. ISBN 978-80-7357-390-4.

JANSA, Petr. *Pedagogika sportu*. Praha: Karolinum, 2012. ISBN 978-80-246-2026-8.

KLÍMA, Petr a Zdeněk JANEČEK. *Dragon boat story: od prvního festivalu po mistrovství světa*. [Praha: Česká asociace dračích lodí, 2010]. ISBN 978-80-254-8807-2.

Moravská národní liga dračích lodí: tzv. divize VÝCHOD. *Czech Dragon Boat Association* [online]. Partner-media.cz, 2010 [cit. 2020-1-17]. Dostupné z: <https://www.dragonboat.cz/moravska-liga/>

Národní liga firemních posádek dračích lodí ČR. *Czech Dragon Boat Association* [online]. Partner-media.cz, 2010 [cit. 2020-1-12]. Dostupné z: <https://www.dragonboat.cz/firemni-liga/>

Národní pohár dračích lodí. *Czech Dragon Boat Association* [online]. Partner-media.cz, 2010 [cit. 2020-1-13]. Dostupné z: <https://www.dragonboat.cz/narodni-pohar-dracich-lodi/>

Seriál závodů dračích lodí Vysočiny. *Dračí lodě na rybníku Řeka* [online]. PageRide.com, 2020 [cit. 2020-1-9]. Dostupné z: <http://www.draci-lode-reka.wbs.cz/Serial-zavodu-dracich-lodi-Vysociny.html>

Seriál závodů dračích lodí Vysočiny 2019: Kategorie amatérských posádek dračích lodí. In: *Dračí lodě Vysočina* [online]. 2007 [cit. 2020-2-12]. Dostupné z: https://docs.google.com/spreadsheets/d/16lh85Yei_NndYscbcOHpBkHeUetXOfsF9lBMZE7ua-E/edit#gid=1779588517

SLEPIČKOVÁ, Irena. *Sport a volný čas*. Praha: Karolinum, 2000. ISBN 80-246-0044-7.

Svaz. *Český svaz dračích lodí* [online]. Praha: AVITO.cz [cit. 2020-04-17]. Dostupné z: <http://www.csdl.cz/svaz/>

ŠVARŤÍČEK, Roman a Klára ŠEĐOVÁ. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-313-0.

Teambuilding. *Czech Dragon Boat Association* [online]. Partner-media.cz, 2010 [cit. 2020-2-3]. Dostupné z: <https://www.dragonboat.cz/teambuilding/>

Teambuilding: Pádlování na dračích lodích. *Pražský klub dračích lodí* [online]. Praha, 2003 [cit. 2020-2-23]. Dostupné z: <http://www.praguedragons.cz/cs/team-building>

Teambuilding: Teambuilding na dračích lodích je akce, která. *Torrsen Sports* [online]. AVITO.cz [cit. 2020-2-23]. Dostupné z: <http://www.torrsen-sports.cz/teambuilding/>

Technické parametry dračí lodi. *Dragonclub Brno* [online]. Brno: HD Production Brno [cit. 2019-12-10]. Dostupné z: <http://dragonclub.cz/technicke-parametry-draci-lodi/>

Velký tréninkový kemp 2020. *Český svaz dračích lodí* [online]. Praha: AVITO.cz [cit. 2020-2-12]. Dostupné z: <http://www.csdl.cz/aktuality/velky-treninkovy-kemp-2020.html>

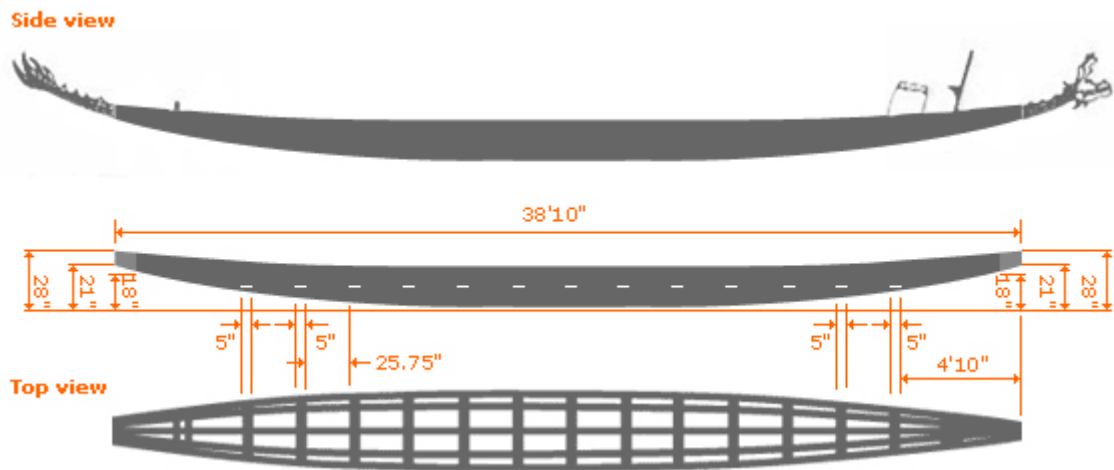
ZAHRÁDKOVÁ, Eva. *Teambuilding: cesta k efektivní spolupráci*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-042-9.

Přílohy

Příloha A

Dračí loď a její parametry.

(<http://praguedragons.cz/en/content/dragon-boats>)



Příloha B

Rozhovor s respondentkou č.1:

1. Kolik ti je let?

Je mi 49 let.

2. V jaké kategorii závodíš?

Závodím v kategorii ŽENY a měla jsem možnost si vyzkoušet i kategorii MIX.

3. Jak dlouho se dragonboatingu věnuješ?

Dračím lodím se věnuji osm let.

4. Co tě přesvědčilo, aby ses tomuto sportu věnovala dlouhodobě?

O dračích lodích mi řekla kamarádka, se kterou jsme společně založily ženskou posádku. Moje první zkušenost pro mě nebyla úplně příjemná, protože jsem tento sport neznala a s tím i pár tehdejších členek posádky, které do týmu přivedla má kamarádka. Postupem času jsem si ale tento sport oblíbila a vydržela jsem u něj osm let.

5. Co tě na dračích lodích nejvíc baví?

Na dragonboatingu mě nejvíce baví, že je to kolektivní sport, tím pádem kromě náročného pádlování a dřiny, si na lodi užijeme s holkama spoustu srandy a je tam vždy zábava.

6. Jaké jsou tvoje osobní cíle v dragonboatingu?

To je jasné, udržet si přátelství v posádce a také ty nejlepší výkony na závodech. Vzhledem k tomu, že jsem kapitánka týmu, tak bych si přála, aby nadále v posádce vládla dobrá nálada, aby se nás zranění držela co nejdál a aby mezi všemi týmy platilo heslo: „Soupeři

na vodě, kamarádi na suchu“, kterého se dračí lodě, mám pocit, obzvlášť drží a je pro ně typické.

7. Věnuješ se ve svém volném čase i jiným aktivitám než čistě dragonboatingu, které však s tímto sportem souvisejí?

Ve svém volném čase se věnuji převážně sportovním aktivitám. Nejčastěji chodím běhat, třikrát týdně na crossfit. Občas chodím plavat, v létě na paddleboard a kolo. Také chodím na dlouhé vycházky s mými jezevčíky.

8. Jaké obohacení ti do tvého osobního života přinesly dračí lodě?

Role kapitánky mě obohatila ze všech zkušeností s DL nejvíce. K této pozici jsem v životě přišla poprvé a hodně mě toho naučila. Kolektiv na lodi je velmi rozmanitý, i když jsme všechny ženského pohlaví, každá z nás má jiné vzdělání, zaměstnání, jsme různého věku a povahy, což mi jako kapitánce práci neusnadňuje, ale díky tomu jsem se naučila zkoordinovat tým jako celek.

9. Jak se cítíš, když sedíš v lodi a pádluješ?

Záleží na tom, jestli se jedná pouze o trénink nebo o závod. Při tréninku se cítím uvolněně a užívám si atmosféru posádky a již zmiňovanou zábavu, i přesto se však snažím poslouchat pokyny trenéra a dosáhnout tak dobrých výkonů a sehranosti. Před samotným závodem jsem samozřejmě nervózní, zejména na startovací čáře. V průběhu jízdy se maximálně soustředím na správnou techniku pádlování a rychlost, takže žádné pocity ani nevnímám. Naopak v cíli jsem plná euforie a štěstí.

10. Přišla jsi do „rozjetého“ kolektivu nebo jsi členem posádky od jejího založení?

Naši posádku jsem založila já, takže od začátku.

11. Získala jsi díky dračím lodím nové přátele?

Ano. Dračí lodě jsou právě hlavně o přátelství. Získala jsem několik nových kamarádů, a to i z jiných posádek.

12. Jaká je podle tebe atmosféra/nálada při společných aktivitách v tvoji posádce?

Nálada je výborná. Na konci tréninku nebo závodní jízdy vždy společně zpíváme naše oblíbené, týmové písničky a náš pokřik.

13. Účastníte se s týmem i jiných akcí, než jsou dračí lodě (sportovní, kulturní)?

Ano, díky tomu, že máme výborný kolektiv se sházíme i mimo dračí lodě. Každým rokem společně zahajujeme i ukončujeme sezónu dračích lodí. Mimo to jsme jako tým uspořádali i nesportovní akce. První z nich byla charitativní akce, nafotily jsme kalendář, který jsme veřejně pokřtily, proběhla jeho dražba a zisk z prodeje byl věnován Klárce s leukémií. Další povedená událost proběhla na pomoc ženám po ablaci prsu, kdy jsme se s celou posádkou ušili speciální polštářky, které těmto ženám pomáhají.

14. Jak řešíte v týmu různé neshody/hádky?

Naštěstí v našem týmu moc rozporů není. Většinou se jedná o menší problémy, které řešíme vzájemnou komunikací, kterou považuji v kolektivním sportu za nejdůležitější.

15. Jak si v týmu udržujete dobré vztahy?

Dobré vztahy si udržujeme hlavně společnými aktivitami. Také díky přátelským vztahům se setkáváme nejen při sportu, ale i v osobním životě. Dokážeme si vzájemně vypomáhat, a to je to hlavní.

16. Jak dlouho vám jako posádce trvalo, než jste se sehráli a dosáhli tak maximální synchronizace v týmu?

Myslím si, že dosáhnout maximální synchronizace týmu v našem případě nelze. Aby tento stav nastal, museli bychom víc trénovat a také mít stálejší tým. Každým rokem dojde k tomu, že se nějaké členky nemohou účastnit závodů či celé sezóny, a to z různých důvodů. Každopádně jsme od samého začátku udělali velký pokrok a k viditelnému zlepšení synchronizace došlo tak po třetí sezóně dračích lodí.

17. Jaké aktivity/ techniky jako tým používáte k vybudování spolupráce?

K vybudování spolupráce podle mě nejvíce přispívají tréninky. Náplň tréninku vymýšlí náš trenér, který se mnou, jakožto kapitánkou týmu, jeho plány vždy předem konzultuje. Jedná se o velmi náročnou a dlouhodobou práci. Také nám hodně prospěly společné zábavné akce, kterých se každoročně účastníme. Při těchto akcích jsme se mezi sebou hodně sblížili, a to nám pomohlo v dosažení lepší a kvalitnější spolupráce.

18. Co děláš pro zlepšení spolupráce na lodi ty sama?

Snažím se maximálně dodržovat trenérovo doporučení. To znamená, že sleduji pádlující přede mnou a svoje tempo pádlování přizpůsobuju tomu jejímu. Také si hlídám synchronizaci pádlování s členkou sedící vedle mě. Mimo samotnou jízdu komunikuji s pádlujícími přede mnou, za mnou a vedle mě, upozorňujeme se na chyby v technice pádlování, ale také se vzájemně motivujeme.