

Univerzita Palackého v Olomouci

Fakulta tělesné kultury



Fakulta
tělesné kultury

SPORTOVNÍ MOTIVACE U ADOLESCENTŮ VE SPORTOVNÍM TANCI

Bakalářská práce

Autor: Eliška Ondřejová

Studijní program: Tělesná výchova pro vzdělávání (maior), Španělská
filologie (minor)

Vedoucí práce: Mgr. Jana Harvanová, Ph.D.

Olomouc 2023

Bibliografická identifikace

Jméno autora: Eliška Ondřejová

Název práce: Sportovní motivace u adolescentů ve sportovním tanci

Vedoucí práce: Mgr. Jana Harvanová, Ph.D.

Pracoviště: Katedra společenských věd v kinantropologii

Rok obhajoby: 2023

Abstrakt:

Tato bakalářská práce je zaměřena na míru sportovní motivace u adolescentů věnujících se sportovnímu tanci v tanečních klubech TK Rokaso, TK Gradace, TK Olymp Olomouc a TK Moravia Starlet Brno. Konkrétně se zabývá kategoriemi Junior 2 a Mládež. Jejím hlavním cílem je zmapovat sportovní motivaci u adolescentů věnujících se sportovnímu tanci ve výše uvedených tanečních klubech a následně porovnat míru sportovní motivace napříč výkonnostními třídami. Dále tato práce také porovnává míru motivace mezi věkovými kategoriemi a mezi muži a ženami. V neposlední řadě tato práce charakterizuje pojem motivace, její typy, teorie a motivaci ve sportu, dále popisuje také adolescentní období a sportovní tanec. Do výzkumu bylo zapojeno celkem 41 respondentů, z toho 19 mužů a 22 žen, kteří online formou vyplnili dotazník Škála sportovní motivace. Výzkum ukázal, že adolescenti z výše uvedených tanečních klubů, ať už v závislosti na pohlaví, věku anebo výkonnostní třídě jsou motivováni převážně vnitřní motivací.

Klíčová slova:

Tanec, adolescence, motivace, Škála sportovní motivace

[Pokud byla práce zpracována v rámci řešení nějakého výzkumného projektu, vložte sem následující text doplněný o identifikaci konkrétního projektu: „Tato práce byla zpracována v rámci řešení výzkumného projektu xy.“ Pokud byla práce zpracována bez návaznosti na konkrétní výzkumný projekt, vložte do formuláře mezeru (toto políčko zůstane prázdné).]

Souhlasím s půjčováním práce v rámci knihovních služeb.

Bibliographical identification

Author: Eliška Ondřejová
Title: Sports motivation of adolescents in sport dancing

Supervisor: Mgr. Jana Harvanová, Ph.D.
Department: Department of Social Sciences in Kinanthropology
Year: 2023

Abstract:

This bachelor thesis focuses on the level of sport motivation in adolescents participating in sport dancing in dance clubs TK Rokaso, TK Gradace, TK Olymp Olomouc and TK Moravia Starlet Brno. Specifically, it deals with Junior 2 and Youth categories. Its main aim is to map the sport motivation of adolescents involved in sport dancing in the above-mentioned dance clubs and then to compare the level of sport motivation across performance classes. Furthermore, this thesis also compares motivation levels between age groups and between males and females. Last but not least, this thesis describes the concept of motivation, its types, theories and motivation in sport. It also describes the adolescent period and sport dance. A total of 41 respondents, 19 males and 22 females, were involved in the research and completed the Sport Motivation Scale questionnaire online. The research showed that adolescents from the above-mentioned dance clubs, regardless of gender, age or performance class, are mainly intrinsically motivated.

Keywords:

Dance, adolescence, motivation, The sport motivation scale

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

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

V Olomouci dne [Zadejte datum]

.....

Ráda bych touto cestou poděkovala paní Mgr. Janě Harvanové Ph.D., za pomoc a cenné rady, které mi poskytla při zpracování bakalářské práce. Dále bych chtěla poděkovat všem adolescentům z tanečních klubů TK Rokaso, TK Gradace, TK Olymp Olomouc a TK Moravia Starlet Brno za vyplnění dotazníku The sport motivation scale, který je nedílnou součástí bakalářské práce.

OBSAH

Obsah.....	7
1 Úvod.....	9
2 Přehled poznatků.....	10
2.1 Motivace.....	10
2.1.1 Zdroje motivace.....	10
2.1.2 Motivace ve sportu.....	12
2.1.3 Teorie motivace.....	13
2.2 Charakteristika vývojového období adolescentů.....	16
2.3 Sportovní tanec.....	17
2.3.1 Rozdělení sportovního tance.....	18
2.3.2 Soutěžní systém.....	21
3 Cíle.....	24
3.1 Hlavní cíl.....	24
3.2 Dílčí cíle.....	24
3.3 Výzkumné otázky.....	24
4 Metodika.....	25
4.1 Výzkumný soubor.....	25
4.2 Metody sběru dat.....	25
4.3 Statistické zpracování dat.....	26
5 Výsledky.....	28
5.1 Porovnání sportovní motivace u tanečníků ve věkových kategoriích Junior 2 a Mládež ve vztahu k pohlaví.....	28
5.2 Porovnání sportovní motivace u tanečníků ve věkových kategoriích Junior 2 a Mládež ve vztahu k výkonnostní třídě.....	30
5.3 Porovnání sportovní motivace u tanečníků výkonnostních tříd A, B, C, D ve vztahu k pohlaví.....	34
6 Diskuse.....	37
7 závěry.....	38
8 Souhrn.....	39
9 Summary.....	41

10	Referenční seznam.....	43
11	Přílohy	46
11.1	Dotazník – Škála sportovní motivace.....	46
11.2	Dotazník – The sport motivation scale	48
11.3	Klíč k vyhodnocení dotazníku Škála sportovní motivace	50

[Obsah práce je vytvářen automaticky na základě stylů definovaných v dokumentu pro nadpisy. Obsah nijak nepřepisujte ani do něj ručně nezasahujte. Jestliže obsah neodpovídá textu (nesedí stránkování, struktura kapitol, apod.), je třeba ho aktualizovat. To provedete tak, že na obsah kliknete pravým tlačítkem, vyberete položku „Aktualizovat pole“, potom „Celá tabulka“ a následně potvrdíte kliknutím na „OK“. Tento odstavec je pouze informativní a z dokumentu musí být smazán.]

1 ÚVOD

Pokud se v současné době chce člověk něčemu věnovat, ať už je to sport, nebo umění, někdy potřebuje impulsy k tomu, aby v dané činnosti pokračoval dál. Záleží na daném člověku, čím se nechá motivovat a co ho bude pohánět dál v tom, co dělá. Protože jsem se několik let věnovala standardním a latinskoamerickým tancům, rozhodla jsem se tato témata spojit a motivaci zkoumat přímo z pohledu tanečnicků. Když se člověk věnuje párovému tanci, často ukončení jeho kariéry není zapříčiněno tím, že ho daný sport přestane bavit a ztratí motivaci, ale ztrátou tanečního partnera. Z tohoto důvodu si myslím, že je důležité zajímat se o jednotlivé tanečnický a o to, co je motivuje k tomu, aby pokračovali a aby se posouvali dál. Jestli ukončení jejich kariéry nebylo podpořeno právě nedostatečnou mírou motivace, nebo příliš vysokou mírou amotivace. Vyplněním dotazníku Škála sportovní motivace lze snadno identifikovat míru motivace daného jedince a lze tak předejít ztrátě, v nejhorším případě, hned dvou tanečnicků. Pokud by se do povědomí trenérů dostalo, že motivace je často klíčová při vykonávání dané činnosti a lze ji alespoň prostřednictvím tohoto dotazníku monitorovat, věřím, že by vynaložili většího úsilí a sami se pokoušeli více motivovat své svěřence k jejich cestě za úspěchem.

Cílem této bakalářské práce je zmapovat sportovní motivaci u adolescentů věnujících se sportovnímu tanci v tanečních klubech TK Rokaso, TK Gradace, TK Olymp Olomouc, TK Moravia Starlet Brno a následně porovnat sportovní motivaci u tanečnicků ve věkových kategoriích Junior 2 a Mládež ve vztahu k pohlaví, výkonnostní třídě a dále také porovnat sportovní motivaci u tanečnicků výkonnostních tříd A, B, C, D ve vztahu k pohlaví.

Teoretická část této bakalářské práce pojednává o motivaci, jejich zdrojích, teoriích a o motivaci ve sportu. Dále tato bakalářská práce uvádí charakteristiku adolescentního období a poslední kapitolou teoretické části je sportovní tanec. Zde se čtenář může dozvědět, jaká je jeho charakteristika, dělení, nebo také může dostat do povědomí to, jak funguje jeho soutěžní systém. Praktická část se tvořena výzkumem, který byl proveden pomocí dotazníku Škála sportovní motivace a který nám přiblíží, jakým způsobem jsou motivováni adolescenti v tanečním sportu.

2 PŘEHLED POZNATKŮ

2.1 Motivace

Motivace může být definována mnoha způsoby. Důkazem je například to, že neexistuje jednotná definice pro pojem motivace, většina autorů se však myšlenkově shoduje.

Slovo motivace vychází z latinského pojmu „movere“, což v překladu znamená hýbat, nebo měnit (Weinberg & Gould, 2003).

Motivaci můžeme obecně označit za pohnutky člověka k určitému výkonu, práci či aktivitě. Podle Nakonečného (1996) platí, že „motivace je intrapsychicky probíhající proces, vyúsťující ve výsledný vnitřní stav, motiv“ (p.7). Dále můžeme najít popis motivace podle Čápa a Mareše (2001), kteří popisují motivaci jako „souhrn hybných momentů v činnostech, prožívání, chování a osobnosti. Hybnými momenty rozumíme to, co člověka podněcuje, pobízí, aby něco dělal, reagoval, nebo naopak, co ho tlumí, co mu zabraňuje konat, reagovat“ (p.92). Obě tyto definice se shodují na tom, že motivaci lze považovat za obrazně řečeno „hnací motor“, který podněcuje organismus k výkonu nebo činnosti (Pintrich & Schunk 1996).

Vágnerová (2001) definuje motivaci jako „psychický stav, který stimuluje aktivitu, která je zaměřená na dosažení dobrého výkonu a udržuje ji po určitou dobu.“ (p.174).

Velmi podobnou teorii zastává i Švancara (2003), který chápe motivaci jako hybnou sílu, která způsobuje aktivitu jedince a napomáhá mu určit jeho priority a zaměření, což později vede k tomu, že dokáže vyhodnotit, co je pro něj důležité. Z těchto teorií tedy vyplývá, že pokud jedinec vnímá nedostatek a rozhodne se jej odstranit, můžeme hovořit o tom, že byl jedinec motivován.

2.1.1 Zdroje motivace

Podle Smékala (2002) motivy přiřazují smysl chování člověka, a to pak vede k určitému cíli, kterého chce jedinec dosáhnout na základě svých vlastních potřeb. Podle tohoto řetězce lze tedy říct, že motiv stojí na počátku celého procesu motivovaného chování.

„Motiv je pohnutka, příčina činnosti, jednání člověka zaměřené na uspokojení určitých potřeb“ (Hartl, Hartlová, 2010, p. 327).

Podle Švancary (2003) jsou pak dále motivy děleny podle toho, na co jsou zaměřeny, podle jejich intenzity a podle jejich trvání. Na druhou stranu podle Plhákové (2005) mohou být motivy rozřazeny na základě dělení lidských potřeb. Podle odborné literatury (Čáp & Mareš, 2001) se motivy rozdělují do těchto kategorií:

Primární a sekundární – mezi primární a sekundární motivy řadíme instinkty a pudy. Primární motivy jsou nepodmíněné, sekundární jsou získané za průběh vývoje.

Vnější a vnitřní – mezi vnější motivy řadíme zejména incentivy neboli pobídky. Podle Svobody (2013) může být za vnější motivaci označen každý element, který působí na jedince. Jedná se například o pobídky nebo stimuly z prostředí, ve kterém se daná osoba pohybuje. Hrabal et al. (1989) vnější motivaci rovněž chápou jako vnější popud neboli incentivu. Pomocí těchto incentiv z vnějšího prostředí, ať už pozitivních, nebo negativních, je možné vyvolat jisté potřeby jedince. Incentivy jakožto vnější podněty, jevy či události dokáží v člověku vzbudit pocit potřeby. Mimo vzbuzování potřeb jsou incentivy schopné tyto potřeby také uspokojit. Pavelková (2002) také tvrdí, že mnohdy jsou tyto potřeby různě propojeny a nedochází k uspokojení jedné, ale hned několika potřeb, a proto se často setkáváme i s pojmem komplexní incentivy. Jelikož incentivou se může stát jakýkoliv vnější popud, často se stává, že se mezi motivující elementy zařadí i pobídky od autorit z našeho okolí, jako jsou rodiče, učitelé nebo trenéři. Dále je pak ale na samotném jedinci, jestli se rozhodneme danou podmínku vnímat jako zdroj naší motivace.

Podle Pelletiera et al., (1995) lze vnitřní motivaci rozdělit do tří podkategorií, a to poznávací vnitřní motivaci (zvědavost, poznání, učení se něčemu novému), vnitřní motivaci dosažení cílů (vede jedince k momenty kdy něčeho dosáhne nebo něco vytvoří) a prožitkovou vnitřní motivaci (směřuje jedince k aktivitám, které přinášejí vzrušení a zábavu). Toto dělení je využito například v dotazníku Škála sportovní motivace.

Mezi vnitřní motivy řadíme například potřeby, hodnoty, postoje, zásady, ideály a názory. Vnitřní motivace bývá často označována za biologickou, může být jak fyzického, tak psychického charakteru. Za ten hlavní motiv jsou ale považovány instinkty, které jsou geneticky podmíněné a ovlivňují charakteristiku osobnosti (Nevid, 2009). Tyto biologické instinkty reprezentují zejména základní potřeby jedince. Dle Čápa a Mareše (2001) označujeme potřebu za stav organismu, která postrádá něco životně důležitého. V tomto případě se můžeme odkázat do minulosti, kdy nejdůležitější potřebou jedince byla potřeba potravy, spánku a dýchání.

Jako definici potřeby můžeme uvést také tu od N. N. Michajlova, který uvádí, že potřeba je „stav subjektu odrážející rozpor mezi tím, co je dáno, a tím, co je nutné pro přežití a rozvoj, stav podněcující činnost osobnosti zaměřené na odstranění tohoto rozporu“ (Smékal, 1989, p. 176).

Nakonečný (2011) potřebu označuje jako reakci na stávající nedostatek. To vyplývá i z definice „Pojem potřeby vyjadřuje základní formu motivu, a to ve smyslu nějakého deficitu (nedostatku) v biologické či sociální dimenzi bytí“ (Nakonečný, 1995, p. 125).

Každý jedinec má své potřeby jinak hierarchicky uspořádány, nicméně Abraham Harold Maslow (1943) vytvořil obecnou, hierarchicky uspořádanou pyramidu potřeb (Obrázek 1), kde

definuje pět základních lidských potřeb. Tyto potřeby jsou uspořádány od nejdůležitějších ve spodní části pyramidy po ty méně důležité v horní části.

Obrázek 1

Pyramida potřeb (Maslow, 1943)



2.1.2 Motivace ve sportu

Pojem motivace je se životem sportovce a sportovními výkony velmi úzce spjat (Blahutková & Sližik, 2014). Sportovec v průběhu své kariéry prochází fázemi, kdy se mu daří v trénincích, zaznamenává posuny a připisuje si vítězství. Za těmito úspěchy stojí spousta úsilí a tvrdé práce, kdy motivace může být považována za to, co pohání sportovce v tom, aby pokračovali i za nepříznivých podmínek (Tod et al., 2012). Dále jedinec také prochází různými fázemi motivace, kdy v dětství je motivován spíše vnitřně, v adolescenci má potřebu se porovnávat se svými vrstevníky a získávat od nich uznání, čímž se projevuje spíše vnější motivace. V dospělosti se pak jedinec opět zaměřuje sám na sebe (Mallett & Hanrahan, 2004).

Motivace je spojena hned s několika teoriemi. Mezi ty nejznámější patří teorie potřeby úspěchu, teorie cíle snažení a teorie sebeurčení. Podle Toda et al., (2012) spadají všechny tyto teorie pod výkonovou motivaci.

Základy výkonové motivace, které položil Atkinson, jsou založeny na otázce obtížnosti cíle, který si sportovec vytváří. Jedinci s nízkou mírou motivace mají tendenci si utvářet nízké cíle, které jsou velmi lehce dosažitelné, nebo naopak velmi vysoké, kdy je pro ně při jejich nedosažení velmi jednoduché se omluvit příliš vysokou náročností. Opakem jsou jedinci, kteří si volí střední obtížnost. Ti jsou naopak velmi vysoce výkonnostně motivovaní. Atkinson dále také dělí jedince na ty, co chtějí uspět a na ty, kteří se chtějí neúspěchu vyhnout (Blažej & Kostolanská, 2020).

Podle Williamse (2006), míra sportovní motivace záleží jak na psychologickém nastavení sportovce, tak na prostředí, ve kterém vyrůstá, trénuje a soutěží. Na to navazují i Weinberg a Gould (2003), kteří tvrdí, že motivace následuje určité vzorce chování, a to konkrétně na disciplínu. Jakmile je jedinec zvyklý poctivě trénovat a podávat maximální výkon, okolí ho považuje za motivovaného. Je-li tomu naopak, působí demotivovaně (Weinberg & Gould, 2003).

2.1.3 Teorie motivace

1) Teorie sebeurčení

Sebeurčení neboli auto-determinace podle Hoška (2006) znamená samostatnost v rozhodování a odpovědnost za vlastní počínání. Nakonečný (2011) tvrdí, že tato teorie kriticky navazuje na Maslowovu pyramidu potřeb.

Sebe-terminační teorie (SDT – Self determination theory) vychází z toho, že existuje několik forem motivace, které jsou seřazeny od nejnižší po nejvyšší míru sebe-determinace (Obrázek 2). Těmito formami motivace jsou amotivace, vnější motivace a vnitřní motivace (Deci & Ryan, 2000). Kdybychom chtěli dále pokračovat v dělení, můžeme se zaměřit například na vnější motivaci. Podle Lokšové a Lokše (1999) se vnější motivace jedince může postupně vyvíjet a jedinec tak prochází čtyřmi odlišnými stádii.

Vnější regulace – je chování, které bylo vyvoláno jinou osobou (Řepka, 2005). U sportovce lze toto chování vnímat tak, že sportovec je motivován vnějšími nároky nebo odměnou. (Weinberg a Gould, 2003).

Introjektovaná regulace – označujeme za stav, kdy jedinec přijímá vnější podněty, ale zcela s nimi nesouhlasí (Ryan a Deci, 2000). Řepka (2005) tvrdí, že si v tomto případě můžeme představit situaci, kdy jedinec musí plnit určité úkoly a dodržovat jistá pravidla.

Identifikovaná (rozpoznaná) regulace – jde o případ, kdy jedinec přijímá žádoucí hodnoty (Řepka, 2005). Ten to způsob chování si lidé přivlastňují mnohem ochotněji, jelikož se těší ze získků, které jim přináší (Deci a Ryan, 2000). Jako příklad si můžeme opět uvést sportovce, který

podstupuje velmi náročný a nepříjemný trénink, nicméně ví, že je nezbytný pro jeho úspěch (Williams, 2006).

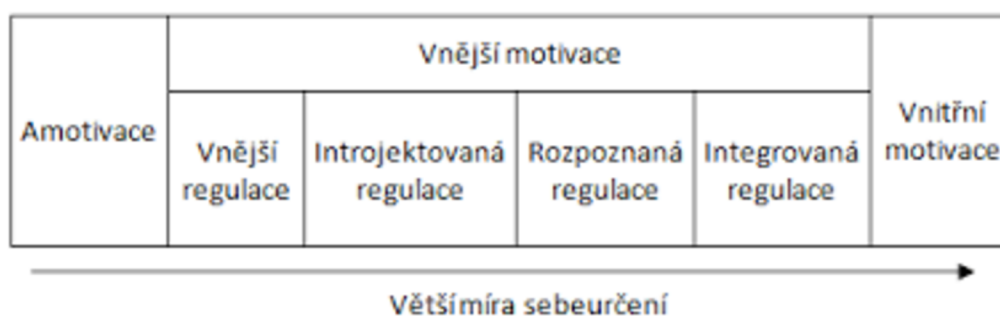
Integrovaná regulace – jedná se o formu vnější motivace, která je nejvíce podobná vnitřní motivaci. Toto chování je motivováno zvnějšku, protože zde dochází k dosahování cíle. Patří sem důležité aktivity, které pro člověka na druhou stranu nemusí být absolutně zajímavé. Většinou se tento motivační stav nachází až u osob v dospělejším věku (Řepka, 2005).

Amotivace je pak stav, kdy u jedince není přítomna absolutně žádná motivace (Tod et al., 2010/2012). Tito jedinci nemají pocit kontroly nad nadcházejícími sportovními činnostmi a nenalézají ani žádnou vnější motivaci. Podle Weinberga a Goulda (2003) se také může stát, že sportovec, který byl dříve vysoce vnitřně motivován, může díky různým okolnostem sklouznout do amotivace, kdy daná činnost přestane naplňovat a nenachází v ní žádné uspokojení jako dříve.

Podle Gagného a Deciho (2005) je základem SDT rozdíl mezi motivací vlastní (vnitřní) a řízenou. Jestliže se jedinec věnuje dané činnosti s radostí a uspokojením, je pro danou činnost vnitřně motivován. V tom případě se jedná o vysoce autonomní typ regulace, která je základem pro sebe-determinaci (naplnění smyslu vlastního života) (Williams, 2006). V opačném případě může být jedinec motivován z vnějšku (motivace řízená), při níž se jedinec cítí naopak pod tlakem.

Obrázek 2

Kontinuum motivace podle teorie sebeurčení (Tod et al., 2012)

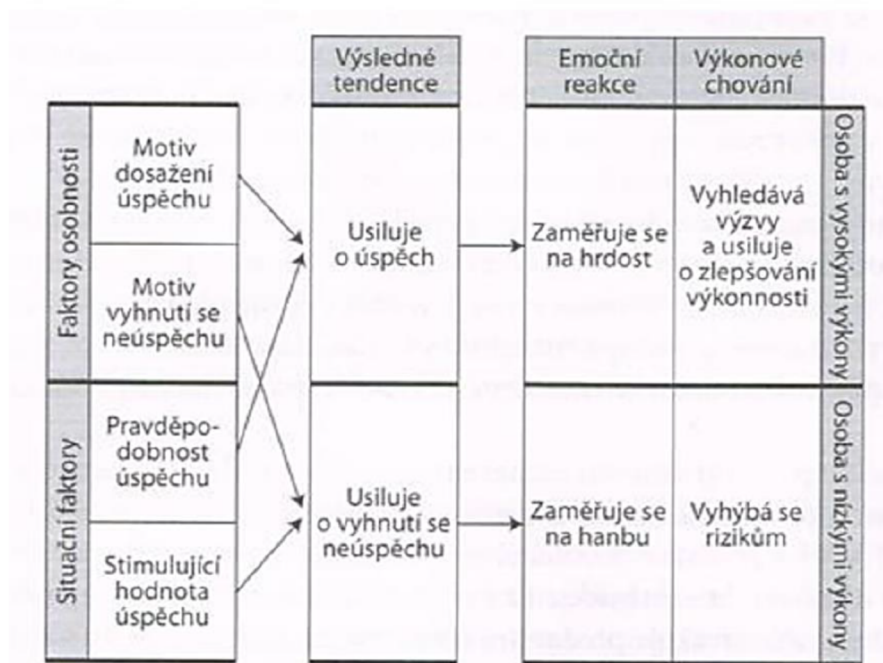


2) Teorie úspěchu

Tato teorie vyplývá z toho, že podle Atkinsona (1974) a McClellanda (1961) každý jedinec touží po úspěchu a má tendenci se vyhýbat neúspěchům. Základními pilíři této teorie je pět faktorů, které zvyšují pravděpodobnost, že se jedinec bude stále snažit o lepší a lepší výkony. Mezi tyto faktory patří osobní faktory, situační faktory, výsledné tendence, emoční reakce a výkonnostní chování (Tod et al., 2012). (Obrázek 3) popisuje vzájemnou propojenost mezi těmito faktory.

Obrázek 3

Schéma teorie potřeby úspěchu (Tod et al., 2012, 38)



3) Teorie cíle snažení

Tato teorie se odvíjí ode dvou zaměření osobnosti, a to od orientace na ego a orientace na úkol. Jedinci orientovaní na ego se budou spíše zaměřovat na to, aby vynikli nad ostatními, a naopak jedinci orientovaní na úkol se budou zaměřovat na aktivity, které jim přináší dobrý pocit a radost. Tyto dvě skupiny se tedy od sebe odlišují zejména odlišnými hodnotami, kterými jsou motivováni (Tod et al., 2012).

2.2 Charakteristika vývojového období adolescentů

Složité vývoj člověka je ve svém průběhu ovlivněn mnoha faktory. Ovlivňují ho jak vrozené předpoklady, tak i prostředí, ve kterém se jedinec pohybuje a v neposlední řadě také výchova. Vliv na vývoj má i samotná jedinec, jeho snaha a příslušné volní vlastnosti. Všichni tito činitelé se vzájemně ovlivňují (Pávková, 2008).

Obdobím adolescence označujeme přechodnou dobu mezi dětstvím a dospělostí (Vágnerová, 2001). Jde o období, kdy dochází k jak tělesným, tak i emočním změnám, je poznamenáno příchodem puberty, kognitivními změnami a zkoumáním identity (Smetana, Campione-Barr & Metzger, 2006). Dospívající se také snaží o prosazování změn a hledání hranic svých možností. To může být příčinou jejich častého extrémního chování (Vágnerová, 2005). „Je to období hledání a přehodnocování, v němž má jedinec zvládnout vlastní proměnu, dosáhnout přijatelného sociálního postavení a vytvořit si subjektivně uspokojivou, zralejší formu vlastní identity“ (Vágnerová, 2005, p. 321). Podle Langmeiera a Krejčířové (2006) probíhá dospívání jak psychické, tak fyzické dá se říci současně a v závislosti na sobě.

Věkové rozmezí je definováno u spousty autorů odlišně, nicméně nejčastěji označujeme jako počáteční hranici adolescence dvanáctý rok života, kdy první polovina je označována za „rannou“ adolescenci a druhá polovina za pozdní adolescenci (Vágnerová, 2001). Podle Macka (2003), se v českém prostředí označují za adolescenty až jedinci, kteří spadají do druhé poloviny adolescence, tedy rozpětí patnáctého až dvacátého roku života.

Ke změnám spojeným s pohlavním zráním dochází zejména vlivem hormonálních pochodů na nervový systém (Langmeier & Krejčířová, 2006). V období adolescence také podle Hoška a Hátlové (2009) dochází k rozvoji motorických schopností a dovedností. „Adolescent je fyzicky i psychicky připraven podávat výkony na horní hranici svých možností a tuto hranici posunovat“ (Hošek & Hátlová, 2009, p. 45). Tyto změny jsou výraznější zejména u dívek a bývají velmi intenzivně prožívány. Jedinec, který je ve fázi dospívání může být se svým zevnějškem spokojený, ale také se může stydět. Většina adolescentů se v období dospívání snaží ztotožnit s aktuálním ideálem a tím nabývá na sebevědomí.

Hormonální proměny ovlivňují také změny citového prožívání. Adolescenti reagují podrážděně, jsou náladoví, více labilní, zaznamenat můžeme také, impulzivitu, nepřiměřené reakce na podněty a nedostatek sebeovládání. Prožitky bývají velmi intenzivní, ale trvají pouze krátkou dobu (Vágnerová, 2005).

V průběhu adolescence mají dospívající tendenci více prožívat negativní emoce a dokola se k nim vracet. Mezi nejčastější patří smutek, úzkost, znechucení, zlost a také negativní pohled vůči sobě (Nolen-Hoeksema, 1990).

Koncem období adolescence se hormony vyrovnávají a organismus se adaptuje na pohlavní dospělost (Macek, 1999). Adolescenti v tomto věku tráví spoustu času ve svých volnočasových institucích, kde dochází k rozvoji jejich schopností a dovedností. Jedinec zde naplňuje svoji touhu o začlenění do skupiny a je touto skupinou podporován (Vágnerová, 2005). Na druhou stranu se pak od jedince očekává podpora této instituce a skupinových cílů, dodržování skupinových norem a zastávání jejich názorů (Říčan, 2005). V tomto období je pro adolescenty velmi jednoduché rozvíjet nové dovednosti, což často bývá velkou motivací a důvodem zájmu o sport. Tyto dovednosti zahrnují například sílu, hbitost, smysl pro rovnováhu a pohybovou koordinaci (Langmeier & Krejčířová, 2006). Ve druhé polovině adolescentního věku je tělo adolescentů vyvinuto do ještě lepší možné formy, která jim umožňuje vykonávat daný sport naplno (Brown et al., 2017).

Langmeier a Krejčířová (2006) dále také tvrdí, že dochází k rychlému rozvoji schopností a zájmů, které se v tomto období dosti stabilizují. Sportovci adolescentního věku se také dokáží snáz vyrovnat s neúspěchem. V tomto věku už také mají realističtější pohled na sportovní kariéru a sport jako takový se stává jejich hlavním životním cílem, nebo naopak ztrácí svou důležitost. To ale závisí na schopnostech a motivaci mladého jedince (Brown et al., 2017).

2.3 Sportovní tanec

Tanec je pro velkou část lidstva přirozenou součástí života. Vše, co se pohybovalo, bylo předmětem k napodobení. Člověk nejdříve znázorňoval úspěšný lov nebo bitvu, ale později začal být i nástrojem pro uctívání důležitých životních momentů a ročního cyklu jako například narození dítěte, úmrtí, svatbu, nebo dobrou úrodu a slunovrat. Člověk byl prostřednictvím tance schopen vyjádřit štěstí i žal, zaháněl démony a prosil božstva o přízeň. Základním prvkem tance byl od prvopočátku rytmus, jakož tomu bylo i v hudbě. Rytmus se stal nejtěsnějším pojítkem mezi tanečním a hudebním uměním. Vznikla spousta kategorií tanců, za čím stojí lidské afekty, které byly do tance přeneseny (Balaš, 2003).

O tanci, jak ho známe dnes, se dá hovořit až od 19. století, kdy se stal neodmyslitelnou součástí společenských událostí. S rozvojem tance začaly vznikat také orchestry a taneční sály, kde probíhaly taneční zábavy. Pro tyto taneční zábavy byly díky jejich rostoucí popularitě tvořeny nové hudební skladby a písně (Degen, 2003).

Počátkem 20. století se do Evropy dostávají tance Severní a Jižní Ameriky, které jsou charakteristické jak už pro původní americkou kulturu, tak i pro bělošskou a černošskou. Taneční

kroky tehdy sjednotili britští učitelé tanečních škol a tím docílili tvorby základního kroku. Tímto se stává společenský tanec přístupnější pro širokou veřejnost (Degen, 2003).

Hlavním rozdílem mezi společenským a sportovním tancem ale dodnes zůstává to, že společenský tanec nemá žádná pravidla a předpisy (Balaš, 2003).

Pro diváky pojem taneční sport pravděpodobně představuje především nádhernou podívanou, kde obdivuje krásu pohybu na hudbu tanečníků v elegantních kostýmech. Tanečník si představí hned několik disciplín, které sportovní tanec zahrnuje (Odstrčil, 2004).

Jedním z nejdůležitějších bodů je partnerství. Podle Odstrčila (2004), je taneční sport jedinečný tím, že vyžaduje velmi úzkou, až téměř partnerskou spolupráci dvou lidí, která je psychicky velmi náročná.

World Dance Sport Federation (WDSF, 2010) uvádí, že pár musí být silně propojen a musí podporovat a doplňovat chyby partnera. Aby bylo možné v páru fungovat, je potřeba správná komunikace, důvěra a vzájemná podpora. Jako další, velmi důležitý pilíř tanečního sportu můžeme uvést umělecké ztvárnění. Tanečníci musí být schopni vyjádřit charakter tance a vyprávět jeho příběh pomocí emocí, které ukazují divákům. Zároveň je nutné vše provádět správně do hudby a ve správném rytmu. Měli by mít rovněž silnou touhu uspět, jelikož taneční sport se řadí mezi vysoce soutěživé disciplíny. Soutěží se hned v několika kolech a o výsledku rozhoduje porota, která hodnotí jak technické, tak umělecké výkony.

Tanec zahrnuje vysokou škálu technických prvků, jako například práce nohou, držení těla, rovnováha, načasování a muzikálnost, které tanečníci zdokonalují na trénincích a cvičením. S tím velmi úzce souvisí vysoká úroveň fyzické zdatnosti, vytrvalosti a obratnosti, která následně umožňuje tanečníkům vykonávat všechny technické prvky s požadovanou přesností a ladností (WDSF, 2010).

V posledních letech organizace World Dance Sport Federation klade důraz na to, aby byl taneční sport přístupný opravdu pro každého jedince. Na soutěžích tedy v dnešní době můžeme ve speciálních kategoriích vidět soutěžit jak jednotlivce, tak i jednopohlavní páry, nebo celé taneční skupiny (WDSF, 2010).

2.3.1 Rozdělení sportovního tance

V současné době jsou sportovní tance rozděleny do dvou disciplín, a to standardní a latinskoamerické tance. Mezi standardní tance řadíme waltz, tango, valčík, slowfoxtrot a quickstep. Samba, chacha, rumba, paso doble a jive jsou zařazeny mezi tance latinskoamerické. Rozřazení tanců odpovídá zejména jejich původu, nicméně je možné najít hned několik výjimek.

Například tango, řazené mezi standardní tance vzniklo právě v Argentině a paso doble, které řadíme mezi latinskoamerické tance je původem ze Španělska (Odstrčil, 2004).

1) Standardní tance

Dnes jsou standardní tance charakteristické uzavřeným párovým držením, švihovým pohybem po celém parketu, hudbou 30. let a význačným oděvem tanečnicků – frak a dlouhé taneční šaty. Nyní se postupně upravuje jak technický obsah tance, tak i jeho výraz, hudební doprovod a taneční oděv. Dřívější elegance se zaměřuje za dravost, energičnost, romanci a hlubokému prožívání hudby (Odstrčil, 2004). Způsob počítání do hudby je zobrazen pomocí Tabulky 1.

Waltz je charakteristický svým kyvadlovým švihovým pohybem na tři doby a přísunem. Dále můžeme mezi prvky tohoto tance najít například rotace a krouživý pohyb. Tango je tancem, kde je vše obráceně. Pohyby v tangu přechází z trhaných a tvrdých na měkké až plíživé. Můžeme tedy pozorovat obrovskou dynamiku a jemnost zároveň. Valčík byl mezi standardní tance zařazen jako poslední. Nenajdeme zde mnoho figur, pohyb po obvodu sálu se skládá víceméně z otáček vpravo a vlevo. Slowfoxtrot je tím neklasičtějším anglickým tancem. Je charakteristický elegantním, velkoprostorovým a švihovým pohybem kyvadlového typu. Quickstep je velmi výbušný a představuje skvělou náladu. Mezi jeho charakteristické vlastnosti patří rychlost a obratnost (Odstrčil, 2004).

Tabulka 1

Hudební charakteristika standardních tanců (Matej Chren, 2015)

	Waltz	Tango	Valčík	Slowfox	Quickstep
Takt	3/4	4/8, (2/4)	3/4	4/4	4/4
Tempo (takt/min)	28-30	31-33	58-60	28-30	50-52
Metronom	84-90	124-132	174-180	112-120	200-208
Důraz v taktu na dobu	1	1,3	1	1,3	1,3

Poznámka. Min= minuta.

2) Latinskoamerické tance

Latinskoamerické tance jsou podstatně mladší než standardní. Tato disciplína se ustálila až v 60. letech 20. století a při sestavování standardizačních kroků se vycházelo ze stejných přístupů a příruček jako u tanců standardních. Dodnes můžeme říct, že základní postupy a techniky obou disciplín jsou minimálně podobné. Latinskoamerické tance jsou charakteristické svým temperamentem, rytmickou pestrostí (znázorněnou pomocí Tabulky 2), smyslností a citovým nábojem. Jsou uvolněnější jak v držení párů, tak i v oblečení partnera i partnerky (Odstrčil, 2004).

Samba původem z Afriky je známá právě jako brazilská samba. Jejím charakteristickým pohybem je bouncing – zhoupnutí v kolenou a pohyb pánve vpřed a vzad. Chacha, původně kubánská chachacha má velmi dobře slyšitelný rytmus. Základní krok se skládá z přeměn a kroků vpřed a vzad a je charakteristická pohybem kyčlí. Tento tanec byl zařazen mezi soutěžní tance jako poslední. Rumba a její současná podoba vychází z kubánského stylu. Je charakteristická pohybem kyčlí a svým pomalým krokem, který se tančí přes hranici taktu. Paso doble je jediným tancem, který nepochází z Latinské Ameriky. Svě kořeny má ve Španělsku v býčím zápasu a flamencu. Tanec je charakteristický pro svou hudbu, která má pevnou strukturu a je tvořena „korunami“, znázorňující příběh toreadora a jeho šátku. Jive je odlišný pro svůj důraz na sudou dobu. Je to nejvíce energetický tanec, a protože je v soutěži zařazen na poslední místo, vyžaduje velmi dobrou fyzickou kondici. Míchá se zde více stylů, a to rock-and-roll, boogie-woogie a swing (Odstrčil, 2004).

Tabulka 2

Hudební charakteristika standardních tanců (Matej Chren, 2015)

	Samba	Chacha	Rumba	Paso doble	Jive
Takt	2/4	4/4	4/4	2/4	4/4
Tempo (takt/min)	50-52	30-32	25-27	60-62	42-44
Metronom	100-104	120-132	100-108	120-124	176-180
Důraz v taktu na dobu	2	1	4	1	2,4

Poznámka. Min= minuta.

2.3.2 Soutěžní systém

Soutěžní systém je vytvořen tak, aby motivoval tanečníky k získávání vyšších výkonnostních tříd v odpovídajících věkových kategoriích.

1) Výkonnostní třídy

Na základě postupových bodů, a počtu účastí ve finále, které tanečníci na soutěžích mohou získat se následně posunují do vyšších tříd. Taneční třídy jsou abecedně označeny písmeny E až A s tím, že E je nejnižší výkonnostní třídou (Tabulka 3). Postup do vyšší třídy je páru umožněn pouze v případě, že nasbírá 200 bodů a 5 finálových umístění. Dále lze pak postupovat do mistrovské třídy „M“ a následně profesionálů „P“.

Tabulka 3

Výkonnostní třídy podle Českého svazu tanečního sportu (2017)

Kategorie	Třída						
	E	D	C	B	A	M	P
Děti I	x	x					
Děti II	x	x	x				
Junior I	x	x	x	x			
Junior II	x	x	x	x	x		
Mládež, Do 21 let	x	x	x	x	x	x	
Dospělí, Senior I-IV	x	x	x	x	x	x	x

2) Věkové kategorie

Tanečníci jsou podle věku rozdělení do věkových kategorií (Tabulka 4) podobně, jako je tomu i v jiných sportovních odvětvích. O rozřazení rozhoduje rok narození staršího z páru, u seniorských kategorií je tomu opačně. Do vyšší věkové kategorie pár přechází vždy na Nový rok (ČSTS, 2017).

Tabulka 4

Věkové kategorie podle Českého svazu tanečního sportu (2017)

Kategorie	věk
Děti I (Juvenile I)	Do 10 let
Děti II (Juvenile II)	Do 12 let
Junioři I (Junior I)	Do 14 let
Junioři II (Junior II)	Do 16 let
Mládež (Youth)	Do 19 let
Dospělí do 21 let (Under 21)	Do 21 let
Dospělí (Adult)	Do 35 let
Senior I (Senior I)	Od 35 let
Senior II (Senior II)	Od 45 let
Senior III (Senior III)	Od 55 let
Senior IV (Senior IV)	Od 65 let

3) Typy soutěží

Podle Soutěžního řádu Českého svazu tanečního sportu se soutěže v České republice dělí na:

- a) Mistrovství ČR – koná se pro každou disciplínu jedenkrát za rok. Mistrovství jsou vyhlašována jak pro taneční páry, tak i pro družstva kolektivní členů a formace kolektivních členů. Vítězové jsou pak oprávněni se nazývat “Mistr ČR v ... pro rok ...”.
- b) Taneční liga – je soutěží pro páry s nejvyššími možnými vytančenými třídami, na základě výsledků sbírají páry body do RLČR.
- c) Postupové soutěže – soutěže párů v kategoriích a třídách. Na základě získaných bodů páry postupují do vyšší třídy.
- d) Tanec pro všechny – jsou soutěže nebo soutěžní přehlídky v různých tanečních disciplínách pro veřejnost, pro HOBBY úroveň členů ČSTS a soutěže typu Pro-Am.

4) Hodnocení tanečního výkonu

Porotci hodnotí taneční výkony párů relativně, což znamená, že seřazují páry od nejlepšího k nejhoršímu. Jednotlivé výsledky od každého porotce se pak zprůměrují a vznikne finální umístění. Hodnocení tanečního páru se odvíjí od kritérií: takt a základní rytmus, tělesné linie, pohyb, rytmické vyjádření, technická práce nohou, parketová moudrost (Odstrčil, 2004).

V průběhu soutěže je zveřejněn pouze seznam vypadlých párů či družstev a rozlosování párů, které postupují do dalších kol.

Pro finále soutěží platí různá pravidla. Hodnocení může být neveřejné, nebo naopak veřejné, které v České republice můžeme vidět pouze u hlavní kategorie Mistrovství České republiky. V tomto případě je po každém tanci na obrazovce zveřejněn počet získaných bodů v jednotlivých kritériích a jejich součet (ČSTS, 2017).

3 CÍLE

3.1 Hlavní cíl

Hlavním cílem bakalářské práce je zmapovat sportovní motivaci u adolescentů věnujícím se sportovnímu tanci v tanečních klubech TK Rokaso, TK Gradace, TK Olymp Olomouc, TK Moravia Starlet Brno.

3.2 Dílčí cíle

- 1) Porovnání sportovní motivace u tanečníků ve věkových kategoriích Junior 2 a Mládež ve vztahu k pohlaví
- 2) Porovnání sportovní motivace u tanečníků ve věkových kategoriích Junior 2 a Mládež ve vztahu k výkonnostní třídě
- 3) Porovnání sportovní motivace u tanečníků výkonnostních tříd A, B, C, D ve vztahu k pohlaví

3.3 Výzkumné otázky

Jaká je struktura sportovní motivace tanečníků ve vztahu k pohlaví?

Jaká je struktura sportovní motivace tanečníků ve vztahu k jejich věkové kategorii?

Jaká je struktura sportovní motivace tanečníků ve vztahu k jejich výkonnostní kategorii?

4 METODIKA

4.1 Výzkumný soubor

Výzkumný soubor byl tvořen tanečníky z tanečních klubů TK Rokaso, TK Gradace, TK Olymp Olomouc a TK Moravia Starlet Brno. Do výzkumu bylo zapojeno celkem 41 respondentů ze 79 možných respondentů. Do výzkumu se zapojilo 19 mužů (46,3 %) a 22 žen (53,7 %). To znázorňuje Tabulka 5.

Tabulka 5

Struktura výzkumného souboru

Výkonnostní třída	Muži				Ženy			
	Junior 2		Mládež		Junior 2		Mládež	
	n	%	n1	%	n2	%	n3	%
D	2	40	1	7,1	1	12,5	0	0
C	1	20	2	14,3	4	50	1	7,1
B	2	40	6	42,9	3	37,5	8	57,1
A	0	0	5	35,7	0	0	5	35,7
M	0	0	0	0	0	0	0	0
Celkem	5	100,0	14	100,0	8	100,0	14	100,0

Poznámka. n= počet respondentů.

4.2 Metody sběru dat

Za účelem sběru dat bylo osloveno 79 tanečníků věkové kategorie Junior 2 a Mládež z tanečních klubů TK Rokaso, TK Gradace, TK Olymp Olomouc a TK Moravia Starlet Brno, prostřednictvím online formy. Mnou oslovení trenéři a vedoucí výše jmenovaných tanečních klubů distribuovali ve svém klubu online dotazník mezi tanečníky, kteří splňovali věkové kritérium pro tento výzkum. Každý z těchto trenérů obdržel přímý odkaz na dotazník vytvořený mnou, prostřednictvím docs.google.com. Ke sběru dat došlo v časovém rozmezí mezi 3.1.2023-2.4.2023. Jako výzkumný soubor byl

použit autorizovaný dotazník The Sport Motivation Scale (SMS-28) od autorů Luc G. Pelletier, Michelle Fortier, Robert J. Vallerand, Nathalie M. Brière, Kim M. Tuson a Marc R. Blais. Dotazník vznikl roku 1995 na principech Deciho a Ryanovy teorii sebedeterminace. Hodnotí motivaci osob, které se zapojují do sportovních aktivit. Hodnotí 7 typů motivace, a to vnitřní motivaci poznání, úspěchu a stimulaci, dále pak vnější interjektované a identifikované regulace a amotivaci. Obsahuje 28 položek, přičemž vždy 4 položky spadají pod jeden ze 7 typů motivace. Hodnocení je pak na škále 1-7 (vůbec neodpovídá – odpovídá přesně) (Brière, Vallerand, Blais, & Pelletier, 1995). Tento dotazník dosud nebyl standardizován pro české prostředí, proto jej bylo nutné pro vlastní potřeby přeložit do českého jazyka.

4.3 Statistické zpracování dat

Data, která byla získána díky vyplněným online dotazníkům byla převedena do prostředí Microsoft Excel a následně zpracována (výpočty průměrů, procent, směrodatné odchylky, roztřídění dat respondentů dle pohlaví, věku a výkonnostní třídě).

Data byla dále vyhodnocována podle klíče (Tabulka 6) z anglického originálu, kdy se pod určitý typ, ze sedmi typů motivace, vždy řadí čtyři výroky uvedené v dotazníku Škály sportovní motivace. Poznávací vnitřní motivace se vztahuje k výrokům 2, 4, 23 a 27. Vnitřní motivace dosažení cíle se vztahuje k výrokům 8, 12, 15 a 20. K prožitkové vnitřní motivaci patří výroky 1, 13, 18 a 25. Identifikovaná regulace patří k výrokům 7, 11, 17 a 24. Pod introjekci spadají výroky 9, 14, 21 a 26. Externí regulace souvisí s výroky 6, 10, 16 a 22. Poslední skupina výroků, tedy 3, 5, 19, 28, představují amotivaci (Pelletier et al., 1995). Čísla ze sedmibodové subškály u čtveřice výroků zařazených pod daný typ motivace, která respondent označil pak byla následně sečtena. Nejvyšší možný součet čtyř čísel je 28 a naopak nejnižší možný součet čísel u čtyř výroků je 4. Pozorované skóre se tedy mohlo pohybovat v rozmezí od 4 do 28. Čím vyšší je hodnota, tím vyšší je úroveň měřeného typu motivace.

Dále byly tyto informace přeneseny do tabulek a následně zobrazeny také v grafech, kde jsou lépe viditelné rozdíly mezi porovnávanými kategoriemi.

Tabulka 6*Klíč pro vyhodnocení dotazníku SMS-28*

Typ motivace		Číslo otázky
Vnitřní motivace	Poznávací vnitřní motivace	2, 4, 23, 27
	Vnitřní motivace dosažení cílů	8,12,15,20
	Prožitková vnitřní motivace	1,13,18,25
Vnější motivace	Identifikovaná regulace	7,11,17,24
	Introjektovaná regulace	9,14,21,26
	Integrovaná regulace	6,10,16,22
Amotivace	Amotivace	3, 5, 19, 28

5 VÝSLEDKY

V následující části jsou zobrazeny výsledky výzkumného šetření. Kapitola je strukturována výše uvedenými dílčími cíli. Získané výsledky byly pro větší přehlednost převedeny do tabulek. Dále jsou výsledky zobrazeny také v grafech, kde jsou lépe viditelné rozdíly mezi porovnávanými kategoriemi.

5.1 Porovnání sportovní motivace u tanečnicků ve věkových kategoriích Junior 2 a Mládež ve vztahu k pohlaví

V této kapitole uvidíme přehled hodnot (Tabulka 7), které byly získány díky vyhodnocovacímu klíči autorizovaného dotazníku Škály sportovní motivace. Můžeme zde pozorovat rozdílné hodnoty mezi ženami a muži v jednotlivých věkových kategoriích.

Tabulka 7

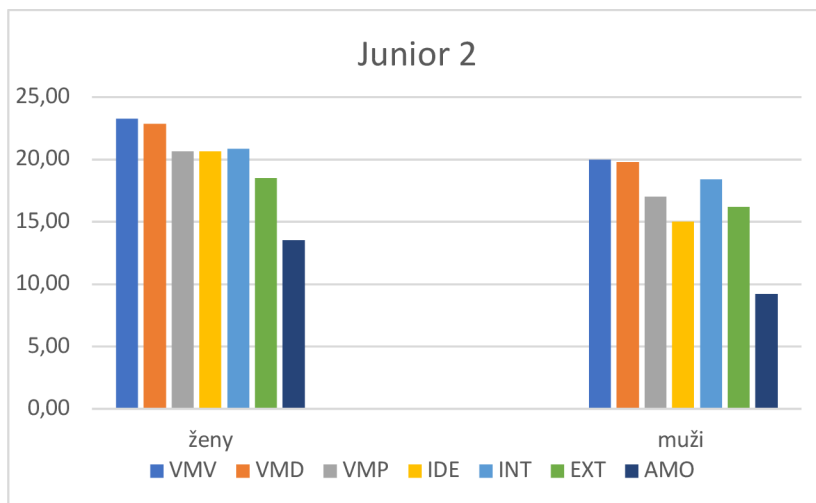
Porovnání sportovní motivace u tanečnicků ve věkových kategoriích Junior 2 a Mládež ve vztahu k pohlaví

Typ motivace	Junior 2				Mládež			
	Muži		Ženy		Muži		Ženy	
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
Poznávací vnitřní motivace	20	4,9	23,3	2,1	21,8	3,1	23,1	4,5
Vnitřní motivace dosažení cílů	19,8	1,7	22,9	2,5	20,9	3,2	23,2	3,8
Prožitková vnitřní motivace	17	3,5	20,6	2,7	20,2	3,6	22,7	5
Identifikovaná regulace	15	3	20,6	2,5	19,4	3,3	19,1	3,8
Introjektovaná regulace	18,4	2,7	20,9	3,1	18,8	4,7	23,9	3,6
Integrovaná regulace	16,2	3,8	18,5	2,6	18,9	3,5	17	3,3
Amotivace	9,2	4,1	13,5	3,7	13,1	7,1	10,2	5,6

Poznámka. M = průměr; SD = směrodatná odchylka

Obrázek 4

Porovnání sportovní motivace u tanečnicků věkové kategorie Junior 2 ve vztahu k pohlaví

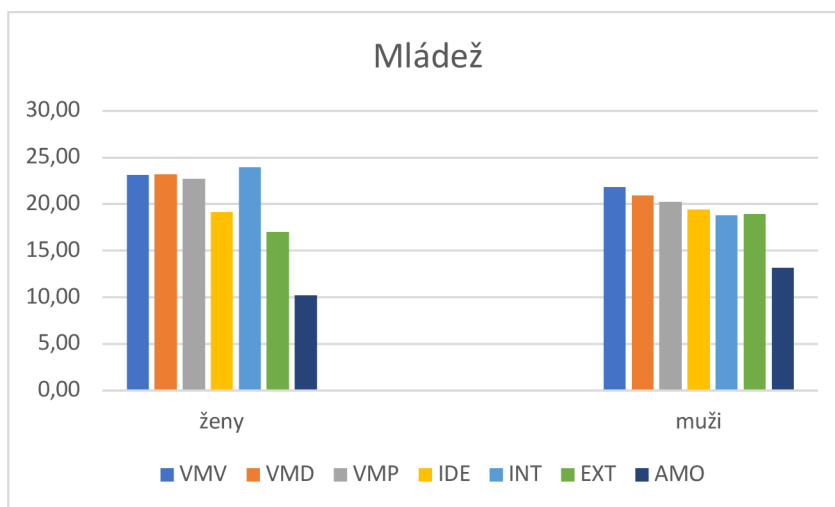


Poznámka. VMV=poznávací vnitřní motivace; VMD= vnitřní motivace dosažení cílů; VMP=prožitková vnitřní motivace; IDE= identifikovaná regulace; INT= introjekce; EXT= integrovaná regulace; AMO= amotivace

U zobrazeného grafu (Obrázek 4) můžeme pozorovat, že míra vnitřní motivace, vnější motivace i amotivace je vyšší u žen. Dále můžeme pozorovat také to, že v kategorii Junior 2 jsou muži i ženy motivováni spíše vnitřně. Nejvíce se vyskytuje konkrétně poznávací vnitřní motivace a vnitřní motivace dosažení cílů, třetí typ vnitřní motivace – prožitková, je zastoupen méně. Z grafu můžeme vidět, že je zastoupena dokonce méně, než introjekce (z kategorie vnější motivace) a to jak u mužů, tak i u žen. Nejméně zastoupena je v obou případech amotivace.

Obrázek 5

Porovnání sportovní motivace u tanečnicků věkové kategorie Mládež ve vztahu k pohlaví



Poznámka. VMV=poznávací vnitřní motivace; VMD= vnitřní motivace dosažení cílů; VMP=prožitková vnitřní motivace; IDE= identifikovaná regulace; INT= introjekce; EXT= integrovaná regulace; AMO= amotivace

Na Obrázku 5, u mládežnické kategorie můžeme pozorovat velmi podobné jevy, jako u kategorie Junior 2. Opět nejméně zastoupená je amotivace, u mužů je však o poznání vyšší než u žen. Tam je naopak velmi silně zastoupena právě introjekce, ale vysokých hodnot opět dosahuje i vnitřní motivace, a to i u mužů.

5.2 Porovnání sportovní motivace u tanečnicků ve věkových kategoriích Junior 2 a Mládež ve vztahu k výkonnostní třídě

Tato kapitola zaznamenává v Tabulce 8 rozdíly mezi věkovými kategoriemi Junior 2 a Mládež ve vztahu k výkonnostní třídě. Hodnoty byly opět získány zpracováním vyplněných dotazníků a vyhodnocením prostřednictvím klíče Škály sportovní motivace.

Tabulka 8

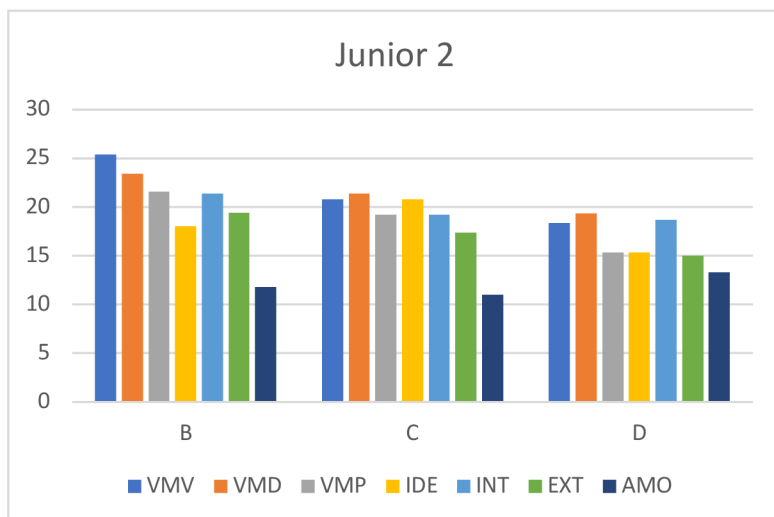
Porovnání sportovní motivace u tanečnicků ve věkových kategoriích Junior 2 a Mládež ve vztahu k výkonnostní třídě A, B, C a D

Typ motivace	VT	Věková kategorie			
		Junior 2		Mládež	
		M	SD	M	SD
Poznávací vnitřní motivace	A	-	-	23,1	2,6
	B	25,4	2,1	23,2	4,3
	C	20,8	2,6	18	0,8
	D	18,3	2,9	22	0
Vnitřní motivace dosažení cílů	A	-	-	21,6	4,2
	B	23,4	3,1	23	3,5
	C	21,4	1,4	21	0,5
	D	19,3	1,3	20	0
Prožitková vnitřní motivace	A	-	-	21,8	3,4
	B	21,6	3,6	22	4,9
	C	19,2	1,6	20	4,2
	D	15,3	1,9	18	0
Identifikovaná regulace	A	-	-	20,8	3,8
	B	18	2,1	19,1	2,7
	C	20,8	3	17,3	1,9
	D	15,3	4,8	18	0
Introjektovaná regulace	A	-	-	20,3	5,6
	B	21	3,1	23,3	3,6
	C	19,2	1,6	17,3	3,3
	D	18,6	4,1	19	0
Integrovaná regulace	A	-	-	19,1	4,1
	B	19,4	2,6	17,6	3,1
	C	17,4	2,9	15,3	1,9
	D	15	2,9	19	0
Amotivace	A	-	-	12,3	9
	B	11,8	3,7	11,2	5,2
	C	11	4,6	11,7	0,5
	D	13,3	4,7	11	0

Poznámka. M = průměr; SD = směrodatná odchylka; VT = výkonnostní třída

Obrázek 6

Porovnání sportovní motivace u tanečnicků věkové kategorie Junior 2 ve vztahu k výkonnostní třídě

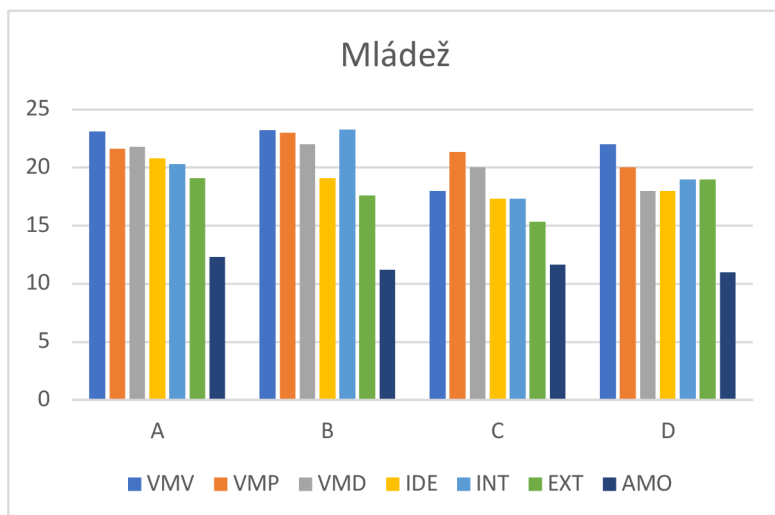


Poznámka. VMV=poznávací vnitřní motivace; VMD= vnitřní motivace dosažení cílů; VMP=prožitková vnitřní motivace; IDE= identifikovaná regulace; INT= introjekce; EXT= integrovaná regulace; AMO= amotivace

Tanečníci věkové kategorie Junior 2 mohou dosáhnout výkonnostních tříd D, C, B, A. Bohužel žádný z tanečnicků kategorie Junior 2, kteří se zapojili do výzkumu, zatím této výkonnostní třídy nedosáhl, a proto se výzkum této věkové kategorie pohybuje pouze ve třech výkonnostních třídách, a to D, C a B. U grafu na Obrázku 6 se nejprve zaměříme na amotivaci, která je znovu nejméně zastoupena, avšak mezi výkonnostní třídou D a zbylými dvěma třídami můžeme pozorovat poněkud velký rozdíl. Dále se na vrchních příčkách objevují poznávací vnitřní motivace a vnitřní motivace dosažení cílů. Vnější motivace je opět nižší než vnitřní, ale například u výkonnostní třídy C je rozdíl minimální.

Obrázek 7

Porovnání sportovní motivace u tanečnicků věkové kategorie *Mládež* ve vztahu k výkonnostní třídě



Poznámka. VMV=poznávací vnitřní motivace; VMD= vnitřní motivace dosažení cílů; VMP=prožitková vnitřní motivace; IDE= identifikovaná regulace; INT= introjekce; EXT= integrovaná regulace; AMO= amotivace

U grafu věkové kategorie mládež, který je zobrazen na Obrázku 7, je opět nejméně zastoupena amotivace, která dosahuje ve všech výkonnostních třídách velmi podobných hodnot. Hodnoty také ukazují, že nejvíce zastoupena, je poznávací vnitřní motivace v kategorii A a D. U výkonnostní třídy B je více zastoupena introjekce, nicméně ostatní dva typy vnější motivace takových hodnot zdaleka nedosahují. Ve výkonnostní třídě C je opět nejvíce zastoupena vnitřní motivace, nicméně poznávací vnitřní motivace je z tentokrát zastoupena nejméně.

5.3 Porovnání sportovní motivace u tanečnicků výkonnostních tříd A, B, C, D ve vztahu k pohlaví

V této kapitole, podobně jako v předešlé můžeme vidět, jak se míra sportovní motivace liší na základě výkonnostní třídy ve vztahu k pohlaví. Vše je znázorněno v následující Tabulce 9.

Tabulka 9

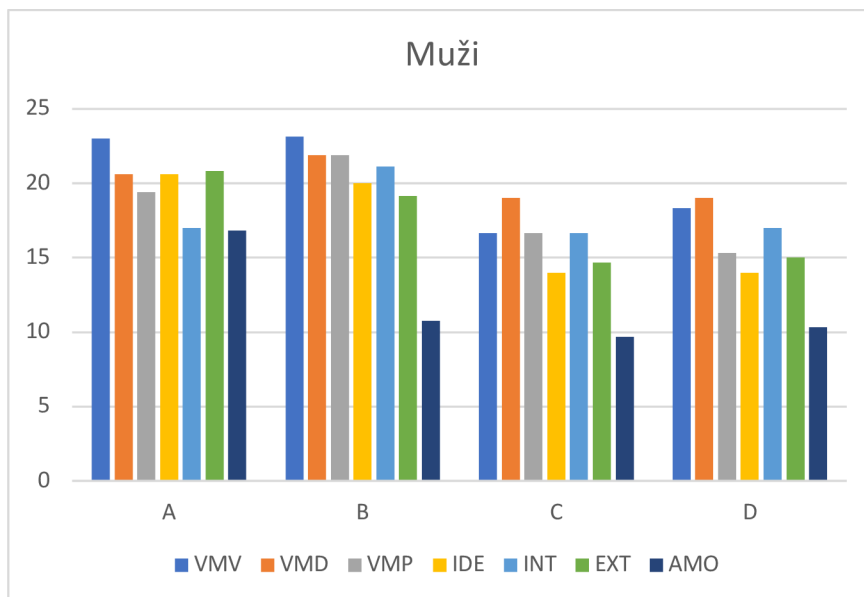
Porovnání sportovní motivace u tanečnicků výkonnostních tříd A, B, C, D ve vztahu k pohlaví

Typ motivace	VT	Pohlaví			
		Muži		Ženy	
		M	SD	M	SD
Poznávací vnitřní motivace	A	23	1,9	23,2	3,1
	B	23,1	3,2	24,3	4,4
	C	16,7	0,9	21	2,2
	D	18,3	2,9	22	0
Vnitřní motivace dosažení cílů	A	20,6	4,5	22,6	3,6
	B	21,9	1,8	24	4
	C	19	1,6	22	0,6
	D	19	0,8	21	0
Prožitková vnitřní motivace	A	19,4	2,7	24,2	2,2
	B	21,9	3,6	21,	5,2
	C	16,7	2,1	20,6	3,1
	D	15,3	1,9	18	0
Identifikovaná regulace	A	20,6	2,1	21	4,9
	B	20	2,4	17,9	2,4
	C	14	2,2	21,8	1,2
	D	14	2,9	22	0
Introjektovaná regulace	A	17	5,3	23,6	3,4
	B	21,1	2,8	24	3,6
	C	16,7	3,9	19,2	1,6
	D	17	2,2	24	0
Integrovaná regulace	A	20,8	2,9	17,4	4,4
	B	19,1	3,3	17,3	2,7
	C	14,7	0,5	18	2,7
	D	15	2,9	19	0
Amotivace	A	16,8	10,6	7,8	2,9
	B	10,8	3,1	11,8	5,8
	C	9,7	4	12,4	3
	D	10,3	0,5	20	0

Poznámka. M = průměr; SD = směrodatná odchylka; VT = výkonnostní třída

Obrázek 8

Porovnání sportovní motivace u mužů v závislosti na výkonnostní třídě

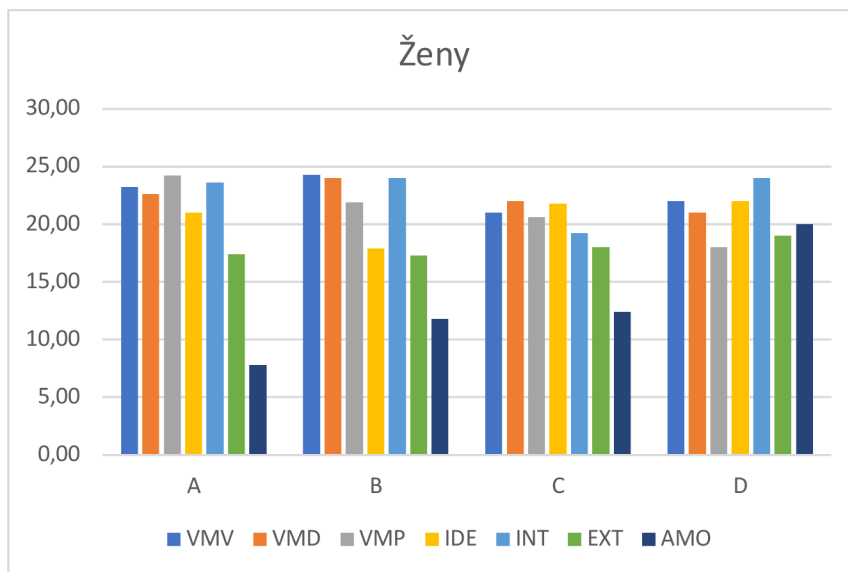


Poznámka. VMV=poznávací vnitřní motivace; VMD= vnitřní motivace dosažení cílů; VMP=prožitková vnitřní motivace; IDE= identifikovaná regulace; INT= introjekce; EXT= integrovaná regulace; AMO= amotivace

Hodnoty na Obrázku 8 ukazují poměrně vysokou míru amotivace u mužů v kategorii A, v ostatních výkonnostních třídách je míra amotivace zastoupena méně, hodnoty jsou však ve zbylých třídách velmi podobné. V nejvyšších výkonnostních třídách (A, B) je nejvyšší mírou motivace právě amotivace poznávací vnitřní, naopak v třídách nižších to byla vnitřní motivace dosažení cílů. Vnější motivace je u výkonnostních tříd C a D téměř totožná (převažuje introjekce, o něco méně je zastoupena integrovaná regulace a nejméně je zastoupena identifikovaná regulace), ale u výkonnostní třídy A můžeme pozorovat velký propad Introjekce. V neposlední řadě je také viditelný rozdíl v míře vnitřní a vnější motivace mezi třídami A, B a C, D.

Obrázek 9

Porovnání sportovní motivace u žen v závislosti na výkonnostní třídě



Poznámka. VMV=poznávací vnitřní motivace; VMD= vnitřní motivace dosažení cílů; VMP=prožitková vnitřní motivace; IDE= identifikovaná regulace; INT= introjekce; EXT= integrovaná regulace; AMO= amotivace

Na Obrázku 9 je zobrazena míra motivace u žen, kde na rozdíl od mužů, můžeme pozorovat vzrůst amotivace, kdy u výkonnostní třídy A je amotivace nejnižší a u výkonnostní třídy D je nejvyšší. Amotivace zde poprvé převyšuje hned dva typy motivace, a to prožitkovou vnitřní motivaci a integrovanou regulaci z kategorie vnější motivace. Nejvíce zastoupena je obecně opět vnitřní motivace, avšak vysokou mírou motivace je ve všech výkonnostních třídách i introjekce, která je u výkonnostní třídy D dokonce nejvyšší.

6 DISKUSE

Tato bakalářská práce si klade za cíl zmapovat sportovní motivaci u adolescentů věnujícím se sportovnímu tanci v tanečních klubech TK Rokaso, TK Gradace, TK Olymp Olomouc, TK Moravia Starlet Brno. Vzhledem k tomuto hlavnímu cíli a následně zvoleným několika dalším dílčím cílům, byl tento výzkum zpracováván jako kvantitativní výzkumné šetření.

V rámci prvního dílčího cíle, bylo porovnat sportovní motivaci u tanečníků ve věkových kategoriích Junior 2 a Mládež ve vztahu k pohlaví. Co se týče druhého dílčího cíle, byla porovnávána sportovní motivaci u tanečníků ve věkových kategoriích Junior 2 a Mládež ve vztahu k výkonnostní třídě. Ačkoliv tanečníci juniorské kategorie mohou dosahovat výkonnostní třídy A, do tohoto dotazníku se bohužel, na rozdíl od mládežnické kategorie, žádný nezapojil. Z tohoto důvodu není možné porovnat juniorskou a mládežnickou kategorii výkonnostní třídy A. V rámci posledního, třetího dílčího cíle bylo řešeno porovnání sportovní motivace u tanečníků výkonnostních tříd A, B, C, D ve vztahu k pohlaví.

Ve většině případů dochází ke stejnému jevu, a to k převaze míry vnitřní motivace. K velmi podobným výsledkům došlo i ve výzkumu Sportovní motivace u adolescentů v moderním tanci (Konečná, 2016), a to konkrétně u tanečních skupin Roots Company Ostrava a Beat Up Ostrava. U těchto tanečních skupin, na rozdíl od mnou zkoumaných tanečníků, převažuje míra prožitkové vnitřní motivace a až jako druhá je poznávací vnitřní motivace, která naopak převažuje ve výzkumu adolescentů věnujícím se sportovnímu tanci.

Co se týče vnější motivace, mezi hodnotami v obou výzkumech nebyly nalezeny signifikantní rozdíly. V obou výzkumech převažuje u respondentů introjekce.

Hodnoty amotivace jsou se pohybují na velmi nízké úrovni. Je tomu tak i ve výzkumu tanečních skupin Roots Company Ostrava a Beat Up Ostrava. U výzkumu sportovní motivace u adolescentů ve sportovním tanci došlo u nejvyšší výkonnostní třídy (tedy třídy A) z mé strany k nečekanému jevu. Hodnota amotivace u mužů je výrazně vyšší než u ostatních výkonnostních tříd a u žen. Nejvyšší míra amotivace u žen je zaznamenána naopak u nejnižší výkonnostní třídy, což je třída D. Z tohoto jevu každopádně můžeme usoudit, že dotazované tanečnický tanec baví a hodlají se posouvat dál.

7 ZÁVĚRY

Hlavním cílem této bakalářské práce bylo zmapovat sportovní motivaci u adolescentů věnujícím se sportovnímu tanci v klubech TK Rokaso, TK Gradace, TK Olymp Olomouc a TK Moravia Starlet Brno. Na základě tohoto hlavního cíle byly dále vytvořeny tři dílčí cíle, v rámci kterých jsem porovnávala sportovní motivaci u tanečníků ve věkových kategoriích Junior 2 a Mládež ve vztahu k pohlaví a výkonnostní třídě a sportovní motivaci u tanečníků výkonnostních tříd A, B, C, D ve vztahu k pohlaví.

V rámci prvního dílčího cíle byla stanovena výzkumná otázka č.1 – „Jaká je struktura sportovní motivace tanečníků ve vztahu k pohlaví?“

Bylo zjištěno, že sportovní motivace jak u mužů, tak i u žen je tvořena převážně vnitřní motivací, nicméně u mužů nebylo obecně dosaženo tak vysokých hodnot, jako u žen. Míra amotivace se však u mužů v mládežnické kategorii oproti juniorské kategorii zvýšila. Naopak u žen došlo k přesně opačnému jevu.

V rámci druhého dílčího cíle byla stanovena výzkumná otázka č.2 – „Jaká je struktura sportovní motivace tanečníků ve vztahu k jejich věkové kategorii?“

Výzkum ukázal, že struktura sportovní motivace u kategorií Junior 2 a Mládež je téměř shodná. Nejvyšších hodnot opět dosahuje vnitřní motivace, a to konkrétně poznávací vnitřní motivace a vnitřní motivace dosažení cílů. Nejnižších hodnot dosahuje amotivace.

V rámci třetího dílčího cíle byla stanovena výzkumná otázka č.3 – „Jaká je struktura sportovní motivace tanečníků ve vztahu k jejich výkonnostní třídě?“

Na základě výsledků bylo zjištěno, že nejvyšší míra motivace se vyskytuje právě u tanečníků s vyššími výkonnostními třídami. Nejvyšších hodnot dosahuje opět vnitřní motivace. Co se týče amotivace, ta se při porovnání ve vztahu k výkonnostní třídě téměř nezměnila. Naopak ve vztahu k pohlaví došlo k naprosto opačným jevům, kdy u žen je amotivace u vyšších tříd nižší, naopak u mužů s vyšší výkonnostní třídou je amotivace vyšší.

8 SOUHRN

Tato bakalářská práce se zabývá mírou sportovní motivace u adolescentů věnujícím se sportovnímu tanci. Práce je složena ze dvou částí, a to teoretické a praktické.

V teoretické části je přehled poznatků, který se zaměřuje nejprve na charakteristiku motivace, její zdroje, teorie (teorie sebeurčení, teorie úspěchu a teorie cíle snažení) a motivaci ve sportu. V následující kapitole je dále vymezena charakteristika vývojového období adolescentů a poslední kapitola je zaměřena na základní poznatky sportovního tance, konkrétně na latinskoamerické a standardní tance a jejich soutěžní systém.

Praktická část se věnuje výzkumu a zmapování míry sportovní motivace adolescentů věnujícím se sportovnímu tanci v tanečních klubech TK Rokaso, TK Gradace, TK Olymp Olomouc a TK Moravia Starlet Brno. Dílčími cíli bylo porovnat sportovní motivaci u tanečnicků ve věkových kategoriích Junior 2 a Mládež ve vztahu k pohlaví, následně porovnat sportovní motivaci u tanečnicků ve věkových kategoriích Junior 2 a Mládež ve vztahu k výkonnostní třídě a jako poslední dílčí cíl bylo zvoleno porovnání motivace u tanečnicků výkonnostních tříd A, B, C a D ve vztahu k pohlaví. Na základě dílčích cílů byly stanoveny výzkumné otázky, které zjišťují strukturu sportovní motivace tanečnicků ve vztahu jejich výkonnostní třídě, k jejich věkové kategorii a k jejich pohlaví.

Ke zmapování sportovní motivace bylo využito dotazníku Škála sportovní motivace, jenž byl přeložen do češtiny z originálního autorizovaného dotazníku The Sport Motivation Scale. Do výzkumu byly zapojeny tanečníci a tanečnice z tanečních klubů TK Rokaso, TK Gradace, TK Olymp Olomouc a TK Moravia Starlet Brno. Do výzkumu se zapojilo 41 respondentů ze 79 možných respondentů. Celkem to bylo 19 mužů (46,3 %) a 22 žen (53,7 %). Mnou oslovení trenéři a vedoucí výše jmenovaných tanečních klubů distribuovali ve svém klubu online dotazník mezi tanečníky, kteří splňovali věkové kritérium pro tento výzkum. Každý z těchto trenérů obdržel přímý odkaz na dotazník vytvořený mnou, prostřednictvím docs.google.com. Ke sběru dat došlo online, anonymní formou v časovém rozmezí mezi 3.1.2023-2.4.2023.

Data, která byla získána díky vyplněným online dotazníkům byla převedena do prostředí Microsoft Excel a následně zpracována (výpočty průměrů, procent, směrodatné odchylky, roztřídění dat respondentů dle pohlaví, věku a výkonnostní třídě).

Data byla dále vyhodnocována podle klíče (Tabulka 6) z anglického originálu, kdy se pod určitý typ ze sedmi typů motivace vždy řadí čtyři výroky uvedené v dotazníku Škály sportovní motivace.

Čísla ze sedmibodové subškály u čtveřice výroků zařazených pod daný typ motivace, která respondent označil pak byla následně sečtena. Nejvyšší možný součet čtyř čísel je 28 a naopak

nejnižší možný součet čísel u čtyř výroků je 4. Pozorované skóre se tedy mohlo pohybovat v rozmezí od 4 do 28. Čím vyšší je hodnota, tím vyšší je úroveň měřeného typu motivace. Dále byly tyto informace přeneseny do tabulek a následně zobrazeny také v grafech, kde jsou lépe viditelné rozdíly mezi porovnávanými kategoriemi.

V rámci výzkumu bylo zjištěno, že u drtivé většiny adolescentů, jak u mužů, tak u žen, ve výkonnostních třídách A, B, C a D převažuje vnitřní motivace a mezi pohlavími, věkovými kategoriemi a výkonnostními třídami jsou pouze malé rozdíly.

9 SUMMARY

This bachelor thesis investigates the level of sport motivation in adolescents involved in sport dance. The thesis consists of two parts, namely theoretical and practical.

In the theoretical part, a review of the findings is presented, focusing first on the characteristics of motivation, its sources, theories (self-determination theory, achievement theory and striving goal theory) and motivation in sport. The following chapter then defines the characteristics of the adolescent developmental period and the last chapter focuses on the basic knowledge of sport dance, specifically Latin American and standard dances and their competition system.

The practical part is devoted to the research and mapping of the degree of sport motivation of adolescents engaged in sport dance in dance clubs TK Rokaso, TK Gradace, TK Olymp Olomouc and TK Moravia Starlet Brno. The sub-objectives were to compare the sport motivation of dancers in the age categories Junior 2 and Youth in relation to gender, then to compare the sport motivation of dancers in the age categories Junior 2 and Youth in relation to performance class, and as the last sub-objective was chosen to compare the motivation of dancers in performance classes A, B, C and D in relation to gender. Based on the sub-objectives, research questions were set to investigate the structure of sport motivation of dancers in relation to their performance class, their age group and their gender.

The Sport Motivation Scale questionnaire, which was translated into Czech from the original and authorized questionnaire The Sport Motivation Scale, was used to map sport motivation. Dancers from the dance clubs TK Rokaso, TK Gradace, TK Olymp Olomouc and TK Moravia Starlet Brno were involved in the research. The research involved 41 respondents out of 79 possible respondents. In total, there were 19 men (46.3%) and 22 women (53.7%). The coaches and leaders of the above-mentioned dance clubs contacted by me distributed an online questionnaire in their club among the dancers who met the age criterion for this research. Each of these coaches received a direct link to the questionnaire created by me, via docs.google.com. Data collection occurred online, anonymously, between January 3, 2023 and April 2, 2023.

The data that was obtained through the completed online questionnaires was converted into Microsoft Excel and subsequently processed (calculations of means, percentages, standard deviations, sorting of respondents' data by gender, age and performance class).

The data were further analysed according to the key (Table 6) from the English original, where four statements from the Sports Motivation Scale questionnaire always fall under a certain type of the seven motivation types.

The numbers from the seven-point subscale for the four statements classified under a given type of motivation that the respondent indicated were then summed. The highest possible sum of the four numbers is 28 and conversely the lowest possible sum of the numbers for the four statements is 4. The observed scores could therefore range from 4 to 28. The higher the value, the higher the level of the type of motivation being measured.

Furthermore, this information was transferred into tables and then also displayed in graphs, where the differences between the compared categories are more visible.

The research found that for the vast majority of adolescents, both males and females, intrinsic motivation is predominant in performance classes A, B, C and D and there are only small differences between genders, age categories and performance classes.

10 REFERENČNÍ SEZNAM

- Atkinson, J. W. & Raynor, J. O., (1974). *Motivation and achievement*. Washington, DC: Halsted Press Division.
- Balaš, R. (2003). *Tance 20. století*. Olomouc: Hanex.
- Blahutková, M., & Sližik, M. (2014). *Vybrané kapitoly z psychologie sportu: publikace DSP studia*. Brno: Masarykova univerzita.
- Blažej, A. & Kostolanská, K. (2020). *Flow ve sportu: O budování pozitivní motivace ve sportu i v životě*. Praha: Grada publishing.
- Brière, N. M., Vallerand, R. J., Blais, M. R., & Pelletier, L. G. (1995). Développement et validation d'une mesure de motivation intrinsèque, extrinsèque et d'amotivation en contexte sportif: L'Échelle de Motivation dans les Sports (EMS). *International Journal of Sport Psychology*, 26, 465-489.
- Brown, K. A., Patel, D. R., & Darmawan, D. (2017). Participation in Sports in Relation to Adolescent Growth and Development. *Translational Pediatrics*, 6(3), 150–159.
- Chren, M. (2015). *Tanečný šport*. Bratislava: ICM Agency.
- Čáp, J., & Mareš, J. (2001). *Psychologie pro učitele*. Praha: Portál.
- Český svaz tanečního sportu. (2017). *Soutěžní řád ČSTS*. Český svaz tanečního sportu. Retrieved from <https://www.csts.cz/>
- Degen, M. (2003). *Společenský tanec ve dvacátém století: zejména v Čechách a částečně i na Moravě a Slovensku*. Praha: Svaz učitelů tance České republiky.
- Gagné, M., & Deci, E. L. (2005). Self-Determination Theory and Work Motivation. *Journal of Organizational Behavior*, 26(4), 331-362.
- Hartl, P., & Hartlová, H. (2010). *Velký psychologický slovník (4th ed.)*. Praha: Portál.
- Hošek, V. (2006). *Sportovní motivace*. Praha: Karolinum.
- Hrabal, V., Man, F., & Pavelková, I. (1989). *Psychologické otázky motivace ve škole*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- Konečná, R. (2016). *Sportovní motivace u adolescentů v moderním tanci*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Langmeier, J., & Krejčířová, D. (2006). *Vývojová psychologie (2nd ed.)*. Praha: Grada Publishing, a. s.
- Lokšová, I., & Lokša, J. (1999). *Pozornost, motivace, relaxace a tvořivost dětí ve škole*. Praha: Portál.
- Macek, P. (1999). *Adolescence*. Praha: Portál.
- Macek, P. (2003). *Adolescence (2nd ed.)*. Praha: Portál.

- Mallett, C. J., & Hanrahan, S. J. (2004). Elite athletes: why does the “fire” burn so brightly? *Psychology of Sport and Exercise*, 5(2), 183-200.
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370–396.
- McClelland, D. C. (1961). *The achieving society*. Princeton, NJ: Van Nostrand.
- Nakonečný, M. (1995). *Psychologie osobnosti*. Praha: Academia.
- Nakonečný, M. (1996). *Motivace lidského chování*. Praha: Academia.
- Nakonečný, M. (2011). *Psychologie: přehled základních oborů*. Praha: Triton.
- Nevid, J. S. (2009). *Psychology concepts and applications*. Boston: Houghton Mifflin.
- Nolen-Hoeksema, S. (1990). *Sex differences in depression*. Stanford: Stanford University Press.
- Odstrčil, P. (2004). *Sportovní tanec: standartní tance / latinskoamerické tance*. Praha: Grada.
- Pavelková, I. (2002). *Motivace žáků k učení: perspektivní orientace žáků a časový faktor v žákovské motivaci*. Praha: Univerzita Karlova.
- Pávková, J. (2008). *Psychologické aspekty výchovy ve volném čase*. Praha: Portál.
- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Tuson, K. M., Brière, N. M., & Blais, M. R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 17, 35-53.
- Pintrich, P. R., & Schunk, D. H. (1996). *Motivation in education*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice hall Merrill.
- Plhánková, A. (2005). *Učebnice obecné psychologie*. Praha: Academia.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000 a). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78.
- Řepka, E. (2005). *Motivace žáků ve školní tělesné výchově*. České Budějovice: Jihočeská univerzita.
- Říčan, P. (2005). *Psychologie: příručka pro studenty*. Praha: Portál.
- Říčan, P. (2007). *Psychologie osobnosti (5th ed.)*. Praha: Grada Publishing.
- Smetana, J. G., Campione-Barr, N., & Metzger, A. (2006). Adolescent development in interpersonal and societal contexts. *Annual Review of Psychology*, 57, 255–284.
- Smékal, V. (1989). *Psychologie osobnosti*. (1.st ed.). Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- Smékal, V. (2002). *Pozvání do psychologie osobnosti*. Brno: Barrister & Principal.
- Svoboda, M., Humpolíček, P., & Šnorek, V., (2013). *Psychodiagnostika dospělých*. Praha: Portál.
- Švancara, J. (2003). *Emoce, motivace, volní procesy*. Brno: PSÚ MU.
- Tod, D., Thatcher, J., Rahman, R., Holt, N., & Lewis, R. (2012). *Psychologie sportu*. Praha: Grada.
- Vágnerová, M. (2001). *Kognitivní a sociální psychologie žáka základní školy*. Praha: Karolinum.
- Vágnerová, M. (2005). *Vývojová psychologie. I, Dětství a dospívání*. Praha: Karolinum.

- Weinberg, R. S., & Gould, D. (1995). *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. Champaign: Human Kinetics.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2003). *Foundations of Sport and Exercise Psychology* (4th ed.). Champaign: Human Kinetics.
- Williams, J. M. (2006). *Applied sport psychology: personal growth to peak performance* (5th ed.). New York: McGraw Hill.
- World DanceSport Federation, (2019). *DanceSport For All!* World DanceSport Federation.
Retrieved from <https://www.worlddancesport.org/>

11 PŘÍLOHY

11.1 Dotazník – Škála sportovní motivace

Dotazník – Škála sportovní motivace
„Sportovní motivace u adolescentů v moderním tanci“

Věk:

Pohlaví:

Kategorie v MT:

Použijte škálu těchto sedmi bodů a určete, který bod odpovídá danému tvrzení (1-28).
Tato tvrzení se zabývají důvody, proč se v současné době věnujete svému sportu.

<u>Vůbec nesouhlasí</u>	<u>Trochu souhlasí</u>	<u>Průměr</u>	<u>Hodně souhlasí</u>	<u>Úplně souhlasí</u>		
1	2	3	4	5	6	7

Proč se věnuješ svému sportu? (Doplňte 1-7 dle škály)

1. Protože mi poskytuje nové zážitky, ze kterých mám radost. ____
2. Protože se díky němu dozvídám více o svém sportu. ____
3. Míval jsem dobré důvody, proč se mému sportu věnovat, ale nyní se ptám sám sebe, jestli v něm dál pokračovat. ____
4. Protože mi umožňuje objevovat nové tréninkové techniky. ____
5. Už ani nevím. Mám pocit, že ve svém sportu nejsem schopen/á uspět. ____
6. Protože mě díky němu lidé, které znám, lépe přijímají mezi sebe. ____
7. Protože je to, dle mého názoru, nejlepší způsob jak se seznámit. ____
8. Protože mě těší, když vynikám v určité náročné tréninkové technice. ____
9. Protože je důležité sportovat, pokud chci být ve formě. ____
10. Pro prestiž být sportovcem. ____
11. Protože to je jeden z nejlepších způsobů, jak rozvíjet svou osobnost. ____
12. Protože se rád/a zlepšuji v tom, co mi nejde. ____
13. Pro pocit nadšení, když jsem do dané aktivity zabrán/a. ____
14. Protože se po něm dobře cítím. ____
15. Pro pocit uspokojení při zdokonalování svých schopností. ____
16. Protože lidé v mém okolí si myslí, že je důležité být ve formě. ____
17. Protože se s jeho pomocí učím hodně věcí, které bych mohl/a využít i v jiných oblastech svého života. ____
18. Pro intenzivní emoce ze sportu, které mám rád/a. ____
19. Už mi to není jasné. Opravdu si nemyslím, že sport je pro mě vhodný. ____
20. Protože mám radost, když provádím určité náročné dovednosti. ____

21. Protože bych se necítil/a dobře, kdybych si pro sport neudělal/a čas. ____
22. Abych předvedl/a ostatním, jak umím být ve sportu dobrý/á. ____
23. Jsem rád/a, že se mohu učit novým tréninkovým technikám, které jsem nikdy předtím nezkoušel/a. ____
24. Protože to je jeden z nejlepších způsobů, jak udržovat dobré vztahy s přáteli. ____
25. Protože mám rád/a ten pocit, když jsem úplně pohlcen/a danou aktivitou. ____
26. Protože musím sportovat pravidelně. ____
27. Protože objevuji nové techniky, které vedou ke zlepšení mého výkonu. ____
28. Nezdá se mi, že bych dosahoval cílů, které jsem si vytyčil/a. ____

11.2 Dotazník – The sport motivation scale

THE SPORT MOTIVATION SCALE (SMS-28)

*Luc G. Pelletier, Michelle Fortier, Robert J. Vallerand,
Nathalie M. Brière, Kim M. Tuson and Marc R. Blais, 1995*

Journal of Sport & Exercise Psychology, 17, 35-53

WHY DO YOU PRACTICE YOUR SPORT ?

Using the scale below, please indicate to what extent each of the following items corresponds to one of the reasons for which you are presently practicing your sport.

Does not correspond at all	Corresponds a little		Corresponds moderately		Corresponds a lot		Corresponds exactly
1	2	3	4	5	6	7	

WHY DO YOU PRACTICE YOUR SPORT ?

1. For the pleasure I feel in living exciting experiences.	1	2	3	4	5	6	7
2. For the pleasure it gives me to know more about the sport that I practice.	1	2	3	4	5	6	7
3. I used to have good reasons for doing sport, but now I am asking myself if I should continue doing it.	1	2	3	4	5	6	7
4. For the pleasure of discovering new training techniques.	1	2	3	4	5	6	7
5. I don't know anymore; I have the impression of being incapable of succeeding in this sport.	1	2	3	4	5	6	7
6. Because it allows me to be well regarded by people that I know.	1	2	3	4	5	6	7
7. Because, in my opinion, it is one of the best ways to meet people.	1	2	3	4	5	6	7
8. Because I feel a lot of personal satisfaction while mastering certain difficult training techniques.	1	2	3	4	5	6	7
9. Because it is absolutely necessary to do sports if one wants to be in shape.	1	2	3	4	5	6	7
10. For the prestige of being an athlete.	1	2	3	4	5	6	7
11. Because it is one of the best ways I have chosen to develop other aspects of myself.	1	2	3	4	5	6	7
12. For the pleasure I feel while improving some of my weak points.	1	2	3	4	5	6	7

--

13. For the excitement I feel when I am really involved in the activity.	1	2	3	4	5	6	7
14. Because I must do sports to feel good myself.	1	2	3	4	5	6	7
15. For the satisfaction I experience while I am perfecting my abilities.	1	2	3	4	5	6	7
16. Because people around me think it is important to be in shape.	1	2	3	4	5	6	7
17. Because it is a good way to learn lots of things which could be useful to me in other areas of my life.	1	2	3	4	5	6	7
18. For the intense emotions I feel doing a sport that I like.	1	2	3	4	5	6	7
19. It is not clear to me anymore; I don't really think my place is in sport.	1	2	3	4	5	6	7
20. For the pleasure that I feel while executing certain difficult movements.	1	2	3	4	5	6	7
21. Because I would feel bad if I was not taking time to do it.	1	2	3	4	5	6	7
22. To show others how good I am good at my sport.	1	2	3	4	5	6	7
23. For the pleasure that I feel while learning training techniques that I have never tried before.	1	2	3	4	5	6	7
24. Because it is one of the best ways to maintain good relationships with my friends.	1	2	3	4	5	6	7
25. Because I like the feeling of being totally immersed in the activity.	1	2	3	4	5	6	7
26. Because I must do sports regularly.	1	2	3	4	5	6	7
27. For the pleasure of discovering new performance strategies.	1	2	3	4	5	6	7
28. I often ask myself; I can't seem to achieve the goals that I set for myself.	1	2	3	4	5	6	7

11.3 Klíč k vyhodnocení dotazníku Škála sportovní motivace

KEY FOR SMS-28

- # 2, 4, 23, 27 **Intrinsic motivation - to know**
- # 8, 12, 15, 20 **Intrinsic motivation - to accomplish**
- # 1, 13, 18, 25 **Intrinsic motivation - to experience stimulation**
- # 7, 11, 17, 24 **Extrinsic motivation - identified**
- # 9, 14, 21, 26 **Extrinsic motivation - introjected**
- # 6, 10, 16, 22 **Extrinsic motivation - external regulation**
- # 3, 5, 19, 28 **Amotivation**