

Univerzita Hradec Králové
Filozofická fakulta
Katedra sociologie

**Bojová umění jako forma volnočasových aktivit členů
sportovních oddílů**

Bakalářská práce

Autor:	Lukáš Novotný
Studijní program:	B6703
Studijní obor:	Sociologie obecná a empirická
Forma studia:	prezenční
Vedoucí práce:	PhDr. Miroslav Joukl, Ph.D.



Zadání bakalářské práce

Autor:	Lukáš Novotný
Studium:	F14BP0122
Studijní program:	B6703 Sociologie
Studijní obor:	Sociologie obecná a empirická
Název bakalářské práce:	Bojové umění jako forma volnočasových aktivit členů sportovních oddílů
Název bakalářské práce AJ:	Martial Art as a Form of Freetime Activity of Members of Sports Clubs

Cíl, metody, literatura, předpoklady:

Práce představuje empirický výzkum. Cílem je prozkoumat motivace členů sportovních oddílů věnovat se bojovému umění, jaké je jejich pojetí bojového umění, s jakými hodnotami si bojové umění spojují, jaké je jejich zaměstnání, vzdělání, jakým se věnují volnočasovým aktivitám a jaké jsou interakce mezi členy. Terén a výzkumný vzorek budou upřesněny v průběhu řešení zadání. Předpokládanou metodou bude smíšená metoda s využitím rozhovorů podle předem připraveného scénáře, pozorování, analýza dokumentů, případně dotazníkové šetření.

Bereger, L. Peter, T. Luckmann. 1999. Sociální konstrukce reality. Brno: CKD. Blanchard, K. 1995. The Anthropology of sport an introduction. Westport: Bergin & Garvey. Westport: Bergin & Garvey. Hendl, J. 2005. Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace. Praha: Portál. Coakley, J. 2004. Sport in society. New York: McGraw-Hill. Frey, J. H., D. S. Etzen. 1991. "Sport and society." Annual Review of Sociology. 17: 503-522. Giddens, A. 1999. Sociologie. Praha: Argo. Jenkins, R. 2008. Social Identity. Abingdon: Routledge. MacClancy, J. 1996. Sport, Identity and Ethnicity. Oxford: Berg Publishers Miovský, M. 2006. Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu. Praha: Grada. Novotná, E. 2010. Sociologie sociálních skupin. Praha: Grada. Pavelka, R., J. Stich. 2012. Vývoj bojových sportů. Praha: Karolinum. Sekot, A. 2008. Sociologické problémy sportu. Praha: Grada. Strauss, A., J. Corbinová. 1999. Základy kvalitativního výzkumu. Brno: Sdružení podané ruce. Watters, E. 2004. Urban tribes: Are Friends the New Family? London: Bloomsbury Publishing.

Garantující pracoviště:	Katedra sociologie, Filozofická fakulta
Vedoucí práce:	PhDr. Miroslav Joukl, Ph.D.
Oponent:	doc. Milan Tuček, CSc.
Datum zadání závěrečné práce:	3.3.2017

Prohlášení:

Prohlašuji, že jsem tuto bakalářskou práci vypracoval pod vedením vedoucího bakalářské práce samostatně a uvedl jsem všechny použité prameny a literaturu.

V Hradci Králové dne 10. 7. 2017

.....
Lukáš Novotný

Anotace

NOVOTNÝ, Lukáš. *Bojová umění jako forma volnočasových aktivit členů sportovních oddílů*. Hradec Králové: Filozofická fakulta, Univerzita Hradec Králové, 2017, 66 s. Bakalářská práce.

Práce představuje empirický výzkum. Cílem u členů sportovních oddílů, kteří se věnují bojovému umění, prozkoumat jejich motivace, jejich pojetí bojového umění, s jakými hodnotami si bojové umění spojují, jakým se věnují volnočasovým aktivitám a jaké jsou interakce mezi členy. Byla uplatněna kvantitativní metoda, technika dotazníku.

Klíčová slova: bojové umění, sportovní oddíl, hodnoty

Annotation

NOVOTNÝ, Lukáš. *Martial Art as a Form of Freetime Activity of Members of Sports Clubs*. Hradec Králové: Filozofická fakulta Univerzity Hradec Králové, 2017. 66 s. Bakalářská práce.

The work represents the empiric research. The goal is to survey the motivation of the members of sports clubs to practise martial arts, what is their conception of martial arts, which values they link with martial arts, which freetime activity they do and what are the interactions amongst the members. Terrain and explorational pattern will be specify within the solution of task. Probable method of research will be mixed method of interviews, survey, analysis od documents eventually questionnaires. It was applied quantitative method with questionnaires.

Key words: martial arts, sports clubs, values

Poděkování

Děkuji svému vedoucímu práce PhDr. Miroslavu Jouklovi, Ph.D. za odborné vedení této práce. Děkuji také všem členům sportovních oddílů, kteří se na výzkumu podíleli na výzkumu jako respondenti.

OBSAH

ÚVOD.....	8
1. VOLNÝ ČAS A VOLNOČASOVÉ AKTIVITY.....	10
1.1 DEFINICE VOLNÉHO ČASU.....	10
1.2 FUNKCE VOLNÉHO ČASU.....	12
1.3 KATEGORIE VOLNOČASOVÝCH AKTIVIT.....	13
1.4 AKTUÁLNÍ TRENDY V TRÁVENÍ VOLNÉHO ČASU.....	14
2. BOJOVÉ UMĚNÍ.....	16
2.1 VYMEZENÍ BOJOVÝCH UMĚNÍ.....	16
2.2 VYBRANÉ FORMY BOJOVÉHO UMĚNÍ.....	18
2.2.1 <i>Box</i>	18
2.2.2 <i>Mixed Martial Arts (MMA)</i>	21
2.2.3 <i>Jeet Kune Do</i>	22
2.2.4 <i>Aikidó</i>	23
2.3 VÝZNAM PRAKTIKOVÁNÍ BOJOVÉHO UMĚNÍ Z HLEDISKA OSOBNOSTI JEDNOTLIVCE.....	26
3. CÍLE A METODIKA PRÁCE.....	28
3.1 CÍLE A VÝZKUMNÉ OTÁZKY.....	28
3.2 METODIKA PRÁCE.....	28
4. VLASTNÍ VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ.....	32
4.1 CHARAKTERISTIKA VÝZKUMNÉHO SOUBORU.....	32
4.2 ANALÝZA VÝSLEDKŮ.....	35
5. DISKUSE.....	51
ZÁVĚR.....	56
LITERATURA.....	58
KNIHY.....	58
INTERNETOVÉ ZDROJE.....	60
KVALIFIKAČNÍ PRÁCE.....	60
PŘÍLOHA Č. 1: DOTAZNÍK.....	62

ÚVOD

Tématem předkládané práce jsou bojová umění jako forma volnočasových aktivit členů sportovních oddílů. Bojová umění jsou poměrně rozšířenou volnočasovou aktivitou jak u dětí, tak u dospělých. Velmi často bývají zdůrazňovány jednak jejich pozitivní dopady na fyzické schopnosti člověka, ale i jejich pozitivní vliv na lidskou psychiku, schopnost koncentrace a na celou řadu dalších aspektů. Tato skutečnost v kombinaci s tím, že bojová umění jako volnočasová aktivita nejsou v českých závěrečných pracích ani ve výzkumech příliš častým předmětem zájmu, je také důvodem, proč bylo pro účely předkládané bakalářské práce zvoleno právě toto téma.

Bojová umění jsou v dnešní době poměrně oblíbenou volnočasovou aktivitou, navíc v posledních letech do České republiky intenzivněji pronikají i méně známá či méně tradiční bojová umění. To je také důvodem, proč lze téma nesporně považovat za téma aktuální. S ohledem na zhoršující se bezpečnostní situaci v Evropě a zejména ve větších městech je bojové umění jako volnočasová aktivita čím dál tím aktuálnější i z hlediska zajištění vlastní bezpečnosti.

Cílem práce je zjistit kdo tvoří zájemce o bojová umění a s jakými očekáváními i výsledky aktivit disponují. V návaznosti na stanovený cíl byly formulovány rovněž výzkumné otázky, které by práce měla zodpovědět. Výzkumné otázky jsou následující:

- VO1: Jaké funkce plní pro zájemce aktivity spojené s bojovým uměním?
- VO2: Mají zájemci o bojová umění svůj specifický žebříček hodnot?
- VO3: Tvoří se mezi zájemci interpersonální vztahy, které tvoří specifickou skupinu?
- VO4: Jak tráví volný čas tito zájemci?
- VO5: Do jakých kategorií lze zájemce rozčlenit a podle jakých kritérií?

Výchozí část bakalářské práce představuje základní východiska čerpaná převážně z odborné literatury, a to zejména východiska týkající se problematiky volného času a volnočasových aktivit, dále východiska týkající se bojového umění a jeho vybraných forem a konečně také východiska týkající se osobnosti a dalších charakteristických rysů jedince (např. z hlediska sociálního či ekonomického apod.).

Navazující část bakalářské práce pak nejprve podrobně představuje cíle a výzkumné otázky a následně také metodický postup, který byl aplikován při realizaci vlastního výzkumného šetření. Další kapitola pak představuje zpracování výsledků dotazníkového šetření. Diskuse pak vyhodnocuje zjištěné výsledky v kontextu stanoveného cíle a výzkumných otázek a dále se zaměřuje na srovnání výzkumu s jinými obdobnými výzkumy v České republice i v zahraničí.

Z metodologického hlediska je výzkum realizován za pomoci kvantitativní výzkumné strategie, a to metodou dotazníkového šetření. Dotazník, který je přílohou č. 1 této práce, bude distribuován do několika sportovních oddílů zaměřených na bojová umění, kde ho vyplní zájemci o tento typ sportu. V druhé fázi budou pak výsledky za pomoci programu MS Excel a statistického zpracování vyhodnoceny, což poslouží k nalezení odpovědí na cíl a výzkumné otázky.

1. VOLNÝ ČAS A VOLNOČASOVÉ AKTIVITY

Volný čas je nedílnou součástí každého člověka. Už samotný pojem volný čas vyvolává v člověku příjemný pocit, že si může zvolit, jak tento čas využije. Každý člověk je jedinečný, a tak pohled na využívání volného času je různý. Využívání volného času souvisí s charakterem práce, kterou člověk vykonává, a typem osobnosti. Každý preferuje jiný způsob trávení volného času a jiné volnočasové aktivity. Někteří tráví volný čas pasivně, jiní naopak aktivně.

1.1 Definice volného času

Pojem volný čas je možné definovat jako čas volnosti a svobody, který má jednotlivec mimo své povinností na sebevyjádření a seberealizaci podle vlastních potřeb a zájmů. Definice volného času podle Pávkové, Hájka, Hofbauera a kol. (2003, s. 13) zní: „*Volný čas je doba, kdy si můžeme své činnosti svobodně vybrat, děláme je dobrovolně a rádi, přinášejí nám pocit uspokojení a uvolnění.*“

Pedagogický slovník (Průcha, Walterová, Mareš, 2003, s. 274.) vymezuje volný čas jako: „*čas, se kterým člověk může nakládat podle svého uvážení a na základě svých zájmů.*“ Volný čas je doba, která zůstane z 24 hodin běžného dne po odečtení času věnovaného práci, péči o rodinu a domácnost a péči o vlastní fyzické potřeby (včetně spánku).

Pávková, Hájek a Hofbauer (2003, s. 13) odlišují volný čas od pracovního (škola, pracovní proces) a vázaného (spánek, osobní hygiena, jídlo, chod domácnosti a rodiny a další mimoškolní a mimopracovní povinnosti). Ve volném čase dělá člověk činnosti jako je odpočinek, zábava, rozvoj zájmové sféry, zlepšování osobní kvalifikace nebo účast na veřejném životě. Od volného času odlišují autoři i čas polovolný, který hraničí s povinným a vázaným časem a jedná se o aktivity, které přinášejí nejen radost ale také praktický užitek, jako například ruční práce nebo „kutilství.“

Pohled na volný čas se měnil také v rámci historického vývoje. Bylo to dáno zkracováním pracovní doby, ale také společenským vývojem, se kterým souvisela i změna hodnotové orientace. K masovému rozvoji volného času dochází v 19. a 20.

století, kdy byl zaveden pětidenní pracovní a školní týden, tím se vytvářely příznivější podmínky pro život rodin a výchovu.

Lze tedy konstatovat, že definice volného času jsou odlišné podle autorů, ale tou základní charakteristikou je, že se za volný čas nepovažuje školní výuka nebo pracovní proces a že člověk si může svobodně vybírat, jak bude trávit svůj volný čas, ať už negativně nebo pozitivně.

Výše uvedené potvrzuje například i Chomová a kol. (2007, s. 17) Ve volném čase člověk nevykonává činnosti pod tlakem závazků plynoucích ze společenské dělby práce nebo z nutnosti zachování svého biofyziologického či rodinného systému. Lze jej tudíž v návaznosti na tuto skutečnost charakterizovat:

1. jako individualizovaný, člověk jím disponuje relativně samostatně;
2. jako obecný, týká se převážné většiny členů společnosti;
3. jak protikladný k pracovnímu či školnímu času, člověk ve volném čase odpočívá, vyhledává zábavu, rozvíjí svou osobnost;
4. atributem dobrovolnosti a selektivnosti, neboť činnosti realizované ve volném čase nejsou pro člověka existenční nezbytností.

Darák (2004, s. 39) pak tvrdí, že je třeba přistupovat k volnému času nejen z jednostranného sociologického pohledu, ale je třeba chápat ho širším způsobem, využívajíc především psychologický úhel pohledu. V tom smyslu je třeba volný čas analyzovat nejen objektivně (obsahem volnočasových aktivit), ale i subjektivně, jako čas vyhrazený pro dobrovolné, svobodné aktivity a významnou autoregulace hodnotu. Obecně pak volnočasové aktivity přesahují sociologií vymezený pojem volného času (jako času mimo práci a povinnosti) a přibližují se jeho psychologické charakteristice (subjektivně prožívaný volný čas, čas pro sebe). S uvedeným pak souvisí i různé funkce, které volný čas v lidském životě plní.

1.2 Funkce volného času

Význam volného času pro jednotlivce i společnost je dán funkcemi, které má a které je třeba v praxi respektovat a realizovat. Například Kratochvílová (2004, s.87-88) uvádí následující funkce:

- zdravotně-hygienická - (kompenzační, odpočinková, resp. rekreační) jejím obsahem jsou aktivity umožňující regeneraci psychických a fyzických sil, které člověk vynakládá zejména při plnění svých povinností (práce, studium);
- formativně - výchovná - ve volném čase dále integrálně probíhá výchovně vzdělávací a sebevzdělávací proces. Navazuje na výchovu v rodině, ve škole a na výchovu pomocí jiných edukačních prostředí;
- seberealizační funkce - volný čas vytváří možnosti na uspokojování specifických - individuálních potřeb zájmů a potřeb každého člověka. Je typický širokou paletou různých aktivit, které pokud mají racionální charakter, kultivují osobnost člověka;
- socializační funkce - tím, že člověk v rámci volného času vstupuje do nových sociálních sektorů, stává se členem mnoha sociálních skupin, navazuje nové sociální vztahy, čímž se v konečném důsledku jeho proces socializace zpestřuje, prohlubuje a zkvalitňuje;
- preventivní funkce - smysluplné využití volného času je účinnou prevencí vzniku různých sociálně patologických jevů. Tyto ohrožují nejen jednotlivce, ale v konečném důsledku i ostatní členy společnosti. Racionální využívání volného času se v současnosti považuje za efektivní způsob terapie, např. v případě, že musí dojít k resocializaci člověka.

Funkce volného času trochu jinak vymezil také německý pedagog volného času Horst W. Opaschovski (cit. dle Hofbauer, 2004, s. 14-15), který hovoří o následujících funkcích volného času:

- Rekreaci - možnost zotavení a uvolnění;

- Kompenzaci - odstraňování zklamání a frustrace;
- Výchově a dalším vzdělávání - učení o svobodě a ve svobodě, sociální učení;
- Kontemplaci - hledání smyslu života a jeho duchovní výstavba;
- Komunikaci - sociální kontakty a partnerství;
- Participaci - podílení se, účast na vývoji společnosti;
- Integraci - stabilizace života rodiny a vrůstání do společenských organismů;
- Enkulturu - kulturní rozvoj sebe samých, tvůrčí vyjádření prostřednictvím umění, sportu, technických a dalších činností.

Hofbauer (2004, s. 14) pak nabízí ještě jiné členění funkcí volného času, a to na následující:

- Psychosociologickou - uvolnění, zábava, rozvoj;
- Sociální - socializace, symbolická příslušnost k některé sociální skupině;
- Terapeutickou - zdravotní hledisko, prevence chorob, smyslový rozvoj;
- Ekonomickou - pozitivní vliv na uplatnění člověka v profesní činnosti, finanční výdaje účastníků na aktivity volného času.

1.3 Kategorie volnočasových aktivit

Volnočasové aktivity lze členit do různých druhů a kategorií podle celé řady různých kritérií. Jedním z kritérií, podle kterého lze identifikovat různé formy trávení volného času, je kritérium kde a s kým jedinec svůj volný čas tráví. Z tohoto hlediska lze v souladu s tím, co uvádí Bláhová (2011, s. 70), v zásadě identifikovat následující tři kategorie trávení volného času:

- v rámci institucí, kde probíhá výchovné působení. Do této skupiny patří státní instituce, organizace nekomerčního sektoru, náboženské a církevní společnosti a privátní komerční sféra;
- v rámci rodiny;

- v rámci vrstevnické skupiny.

Daším kritériem, podle kterého lze kategorizovat možnosti a formy trávení volného času, je pak členění volného času na aktivní formy trávení a na pasivní formy trávení volného času, přičemž u aktivit dále velmi záleží i na druhu aktivity. Aktivity, které lze v rámci volného času provádět, se v návaznosti na výše uvedené v zásadě dělí na:

- manuální činnosti (ruční práce);
- fyzické činnosti (sport, bojové umění);
- kulturní umělecké činnosti (návštěvy divadla, hra na hudební nástroj);
- kulturní racionální činnosti (čtení knih);
- hry;
- pasivní odpočinek, kam patří například i sledování televize, hraní počítačových her apod.

Za zmínku pak v návaznosti na členění volného času podle toho, zda je tráven aktivně nebo pasivně, stojí i tvrzení, že ve volném čase se lidé věnují aktivitám s různou hodnotou, která je pak kritériem pro dělení volnočasových aktivit do různých kategorií. „Podle obsahu se aktivity ve volném čase dělí na vzdělávací, umělecké, nekreativní, technické, společenské, sportovní a odpočinkové. Podle převládajícího charakteru se aktivity volného času dělí na tvůrčí, při kterých je člověk aktivní, a na receptivní, při kterých je člověk více pasivní " (Hotár a kol., 2000, s. 487).

1.4 Aktuální trendy v trávení volného času

V současné době je skutečně nepřehledné množství variant, jak trávit volný čas. Určitý předěl, který vedl k zásadnímu rozšíření nabídky volnočasových aktivit na českém území, nastal v 90. letech 20. století. Především došlo k tomu, že se výrazně zvětšil rozsah volného času. Této skutečnosti si začali být vědomí jak jednotlivci, tak i instituce a vlastně celá společnost. S tím souvisí i skutečnost, že volnočasové aktivity se staly předmětem zájmu komerčního sektoru (Hájek, Hofbauer a Pávková, 2003, s. 21).

V současné době se také velmi často projevuje tendence k pasivnímu trávení volného času, jako je například sledování televize či hraní počítačových her, řada lidí dnes tráví velkou část svého volného času také na sociálních sítích jako je Facebook či Twitter

apod. S tím také souvisí fakt, že trávení volného času je čím dál tím méně organizováno, lidé jej tráví spíše neorganizovaně a prosazuje se větší individualismus (Bendl, 2015, s. 148). Výzkumy v této souvislosti prokázaly, že nejvíce volného času v současnosti lidé v České republice tráví u televize, dále je čas vyhrazen rodině, přátelům, odpočinku, čtení, poslechu hudby či brouzdání na internetu (Mediaguru.cz, 2016). To jednoznačně poukazuje na fakt, že v běžné populaci převažuje spíše pasivní trávení volného času nad aktivním.

Není to však jen pasivní trávení volného času, ale velmi oblíbená je v současnosti zážitková forma trávení volného času stejně jako se rozmáhají na českém území dříve neznámé formy trávení volného času, mezi kterými lze zmínit například geocaching apod.

2. BOJOVÉ UMĚNÍ

Bojové umění je jednou z mnoha možností trávení volného času pro děti, mládež, ale i pro dospělé. Bojových umění je přitom celá řada druhů a mají různý původ, což poskytuje poměrně významnou variabilitu v pojednání o bojových uměních, nicméně některé základy jsou typické pro velkou část bojových umění, a právě na tyto základy se zaměřuje druhá kapitola bakalářské práce.

2.1 Vymezení bojových umění

Název bojové umění je souhrnný název nejen pro bojové aktivity dálného východu, ale také pro jejich odvozené formy a používá se celosvětově, někdy se lze setkat také s cizojazyčným názvem, který zní „*martial arts*.“ Tento zažitý termín vznikl na základě toho, že v asijských zemích se s tréninkem neodmyslitelně spojovali i činnosti, jako například aranžování květin, kaligrafie, podávání čaje apod., Čili slovo umění je v tomto případě výstižné. V asijských zemích se tyto tradice zachovávají dodnes, naproti tomu v západních zemích tomu tak není.

Všechna bojová umění, ať už v pocházejí z Číny, Japonska nebo jiných zemí, prošla dlouhou a těžkou cestou vývoje a mají v historii lidské kultury své neoddělitelné místo. Jejich podstatou je nejzákladnější atribut živého organismu - přežití (Prochotský, 1993, s. 7.) Člověk, aby přežil, musel být schopen lovit zvěř, vzdorovat povětrnostním vlivům a také chránit sebe, rodinu a společenství, ve kterém žil před útoky okolních společenství.

S rozvojem lidské kultury, která byla v jednotlivých oblastech odlišná, se vytvářely i rozdílné způsoby boje, na nichž záviselo přežití, resp. zachování dané společenské skupiny. Velkou roli sehrály i přístupy k vývoji nových zbraní, na základě kterých nastaly v historii lidstva revoluční změny. Za určité mezníky v rozvoji boje je možné zcela právem považovat objevení obušku, oštěpu, luku a šípů nebo řezných, sečných či později střelných zbraní.

První způsoby boje byly bez zbraně. Později, kvůli zvýšení účinnosti začal člověk k lovu a boji používat i zbraně. Je zajímavé, že boj beze zbraně, i když je nejstarší

formou, přetrval až do dnešní doby. Používání zbraní je totiž v mnoha zemích omezeno legislativou, naproti tomu boj beze zbraně je v celém světě přístupný komukoli. I když je nutné zmínit, že v mnoha případech, ať už v minulosti nebo i dnes, se nejprogresivnější formy boje beze zbraně utajovaly před veřejností. Tyto formy byly utajovaným vlastnictvím skupin, kde se předávaly z učitele na žáka, případně několika vyvoleným žákům (Fojtík, 2006, s. 12-13).

„První komplexní soustavy bojových umění vznikaly v zemích Asie ve feudálním období, kdy hlavním smyslem bylo porazit, jestli bezvýhradně si podrobit nepřítele“ (Fojtík, 2006, s. 13). Později, přestože tento hlavní cíl zůstal, se do smyslu bojových umění přidával prvek rozvoje osobnosti jednotlivce i v jiných směrech, nejen v bojových schopnostech.

V jednotlivých zemích byl dle Fojtíka (2006, s. 13) rozvoj bojových umění velmi ovlivňován zákony dané země. Ačkoliv bojová umění vznikala kvůli ochraně vládnoucí třídy, měla v Japonsku, Číně či Koreji zcela rozdílné postavení. Například v Japonsku nebylo dovoleno nižším stavům nosit dva meče - to bylo výsadou pouze šlechty a samurajů, a jeden meč mohli nosit jen některé profese - například strážci vězňů. Jak uvádí Novák (2007, s. 7) i to je jeden z důvodů vzniku bojového umění jiu-jitsu - jemné umění (jemná cesta), jehož podstatou je boj beze zbraně. Naproti tomu v Číně a Koreji nebyl prostý lid nijak omezován v používání jakýchkoli zbraní, což se projevilo v bojích o moc, či proti invazím zvenčí, ale i při vzniku bojových umění.

Při zmínce o historii bojových umění netřeba zapomínat na styly vznikající v Evropě. Tyto se sice nevyznačovaly takovou dokonalostí jako ty asijské, ale také jsou součástí naší kultury a některé se dochovaly až do současnosti. Už ve starověkém Řecku se mluvilo o boxu a zápasení jako o sportu a podobný přístup byl i ve starověkém Římě - tyto disciplíny se zachovaly dodnes a jsou známé jako amatérský box, profesionální box a řecko-římské zápasení (Fojtík, 2006, s. 14).

V této práci se ale zaměřujeme zejména na vybraná bojová umění, která jsou z určitého pohledu specifická, a proto byla také vybrána, aby reprezentovala různé typy a druhy bojových umění. Jedná se konkrétně o:

- Box, který byl zvolen proto, že se mu sám aktivně věnuji,
- Mixed Martial Arts (smíšené bojové umění, veřejností známe pod zkratkou MMA) které lze označit za nejrozšířenější bojové umění v současné době,
- Jeet Kune Do, což je bojové umění, které je odvozeno od Kung Fu a je tudíž zástupcem tradičních bojových umění v této práci,
- Aikidó, které je specifické tím, že se jedná o jediný bojový sport, který je založen na neagresivitě.

2.2 Vybrané formy bojového umění

V současnosti je pro zájemce dostupné široké spektrum bojových umění a je zde možnost vybrat si podle konkrétní potřeby či zájmu. Některé jsou tradiční v každém slova smyslu, některé se postupně upravovaly podle společenské potřeby nebo byly upravovány na základě sportovních pravidel, či ovlivňovány jinými faktory (legislativa, války nebo osobou učitele, či vývojem zbraní). Tradičními asijskými bojovými uměními se rozumí ta, která mají své kořeny v asijských zemích a také v současnosti se do jejich tréninku mísí tradice a cílem není likvidace protivníka, ale všeobecný rozvoj osobnosti. Do kategorie tradičních, které jsou prezentovány v této práci patří především aikidó a Jeet Kune Do. Naopak box, který byl zařazen, je patrně nejbohatším sportem dnešní doby a mezi nejrozšířenější bojová umění dnešní doby patří i MMA, které tudíž poskytuje i dostatečný prostor pro získání respondentů v rámci dotazníkového šetření, které bude v práci dále realizováno.

2.2.1 Box

Box, který někdy bývá označován rovněž jako „šerm rukou,“ lze charakterizovat jako dlouhověký sport s olympijskou tradicí, který ovšem u laické veřejnosti nemá příliš dobrou pověst (Miňovský, 2006, s. 8), nicméně z hlediska sportovce se jedná o bojový sport, který lze charakterizovat jako „nejbohatší“ sport současné doby a patří k neatraktivnějším a nejsledovanějším bojovým uměním současnosti.

Z hlediska historie se vůbec první zmínky o pěstních zápasech podobných zápasům v boxu datují do období cca 2000 let př.n.l., což je doloženo prostřednictvím dochovaných soch, kreseb či rytin. Okolo roku 1500 př.n.l. již byl box velmi rozšířený,

a to například v oblasti Egejského moře, kolem roku 800 př.n.l. je doloženo, že byl oblíben také v Řecku. Již roku 776 př.n.l. byl součástí antických olympijských her a pravidelně byl do programu olympijských her zařazen od roku 688 př.n.l., což jej i dnes činí bojovým uměním, které je oprávněně součástí olympijských her. V návaznosti na výše uvedené lze tak konstatovat, že box má přinejmenším podobně dlouhou tradici jako většina východních bojových umění, nicméně od dob řecké slávy mu v historii nebyla věnována příliš velká pozornost a to až do 17. století, kdy se začal opětovně více prosazovat, tentokrát zejména v Anglii, jeho přesná pravidla byla vypracována až v roce 1866, nicméně od té doby prošla pravidla ještě řadou změn. Největší slávy tak box dosáhl až po roce 1919, kdy se začal výrazně šířit do celého světa, v době svého největšího rozkvětu ve 20. století se rozšířil také do Československa (Miňovský, 2006, s. 11). V návaznosti na to pak „v roce 1921 vznikla zásluhou Jiřího Hoyerera, Václava Pondělíčka, Emanuela Herverta a Františka Malinského Československá unie boxerů profesionálů. A také první česká pravidla boxu“ (Médea boxing, 2009).

Box lze charakterizovat jako individuální úpolový sport spočívající v pěstních soubojích, ve kterém proti sobě v ringu bojují dva sportovci (muži i ženy) a kterým je na dobu boje stanoven časový limit. Box probíhá v ringu ve tvaru čtverce, jehož strana musí měřit minimálně 5,5 metru a maximálně 7,3 metru. Na okraji ringu jsou provazy – čtyři řady silných provazů, které jej ohraničují, podlaha by měla být pevná, na ní se pak umísťuje plstěný potah (Médea boxing, 2009). Nezávisle na tom, zda se jedná o amatérský nebo profesionální box, pravidla týkající se jednotlivých úderů, obrany, ale i ringu jsou totožná. Na druhou stranu zatímco amatérští boxeři boxují v tílku a boxerské helmě, profesionální boxeři nemívají helmu a boxují svlečení do půli těla (viz obr. č. 1). Rozdíl je také v tom, že amatérský box je olympijským sportem, profesionální box lze charakterizovat spíše jako show, formu zábavy. Rozdíl je i v délce zápasů, jedno kolo v amatérském boxu trvá dvě minuty, jedno kolo v boxu profesionálním trvá tři minuty (Miňovský, 2006, s. 14).

Obrázek č. 1: Amatérský boxer (vlevo) a profesionální boxer (vpravo)



Zdroj: (Miňovský, 2006, s. 14).

O výsledku může rozhodnout sám bojovník ještě před ukončením časového limitu, když se mu podaří soupeře zasáhnout dovoleným způsobem tak, aby už nebyl schopen pokračovat v boji. Tehdy zápas ukončí ringový rozhodčí verdiktem k.o. nebo r.s.c. („referee stop contest“). Pokud oba bojovníci vydrží až do skončení časového limitu (tedy všechny čtyři kola), tak o vítězi rozhodují bodováním rozhodčí sedící kolem ringu. Trendem je v současnosti elektronické bodování pomocí tlačítek napojených na počítač. Rozhodčí stlačuje tlačítko (modré nebo červené - podle barvy rohu boxera, kterému chce bod přisoudit), vždy když postřehne regulární úder. Bod se boxerovi připíše pouze pokud ho stlačili alespoň tři z pěti rozhodčích v jedné sekundě. Pokud je boxer veřejně napomínán ringovým rozhodčím (za faul, držení atd.), jeho soupeři se přičítají dva body. Po třech veřejných varováních je diskvalifikován. Charakteristickým znakem boxu, který je patrně jednou z příčin, proč je laickou veřejností často kritizován je fakt, že box je také jedním z bojových umění, kde je povoleno tzv. k.o., což je důvodem, proč údery musí být realizovány jak s maximální silou, tak i s maximální

rychlostí, neboť je nutný dostatečně silný úder na soupeře (Pavelka, Reinders, 2015, s. 13).

V současné době existuje vedle boxu i řada s ním příbuzných sportů, mezi nimiž stojí zcela jistě za zmínku zejména kickbox, který se vyznačuje tím, že kombinuje boxerské techniky rukou a techniky kopů z japonského bojového umění kterým je karate. Dalším podobným sportem je thajský box („muay thai“), který je ve srovnání s boxem obohacen o další techniky, například úderů kolen, loktů apod. (Miňovský, 2006, s. 16).

2.2.2 Mixed Martial Arts (MMA)

Bojové umění MMA („Mixed Martial Arts“ nebo také Smíšené bojové umění) zvané i ultimátní zápasy, je nejkompexnější plnokontaktní bojový sport, ve kterém je za účelem překonání soupeře povolena široká škála technik, jako úderů, kopy, hody, držení, páčení a škracení. V MMA se proto rozlišují tři aspekty boje, a to v postoji, v klinči (většinou za účelem přechodu na zem) a na zemi. Jednotlivé skupiny technik jsou převzaty z různých bojových systémů. V postoji je to převážně muay thai, ale i kickbox, box, karate. Při přechodu z postoje na zem se využívají techniky z juda, samba, zápasu, tradičního jiu-jitsu. Na zemi většinou převládají technické prostředky z brazilského jiu-jitsu, ale i z juda a jiných (Wells, 2012, s. 4-7).

Podle Reguliho (2005, s. 14) se bojová umění od jiných sportů či aktivit liší především filozofií, vnitřním obsahem, smyslem cvičení a zaměřením se na celoživotní cestu všestranného rozvoje. Tedy nejen fyzického, ale i duševního. Proto MMA řadíme mezi soutěžní úpolové sporty a nikoli mezi bojová umění, i když doslovně přeložen název z angličtiny může být zavádějící. Pojem ultimátní zápasy, který MMA rovněž označuje, vznikl jako výraz vyjadřující zápasy v kleci, odvozený od názvu největší a nejprestižnější zahraniční organizace „Ultimate Fighting Championship“ (UFC).

Trénink MMA většinou probíhá v tělocvičnách, které jsou vybaveny různými pomůckami, jako například boxovací pytle nebo různé podobné aparáty. Nezbytnou součástí tělocvičny MMA jsou tatami. Při používání a nácviku různých hodů apod. je nezbytné dbát na bezpečnost při dopadu. Zápas MMA často přechází do boje na zemi, takže je vhodné mít na to přizpůsobené prostory. Vhodné je také mít něčím vyztuženou

stěnu, případně MMA klec. Pro nácvik boje při pletivu je to velmi žádoucí, a při náhodném nárazu nehrozí tak vážné zranění, než když je tam jen holá stěna. Samozřejmě je vhodné, avšak ne nezbytné, mít k dispozici bloky či případně různé posilovací náčiní a nářadí, jako například kettlebell nebo hrazdy (Wells, 2012, s. 16 a násl).

Nezbytné vybavení jednotlivce jsou jednoznačně chrániče na zuby a suspenzor. Velmi vhodné jsou i vlastní MMA rukavice. Občas bývají třeba i boxerské rukavice a vhodné jsou i chrániče holení, loktů a kolen, případně helma určená pro tyto účely. Nováček si však vystačí se základním vybavením. Na oblečení stačí obyčejné šortky a tričko s krátkým rukávem, vhodnější je však tzv. rashguard, protože kromě termoregulačních vlastností některých z nich, v boji na zemi snižují riziko zamotání se do volného trička (Wells, 2012, s. 16 a násl).

Pro MMA je charakteristické, že zápas se odehrává v kleci, která má tvar nejčastěji osmihranu nebo šestihranu. Je to kvůli bezpečnosti zápasníků, aby při používání různých technik hodů a chvatů nevypadli, což by se mohlo stát například v ringu. Navzdory tomuto je možné občas vidět MMA zápasy i v ringu, kde však dochází k častým přerušením boje z důvodu nebezpečného přiblížení se k okraji ringu, hlavně v boji na zemi. V České republice v současnosti působí Český svaz MMA, který sdružuje aktuálně 41 klubů se zaměřením na MMA (Český svaz MMA, 2017).

2.2.3 Jeet Kune Do

Bojový systém Jeet Kune Do byl vytvořen legendárním Bruceem Lee a je odvozen od Kung Fu. V roce 1964 učil Bruce Lee tradiční čínské bojové umění Wing chun Kung Fu na jeho škole v Oaklandu v Kalifornii. Ostatní instruktoři Kung Fu z východního pobřeží byli znepokojeni z toho, že Bruce učí i nečínské žáky, a tak za ním poslali mistra bojových umění Wong J. Mana z Hongkongu s výzvou, aby svou školu zrušil. Bruce výzvu přijal s podmínkou, že pokud vyhraje souboj nad mistrem bojových umění z Hongkongu, instruktoři z východního pobřeží nebudou dále zasahovat do jeho výuky. Bruce Lee očekával, že tento souboj vyhraje za méně než tři minuty. Nakonec souboj vyhrál, ale to, že mu to trvalo déle než tři minuty, v něm vyvolalo obavy, že tradiční bojové umění není efektivně využitelné v praxi a v reálné bojové situaci. I přes vítězství

se rozhodl odvrátit od tradičního způsobu bojového umění a zaměřit se na výzkum jak zefektivnit boj. Přečetl stovky knih o různých způsobech boje, začal s úpolovým tréninkem, s tréninkem zaměřeným na rozvoj kardiovaskulárního systému a výživovým programem. Začal implementovat vědu a filozofii do fyzické přípravy. Krok po kroku tak začal formovat nový bojový styl, kterým je právě Jeet Kune Do (Cheng, 2004, s. 11-14).

Pokud se týká filosofie Jeet Kune Do, Bruce Lee o svém bojovém stylu řekl, že „*Jeet Kune Do nemá žádný styl, hodí se do všech stylů. Jeet Kune Do využívá všechny způsoby a zároveň není vázán žádným. Naučit se Jeet Kune Do není věc získávání znalostí a hromadění stylizovaných vzorů, ale je to objevování příčin neznalosti*“ (cit. dle Bowman, 2010, s. 202).

Danou definici je možné chápat i jako „*být připraven na všechno a umět správně reagovat na jakoukoli bojovou situaci. Zahodit, co je nepotřebné a vzít si to, co je neúčinnější*“ (cit. dle Bowman, 2010, s. 202). To má Jeet Kune Do do značné míry společné i s výše uvedeným MMA.

2.2.4 Aikidó

Aikidó je jedno z nejmladších bojových umění. Zároveň, jak uvádějí Westbrook a Ratti (2005, s. 17), je považováno za nejjemnější a nejkultivovanějším bojové umění vůbec, což souvisí i s faktem, že se jedná o jediné neagresivní bojové umění, jak již bylo výše zmíněno. Jeho zakladatelem je mistr Morihei Uešiba (1883 - 1969), jenž zkombinoval několik bojových stylů, převážně vycházejících z jiu jitsu, které se učil ve svém mládí. Podle Fojtíka (2001, s. 21) má hlavní zásluhu na vzdělávání M. Uešiby samuraj Sókaku Takeda. Byl to skutečný bojovník, ztělesňující vojenské tradice. V době kdy se s ním M. Uešiba seznámil, byl asi největším odborníkem na umění boje v Japonsku. Vybojoval mnoho zápasů na život a na smrt a živil se jako člen tělesné stráže soudců a velitelů policie.

Jeho škola Daito-ryu aikidžucu nejvíce ovlivnila M. Uešibu, který později dostal povolení od Takedy vyučovat tento styl. V roce 1921 otevřel své první dódžó. Tehdy se jeho styl ještě velmi podobal škole Daito-ryu aikudžucu a nazýval se Uešiba-ryu

akidžucu („aikijutsu“). Slovo džucu označuje vztah k předchozím „tvrdým“ bojovým uměním. Později zakládá v roce 1931 nové dódžó v Tokiu. Za 10 let od založení prvního dódžó prošel jeho styl vývojem, změnila se filozofie a v roce 1931 i název. Z původního Daito-ryu aikidžucu, které bylo skutečným vojenským uměním, zaměřeným na vítězství ve skutečném boji, se postupem času změnilo na aikibudó a znamenalo „cesta bojovníka aiki“. Znak „dó - cesta“ nahradil znak „džucu“. A celkové pojetí se změnilo. Nástroj zabíjení se změnil na životní cestu a do popředí se dostávají výchovné a etické principy, i když znak „bu - válečný, bojový“ ještě zůstal. K poslední změně v názvu došlo v roce 1942, vypustil se znak „bu“ a tak se symbolicky vymazal vztah k násilí. V období 2. světové války M. Uešiba odmítl vyučovat vojáky a stáhl se na venkov (Westbrook, Ratti, 2005, s. 29) Během války vládl v Japonsku zákaz cvičit jakékoliv bojové umění, s výsadou členů císařského dvora, případně, jak uvádí Fojtík (2001, s. 81) mohli výjimku tvořit lidé, kteří měli doporučení od dvou významných osobností japonského kulturního či veřejného života. Tento zákaz byl zrušen v roce 1948 a bojová umění včetně aikidó byla opět zpřístupněna veřejnosti.

V následujících desetiletích dochází k velkému rozmachu aikidó. A to nejen v Japonsku ale i ve světě. V roce 1953 se představilo na Havaji, odtud proniklo do USA a přes Francii do Evropy. Po smrti ósensei (velkého učitele, jak ho nazývají stoupenci aikidó) M. Uešiba v roce 1969 přicházejí do Evropy japonští učitelé, ale i nejpapenci vracející se ze studijních pobytů z Japonska a tak pokračuje rozšiřování aikida do světa. Vznikají i nové směry a samostatné organizace zastřešující různé styly aikidó. Nejznámější světovou organizací je International Aikido Federation, vedená rodinou Uešiba. V jejím čele nyní stojí Moriteru Uešiba, vnuk zakladatele aikidó, Morihei Uešiba (Westbrook, Ratti, 2005, s. 31).

Do České republiky (tehdy ještě do Československa) začalo aikidó pronikat pomalu v 70. letech 20. století, kdy jej začala cvičit skupina nadšenců z FTVS na univerzitě Karlově. V roce 1988 pak přijel na naše území aikidó vyučovat Ken Hunter, 1.dan, žák Watanabe Senseie, což z hlediska historie aikidó na našem území znamená zásadní přelom. V roce 1991 byla pak pod vedením D. Vaillanta založena Česká federace Aikidó, jejímž prezidentem se stal Petr Krumphanzl. V roce 1993 pak v souvislosti s dalším rozvojem tohoto bojového umění u nás vzniká Česká asociace aikidó, roku

1994 následovalo přijetí do Evropské a roku 1996 pak do Mezinárodní federace aikidó. Následoval zásadní nárůst počtu oddílů i jejich členů, kteří se aikidó věnují, což potvrzuje fakt, že v roce 2016 existovalo v ČR celkem 35 oddílů věnujících se právě aikidó (Aikikai.cz, 2016).

Samotné aikidó se navenek jeví jako soubor sebeobránných technik. Na fyzické úrovni obsahuje aikidó hody a pákové znehybnění připomínající ji-jitsu, ale vedle těchto technik bez zbraní se cvičí i s mečem, holí, či nožem. Aikidó není ve svých technikách zaměřené na údery a kopy, ale spíše využívá energii útoku na jeho eliminaci. Z toho vyplývá jeho obranný charakter (Westbrook, Ratti, 2005, s. 18). Na obrázku č. 2 lze pozorovat dva sportovce provozující aikidó.

Obrázek č. 2: Aikidó



Zdroj: (Saunders, 2003, s. 1).

Vedle vnějším vnímání skrývá aikidó v sobě další možnosti. Zejména výchovu ve všech složkách osobnosti a klade důraz na zdravotní stránku, duševní rozvoj, morálku, čestnost a úctu (Westbrook, Ratti, 2005, s. 18).

2.3 Význam praktikování bojového umění z hlediska osobnosti jednotlivce

O významu praktikování bojových umění se hovoří již velmi dlouho. Bojová umění mají zcela jistě značný význam jak z hlediska možnosti sebeobrany v případě nebezpečí, tak mají při dlouhodobém praktikování i zásadní vliv na osobnost člověka a jeho charakterové vlastnosti. Pod pojmem osobnost se pro tyto účely v souladu se Šnýdrou (2008, s. 11) rozumí „*souhrn a celek všech duševních a tělesných dějů, přítomných i minulých.*“ Lze také říci, že se jedná o individuální jednotu shrnující biologické, psychologické stejně jako sociální aspekty. Autorka dále dodává, že osobnost je tím, co spojuje vědomé a nevědomé psychické dění v určitém lidském organismu do jednoho individuálního celku. Jedná se přitom ve své podstatě o konstrukt pouze hypotetický, který není možné přímo pozorovat, pozorovat se dají zejména jeho projevy na které může mít vliv právě i praktikování bojových umění (Šnýdrou, 2008, s. 11).

Například Bruce Lee se k otázce významu praktikování bojových umění a jejich dopadů na člověka, který se bojovým uměním věnuje, vyjádřil následovně: „*Bojová umění jsou skutečným sebepoznáním. Úder nebo kopnutí nemají za cíl vytřískat duši z člověka stojícího proti vám, ale vytřískat duši z našeho ega, strachu nebo nedostatků*“ (cit. dle Thomas, 2007, s. 182). Často se v této souvislosti mluví o tom, že prováděním bojových umění získá člověk zdravou míru sebeúcty a seberepektu.

Mezi další výhody, které praktikování bojových umění člověku obvykle přináší lze zařadit například skutečnost, že se člověk obvykle stane celkově aktivnějším. Sedavý způsob života je dnes velkým problémem a mnohým další fyzická činnost jen a jen pomůže (ať už půjde o primární aktivitu, případně doplňkový sport). Pravidelným prováděním určitého druhu bojového umění se posune fyzická kondice člověka na vyšší úroveň (Ankerberg, Weldon, 2012, s. 34)

Daší výhodou je pak celkové posílení soustředění a koncentrace na probíhající moment. I proto v rámci nácviku bojových umění nehraje hlasitá hudba a nejsou puštěné televizní přijímače. Klidnější a rozvážnější člověk se dokáže lépe rozhodovat. Uvědomí si, že svým největším potenciálním nepřítelem je on sám. Rychleji také

pochopí sám sebe a definuje své slabiny, které jsou skryty za všemi údery a kopy (Ankerberg, Weldon, 2012, s. 34)

Velmi důležitá je také zvýšená schopnost přijímat údery. A samozřejmě tím nejsou myšleny jen fyzické rány přímo při tréninku, ale i ty, které člověku uštědřuje samotný život. Tyto údery totiž přijdou v životě každého jedince. Důležité je naučit se, jak je co nejlépe přijmout a znovu se postavit na nohy. Při provádění bojového umění člověk také poměrně často selhává. Z konečného hlediska se však právě díky tomu stane mnohem silnějším a bude se umět lépe bránit po fyzické i psychické stránce (Ankerberg, Weldon, 2012, s. 35).

Dalším důležitým faktorem, který je přínosem praktikování bojového umění z pohledu osobnosti jednotlivce, je skutečnost, že spojením získaných schopností a silné vůle dokáže člověk často velké věci. Rovněž se však přesvědčí o tom, jak je v určitých okamžicích křehký a zranitelný. Jednou z hlavních filozofií bojových umění je to, že respekt a úcta jsou podstatnější než fakt, jestli je někdo silnější nebo slabší (Ankerberg, Weldon, 2012, s. 35).

Velmi důležitý je rovněž fakt, že člověk, který se věnuje bojovému umění, se obvykle naučí poslouchat své vlastní tělo, a to nejen po fyzické stránce. Zvýšenou pozornost je třeba věnovat také myšlenkám, pocitům a emočnímu rozpoložení. S tím souvisí i správné dýchání, které má mnohem větší význam, než si mnozí myslí. Bojové umění učí podstatu dýchání a relaxaci v situacích pod tlakem (Thomas, 2007, s. 182).

Lidé se často ptají vyznavačů bojových umění, zda své schopnosti uplatňují i v praxi v běžném životě. Ve většině případů je to však právě naopak. Člověk ovládající bojová umění se učí kontrolovat své emoce a vyhýbat se konfliktům. Pochopí, že slova nejsou důvodem k fyzické konfrontaci. Takový jedinec nevyhledává spory a je mnohem těžší vyprovokovat ho, což je dalším pozitivním přínosem praktikování bojových umění (Thomas, 2007, s. 182).

3. CÍLE A METODIKA PRÁCE

Na počátku vlastní výzkumné části práce je nutné stanovit jednak cíle výzkumu, dále výzkumné otázky a v návaznosti na ně i vlastní metodický postup, kterým je směřováno k naplnění cílů a ke zodpovězení výzkumných otázek.

3.1 Cíle a výzkumné otázky

Cílem výzkumu je zjistit kdo tvoří zájemce o bojová umění a s jakými očekáváními i výsledky aktivit disponují. V návaznosti na stanovený cíl byly formulovány rovněž výzkumné otázky, které by měly být na základě výzkumu zodpovězeny. Výzkumné otázky jsou následující:

- VO1: Jaké funkce plní pro zájemce aktivity spojené s bojovým uměním?
- VO2: Mají zájemci o bojová umění svůj specifický žebříček hodnot?
- VO3: Tvoří se mezi zájemci interpersonální vztahy, které tvoří specifickou skupinu?
- VO4: Jak tráví volný čas tito zájemci?
- VO5: Do jakých kategorií lze zájemce rozčlenit a podle jakých kritérií?

3.2 Metodika práce

V předkládané práci byla zvolena kvantitativní výzkumná strategie, a to konkrétně metoda dotazníkového šetření mezi členy sportovních oddílů vybraných bojových umění, kterými jsou Box, MMA, Jeet Kune Do a Aikidó. Zvoleny byly čtyři různé sporty, které lze řadit mezi bojová umění, aby se podařilo získat dostatečně různorodý vzorek respondentů, který by poskytl informace o členech sportovních oddílů s tímto zaměřením, a který by mělo být možné zobecnit.

Metoda dotazníkového šetření pak byla zvolena proto, že dotazník je metodou výzkumu, která po časové ani finanční stránce není příliš náročná (Havlíčková, 2015, s. 31). Dotazník lze v souladu s Jandourkem (2008, s. 45) chápat jako určitý formulář,

který je „určený respondentovi, tedy osobě dotazované během výzkumu dotazníkem, nebo také během interview či v anketě. Za vynálezce dotazníku bývá považován viktoriánský polyhistor sir Francis Galton“ (Jandourek, 2008, s. 45).

Dotazník navíc poskytuje poměrně významné množství dat a umožňuje zajistit respondentům anonymitu, navíc respondent, který vyplňuje dotazník umístěný někde na internetu, jak je v dnešní době obvyklé, se obvykle cítí více anonymní, čímž je ochoten poskytnout větší množství informací (Havličková, 2015, s. 31). Velkou výhodou dotazníkového šetření je rovněž skutečnost, že poskytuje vysoce standardizovaná data (Sedláková, 2014, s. 158). Nevýhodou dotazníku však bývá poměrně nízká návratnost, což se do určité míry projevilo i v tomto výzkumu (Jandourek, 2008, s. 45).

Vlastní postup realizace výzkumu v této práci byl takový, že prvním krokem bylo stanovení cílů, které byly stanoveny v návaznosti na konzultaci s vedoucím bakalářské práce. Cíle byly v této souvislosti doplněny celkem pěti výzkumnými otázkami. Následně bylo započato se sestavováním dotazníku. Dotazník byl sestaven z uzavřených a polootevřených otázek, kde respondenti volili jednu či více (dle instrukcí u otázky) z nabízených variant, u polootevřených otázek byla navíc varianta „jiná odpověď“, možnost vypsát vlastní odpověď, která umožnila upřesnění odpovědí a výsledků respondentů.

První varianta dotazníku byla vytvořena pouze v dokumentu MS Word a otestována na dvou lidech z mého okolí, kteří aktivně provozují bojové umění (bohužel se jednalo o jiné bojové umění než jsou výše uvedená a to karate a judo, nicméně pro účely realizace pilotní studie, kdy se jednalo nikoliv o vlastní vyplnění dotazníku, ale spíše o posouzení toho, jak mu členové sportovních oddílů se zaměřením na bojové umění rozumí a zda považují otázky za srozumitelné, relevantní a jednoznačné. Vzhledem k tomu, že se sám bojovému umění věnuji, ukázala pilotní studie, že dotazník byl poměrně dobře sestaven, a po pilotní studii byly provedeny jen drobné formulační změny. Tak vznikl dotazník o celkem 19 otázkách, jehož přepis v MS Word je součástí přílohy č. 1.

Vlastní dotazník byl realizován za použití online systému Survio, který je osvědčeným systémem pro vyplňování dotazníků online a v dnešní době je online vyplňování

dotazníků obecně velmi oblíbené, navíc jsem předpokládal o něco vyšší návratnost dotazníku, pokud bude odkaz na webovou stránku, kde se nachází dotazník odeslán e-mailem nebo třeba přes vzkazy na sociální síti a respondentovi tak postačí kliknout na odkaz, vyplnit dotazník online a odpovědi potvrdit, než v případě, že by respondent musel dotazník například tisknout, scanovat či zasílat poštou, jak by tomu bylo u tištěných dotazníků. Zároveň tento postup zajišťuje o něco větší anonymitu respondentů, což mohlo rovněž navýšit návratnost dotazníků. Poté co byla online verze dotazníku vytvořena, byly osloveny vybrané sportovní oddíly se zaměřením na Box, MMA, Jeet Kune Do a Aikidó.

Aby byl výzkum realizován co nejvíce systémově, byly osloveny vždy dva sportovní oddíly od každého z uvedených bojových umění, která byla zkoumána. Oddíly byly vyhledány na internetu a kontaktování byli dle dostupných kontaktů buď jejich vedoucí nebo jiná kompetentní osoba, se kterou byly dojednány podrobnosti výzkumu. Podmínkou pro zařazení respondenta do výzkumu byla skutečnost, že se věnuje jednomu ze čtyř uvedených bojových umění a je v této souvislosti členem některého z oslovených sportovních oddílů.

Postup byl takový, že byl této kontaktní osobě oddílu odeslán odkaz na dotazník s žádostí o to, aby jej předala jednotlivým členům oddílů např. přes e-mail či sociální síť. Zároveň byla kontaktní osoba požádána o to, aby poskytla informaci, kolik respondentů bylo s žádostí o vyplnění dotazníků osloveno, aby bylo možné vyhodnotit návratnost dotazníků. Vlastní distribuce dotazníků byla tedy svěřena především do rukou kompetentní osoby v oddíle, neboť zde byl předpoklad, že respondenti budou ochotnější k vyplňování dotazníků, protože osoba, kterou dobře znají, bude fungovat jako zprostředkovatel.

Vlastní vyplňování dotazníku probíhalo na jaře 2017. Návratnost dotazníků byla poměrně nízká, a tak byly kontaktní osoby v jednotlivých oddílech požádány o to, aby členy oddílu opětovně požádali o vyplnění dotazníků a byl jim opětovně zaslán odkaz na dotazník, aby jej nemuseli hledat. V návaznosti na výše uvedené se pak podařilo získat ještě další vyplněné dotazníky, čímž návratnost sice nadále nebyla optimální, ale byla již alespoň přijatelná. Po celou dobu vyplňování dotazníků jsem počet vyplněných dotazníků pravidelně sledoval v systému Survio, kde jsem viděl jak četnost odpovědí,

tak i počet vyplněných dotazníků, počet přístupů k dotazníku apod., v návaznosti na to bylo rozhodnuto o prodloužení času na vyplnění dotazníků a o další výzvě potenciálním respondentům.

Po uplynutí prodlouženého termínu pro vyplnění dotazníků, bylo dotazování v systému Survio uzavřeno, aby nedocházelo k dodatečnému vyplňování dotazníků a tím zkreslování výsledků dotazníkového šetření. Z administrace v systému byla následně čerpána získaná data pro účely jejich analýzy v této práci. Systém Survio sice v základní verzi tvoří i grafy, nicméně nelze je použít bez vodoznaku, tudíž byly vlastní grafy a tabulky plynoucí z výsledků dotazníkového šetření vytvořeny za pomoci programu MS Excel.

V rámci této práce byly grafy a tabulky dále okomentovány a vyhodnoceny, následně bylo přistoupeno k identifikaci klíčových informací, které byly dány do souvislosti tak, aby bylo možné na jejich základě pomocí metody analýzy a dedukce zodpovědět výzkumné otázky kladené v této práci.

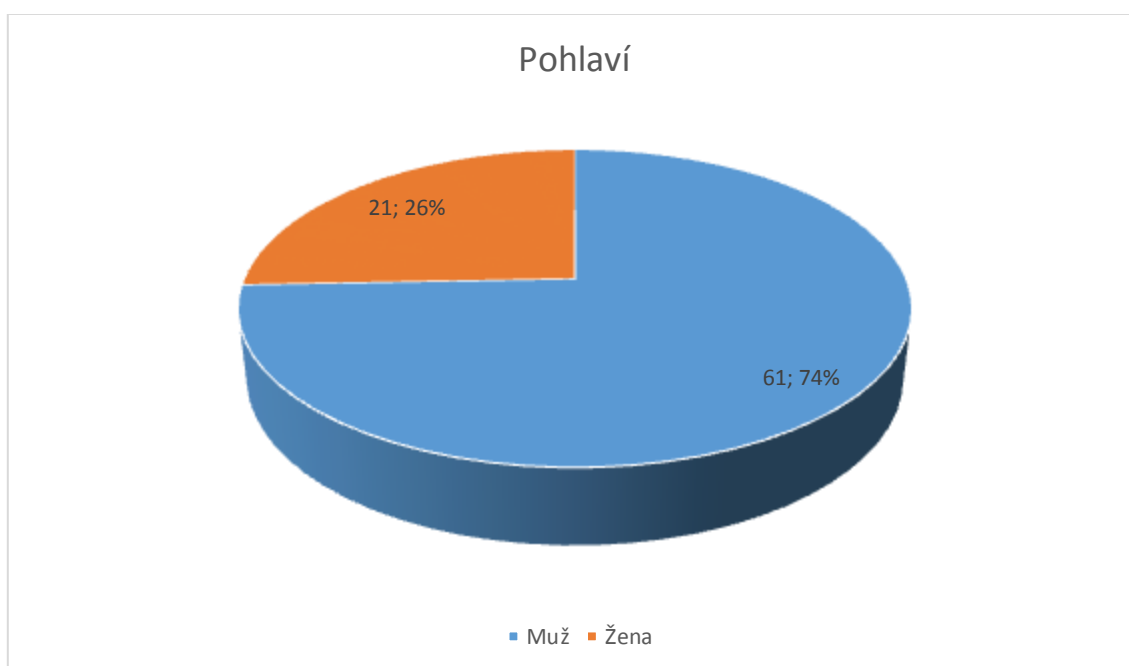
4. VLASTNÍ VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Celkem bylo osloveno osm oddílů, kdy dva byly zaměřené na box, dva na MMA, další dva na Jeet Kune Do a poslední dva na Aikidó. Celkem dle informací od kontaktních osob bylo osloveno za účelem vyplnění dotazníku 181 osob. Systém Survio pak zaznamenal celkem 88 přístupů k dotazníku, přičemž někteří respondenti dotazník nevyplnili, popř. jeho vyplňování ukončili předčasně, čímž výsledkem bylo 82 vyplněných dotazníků. To znamená, že návratnost dotazníku činila 45 %.

4.1 Charakteristika výzkumného souboru

V dotazníku bylo zjišťováno pohlaví, věk, vzdělání a socio-ekonomický status respondenta. Prvním zjišťovaným charakteristickým znakem výzkumného souboru bylo pohlaví respondentů. Výzkumný soubor byl ze 74 % (61) tvořen muži, jen 26 % (21) tvořily ženy. Charakteristika je znázorněna v grafu č. 1.

Graf č. 1: Pohlaví respondentů

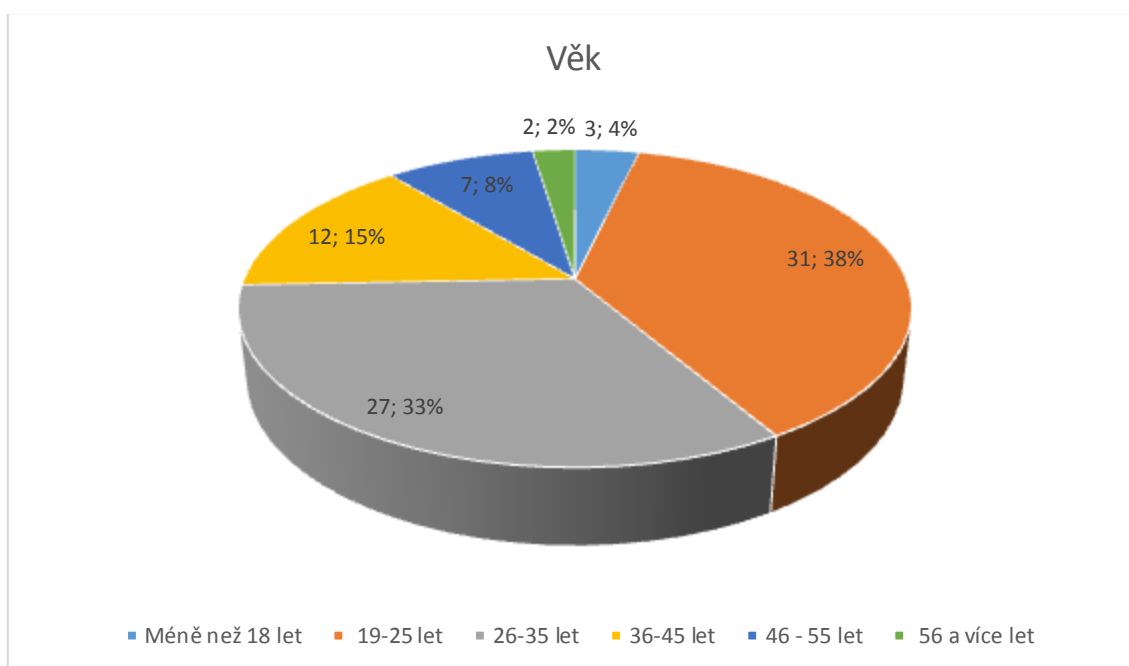


Zdroj: vlastní výzkum

Další charakteristikou výzkumného souboru je jeho věková struktura. Ukázalo se, že nejpočetnější skupinu tvořili respondenti ve věku 19-25 let, kterých bylo ve výzkumném souboru 38 % (31), druhou nejpočetnější skupinou byli respondenti ve

věku 26-35 let, kterých bylo 33 % (27). Již méně početná byla skupina respondentů ve věku 36-45, kterých bylo 15 % (12). Ještě méně bylo respondentů ve věku 46-55 let, kterých bylo 8 % (7). Méně než 18 let pak mělo celkem 4 % (3) respondentů a úplně nejméně početnou skupinou byli respondenti ve věku 56 a více let, což byla varianta, kterou v dotazníku zvolili 2 % (2) respondenti. Rozložení věkové struktury respondentů je znázorněno v grafu č. 2.

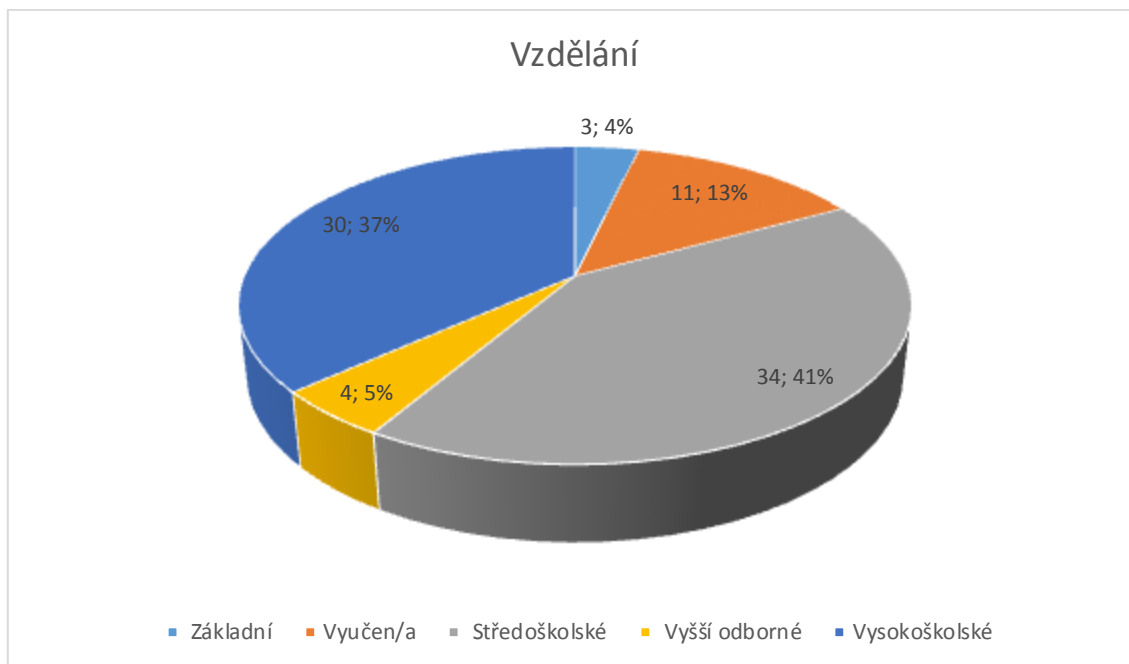
Graf č. 2: Věk respondentů



Zdroj: vlastní výzkum

Další charakteristikou výzkumného souboru bylo dosažené vzdělání respondentů. Nejpočetnější skupinu tvořili respondenti se středoškolským vzděláním, kterých bylo 41 % (34). Druhou nejpočetnější skupinu tvořili lidé vysokoškolsky vzdělaní, kterých bylo 37 % (30). Již výrazně méně početnou skupinu tvořili respondenti vyučení, kterých bylo ve výzkumném souboru 13 % (11) respondentů. Pouze 5 % (4) respondentů mělo vyšší odborné vzdělání a ještě méně základní vzdělání, které uvedly 4 % (3) respondentů, přičemž základní vzdělání měli výhradně respondenti mladší 18 let, u kterých lze předpokládat, že dále studují a doposud neměli možnost završit žádné další vzdělávání s ohledem na svůj nízký věk. Struktura výzkumného souboru v návaznosti na nejvyšší dosažené vzdělání respondentů je dále znázorněna v grafu č. 3.

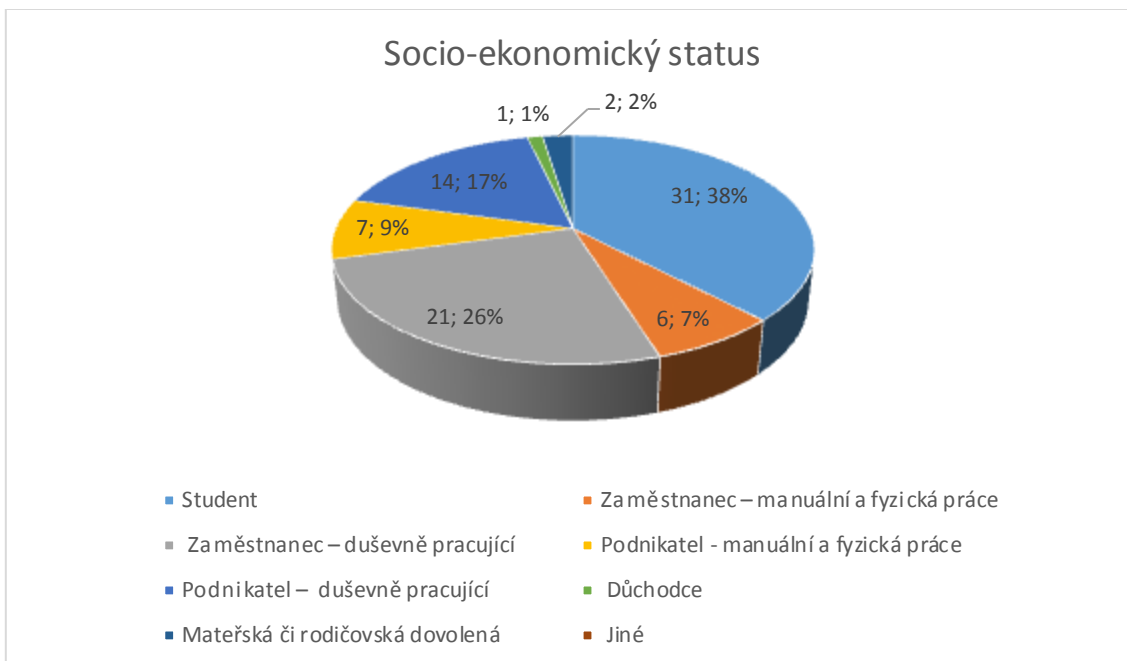
Graf č. 3: Vzdělání respondentů



Zdroj: vlastní výzkum

Poslední charakteristikou výzkumného souboru, která byla zjišťována, byl socioekonomický status respondentů. Nejpočetnější skupinu respondentů v této kategorii tvořili studenti, kterých bylo 38 % (31). To patrně souvisí i s tím, že dotazník vyplnili spíše mladší respondenti. Další početnou skupinu – 26 % (21) respondentů tvořili zaměstnanci, kteří pracovali duševně. Další početnou skupinu – 17 % (14) respondentů tvořili podnikatelé, kteří rovněž pracovali duševně. 9 % (7) respondentů tvořili podnikatelé, kteří v rámci svého podnikání vykonávali spíše manuální a fyzickou práci, 7 % (6) respondentů tvořili zaměstnanci, kteří vykonávali fyzickou či manuální práci v rámci svého zaměstnání. Nejméně početné skupiny byly lidé na mateřské a rodičovské dovolené, kteří tvořili 2 % (2) výzkumného souboru a důchodci, kteří tvořili 1 % (1) výzkumného souboru. Charakteristika respondentů dle socioekonomického statusu tudíž ukázala, že častěji dotazník vyplnili lidé pracující duševně, než lidé pracující fyzicky či manuálně. Výsledky jsou znázorněny v grafu č. 4.

Graf č. 4: Socio-ekonomický status respondentů



Zdroj: vlastní výzkum

4.2 Analýza výsledků

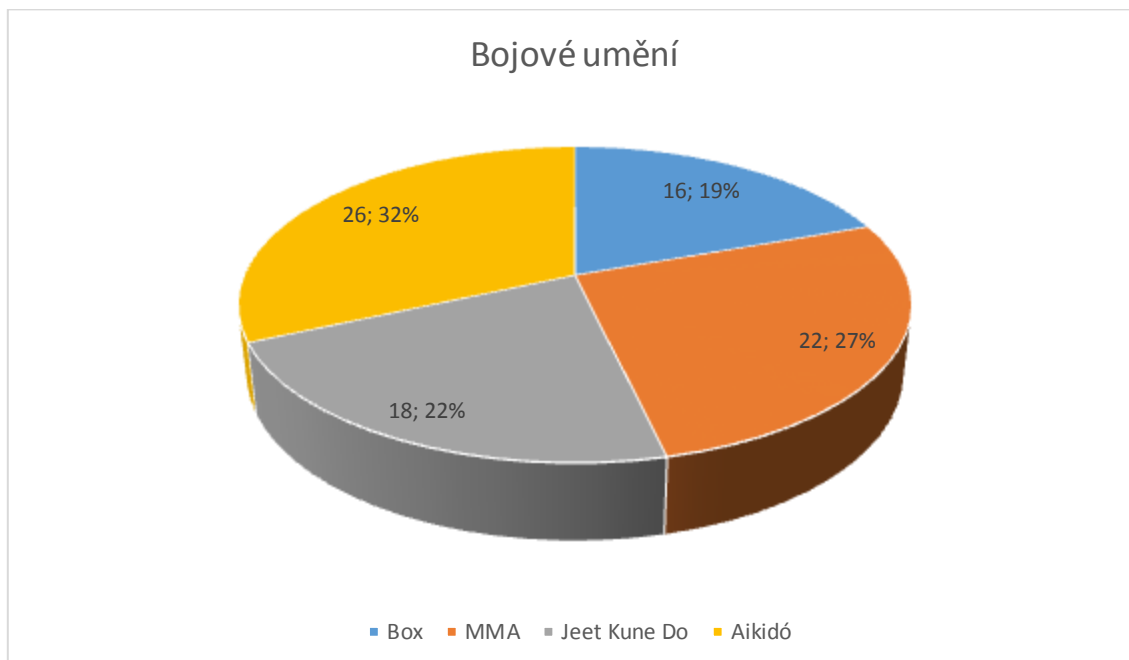
Stěžejní částí této práce je analýza vlastních výsledků dotazníkového šetření, v níž je analyzováno celkem 14 otázek, na které respondenti v dotazníku odpovídali.

Otázka: Jakému bojovému umění se věnujete?

Otázka, která zjišťovala, jakému bojovému umění se respondenti věnují, byla koncipována tak, že respondent mohl zvolit jednu, ale i více odpovědí podle toho, jakým bojovým uměním se věnuje. Ukázalo se však, že žádný z respondentů se nevěnoval více než jednomu bojovému umění, což je informací, která poukazuje na určitou charakteristiku, kterou je nutné dále zohlednit, resp. brát v úvahu při vyhodnocování výsledků. V této souvislosti je také nutné zmínit, že osloveno bylo po dvou oddílech od každého bojového umění, které bylo do práce zařazeno, nicméně oddíly nebyly stejně početné a mezi jednotlivými oddíly lze identifikovat i mírně odlišnou míru návratnosti dotazníku. V návaznosti na výše uvedené se pak dotazníkového šetření zúčastnilo 32 % (26) respondentů, kteří se věnovali Aikidó, 27 % (22) respondentů, kteří se věnovali MMA, 22 % (18) respondentů, kteří provozovali

Jeet Kune Do a 19 % (16) respondentů, kteří se věnovali boxu. Výsledky dále graficky znázorňuje graf č. 5.

Graf č.5: Bojové umění



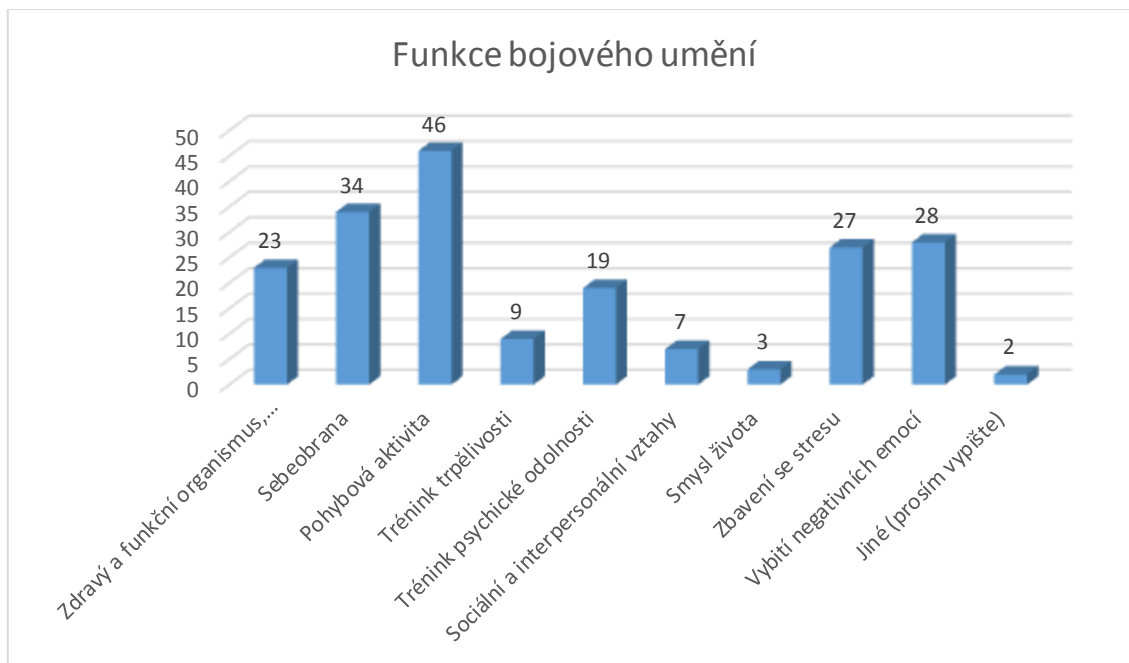
Zdroj: vlastní výzkum

Otázka: Jaké funkce pro vás bojové umění, kterému se věnujete plní?

Otázka zjišťovala, jaké funkce pro členy oddílů bojové umění plní, přičemž u této otázky bylo cílem zmapovat veškeré funkce, které pro respondenty bojové umění plní, čímž respondenti měli možnost zvolit libovolný počet funkcí a dále měli možnost zvolit variantu „jiné“ a vypsát vlastní odpověď, aby se podařilo funkce zmapovat skutečně co nejpřesněji. Nejčastěji pro respondenty plnilo bojové umění funkci pohybové aktivity, což je varianta, kterou zvolilo 56 % (46) respondentů. Druhou nejčastěji zmiňovanou funkcí byla sebeobrana, kterou uvedlo 41 % (34) respondentů. Pro 34 % (28) respondentů pak bojové umění plnilo také funkci vybití negativních emocí, pro 33 % (27) pak plnilo funkci zbavení se stresu, 28 % (23) respondentů spatřovalo funkci bojového umění v tom, že jim zajišťovalo zdravý a funkční organismus, který jsou schopni v případě potřeby použít, 23 % (19) respondentů pak chápalo bojové umění jako aktivitu plnící funkci tréninku psychické odolnosti. 11 % (9) respondentů pak chápalo bojové umění jako aktivitu, která plní funkci trénování trpělivosti, 9 % (7)

respondentů vnímalo funkci bojového umění i z pohledu sociálních a interpersonálních vztahů, 4 % (3) respondenti vnímali bojové umění jako smysl života a 2 % (2) respondenti zvolili variantu jiné. U varianty jiné jeden respondent vypsali odpověď „relaxace“ a druhý „volnočasová aktivita.“ Výsledky odpovědí na tuto otázku znázorňuje graf č. 6.

Graf č. 6: Funkce, které bojové umění plní



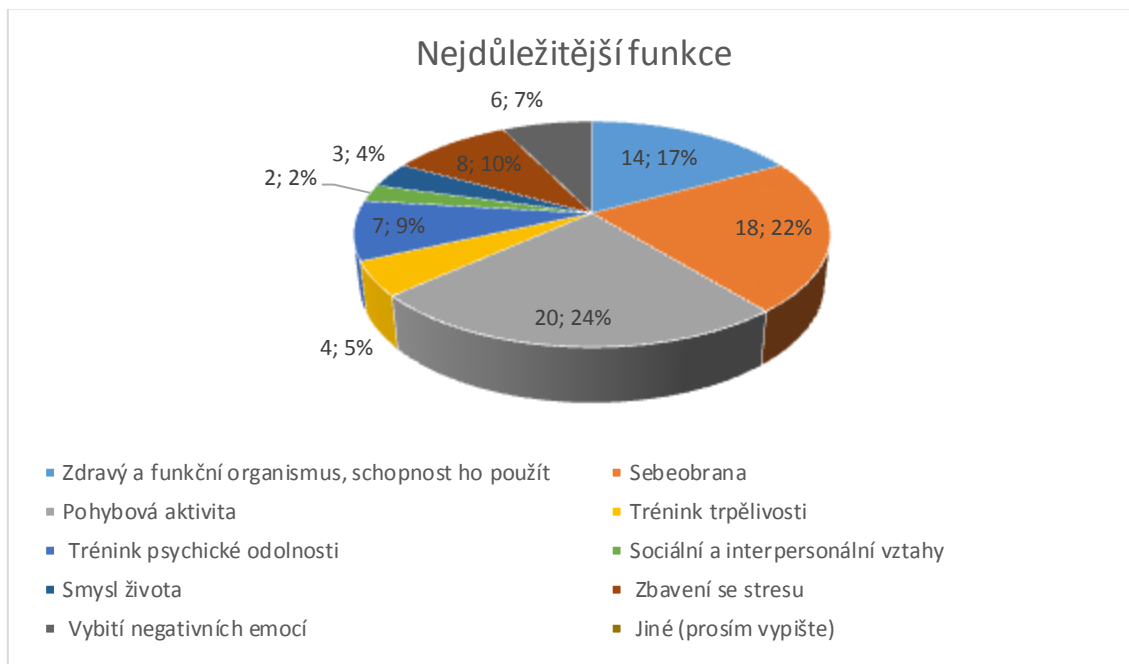
Zdroj: vlastní výzkum

Otázka: Jaká funkce bojového umění je pro Vás nejdůležitější/nejvýznamnější?

Tato otázka se na rozdíl od otázky předchozí snažila zjistit, která funkce, již bojové umění plní, je pro respondenty tou nejdůležitější funkcí. Proto zde respondenti volili pouze jednu odpověď. Z výsledků je patrné, že nejpočetnější skupina, a to 24 % (20) respondentů chápe bojové umění primárně jako pohybovou aktivitu. Druhou nejčastější nejdůležitější funkcí pak byla sebeobrana, kterou v odpovědi na otázku uvedlo celkem 22 % (18), 17 % (14) respondentů za nejdůležitější funkci považovalo zdravý a funkční organismus včetně schopnosti ho použít. 10 % (8) respondentů pak za nejdůležitější funkci bojového umění považovalo zbavení se stresu, 9 % (7) spatřovalo hlavní funkci v tréninku psychické odolnosti, 7 % (6) uvádělo vybití negativních emocí jako nejvýznamnější funkci bojového umění a 4 % (3) respondenti jej chápali jako smysl

života, 2 % (2) respondenti pak nejdůležitější funkci spatřovali v oblasti sociálních a interpersonálních vztahů. Jinou možnost tentokrát neuvedl nikdo. Výsledky jsou znázorněny v grafu č. 7.

Graf č. 7: Nejdůležitější funkce bojového umění

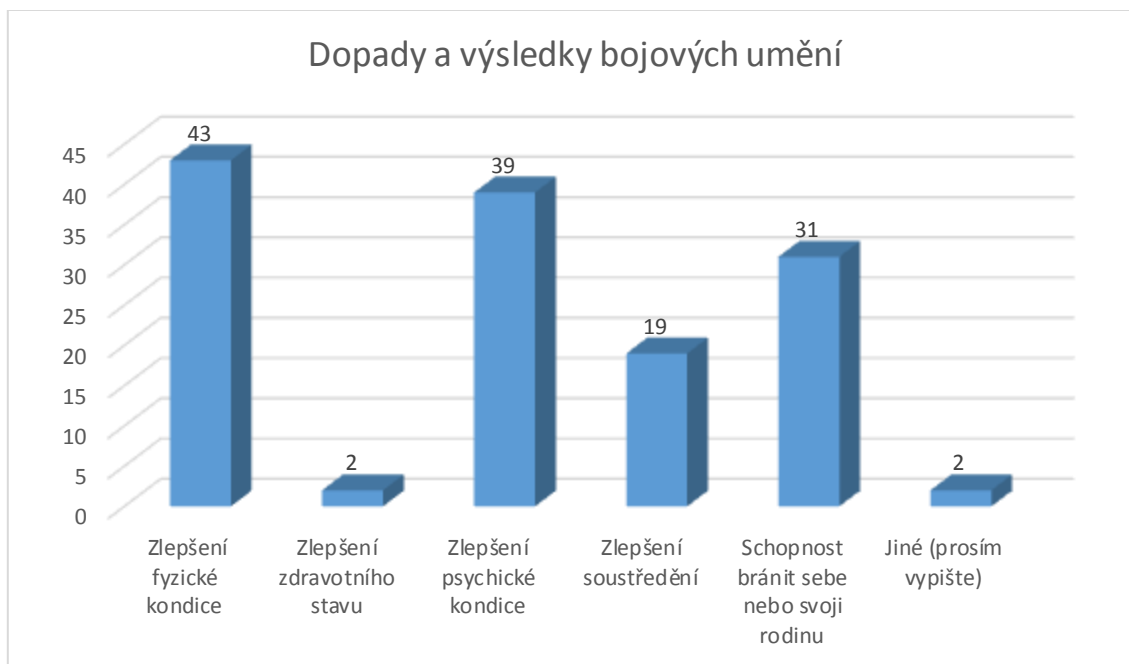


Zdroj: vlastní výzkum

Otázka: Jaké dopady či výsledky na sobě v souvislosti s bojovým uměním pozorujete?

Otázka zkoumá výsledky, kterých respondenti v důsledku praktikování bojového umění dosahují, popř. již dosáhli. Respondenti mohli zvolit i více než jednu variantu odpovědi, ale maximálně tři možnosti. Nejčastěji přitom respondenti zmiňují zlepšení fyzické kondice, které se dostavilo u 52 % (43) respondentů. U 48 % (39) respondentů došlo ke zlepšení psychické kondice, u 38 % (31) se projevila schopnost bránit sebe, popř. svoji rodinu, kterou bojové umění výrazně posílilo. 23 % (19) respondentů uvedlo, že pozorují zlepšení soustředění. Jen 3 % (2) respondenti uvedli zlepšení zdravotního stavu a další 3 % (2) respondenti uvedli jinou možnost, kde respondenti vypsali vlastní odpovědi, a to: „cítím se odpočinitější“, „zlepšily se mé vztahy s okolím.“ Výsledky znázorňuje graf č. 8.

Graf č. 8: Dopady a výsledky bojových umění

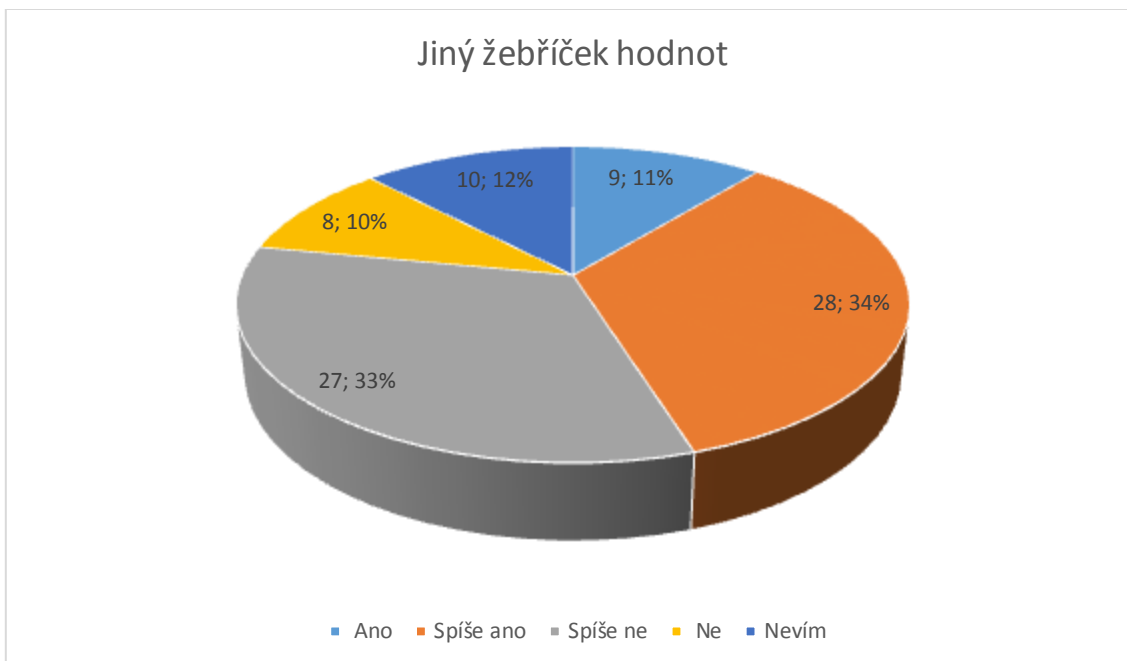


Zdroj: vlastní výzkum

Otázka: Domníváte se, že máte jiný (specifický) žebříček hodnot ve srovnání například s Vašimi vrstevníky či s rodinou?

Následující otázka pak zjišťovala, zda se členové sportovních oddílů zaměřených na bojová umění domnívají, že mají jiný žebříček hodnot ve srovnání se svými vrstevníky nebo třeba se svojí rodinou. Z výsledků odpovědí na tuto otázku vyplývá, že 34 % (28) respondentů se domnívalo, že spíše ano, 33 % (27) respondentů se naopak domnívalo, že spíše ne. 12 % (10) respondentů uvedlo, že neví, 11 % (9) respondentů uvedlo, že ano a zbývajících 10 % (8) respondentů zvolilo odpověď „ne.“ Z uvedeného je zřejmé, že výsledky nejsou příliš jednoznačné. 45 % respondentů se přiklání k tomu, že aktivní členové sportovních oddílů se zaměřením na bojová umění mají jiný žebříček hodnot než běžná populace (zvolili variantu ano či spíše ano), 43 % respondentů se naopak více či méně přiklání k tomu, že nikoliv. 10 % respondentů nevědělo či se nebylo schopno vyjádřit. V této souvislosti budou tudíž rozhodující další otázky, které problematiku podrobněji zkoumají. Výsledky odpovědí na tuto otázku prezentuje graf č. 9.

Graf č. 9: Jiný žebříček hodnot

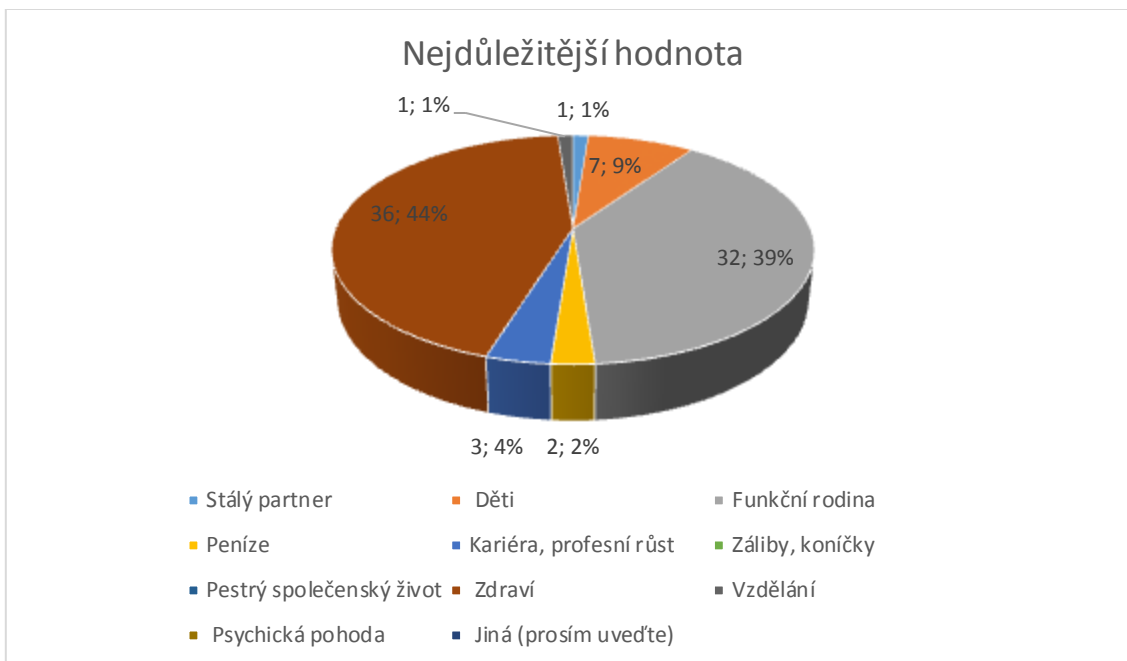


Zdroj. vlastní výzkum

Otázka: Jaké je podle Vás zcela nejdůležitější hodnota v lidském životě?

Tato otázka zjišťovala, jakou hodnotu respondenti ve svém životě považují za vůbec nejdůležitější, přičemž byla koncipována jako polootevřená, aby respondenti, kteří si nevyberou z nabízených hodnot, mohli vypsát libovolnou jinou hodnotu dle svého uvážení. Na tuto otázku navazují další dvě, které zjišťují, jaké hodnoty respondenti považují za druhou či třetí nejdůležitější hodnotu ve svém životě a výsledky jsou následně porovnány s výsledky jiných výzkumů na běžné české populaci. Z výsledků dotazníkového šetření je patrné, že nejvíce, a to 44 % (36) respondentů považovalo za nejdůležitější hodnotu zdraví. Druhou nejdůležitější hodnotou, kterou respondenti uváděli, byla funkční rodina, kterou zmínilo na prvním místě celkem 39 % (32) respondentů. Pro 9 % (7) respondentů byly nejvyšší hodnotou děti, pro 4 % (3) respondenty kariérní růst, pro 2 % (2) respondenty peníze. Pro 1 % (1) byl pak nejdůležitější hodnotou stálý partner a pro zbývajících 1 % (1) pak vzdělání. Jednoznačně nejdůležitějšími hodnotami, které uvedla většina respondentů tedy bylo zdraví a funkční rodina. Výsledky dále prezentuje graf č. 10.

Graf č. 10: Nejdůležitější hodnota

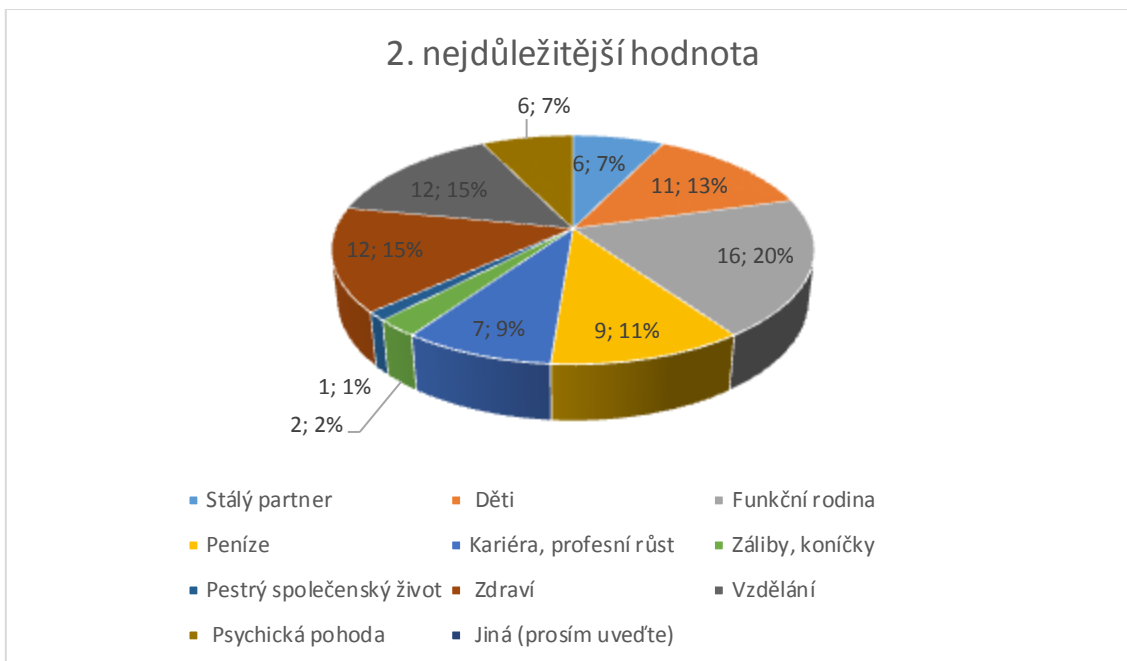


Zdroj. vlastní výzkum

Otázka: Jaká je podle Vás druhá nejdůležitější hodnota v lidském životě?

Daší otázka se pak zaměřovala na zjištění druhé nejdůležitější hodnoty pro respondenty, aby se následně dal sestavit žebříček nejčastějších tří nejdůležitějších hodnot ve výzkumném souboru a porovnat jej s českou populací. Ve srovnání s předchozí otázkou však byly výsledky rozmanitější. 20 % (16) respondentů označilo jako druhou nejdůležitější hodnotu funkční rodinu, 15 % (12) respondentů uvedlo zdraví a dalších 15 % (12) respondentů pak uvedlo vzdělání. 13 % (11) respondentů pak uvádělo děti, 11 % (9) respondentů pak uvedlo peníze, 9 % (7) respondentů uvedlo kariéru a profesní růst, 7 % (6) stálého partnera a dalších 7 % (6) pak psychickou pohodu, 2 % (2) pak záliby a koníčky a 1% (1) respondent uvedl pestrý společenský život. Výsledky odpovědí na tuto otázku jsou znázorněny v grafu č. 11.

Graf č. 11: 2. nejdůležitější hodnota

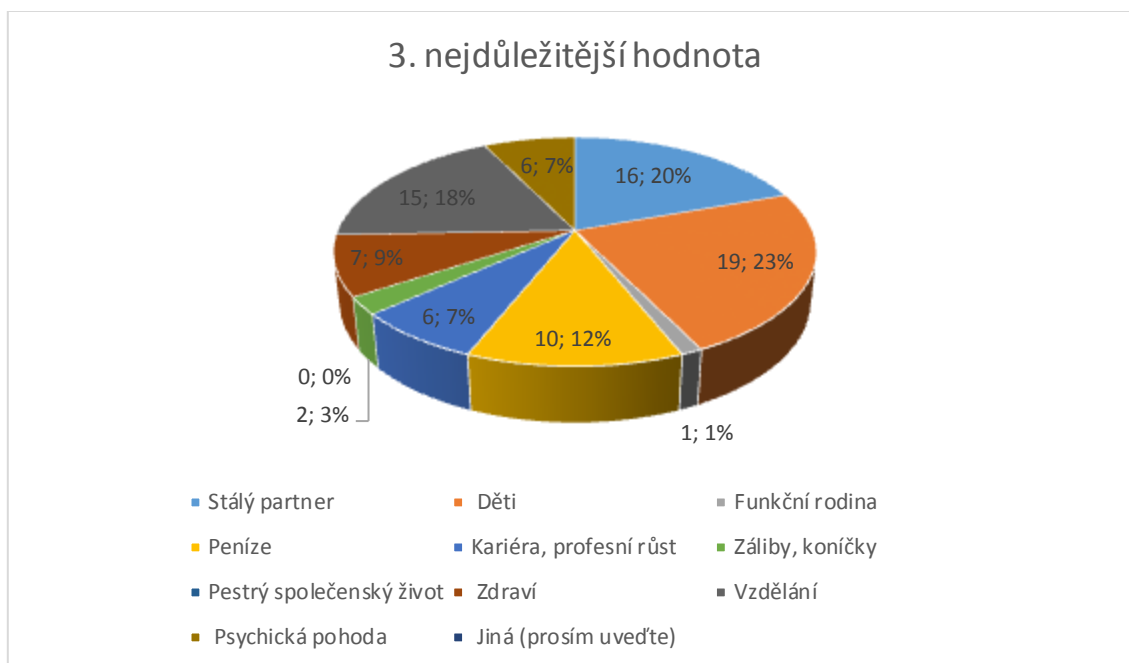


Zdroj: vlastní výzkum

Otázka: Jaká je podle Vás třetí nejdůležitější hodnota v lidském životě?

Třetí otázka pak předchozí dvě doplňovala, protože zjišťovala, jaká je podle respondentů třetí nejdůležitější hodnota v lidském životě. Z výsledků, které prezentuje i graf č. 12, je zřejmé, že pro 23 % (19) respondentů byly třetí nejdůležitější hodnotou děti, pro 20 % (16) respondentů to byl stálý partner, pro 18 % (15) respondentů pak vzdělání, pro 12 % (10) respondentů peníze, 9 % (7) respondentů uvedlo zdraví, 7 % (6) respondentů pak uvedlo kariéru a profesní růst a dalších 7 % (6) respondentů uvádělo psychickou pohodu. 2 % (2) respondenti uvedli záliby a koníčky a 1 % (1) respondent uvedl funkční rodinu. Jinou možnost ne zvolil žádný z respondentů.

Graf č. 12: 3. nejdůležitější hodnota

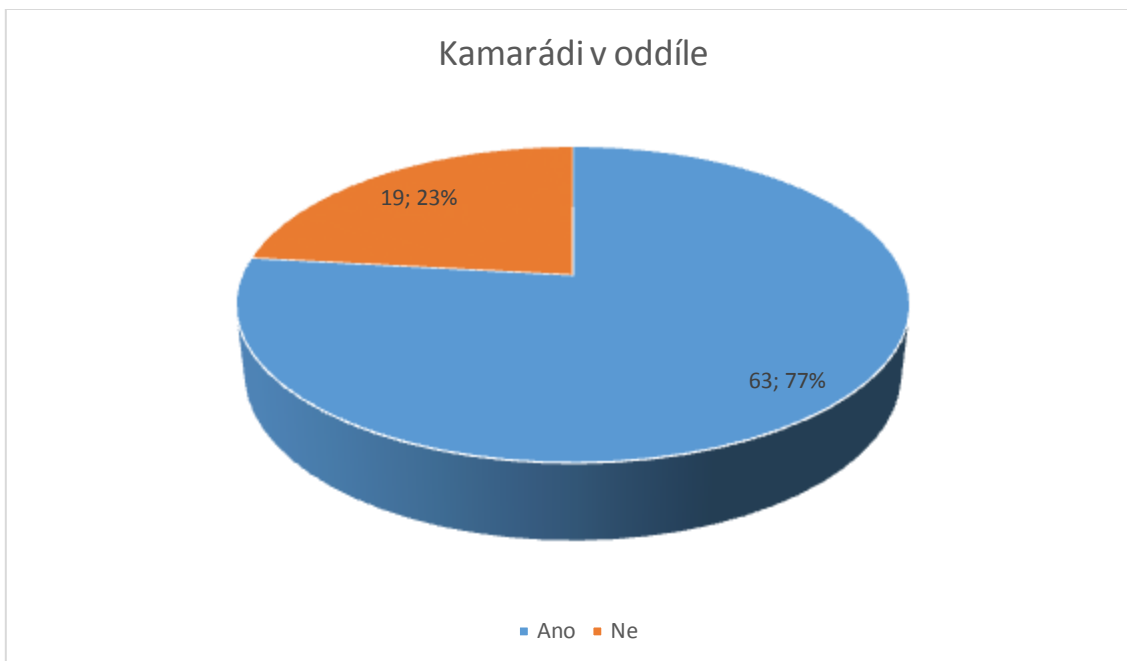


Zdroj: vlastní výzkum

Otázka: Máte v oddíle kamarády, se kterými se vídáte i mimo tréninky?

Otázka se zaměřovala na interpersonální vztahy v oddíle, resp. mezi zájemci o dané bojové umění. Ukázalo se, že 77 % (63) respondentů uvedlo, že v oddíle má kamarády, se kterými se vídá i mimo tréninky. Pouze 23 % (19) respondentů uvedlo, že tomu tak není. Výsledek je znázorněn v grafu č. 13.

Graf č. 13: Kamarádi v oddíle

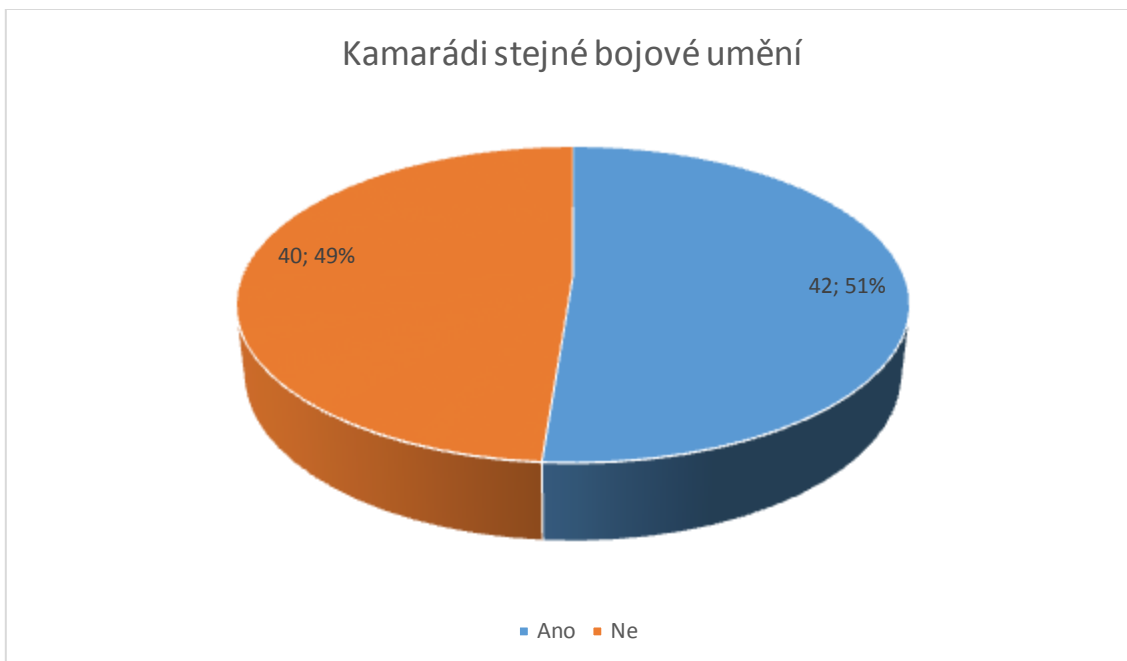


Zdroj: vlastní výzkum

Otázka: Máte kamarády, kteří sice nepatří do Vašeho oddílu (mohou patřit do jiného), ale věnují se stejnému bojovému umění jako Vy?

Tato otázka se zaměřovala na navazování interpersonálních vztahů mezi jedinci z různých oddílů se zaměřením na stejné bojové umění, kterému se věnují. Z výsledků je patrné, že 51 % (42) respondentů má kamarády, kteří se věnují stejnému bojovému umění i mimo oddíl, jehož jsou členem, 49 % (40) respondentů uvedlo, že takové kamarády nemá. Rozdíl je tedy nepatrný, ale převažují respondenti, kteří kamarády se zaměřením na stejné bojové umění mimo vlastní oddíl mají. Výsledky prezentuje graf č. 14.

Graf č. 14: Kamarádi věnující se stejnému bojovému umění



Zdroj: vlastní výzkum

Otázka: Myslíte si, že členství v oddílu zaměřeném na určité (např. Vámi provozované) bojové umění přispívá k vytváření přátelských či jiných interpersonálních vazeb (např. partnerských)?

Otázka se zaměřovala na subjektivní pohled respondentů na utváření interpersonálních vztahů mezi členy oddílů zaměřených na bojové umění. Z výsledků je zřejmé, že 78 % (64) respondentů zastává názor, že členství v oddílu přispívá k vytváření interpersonálních vztahů mezi jeho členy, naopak 22 % (18) respondentů se domnívalo, že tomu tak není. Výsledky prezentuje graf č. 15.

Graf č. 15: Přispění ke vztahům

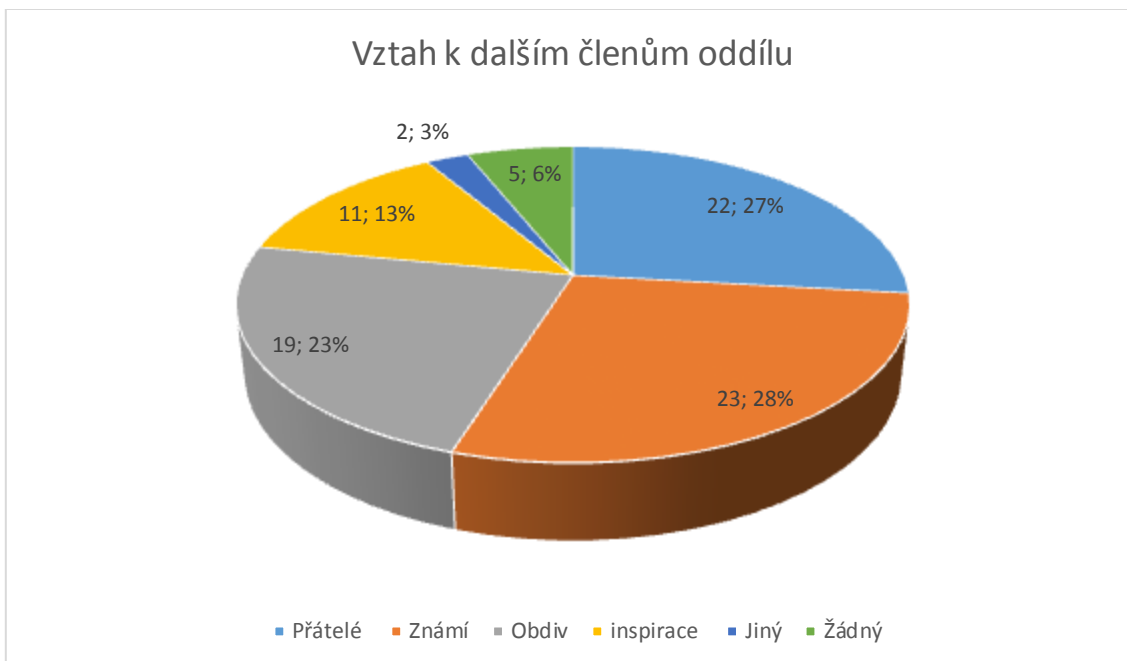


Zdroj: vlastní výzkum

Otázka: Jaký vztah máte k dalším členům Vašeho oddílu?

Otázka se opětovně zaměřovala na interpersonální vztahy v rámci oddílu. Z odpovědí respondentů vyplývá, že 28 % (23) respondentů uvedlo, že členové oddílu jsou pro ně známí, 27 % (22) respondentů pak uvedlo, že je chápou jako přátele, 23 % (19) respondentů uvádělo, že k nim pociťuje obdiv, 13 % (11) respondentů pak zmínilo inspiraci, 6 % (5) respondentů pak uvedlo, že k nim nemá žádný vztah a pouze 2 % (2) respondenti uvedli jiný vztah, kde byl v obou případech prezentován negativní vztah k ostatním členům oddílu, a to slovy „nemám je rád,“ a „štvou mě.“ Výsledky znázorňuje graf č. 16, který je přiložen níže.

Graf č. 16: Vztah k dalším členům oddílu

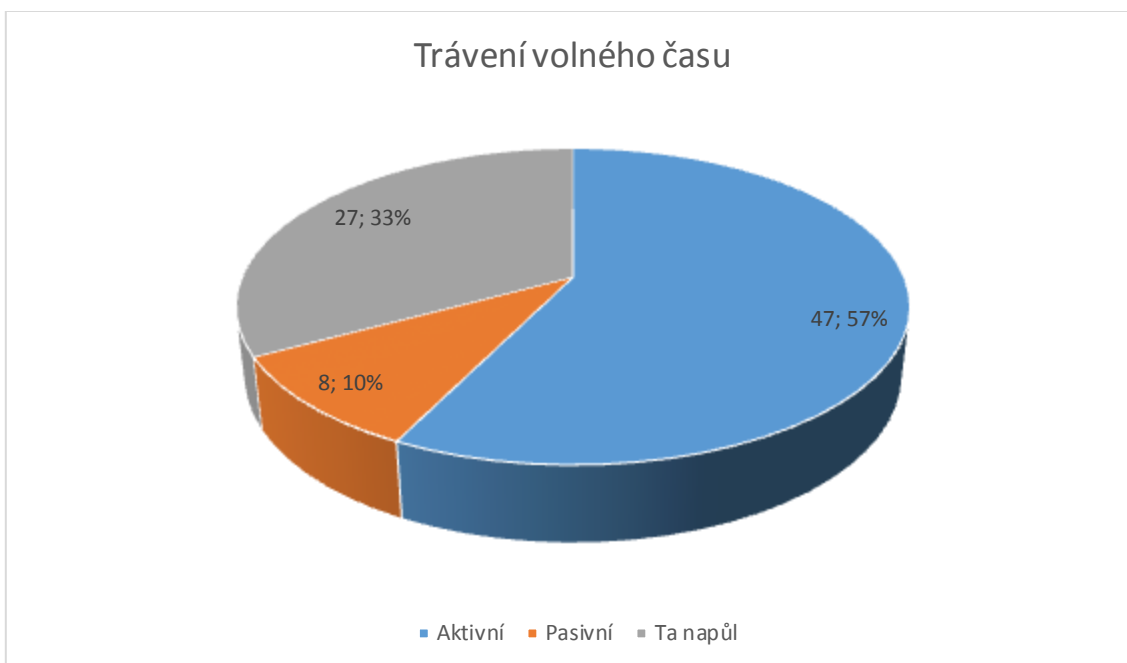


Zdroj: vlastní výzkum

Otázka: Jaký způsob trávení volného času (vedle bojové umění) preferujete?

Další otázka se zaměřovala na to, zda členové oddílů zaměřených na bojové umění tráví volný čas vyjma bojového umění spíše aktivně nebo spíše pasivně. Ukázalo se, že 57 % (47) respondentů tráví vedle bojového umění i ostatní volný čas spíše aktivně, 33 % (27) respondentů pak uvedlo, že tak napůl, tedy částečně aktivně a částečně pasivně a pouze 10 % (8) respondentů uvedlo, že volný čas vedle bojového umění tráví spíše pasivně. Z toho je patrné, že většina členů sportovních oddílů se zaměřením na bojové umění inklinuje k aktivnímu trávení volného času. Výsledky prezentuje graf č. 17, který je přiložen.

Graf č. 17: Trávení volného času



Zdroj: vlastní výzkum

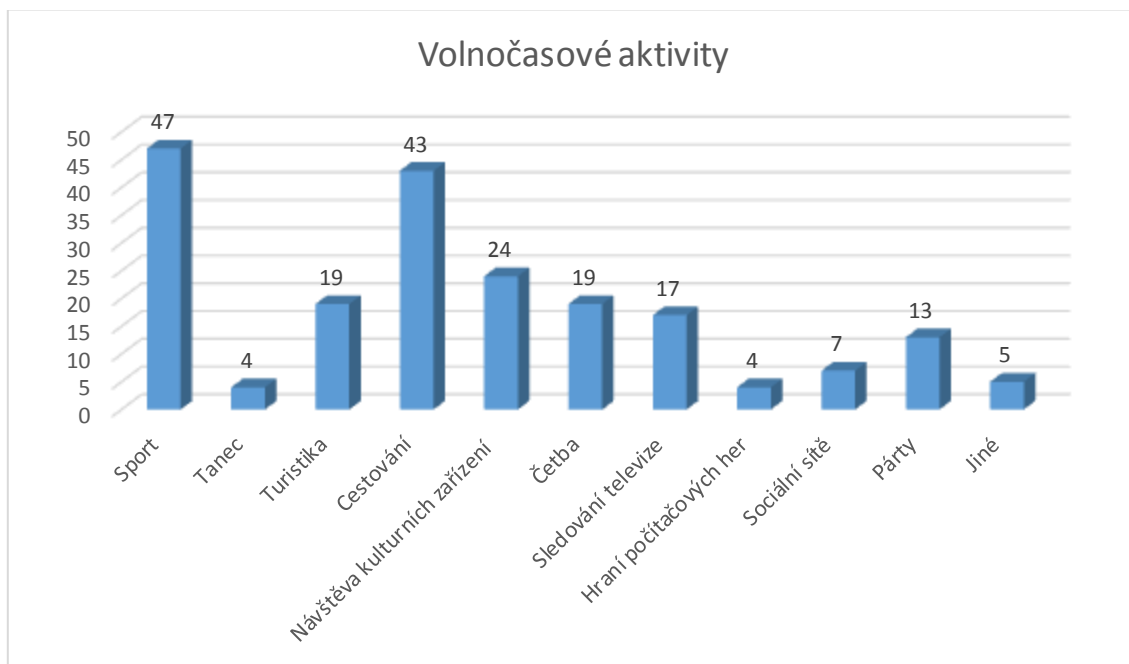
Otázka: Jakým typům aktivit se ve volném čase vedle bojového umění věnujete?

Otázka navazovala na předcházející otázku a zjišťovala konkrétní aktivity, kterým se respondenti obvykle ve volném čase věnují vedle bojového umění. V tomto případě měli respondenti možnost vybrat libovolný počet odpovědí, aby se podařilo získat co nejpřesnější představu o trávení volného času respondentů, kteří jsou zároveň členy oddílů zaměřených na bojová umění. Bylo také možné zvolit rovněž variantu různé.

Z výsledků vyplynulo, že nejpočetnější skupina tvořená 57 % (47) respondenty uvedla sport, druhá nejpočetnější skupina tvořená 52 % (43) uvedla cestování, dále respondenti často zmiňovali - ve 29 % (24) respondentů byla návštěva kulturních zařízení jako jsou např. muzea, galerie, divadla, kina apod. 23 % (19) respondentů pak uvedlo četbu, dalších 23 % (19) respondentů zmínilo turistiku. 21 % (17) respondentů zmínilo sledování televize, 16 % (13) respondentů uvedlo, že navštěvují párty, 9 % (7) respondentů uvedlo, že volný čas věnují sociálním sítím, dalších 6 % (5) respondentů uvedlo jinou možnost, kde respondenti uváděli různé činnosti, jedna žena zde například uvedla kreslení, další žena vaření a pečení, jeden muž uvedl motorky, další respondent zmínil, že se ve volném čase věnuje geocachingu a poslední respondent, který variantu

jiné zaškrtl, uvedl, že se věnuje kutilství. 5 % (4) respondentů pak uvedlo rovněž tanec (zejména ženy) a dále 5 % (4) uvedli také hraní počítačových her, které uvedli výlučně muži. Výsledky jsou znázorněny v grafu č. 18.

Graf č. 18: Volnočasové aktivity respondentů



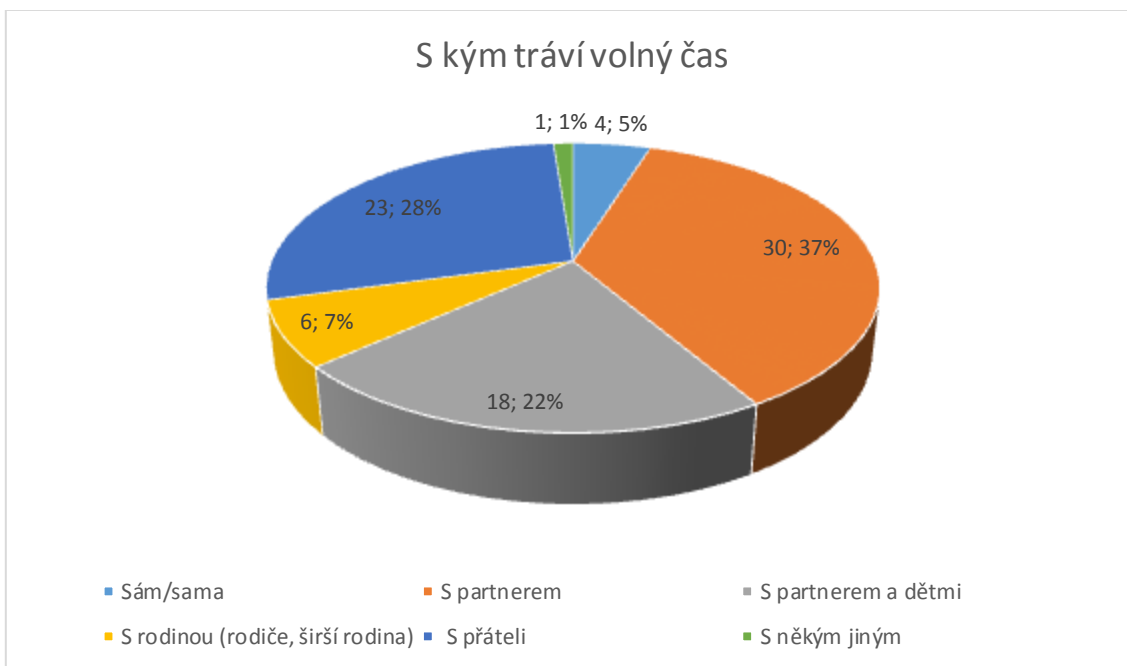
Zdroj: vlastní výzkum

Celkově z odpovědí týkajících se volného času vyplývá, že většina respondentů zvolila vedle bojového umění 2-3 jiné způsoby trávení volného času, přičemž i mezi členy oddílů se zaměřením na bojové umění se vyskytuje řada respondentů, kteří se věnují např. sledování televize, ale poměrně malý počet respondentů uvedl například hraní počítačových her či trávení volného času na sociálních sítích, což jsou pasivní a leckdy spíše negativně hodnocené formy trávení volného času, oproti tomu bylo pozitivním zjištěním, že většina respondentů se vedle bojového umění věnuje také dalšímu sportu. Ke sportu lze ve své podstatě přiřadit například i tanec, který byl pro účely této otázky vyčleněn jako samostatná odpověď, aby bylo možné odlišit rozdíly mezi těmito aktivitami. Vesměs se tedy ukázalo, že až na několik málo jedinců tráví členové sportovních oddílů volný čas činnostmi, které jsou přínosné.

Otázka: S kým nejrady trávíte svůj volný čas?

Poslední otázka, která byla respondentům položena, směřovala opět k volnému času respondentů a způsobům jeho trávení, bylo totiž zjišťováno, s kým jej respondenti tráví. Z výsledků, které znázorňuje graf č. 19 je patrné, že nepočetnější skupina a to 37 % (30) respondentů tráví nejrady volný čas se svým partnerem. Dalších 28 % (23) respondentů tráví nejrady svůj volný čas s přáteli, 22 % (18) respondentů pak volný čas tráví nejrady s partnerem a se svými dětmi, 7 % (6) uvedlo, že volný čas tráví nejrady se svou původní rodinou (rodiči, sourozenci, ale byla sem zahrnuta i širší rodina). 5 % (4) respondentů uvedlo, že tráví nejrady volný čas sami a 1 % (1) respondent uvedl, že s někým jiným, přičemž zde uvedl kolegy z práce.

Graf č. 19: S kým tráví respondent nejrady volný čas



Zdroj: vlastní výzkum

5. DISKUSE

V návaznosti na realizované dotazníkové šetření je nyní nezbytné vyhodnotit cíle práce, jejich naplnění a zodpovědět výzkumné otázky, které byly na počátku výzkumu položeny. Nejprve je žádoucí vyhodnotit samostatně jednotlivé výzkumné otázky, které byly následující:

- VO1: Jaké funkce plní pro zájemce aktivity spojené s bojovým uměním?

Funkce bojového umění z pohledu zájemce zkoumal dotazník především za pomoci otázek č. 6 a 7.

Respondenti uváděli celou řadu funkcí, které pro ně bojové umění plní, nicméně většina se shodla na tom, že bojové umění dnes plní funkci pohybové aktivity (56 %) , druhou funkcí, na které se shodlo 41 % respondentů byla sebeobrana, kterou uvedlo 41 % (34) respondentů. Třetí funkcí, kterou zmínilo 34 % respondentů pak bylo vybití negativních emocí a 33 % pak také uvádělo zbavení se stresu, 28 % respondentů spatřovalo funkci bojového umění v tom, že jim zajišťovalo zdravý a funkční organismus, Lze tedy konstatovat, že v dnešní době, kdy řada z nás má sedavý způsob života, je bojové umění pro členy oddílů primárně pohybovou aktivitou, až pak možností sebeobranu a zásadní význam má i v oblasti ventilace negativních emocí, stresu apod., což jsou v dnešní době rovněž časté jevy.

Pokud se týkalo nejdůležitější funkce, kterou podle respondentů bojové umění plní, ukázalo se, že nejčastěji zájemci o aktivity s bojovým uměním uváděli zejména skutečnost, že pro ně bojové umění plní funkci pohybové aktivity (24 % respondentů), dále byla často zmiňována funkce sebeobranu (22 % respondentů), respondenti také často zmiňovali funkci zajišťující zdravý a funkční organismus včetně schopnosti ho použít (17 %). Další funkce bojového umění již nebyly z pohledu respondentů tak významné, neboť je uvádělo maximálně 10 % respondentů, obvykle však méně, tudíž za nejdůležitější tři funkce bojového umění lze označit pohybovou aktivitu, sebeobranu a dosažení zdravého a funkčního organismu včetně schopnosti jej použít. První dvě nejdůležitější funkce přitom korespondují s tím, co většina respondentů chápe jako jednu z funkcí bojového umění.

- VO2: Mají zájemci o bojová umění svůj specifický žebříček hodnot?

Tato výzkumná otázka byla ověřována pomocí otázek č. 9, 10, 11 a 12, přičemž nejprve bylo zjišťováno, zda se respondenti domnívají, že mají jiný žebříček hodnot než ostatní populace, zde se ukázalo, že odpověď na tuto otázku není zcela jednoznačná, neboť o pouhých 2 % převažovali respondenti, kteří se přiklonili k tomu, že ano či spíše ano, nicméně řada respondentů také uváděla, že neví. Objektivní posouzení pak bylo provedeno na podkladě otázek č. 10-12, kde byla zkoumána hodnotová orientace respondentů, která byla následně porovnána s celospolečenským výzkumem české populace, který realizovalo Centrum pro výzkum veřejného mínění AV ČR (2014) pod vedením Tučka (2014).

Pokud se týká členů oddílů se zaměřením na bojové umění, nejčastěji uváděli následující žebříček tří nejdůležitějších hodnot:

1. Zdraví
2. Funkční rodina
3. Děti

Pokud se týká běžné české společnosti, byly tři nejdůležitější hodnoty dle Tučka (2014) následující:

1. Dobré spokojené rodinné zázemí
2. Pomáhat především své rodině a přátelům
3. Mít děti

Z výše uvedeného je patrné, že v obou případech jsou na prvních místech hodnoty jako je rodina a děti, nicméně liší se přístup k vlastnímu zdraví, které mají členové sportovního oddílu na prvním místě, zatímco v celospolečenském kontextu byla tato hodnota dle Tučka (2014) až na devátém místě. Lze tedy říci, že hodnotový žebříček členů oddílů bojového umění se od běžné populace do určité míry v této oblasti liší, nicméně pokud se týká jiných hodnot, rozdíly nebyly zásadní.

- VO3: Tvoří se mezi zájemci interpersonální vztahy, které tvoří specifickou skupinu?

Výzkumná otázka byla vyhodnocována především na základě otázek č. 13, 14, 15 a 16, které zkoumaly vztahy, a to zejména vztahy v oddíle. Ukázalo se, že 77 % respondentů navazuje v oddíle přátelské či kamarádské vztahy a 64 % respondentů mělo za to, že členství v oddíle a společná aktivita, kterou je bojové umění, přispívá k navazování přátelských a kamarádských vztahů. Vedle toho také vyplynulo, že 51 % respondentů má kamarády či přátele i v jiných oddílech, kteří se věnují stejnému bojovému umění jako respondent.

Zkoumán byl i vztah respondentů k členům oddílu, kde se ukázalo, že z odpovědí 28 % (23) respondentů je považovalo za známé, 27 % respondentů je považovalo za přátele a 23 % respondentů uvádělo, že k nim pociťuje obdiv, ostatní odpovědi již byly méně četné, tudíž tyto tři vztahy byly asi nejdůležitější a poukazují na to, že určitá forma interpersonálních vztahů se v oddílech zcela jistě vytváří.

– VO4: Jak tráví volný čas tito zájemci?

Tato výzkumná otázka byla zkoumána především pomocí otázek č. 17, 18 a 19. Z odpovědí na tyto otázky vyplynulo, že většina členů oddílů se zaměřením na bojové umění trávila volný čas aktivně (57 %), další početná skupina kombinovala aktivní a pasivní formu trávení volného času (33 %) , tudíž jednoznačně převažovala tendence k aktivnímu trávení volného času. Mezi tři nejčastější volnočasové aktivity vedle bojového umění patřil sport, cestování a návštěva kulturních zařízení (muzea, galerie, divadla, kina apod.). Členové oddílů svůj volný čas nejraději trávili s partnerem, případně s přáteli, třetí nejčastější odpovědí bylo trávení času s partnerem a dětmi, s čímž do určité míry koreluje fakt, že respondenti byli spíše mladšího věku, tudíž mohli být v řadě případů bezdětní, nebo mohli mít malé děti, se kterými bývá volný čas náročnější, proto preferovali spíše trávení času se samotným partnerem, popř. s přáteli, partner spolu s dětmi byli až na třetím místě.

– VO5: Do jakých kategorií lze zájemce rozčlenit a podle jakých kritérií?

Tato výzkumná otázka byla zkoumána především za pomoci prvních pěti otázek, které zkoumaly charakteristiku výzkumného souboru a bojové umění, kterému se respondenti věnují. Z výsledků je patrné, že respondenty lze rozdělit podle pohlaví, kde ve

výzkumném souboru převažují muži. Dále lze zájemce rozdělit podle věku, kde se ukázalo, že vesměs jsou členy oddílu spíše lidé mladšího věku, s vyšším věkem četnost klesá, nicméně čím vyšší byl věk respondenta, tím více zmiňovali pozitivní výsledky bojového umění. Dále je možné respondenty rozdělit podle vzdělání. Ve výzkumném souboru převažovali lidé středoškolsky vzdělaní (41 %) a vysokoškolsky vzdělaní (37 %), s ohledem na to, že dalších 5 % tvořili lidé s vyšším odborným vzděláním, lze konstatovat, že převažují zájemci s vyšším vzděláním nad zájemci s nižším vzděláním.

Dalším charakteristickým znakem, podle kterého lze výzkumný soubor rozdělit byl socioekonomický status, kde převažovali studenti a lidé spíše duševně pracující (nezávisle na tom, zda se jedná o zaměstnance či podnikatele).

Rozdělit zájemce lze například i podle toho, jaké funkce pro ně bojové umění plnit, resp. jaká od něj mají očekávání, což bylo již řešeno v rámci VO1, stejně jako podle výsledků, které se u respondenta projevují – zde lze v zásadě dělit účinky na fyzické a psychický (duševní), přičemž nejčastěji byly zmiňovány výsledky jako zlepšení fyzické kondice, které se dostavilo u 52 % respondentů., zlepšení psychické kondice, které uvedlo 48 % respondentů a schopnost bránit sebe a svoji rodinu, kterou uvedlo 38 % respondentů.

V návaznosti na výše uvedené je třeba vyhodnotit rovněž cíle práce, kterým bylo zjistit kdo tvoří zájemce o bojová umění a s jakými očekáváními i výsledky aktivit disponují. Cíl byl naplňován za pomoci výzkumných otázek a s přihlédnutím k dalším aspektům, které byly dotazníkem zkoumány. V návaznosti na zjištěné výsledky lze tvrdit, že respondenti od bojového umění očekávají zejména pohybovou aktivitu, sebeobranu a dále vybití negativních emocí či stresu. Dopady, které na ně bojové umění má, se projevují jak ve fyzické, tak v psychické oblasti, nicméně nejvíce byly zmiňovány zlepšení fyzické kondice, psychické kondice a schopnost sebeobrany a obrany své rodiny a okolí. V návaznosti na výše uvedené lze konstatovat, že cíl výzkumu byl tímto v podstatné míře naplněn.

Předkládaný výzkum je v českém prostředí originální, protože totožná problematika zatím zkoumána nebyla, obdobnou problematiku, ale trochu z jiného pohledu zkoumá například Levová (2011), která se ve své závěrečné práci zaměřuje na životní styl

dospělých věnujících se bojovému umění, nicméně její výzkum je zaměřen právě jen na životní styl, nikoliv na hodnotovou orientaci, vztahy v oddíle a funkce, které plní samotné bojové umění v oddíle. König (2009) se pro změnu zaměřuje na osobnost učitele bojových umění, což je opět zajímavé téma, nicméně na rozdíl od této práce se věnuje učitelům, nikoliv žákům – členům oddílů, čímž lze konstatovat, že práce na problematiku pohlíží jinak, byť také nastiňuje některé otázky, které souvisí s očekáváním, funkcemi bojového umění, ale i s hodnotovou orientací. Vedle toho existuje celá řada prací, které se zaměřují na vybrané sporty, nikoliv však na členy jejich oddílů, čímž pro srovnání s realizovaným výzkumem nepřinášejí příliš podnětná data. Zmínit lze např. Kratochvílovu (2011) práci zaměřenou na vznik a vývoj karate, Kobylarzovu (2010) práci zaměřenou na úpolové sporty v okrese Třebíč a podobnou Horákovu (2011) práci, který úpolové sporty zkoumá pro změnu v okrese Blansko.

ZÁVĚR

Tématem předkládané práce byla bojová umění jako forma volnočasových aktivit členů sportovních oddílů. Téma práce bylo zajímavé především proto, že práce tohoto typu zaměřená spíše na členy oddílů bojového umění, nikoliv na samotné bojové umění, byť jej lze považovat za zásadní jednotící prvek celého oddílu, je v České republice poměrně málo frekventovaným jevem, čímž byla zpracována problematika, kterou se podařilo pojmut novým a neotřelým způsobem a zpracovat tak data, která doposud zpracována podobným způsobem vůbec nebyla. Tento fakt je zásadním přínosem této práce stejně jako skutečnost, že se ukázalo, že mezi členy oddílů zaměřených na čtyři různá bojová umění, konkrétně se jednalo o box, Jeet Kune Do, aikidó a MMA nejsou z hlediska zkoumaných otázek zásadnější odlišnosti, odlišnosti jsou dány spíše pohledem na věc jednotlivců než tím, jakému bojovému umění se jednotlivci věnují.

Hlavním cílem práce bylo zjistit kdo tvoří zájemce o bojová umění a s jakými očekáváními i výsledky aktivit disponují. V návaznosti na zjištěné výsledky lze tvrdit, že respondenti od bojového umění očekávají zejména pohybovou aktivitu, sebeobranu a dále vybití negativních emocí či stresu. Dopady, které na ně bojové umění má se projevují jak ve fyzické, tak v psychické oblasti, nicméně nejvíce byly zmiňovány zlepšení fyzické kondice, psychické kondice a schopnost sebeobranu a obrany své rodiny a okolí. V návaznosti na výš uvedenou lze konstatovat, že cíl výzkumu byl tímto v podstatné míře naplněn.

Ve výzkumu se ukázaly jak pozitivní, tak negativní faktory. Pozitivním zjištěním práce byla skutečnost, že většina respondentů navazuje v oddílech interpersonální vztahy přátelského rázu, bojové umění spolu s členstvím v oddílu působí jako určitý jednotící faktor v oddílu. Dalším pozitivem je, že respondenti chápou bojové umění jako fyzickou aktivitu a formu psychické ventilace, což jsou v dnešní době velmi užitečné aktivity a tento přístup lze hodnotit velmi pozitivně. Pozitivní jsou rovněž výsledky, které respondenti v souvislosti s bojovým uměním uvádějí, a to jak po fyzické, tak i po psychické stránce. Dalším pozitivním výsledkem výzkumu bylo zjištění, že členové oddílů zaměřených na bojová umění obecně inklinují spíše k aktivnímu způsobu trávení volného času.

Při realizaci vlastního šetření se však vyskytla i určitá negativa. Například bylo velmi negativním zjištěním, že respondenti z oddílu zaměřených na bojové umění nebyly příliš ochotní k vyplňování dotazníků, i po urgencích byla návratnost dotazníků poměrně nízká. S tím pak také souvisí statistická nevýznamnost výsledků. I přesto však může tento výzkum sloužit jako dobrý základ pro další výzkumy, které mohou vyjít ze získaných dat a ověřit je na širším výzkumem s více respondenty.

LITERATURA

Knihy

BENDL, Stanislav. *Vychovatelství: učebnice teoretických základů oboru*. Praha: Grada, 2015. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-4248-9.

BLÁHOVÁ, Petra. *Pedagogické střípky: sborník inspirativních příkladů dobré praxe pro práci s dětmi a mládeží vypracovaných a obhájených účastníky I. ročníku Studia pedagogiky volného času v rámci projektu Klíče pro život*. Praha: Národní institut dětí a mládeže MŠMT, 2011. ISBN 808744907X.

BOWMAN, Paul. *Theorizing Bruce Lee film-fantasy-fighting-philosophy*. Amsterdam: Rodopi, 2010. ISBN 9042027789.

DARÁK, Milan. *Kapitoly z teorie výchovy*. Prešov: Prešovská univerzita, 2004, ISBN 80-8068255-0.

FOJTÍK, Ivan. *Budó: moderní japonská bojová umění*. Praha: Naše vojsko, 2001. ISBN 80-206-0578-9.

FOJTÍK, Ivan. *Duch budó: [o podstatě a smyslu bojových umění]*. Praha: Naše vojsko, 2006. ISBN 80-206-0810-9.

HÁJEK, Bedřich, Břetislav HOFBAUER a Jiřina PÁVKOVÁ. *Pedagogika volného času*. Praha: Univerzita Karlova, 2003. Texty pro distanční studium. ISBN 80-7290-128-1.

HOTÁR, Viliam. *Výchova a vzdelávanie dospelých: andragogika*. Bratislava: Slovenské pedagogické nakladateľstvo, 2000. Terminologický a výkladový slovník. ISBN 80-08-02814-9.

CHENG, David. *Jeet Kune Do basics*. Boston: Tuttle Pub., 2004. ISBN 080483542X.

CHOMOVÁ, Svetlana. *Animátor kultury*. Bratislava: NOC, 2007, ISBN 978-80-7121-278-2.

JANDOUREK, Jan. *Průvodce sociologií*. Praha: Grada, 2008. ISBN 8024723972.

KRATOCHVÍLOVÁ, Emília. *Pedagogika voľného času: výchova v čase mimo vyučovania v pedagogickej teórii a v praxi*. Bratislava: Vydavateľstvo UK, 2004. ISBN 80-223-1930-9.

MIŇOVSKÝ, Filip. *Box: vybavení, technika úderů, trénink, psychologická příprava*. Praha: Grada, 2006. ISBN 8024708035.

NOVÁK, Matěj. *Jujutsu: více než sebeobrana : komplexní příprava, aplikace technik, sebeobrana ženy*. Praha: Grada, 2007. ISBN 978-80-247-1884-2.

PAVELKA, Radim a André REINDERS. *Kondiční trénink pro bojové sporty: rozvoj speciální síly*. Praha: Grada Publishing, 2015. ISBN 978-80-247-5416-1.

PROCHOTSKÝ, Svetozar. *Natural Wing Chun Kung Fu*. Bratislava: Natural art, 1993, ISBN 8096695207.

PRŮCHA, Jan, Jiří MAREŠ a Eliška WALTEROVÁ. *Pedagogický slovník*. 4. aktualiz. vyd. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-772-8.

REGULI, Zdenko. *Úpolové sporty: distanční studijní text*. V Brně: MU FSpS, 2005. ISBN 80-210-3700-8.

SAUNDERS, Neil. *Aikido: the tomiki way*. Victoria, B.C: Trafford, 2003. ISBN 1412006686.

SEDLÁKOVÁ, Renáta. *Výzkum médií: nejužívanější metody a techniky*. Praha: Grada, 2014. *Žurnalistika a komunikace*. ISBN 8024735687.

ŠNÝDROVÁ, Ivana. *Psychodiagnostika*. Praha: Grada, 2008. ISBN 8024721651.

THOMAS, Bruce. *Immortal combat: portrait of a true warrior*. Berkeley, Calif.: Blue Snake Books, c2007. ISBN 1583941738.

WELLS, Garrison. *Mixed martial arts: ultimate fighting combinations*. Minneapolis, MN: Lerner Publications Company, 2012. ISBN 0761384553.

WESTBROOK, Adele a Oscar RATTI. *Aikidó a dynamická sféra*. Praha: Fighters Publications, 2005. ISBN 80-903079-8-1.

Internetové zdroje

AIKIKAI.CZ. Historie aikidó v ČR a Česká Asociace Aikidó. *Aikikai.cz* [online]. 2016 [cit. 2017-06-13]. Dostupné z: https://aikikai.cz/caa_historie.html

TUČEK, Milan. Jaké hodnoty jsou pro nás důležité - červen 2014? *Centrum pro výzkum veřejného mínění AV ČR* [online]. 2014 [cit. 2017-07-03]. Dostupné z: <https://cvvm.soc.cas.cz/cz/tiskove-zpravy/ostatni/vztahy-a-zivotni-postoje/1776-jake-hodnoty-jsou-pro-nas-dulezite-cerven-2014>

ČESKÝ SVAZ MMA. Kluby. *ČS MMA* [online]. 2017 [cit. 2017-06-13]. Dostupné z: <http://www.csmma.cz/kluby/>

MÉDEA BOXING. Pravidla boxu. *Boxing* [online]. 2009 [cit. 2017-06-14]. Dostupné z: <http://www.boxing.cz/boxu-pravidla>

MEDIAGURU.CZ. Výzkum: Česká společnost tráví volný čas nejvíc u TV. *Mediaguru.cz* [online]. 2016 [cit. 2017-05-18]. Dostupné z: <https://www.mediaguru.cz/2016/06/vyzkum-ceska-spolecnost-travi-volny-cas-nejvic-u-televize/>

Kvalifikační práce

HORÁK, Jan. *Vývoj a současný stav úpolových systémů v okrese Blansko*. 2011. PhD Thesis. Masarykova univerzita, Fakulta sportovních studií.

KOBYLARZ, Michal. *Vývoj a současný stav úpolových systémů v okrese Třebíč*. Brno: Masarykova univerzita: 2010. PhD Thesis. Masarykova univerzita, Fakulta sportovních studií.

KÖNIG, Michael. *Osobnost učitele bojových umění*. Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, 2009. 108 s. Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně. Fakulta humanitních studií, Ústav pedagogických věd. Vedoucí práce Dvořáčková, Emilie.

KRATOCHVÍL, Aleš. Vznik a vývoj karate v ČR. Praha: Univerzita Karlova 2011. Bakalářská práce.

LEVOVÁ, Kamila. Životní styl dospělých věnujících se bojovému umění. Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, 2011, 59 s. Dostupné také z: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně. Fakulta humanitních studií, Ústav pedagogických věd. Vedoucí práce Machů, Eva.

PŘÍLOHA Č. 1: DOTAZNÍK

- 1) Jste:
 - a) Muž
 - b) Žena
- 2) Kolik je Vám let?
 - a) Méně než 18 let
 - b) 19-25 let
 - c) 26-35 let
 - d) 36-45 let
 - e) 46 - 55 let
 - f) 56 a více let
- 3) Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?
 - a) Základní
 - b) Vyučen/a
 - c) Středoškolské
 - d) Vyšší odborné
 - e) Vysokoškolské
- 4) Jaký je váš socioekonomický status?
 - a) Student
 - b) Zaměstnanec – manuální a fyzická práce
 - c) Zaměstnanec – duševně pracující
 - d) Podnikatel - manuální a fyzická práce
 - e) Podnikatel –duševně pracující
 - f) Důchodce
 - g) Mateřská či rodičovská dovolená
 - h) Jiné (prosím vypište).....
- 5) Jakému bojovému umění se věnujete? (zvolte všechna, kterým se věnujete)
 - a) Box
 - b) MMA
 - c) Jeet Kune Do
 - d) Aikidó

- 6) Jaké funkce pro vás bojové umění, kterému se věnujete, plní? (zvolte všechny funkce, které pro vás bojové umění plní)
- a) Zdravý a funkční organismus, schopnost ho použít
 - b) Sebeobrana
 - c) Pohybová aktivita
 - d) Trénink trpělivosti
 - e) Trénink psychické odolnosti
 - f) Sociální a interpersonální vztahy
 - g) Smysl života
 - h) Zbavení se stresu
 - i) Vybití negativních emocí
 - j) Jiné (prosím vypište)
- 7) Jaká funkce bojového umění je pro Vás nejdůležitější/nejvýznamnější? (zvolte jen jednu funkci)
- a) Zdravý a funkční organismus, schopnost ho použít
 - b) Sebeobrana
 - c) Pohybová aktivita
 - d) Trénink trpělivosti
 - e) Trénink psychické odolnosti
 - f) Sociální a interpersonální vztahy
 - g) Smysl života
 - h) Zbavení se stresu
 - i) Vybití negativních emocí
 - j) Jiné (prosím vypište)
- 8) Jaké dopady či výsledky na sobě v souvislosti s bojovým uměním pozorujete? (Můžete zvolit až 3 odpovědi)
- a) Zlepšení fyzické kondice
 - b) Zlepšení zdravotního stavu
 - c) Zlepšení psychické kondice
 - d) Zlepšení soustředění
 - e) Schopnost bránit sebe nebo svoji rodinu
 - f) Jiné (prosím vypište)

9) Domníváte se, že máte jiný (specifický) žebříček hodnot ve srovnání například s Vašimi vrstevníky či s rodinou?

- a) Ano
- b) Spíše ano
- c) Spíše ne
- d) Ne
- e) Nevím

10) Jaké je podle Vás zcela nejdůležitější hodnota v lidském životě?

- a) Stálý partner
- b) Děti
- c) Funkční rodina
- d) Peníze
- e) Kariéra, profesní růst
- f) Záliby, koníčky
- g) Pestrý společenský život
- h) Zdraví
- i) Vzdělání
- j) Psychická pohoda
- k) Jiná (prosím uveďte)

11) Jaká je podle Vás druhá nejdůležitější hodnota v lidském životě?

- a) Stálý partner
- b) Děti
- c) Funkční rodina
- d) Peníze
- e) Kariéra, profesní růst
- f) Záliby, koníčky
- g) Pestrý společenský život
- h) Zdraví
- i) Vzdělání
- j) Psychická pohoda
- k) Jiná (prosím uveďte)

12) Jaká je podle Vás třetí nejdůležitější hodnota v lidském životě?

- a) Stálý partner
- b) Děti
- c) Funkční rodina
- d) Peníze
- e) Kariéra, profesní růst
- f) Záliby, koníčky
- g) Pestrý společenský život
- h) Zdraví
- i) Vzdělání
- j) Psychická pohoda
- k) Jiná (prosím uveďte)

13) Máte v oddíle kamarády, se kterými se vídáte i mimo tréninky?

- a) Ano
- b) Ne

14) Máte kamarády, kteří sice nepatří do Vašeho oddílu (mohou patřit do jiného), ale věnují se stejnému bojovému umění jako Vy?

- a) Ano
- b) Ne

15) Myslíte si, že členství v oddílu zaměřeném na určité (např. Vámi provozované) bojové umění přispívá k vytváření přátelských či jiných interpersonálních vazeb (např. partnerských)?

- a) Ano
- b) Ne

16) Jaký vztah máte k dalším členům vašeho oddílu?

- a) Jsme přátelé
- b) Jsme známí
- c) Obdivuji je
- d) Inspirativní
- e) Jiný (prosím vypíšte)
- f) Žádný

17) Jaký způsob trávení volného času (vedle bojové umění) preferujete?

- a) Aktivní

- b) Pasivní
- c) Tak napůl aktivní i pasivní

18) Jakým typům aktivit se ve volném čase vedle bojového umění věnujete? (můžete zvolit i více odpovědí)

- a) Sport
- b) Tanec
- c) Turistika
- d) Cestování
- e) Návštěva kulturních zařízení (muzea, galerie, divadlo, kino)
- f) Četba
- g) Sledování televize
- h) Hraní počítačových her
- i) Sociální sítě
- j) Párty
- k) Jiné (prosím uveďte)

19) S kým nejraději trávíte svůj volný čas?

- a) Sám/sama
- b) S partnerem
- c) S partnerem a dětmi
- d) S původní rodinou (rodiče, sourozenci, širší rodina)
- e) S přáteli
- f) S někým jiným