

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Teologická fakulta
Katedra pedagogiky

Bakalářská práce

Evaluace tréninku sportovní gymnastiky dětí mladšího školního věku v Milevsku

Vedoucí práce: Chyzy Hana, Dr. phil.

Autor práce: Adéla Stejskalová

Studijní program: Pedagogika volného času (PS)

2021

Prohlašuji, že jsem autorkou této kvalifikační práce a že jsem ji vypracovala pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu použitých zdrojů.

20. 3. 2021

Adéla Stejskalová

.....

Děkuji vedoucí své bakalářské práce Dr. Phil. Haně Chyzy za cenné rady, inspiraci a metodické vedení práce, trpělivost a věcné připomínky, které dovedly moji práci do zdárného konce. Dále pak všem respondentům, kteří mi poskytli důležité podklady ke zpracování této práce. Nakonec bych chtěla poděkovat mé rodině za podporu.

Obsah

Úvod.....	5
1 Volnočasové aktivity	7
2 Organizace zaměřené na volnočasové aktivity dětí	10
2.1 T. J. Sokol Milevsko.....	10
2.2 Oddíl sportovní gymnastiky Sokol Milevsko	13
3 Mladší školní věk.....	15
3.1 Psychický vývoj	16
3.2 Fyzický vývoj.....	16
3.3 Prostředí	17
4 Vztah rodičů k volnému času dětí.....	19
4.1 Motivace dítěte ke sportu	19
5 Metodika výzkumu	21
5.1 Charakteristika respondentů.....	21
5.2 Výzkumné otázky.....	21
5.3 Realizace výzkumu	22
5.4 Výsledky zpracování.....	23
5.4.1 Dotazník pro sportovce.....	23
5.4.2 Dotazník pro rodiče sportovců.....	30
5.4.3 Dotazník pro trenéry	41
5.5 Shrnutí výsledků.....	47
Závěr	52
Seznam použitých zdrojů.....	54
Seznam zkratk	57
Seznam příloh	58
Přílohy.....	59
Abstrakt.....	75
Abstract.....	76

Úvod

Výchova dětí a mladých lidí mimo školu je nepostradatelnou součástí lidského života. Volný čas se stal důležitou a nenahraditelnou součástí rozvoje všech složek lidské osobnosti, integrace jedince do společnosti, osobních předpokladů a životních ambicí. To je důvod, proč nás volný čas správně přitahuje. V takovém případě bychom měli naučit děti správně využívat svůj volný čas, například pohybem i sportem, jelikož se s ním sami setkáváme každý den, ať už dobrovolně, nebo ne.

Tato práce se zabývá tématem, které mě provází profesně i osobně velkou část života, a tím je sportovní gymnastika. Tomuto sportu jsem se věnovala závodně, později jen rekreačně, dnes své zkušenosti využívám v trenérské praxi.

Sportovní gymnastika patří do pod systému olympijských gymnastických sportů. Jedná se o druh gymnastiky se sportovním zaměřením. Soutěží se na standardizovaných nářadích, na kterých gymnasti a gymnastky prezentují svůj výkon. Gymnastika je jedním z estetických koordinačních sportů nebo technických estetických sportů. Můžeme definovat gymnastiku jako fyzickou aktivitu, která se zaměřuje na rozvoj kondičních a koordinačních schopností a estetických efektů. (srov. KREMnický 2010: 15).

Gymnastiku chápeme nejen jako sportovní systém nebo řadu cvičení, ale chápeme ji také jako jev, který ovlivňuje životní styl jednotlivce a odpovídá jeho potřebám. Zároveň je ovlivněn požadavky společnosti na jednotlivce, jeho fyzickou zdatnost a výkon (srov. KOLEKTIV AUTORŮ 2005: 7)

Tato bakalářská práce se zabývá evaluací tréninku sportovní gymnastiky u dětí mladšího školního věku, a to zejména ze tří pohledů. Cílem bakalářské práce je na základě vybraných faktorů zhodnotit tréninkový proces v oddílu sportovní gymnastiky v Sokole Milevsko.

Bakalářská práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část. Teoretická část je rozdělena do 4 kapitol. V první a druhé kapitole se práce zabývá volnočasovými aktivitami dětí, a to zejména organizacemi, které jsou na volnočasové aktivity zaměřené, především Tělovýchovnou Jednotou Sokol. Dále je zde nastíněna stránka sportovní gymnastiky. Třetí kapitola teoretické části se věnuje psychickému a fyzickému vývoji dítěte mladšího školního věku a také prostředí, které má dopad na tento vývoj dítěte. Ve čtvrté a zároveň poslední kapitole teoretické části se práce zabývá vztahem rodičů k využití volného času dítětem a motivací.

Podstata motivace je zdravé sebevědomí u dětí. Lidé s nízkým sebevědomím nemají úctu k sobě samým, jsou si nejistí ve svých rozhodnutích a činech. Naopak sebevědomý člověk si váží sám sebe a je si ve svých činech a rozhodnutích jistý. To stejné platí i u dětí. Děti, které nemají vysokou vlastní hodnotu, chápou svět kolem sebe jako fázi strachu. Cítí se nedůstojně a chybí jim zdravé sebevědomí. Nevěří si, jsou přesvědčeni, že nic nezvládnou, a to se odráží v jejich následném chování, kdy se nesnaží nic dělat a neúčastnit se toho. Kdykoliv je to možné, měli bychom použít pozitivní zpětnou vazbu a aktivně se podílet na jejich utváření zdravého sebevědomí a důvěřovat jim. Pokud jim budeme důvěřovat my, naučí se věřit sami sobě (srov. SEVERE 2007: 76-79).

Jedná se o průřezové evaluační šetření, zamýšlené pouze pro účely oddílu, které může být užitečné pro zefektivnění tréninku sportovní gymnastiky v Milevsku, anebo zohledněno při sestavování a vedení tréninků. V rámci výzkumného šetření hodnotím motivaci dětí, ale i materiální a prostorové vybavení v Sokole Milevsko, a v neposlední řadě i finanční/materiální podporou oddílu sportovní gymnastiky. Ze zjištěných dat nehodlám formulovat teze platné pro širší gymnastickou veřejnost.

Prvním vedlejším cílem je, na základě výzkumného šetření v praktické části, zjistit u vybraného souboru dětí mladšího školního věku účast ve sportovní gymnastice v Sokole Milevsko, zjistit motivující a demotivující faktory k účasti na tréninku. Druhým vedlejším cílem je, na základě výzkumného šetření v praktické části, zjistit materiální a prostorové vybavení v Sokole Milevsko. Zda je vybavení dostatečné či nikoli, jestli je gymnastické nářadí dostačující a zda je k dispozici netradiční gymnastické nářadí a náčiní. Třetím cílem je na základě výzkumného šetření v praktické části zjistit finanční/materiální podporu oddílu gymnastiky v Sokole Milevsko. Zda je tato podpora dostačující.

Tato práce se opírá především o zdroje týkající se tématu sportovních aktivit, především sportovní gymnastiky, dále pak vývoje dětí v mladším školním věku a zejména motivaci dětí ke sportu. Opírá se tedy o knihy Děti, mládež a volný čas Břetislava Hofbauera, dále o Vývojovou psychologii od Josefa Langmeiera a Dany Krejčířové a také o knihu Rodiče a sport dětí: Rodičovské výchovné styly jako motivační faktor od Aleše Sekota. Výzkumná část se opírá o Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace od Jana Hendla.

1 Volnočasové aktivity

Volnočasové aktivity a volný čas hrají celkově důležitou roli v životě jedince. Díky volnočasovým aktivitám se člověk cítí lépe jak po fyzické, tak i psychické stránce. Tyto činnosti rozvíjejí osobnost člověka, vzdělávají ho a pomáhají mu upevnit si sebelásku, anebo si k ní znovu najít cestu. Díky volnočasovým aktivitám dochází k poznávání kultury. Se svým názorem se ztotožňuji se SEKOTEM (srov. 2019: 15), který uvádí, že volnočasové aktivity mají významný dopad na socializační zrání a výchovné působení na jedince. Volnočasové aktivity přispívají k osobnímu zotavení, vzdělání, sebeuvědomování, sociální integraci apod. Pojem volný čas zaujímá široké spektrum činností, jež mají významný dopad na hodnotové zrání a fyzický rozvoj člověka (srov. SEKOT 2019: 15).

HOFBAUER (srov. 2004: 13) a následně další autoři, například PRŮCHA (srov. 1995:255), PÁVKOVÁ (srov. 1999: 15) definují volný čas jako čas, kdy jedinec vykonává volnočasové aktivity z vlastní iniciativy a bez nátlaku. Tyto činnosti v člověku vyvolávají pocit uspokojení, radosti a přináší mu příjemné zážitky. Dále uvádějí volný čas jako odpočinek, dobu, kdy člověk se svým volným časem nakládá, jak uzná za vhodné. Každý svůj volný čas tráví po svém, někdo ho bere jako zábavu, kdy regeneruje své duševní síly, další jako svůj osobní rozvoj apod. Volný čas je pro společnost ukazatelem životního stylu.

Jediný rozdíl v uvedených definicích můžeme najít u HOFBAUERA (2004: 13), který uvádí že, „*Někdy se vymezuje volný čas jako čas, který zbývá po splnění pracovních i nepracovních povinností – to je tzv. zbytková, reziduální teorie volného času.*“

V dnešní společnosti nejsou, dle mého názoru, s příchodem moderních technologií volnočasové aktivity využívány tak jako dříve. Dnešní děti ve svém volném čase sednou k počítači a hrají hry. Dříve se děti více scházely na dětských hřištích a byly více pohybově aktivní. Díky tomuto nebyla tak vysoká míra obezity u dětí, která rok od roku stoupá. Domnívám se, že na volný čas dětí mají velký vliv především jejich rodiče. Vnímání volného času je velice individuální. Volný čas nastane tehdy, kdy nejsme v práci, ve škole a nemáme žádné povinnosti. Můžeme ho prožívat aktivně nebo pasivně. Pokud budeme vykonávat např. nějaký sport nebo hrát na hudební nástroj, budeme náš volný čas trávit aktivně. Ale když nastane chvíle, kdy budeme např. relaxovat, bude to pasivní trávení volného času. Proto souhlasím s názorem HOFBAUERA (srov. 2004:11), který uvádí, že život a výchova dnešních dětí a mládeže probíhá v různých prostředích.

Volnočasové aktivity bývají uskutečňované především u dětí z rodin, které jsou sami pohybově založeny, kdy rodiče sami využívají volný čas pro pohyb nebo jiné záliby, a tak dávají motivaci k aktivnímu trávení volného času nebo zdravému životnímu stylu dětem. Volnočasové aktivity provozují samostatně nebo společně s partnerem a dětmi; ve škole, v přípravě na profesi a později ve světě práce; ve volném čase a jeho zájmových či společensky prospěšných aktivitách; v prostředí ovlivňovaném médií; v obci a dalších veřejných prostředích až po celostátní a mezinárodní dimenzi. Mají různý obsah a dosah, hodnotové zaměření a účinky pomáhají utvářet jednotlivce, jejich skupiny, mladou generaci a celou společnost. Aktivity se často prolínají, protínají a navzájem podporují, ale občas se ve svém účinku míjejí nebo si navzájem překáží. Pro převážnou část mladých i dospělých, kteří již pracují, je využití volnočasových aktivit kompenzací stereotypu jejich práce. Aktivity volného času umožňují dosahovat vyváženosti pracovního a mimopracovního života, případně mohou pracující lidé svoji kvalifikaci rozšiřovat. Nezaměstnaní lidé mají možnost si doplnit vzdělání a snadněji se uplatnit na trhu práce (srov. HOFBAUER 2004: 40).

Velmi významnou roli ve volném čase hrají právě pohybové aktivity, které nabízejí tělovýchovné a sportovní činnosti. Ty přinášejí člověku nejen fyzické, ale i psychické a sociální zdraví. Proto budou dále rozebírány pohybové aktivity, které souvisí s tématem bakalářské práce.

PÁVKOVÁ (srov. 2001: 102) do tělovýchovných a sportovních činností řadí:

- pohybové hry,
- sportovní hry,
- gymnastiku,
- atletiku,
- sezónní sporty a turistiku.

PELÁNEK (srov. 2008: 126) však sportovní aktivity rozděluje do následujících oblastí:

- **kolektivní sporty** – fotbal, volejbal, přehazovaná, ringo, vybíjená,
- **vytrvalostní sporty** – běh, cyklistika, plavání,

- **atletika** – lehká a těžká atletická cvičení a jejich modifikace pro volný čas,
- **cvičení** – gymnastika, bojová umění, skupinová cvičení,
- **přírodní gymnastika** – šplh, švihadlo,
- **akrobacie** – žonglování, balancování,
- **sporty na jemnou motoriku** – in-line brusle, koloběžka, skateboard

2 Organizace zaměřené na volnočasové aktivity dětí

Tato kapitola je věnována organizacím, které jsou zaměřené na volnočasové aktivity pro děti a mládež. Zejména se budu věnovat organizaci T. J. Sokol.

Mezi organizace zaměřené na volnočasové aktivity můžeme řadit organizace, které se věnují profesionálnímu či neprofesionálnímu sportu, organizace státní a neziskové apod.

Pro větší přehled využívám definici autorky PÁVKOVÉ (srov. 2002:61), která uvádí tato zařízení pro volný čas dětí a mládeže:

- **Školní družiny** – pracují s dětmi prvního stupně ZŠ
- **Školní kluby** – zaměřují se na práci s dětmi staršího školního věku
- **Střediska pro volný čas dětí a mládeže**
- **Základní umělecké školy**
- **Neziskové organizace** – řadíme např. občanské sdružení, obecně prospěšné společnosti a účelová zařízení církve (Junák, Pionýr, Sokol)
- **Další komerční a soukromé organizace** – jazykové školy, kulturní domy, provozovatelé dětských koutků, letních táborů atd.)

Dále se mohou organizace dělit na školní a mimoškolní. Pojmem mimoškolní výchova označuji činnost uskutečňovanou mimo školu, např. ve sdruženích a zařízeních volného času což definuje i HOFBAUER (srov. 2004:16-19), který dále označuje neformální výchovu jako strukturovanou a cílenou aktivitu mimo formální výchovný systém. Patří sem např. zájmové činnosti v útvarech (zájmové kroužky, umělecký sbor, sportovní družstvo, sdružení mládeže). Tyto činnosti zpravidla neprobíhají ve školním či jiném odborném vzdělávacím zařízení a nejsou zakončené udělením osvědčení.

2.1 T. J. Sokol Milevsko

Velkou tradici mají zejména tělovýchovné organizace. Nejdlejší tradici má Sokol, založený Dr. Miroslavem Tyršem v r. 1862. Usiloval o rozvoj tělesné, duševní i morální stránky osobnosti a následně ideálu zdravého všestranně vyspělého národa. Sokol kromě tělesných cvičení vyvíjel i osvětovou činnost. Zřizoval vlastní knihovny, organizoval vzdělávací činnost, provozoval loutková divadla. (srov. PÁVKOVÁ 1999: 151).

KROH (2004: 25) uvádí v knize definici poslání sokolské jednoty ze stanov „*Účel jednoty je pěstování tělocviku k rozvoji tělesné i duševní síly týdním se cvičením v tělocviku, šermu, jízdě na koni a velocipédu, plavání, střelbě do terče, zpěvu a hudbě,*

cvičení ochranná pro případ nebezpečí, pak vycházky, výlety, přednášky a poučné rozhovory o zájmech tělocviku.“

Financování je velice důležitým faktorem pro správný chod této tělovýchovné jednoty.

Mezi zdroje financování z hlavní činnosti patří:

- Členské příspěvky – můžeme je dále rozdělit na tři skupiny:
 - Registrační poplatek – platí se pouze jednou, když nový člen vstoupí do třídy tělesné výchovy.
 - Členské příspěvky – platí se jednou ročně
 - Oddílové příspěvky – platí se zpravidla jednou měsíčně
- Dary – Dary mohou mít peněžní nebo nepeněžní podobu.
- Patronáty – často se vyskytují ve velkých společnostech, které věnují velké množství peněz na podporu mládežnických týmů klubu. Patrony lze vypořádat dárcovskou metodou.
- Příspěvky municipalit – obec pomáhá svému klubu nebo tělovýchovné jednotě například formou pronájmu městského sportovního zařízení místní TJ za symbolickou cenu.
- Příspěvky od zastřešující sportovní organizace – poskytování příspěvků nižším článkům od zastřešující organizace jako je ČSTV, Sokol, ČASPV atd.
- Dotace od státu – vždy se jedná o účelovou dotaci většinou do sportovních zařízení na částečné krytí jejich nákladů na provoz a údržbu.
- Vstupné na sportovní akce – Účast na sportovních akcích je jedním z tradičních zdrojů financování, který využívají české TJ a SK.
- Startovné – používá se hlavně pro jednotlivé sporty nebo vícedenní soutěže, kterých se účastní více družstev.

Financování Sokola zahrnuje také zdroje z dalších aktivit:

- sponzorské příspěvky
- nájemné z klubových sportovních a dalších zařízení
- ostatní činnosti klubu

- sportovní aktivity (Sokolská akademie, letní tábory atd.)
- nesportovní aktivity atd. (srov. NOVOTNÝ 2011: 149-150).

Sokol v Milevsku byl založen dne 6. října 1889. Prvním starostou nové tělocvičné jednoty se stal MUDr. Josef Rejšil. První valná hromada se konala se 35 členy. (srov. KROH 2004: 24). Zpočátku cvičili v milevském Sokole pouze muži a dorostenci, později také žáci. Ženský odbor byl založen až 30. listopadu 1902. Měl tehdy 28 členek a také svůj vlastní výbor, kde starostkou byla Leopoldina Kristová. (srov. KROH 2004: 25).

SEKALOVÁ (1889-2009: 15) je uvádí: „*v roce 2008 dosáhl T.J. Sokol Milevsko počtu 562 členů. Velice potěšitelné je, že větší část členské základny tvoří příslušníci žákovských a dorosteneckých kategorií. Převahu mají ženy a žákyně, mužská složka je v menšině. Jednota zabezpečuje tělovýchovnou činnost v tradičním rozsahu cvičení oddílů sokolské všestrannosti, rozšířeném o moderní cvičební metody, a dává prostor i sportovním.*“ V dnešní době Sokol navštěvuje více než 600 členů, o které se stará padesátka zkušených cvičitelů a trenérů.

K největším akcím patří bezesporu každoroční tělocvičné akademie. Jsou přehlídkou činnosti odboru všestrannosti i celé jednoty, všem cvičencům dávají příležitost předvést svoje umění před rodiči, prarodiči i ostatními diváky. (srov. SEKALOVÁ 1889-2009: 16).

Rozsáhlá sportovní činnost milevské jednoty by nebyla možná bez sponzorů. Sponzorem, který každoročně přispívá vysoké procento v rozpočtu jednoty, je Město Milevsko. V letech 1991-2009 přispělo 42 sponzorů, jako například: Město Milevsko, Bonas s.r.o. Milevsko, CALTA-K s.r.o. Milevsko, Luwex Praha, VENT Písek, ZVVZ a.s. Milevsko a další (srov. SEKALOVÁ 1889-2009: 54).

V T.J. Sokole Milevsko se nachází oddíl všestrannosti a sportovní oddíly. Mezi jednotlivé kategorie cvičení patří rodiče a děti, nejmladší žákyně, nejmladší žáci, mladší žáci, mladší žákyně, starší žáci, starší žákyně, mladší žactvo, dorost, senioři, zdravotní TV, sportovní všestrannost, atletika, moderní gymnastika, turistika, pilates, tai-či, jóga, volejbal, aerobik, badminton, stolní tenis a lyžování. Dále patří do sportovních oddílů sportovní gymnastika (srov. SEKALOVÁ 1889-2019: 76-106).

2.2 Oddíl sportovní gymnastiky Sokol Milevsko

Současná gymnastika nepředstavuje pouze salta, přemety a nářadovou gymnastiku. Celý systém gymnastiky dnes zahrnuje mnoho „gymnastických sportů“, které jsou poměrně mladé. Těmito sporty jsou např. sportovní akrobacie, cviky na trampolíně, sportovní aerobik, fitness, moderní gymnastika či estetická skupinová gymnastika. Jednotlivé sporty jsou si podobné svými rysy a řadíme je všechny do „technicko-estetických“ nebo také „koordinačně-estetických“ sportů. Výkony, které jedinec předvede, se hodnotí jednak z hlediska obtížnosti a jednak z hlediska estetického provedení. Toto hodnocení se týká celého průběhu pohybu. Náplň „gymnastických sportů“ představují synchronizované pohyby celého těla. Koordinaci a vnímání celého pohybu nám umožňují biologické dispozice, které jsou tedy při cvičení velkou prioritou HÁJKOVÁ, VEJRAŽKOVÁ 2002: 24).

Sportovní gymnastika je velmi bohatý sport, který může podporovat fyzický vývoj těla, a tím zlepšit lidské zdraví. Sportovní gymnastika je tedy otevřeným systémem, který dokáže uspořádat činnosti esteticko-koordinačního charakteru se zaměřením na lidské tělo a fyzický rozvoj, udržování a zlepšování zdraví (srov. SKOPOVÁ, ZÍTKO 2005: 13). Sportovní gymnastika je sportovní odvětví, při němž závodnice nebo závodníci předvádějí silové nebo švihové gymnastické cviky na prostné. Dále gymnastky cvičí na dalším gymnastickém nářadí, kam autorka zařazuje cvičení na bradlech o nestejně výši žerdí, která jsou u začátečnic kombinována se cvičením na hrazdě, cvičení na přeskoku a posledním nářadím, na kterém ženy cvičí, je kladina, kam převážně přecházejí cvičební tvary a vazby z prostných.

Ženy ve sportovní gymnastice vykonávají cviky na těchto jednotlivých nářadích:

- **PROSTNÁ** – Prostná je odpružená podlaha pokrytá gymnastickým kobercem o rozloze 12x12 metrů. Sestavy jsou doprovázené hudbou a velkou rolí v hodnocení hraje estetické provedení cvičení.
- **KLADINA** – Kladina je úzké břevno dlouhé 500 cm a široké 10 cm, umístěné 125 cm nad zemí.
- **PŘESKOK** – Nářadím na přeskok býval kůň, pro ženy postavený příčně. V roce 2001 ho nahradil přeskokový stůl, který umožňuje výkon obtížnějších přeskoků. Přeskok tedy zahrnuje přeskokový stůl, odrazový můstek a žíněnku.

Přeskokový stůl je dlouhý 120 cm a široký 95 cm a je připevněn na stojanu, který měří 125 cm.

- BRADLA – Bradla žen jsou dvě rovnoběžné dřevěné žerdě o nestejně výšce 155 cm a 235 cm. Žerdě mohou být na požádání zvýšeny, pokud to výška gymnastky vyžaduje.

Oddíl sportovní gymnastiky v rámci Sokola v Milevsku byl založen na počátku sokolského cvičení. Milevským Sokolem prošla mnoha talentovaných gymnastek. Od počátku se gymnastkám věnovali trenéři Renata Filipínová, Eva Mikšátková, Zuzana Heráková, Michaela Hubková a Pavel Podojil. V letech 2001-2007 se oddíl sportovní gymnastiky skládal z pěti gymnastek (srov. SEKALOVÁ 1889-2019: 93-94).

Od roku 2001 začala nová etapa gymnastické přípravy nadaných dívek pod vedením Lucie Jordanové a Renáty Filipínové. Se závoděním děvčata začala až v roce 2003. Tento oddíl sportovní gymnastiky se stále rozrůstá. V roce 2019 zde cvičilo 19 gymnastek různých věkových kategorií. Bohužel v současné situaci, spojené s pandemií Covid19, dochází do oddílu pouze 12 dívek ve věku 5 až 12 let, na online trénink se obvykle přihlásí 6 až 8 dívek. Trenérky se snaží udržet děti v kondici a zároveň je v této době zabavit. Nyní má oddíl sportovní gymnastiky i více trenérů – Lucii Jordanovou, Zuzanu Haluškovou, Evu Hrychovou a Adélu Stejskalovou.

Tréninky probíhají třikrát týdně průměrně dvě hodiny. Ve středu se využívá kromě sokolovny i malý sál, kde jsme od 15:30 do 16:00. V malém sálu je přístup k baletní tyči, u které dívky cvičí rozsah nohou pomocí rozšvihání u tyče. Zbytek tréninku do 18:00 jsou dívky v tělocvičně na gymnastickém nářadí. V pátek bývá trénink od 16:30 do 18:30, kdy opět první půl hodinu dívky cvičí v malém sálu. A třetí trénink v týdnu probíhá v sobotu dopoledne od 10:00 do 12:00.

Sportovní gymnastky se pravidelně zúčastňují Sokolské Akademie, kde předvádějí své nejlepší výkony při společné sestavě. Další vystoupení bývají např. při akci Milevsko sobě, kde dívky předvádějí například cviky na prostné doplněné bradlovou žerdí. Dále se dívky mohou zúčastnit víkendového soustředění v Gymcentru v Českých Budějovicích, gymnastických závodů, ale i aktivit v oddílu, například vánočního večírku nebo ukončení cvičebního roku.

3 Mladší školní věk

Mladší školní věk je pro svoji délku a rychlost vývoje dítěte velmi pestrý, zahrnuje mimo jiné i období puberty. Pohybová aktivita dětí a dospívajících se v průběhu školní docházky hodnotí z několika různých úhlů a na její vývoj mají vliv různé další okolnosti: okolní prostředí, zejména rodina a její vztah ke sportování a pohybu obecně, genetika, schopnost učit se nové pohybové kombinace a vzorce (důležitý je i vliv předchozích období), stavba těla, podíl svalů, schopnost a vůle trénovat. V mladším školním věku je vhodné soustředit sportovní aktivity na obratnost, rychlost a silovou rychlost, dynamiku, vytrvalost a herní zdatnost. Začíná se projevovat předpubertální období s velmi vysokou potřebou pohybu, zároveň si děti udržují velkou pružnost a kloubní pohyblivost. U dětí, které se věnují nějakému sportu tzv. „závodně“, se v tomto období bohužel často můžeme setkat s tím, že je ambiciózní či dokonce nezodpovědní trenéři přetěžují, jejich výkonnost je velmi vysoká, ale děti nejsou ještě psychicky vyspělé. V tomto období by děti měly pravidelně navštěvovat sportovní a sokolské oddíly, kde najdou podobně sportovně zaměřené kamarády (srov. SEKOT 2019:92).

Mladší věk ve škole je definován jako doba mezi 6-7 lety a 11-12 lety života (srov. LANGMEIER a KREJČÍŘOVÁ 1998: 115). Z hlediska školní docházky hovoříme o 1. stupni základní školy. Děti tohoto věku obvykle vedou stabilní a šťastný život. V těchto letech se nebudou cítit zatěžovány obavami ze splnění základních životních potřeb dospělých. VÁGNEROVÁ (srov. 1997: 42) tento časový úsek dělí na mladší školní věk (6–8 let, 1.–2. ročník základní školy) a střední školní věk (8–11 let, 3.–5. ročník základní školy). LANGMEIER a KREJČÍŘOVÁ (srov. 2006: 116) uvádí, že mezi dětmi na začátku povinné školní docházky a staršími studenty je významný rozdíl.

V tomto období dochází ke změně tělesné i psychické struktury, která však nemusí probíhat v harmonii osobnosti dítěte. Značně dochází k nápadnému růstu končetin a obličej dítěte přechází do vyspělého vzhledu (srov. ŠVINGALOVÁ 2006: 69).

ŠVINGALOVÁ (srov. 2006: 71) uvádí, že podle E. Eriksona se jedná o vývojovou fázi píle a snaživosti. V této fázi se dítě prosazuje obzvláště výkonem. Dítě v mladším školním věku touží po ocenění ze strany rodičů, učitelů a svého blízkého okolí. Buduje si tím větší sebedůvěru a seberealizaci. Pro úspěšný vývoj dítěte je zde důležité kladné sebehodnocení, aby později nedošlo k nízkému sebehodnocení. K nízkému sebehodnocení dochází zejména při nesplnění očekávání rodičů či učitelů.

3.1 Psychický vývoj

Během tohoto období se rozvinula paměť a představivost, ale také se výrazně zvýšily nové vědomosti. Myšlení dítěte je soustředěné pouze na jednotlivost, zatímco souvislosti mu nedocházejí. Děti mají malou šanci porozumět abstraktním pojmům. Teprve na konci tohoto období se začínají objevovat první abstraktní myšlenky. Situace a pojmy, kterých se může „dotknout“, jsou důležité pro porozumění dítěte, ale nerozumí situacím a pojmům, které nemůže „uchopit“. Pro děti proto některá poučná prohlášení (například: „Musíte správně trénovat, abyste jednou v budoucnosti byli dobří.“) nejsou nutná, protože děti nerozumí výrazům jako „jednou v budoucnosti, jako dospělí“. Osobnost dětí je neustálená, střídá se u nich pocit radosti a smutku a naopak. Vůle je u dětí slabě vyvinutá. Mnohdy nedokážou překonat okamžité nezdary i přesto, že mají vytyčený dlouhodobý cíl. Dítě se může úplně soustředit jen v krátkém časovém období (4–5 minut) a poté začne odvádět pozornost nebo začne být v útlumu (srov. PERIČ A KOL. 2012: 24-25).

3.2 Fyzický vývoj

V daném věku bude tělo neustále růst, bude se rozvíjet silná a jemná motorika a zlepší se celková koordinace pohybu těla dítěte. Například rozvoj motorických schopností dává lidem více příležitostí soustředit se spíše na obsah než na psaní. Změní se také smyslové vnímání, které můžeme nazvat pozorováním. Děti jsou více soustředěné a vytrvalé, nekontrolují pouze celek, ale i detaily, a na první pohled dokážou vnímat vybraný jev, nejen vynucený jev (srov. LANGMEIER, KREJČÍŘOVÁ 2006: 117–119).

Školní dítě se zdá harmonicky vyvinuté. Zlepšuje se významně během celého období hrubá a jemná motorika. Pohyb je rychlejší, zvětšuje se svalová síla a zlepšuje se koordinace celého těla. To nepochybně souvisí s rostoucím zájmem o sportovní hry a sportovní výkony, které vyžadují hbitost, vytrvalost a sílu. Motorické výkony závisí nejen na věku, ale také na vnějších podmínkách, zda jsou vhodně podporovány, zda jsou děti povzbuzovány, nebo naopak tlumeny, např. ze strachu, aby si nějak neublížily. Také některé rozdíly mezi chlapci a dívkami si lze možná vysvětlit očekáváním vychovatelů, kteří podporují rozvoj pohybových dovedností v tom či onom směru (srov. LANGMEIER, KREJČÍŘOVÁ 2006: 117).

3.3 Prostředí

Podle VÁGNEROVÉ (srov. 2012: 15) je prostředí důležitým faktorem ve vývoji dětí a může je významně ovlivnit. Prostředí má vliv na děti v rámci interakce, může se jednat o interakci s lidmi, neživými předměty nebo dokonce symboly. Nejdůležitější sociální skupinou je rodina, která má největší dopad na psychický vývoj dětí. Rodina je pro děti důležitým prostředím a měla by být zdrojem bezpečí a jistoty. Rodina u dítěte změnila základní přístup ke světu, probudila otevřenost a důvěru (srov. VÁGNEROVÁ 2012: 18).

Dítě se zapojuje do společností pomocí socializace. HELUS (srov. 2018: 250) popisuje, že socializace je proces, při kterém se člověk začleňuje do vztahů s lidmi, do sociálních skupin, do společností a do sociokulturního systému. Uvádí i základní mechanismus socializace, a to učení, zejména sociální učení.

Dítě se v rámci nástupu do školy zapojuje do nových sociálních interakcí. Dítě se nachází v dominantních i podřízených rolích, vytváří si sebeobraz a porovnává se s vrstevníky. Dále bývá srovnáván s ostatními ze stran učitelů a rodičů. Jednou z nejdůležitějších potřeb školního věku je potřeba kontaktu s vrstevníky (srov. ŠVINGALOVÁ 2006: 69).

Hovoříme-li o způsobech sociální reaktivity, dává skupina dítěti šanci k častějším a rozlišenějším interakcím. Pokud dítě reaguje na jiné dítě, tak se jedná o odlišnou reakci, než kdyby reagovalo na dospělé. Je to proto, že všechny děti mají společné zájmy, vlastnosti, ale i postavení mezi lidmi. Pouze ve skupině dětí se může učit důležité sociální reakce. Patří mezi ně pomoc slabším, spolupráce, soutěživost nebo soupeřivost (srov. LANGMEIER, KREJČÍŘOVÁ 2006:130).

Vše, co se pohybuje okolo dítěte, má dopad na jeho socializaci ve společnosti. Důležitým faktorem, který hraje roli v prostředí dítěte, je, zda dítě vyrůstá ve sportovně založené rodině, což uvádí i VESPALEC A KOL. (srov. 2016), který dává důraz na roli kolektivu, ve kterém se dítě nachází, ať už jde o kolektiv rodinný, školní, sportovní i mimoškolní, ve kterém by se mělo cítit dobře. To pak dále přispívá k větší pravděpodobnosti, že dítě bude nadále sportovat. Hodnoty a vzory chování dítě získává od svých rodičů, takže můžeme předpokládat, že když jsou rodiče sportovně založení, dítě bude také sportovat.

Sportovní aktivity jsou pro děti velmi bohatým zážitkem. Během soutěže děti zažijí různé pocity, které jim později nejsou cizí v osobním životě a mohou na ně lépe reagovat (srov. BLAŽEJ 2019: 32).

4 Vztah rodičů k volnému času dětí

Přístup rodičů k volnému času dítěte je podle mého velice důležitým faktorem pro rozvoj osobnosti dítěte. Myslím si, že rodiče by měli svoje děti motivovat k aktivnímu využívání volného času. Oni sami by měli být vzorem pro své potomky, přeci jen spousta dětí má právě idoly ve svých rodičích. Dítě díky své zálibě rozvíjí svůj osobnostní potenciál a rodiče jsou rádi za tento využitý čas, což uvádí například i ŠIMKOVÁ (srov. 2012: 6), která tvrdí, že rodiče zastávají názor, že volnočasové aktivity jsou užitečné, zaplňují čas a pomáhají k rozvíjení dětí. To svědčí o důležitosti organizace času dětí. Důležitý je také hlas dětí i rodičů. Rodiče by měli dát dětem prostor k vyjádření názoru na danou aktivitu.

Pokud rodiče vedou své děti k pravidelnému sportování, podporují tak jejich zdraví a předcházejí rozvoji různých nemocí. Tělesné cvičení zlepšuje sociální vazby a kvalitu života, poskytuje další ekonomické výhody, a také pomáhá podporovat ekologickou udržitelnost životního prostředí. Vidíme, že se stává preventivní metodou dětské obezity a přirozeným nástrojem snižování obezity (srov. PÁVKOVÁ .2002: 97).

Dle SEKOTA (srov. 2019:59) se do organizace a motivace pohybu u dětí zapojují hlavně rodiče, kteří mají osobní zkušenost s aktivní sportovní činností, ať už v minulosti nebo v současnosti. Navíc se zejména na půdě rodiny aktualizuje emocionalita sportu, odvíjející se zde od radostného prožívání a vcítění všech zúčastněných prostřednictvím celého spektra emocí, kdy prioritou je pozitivní zážitek.

4.1 Motivace dítěte ke sportu

V dnešní společnosti mnoho rodičů přihlásí své potomky do specializovaného sportovního oddílu ve velmi raném věku. V mnoha případech může (bez kompenzačních doplňkových sportů a činností) dojít k jednostrannému přetěžování, či obecně k přetěžování organismu dětí. Proto je především doporučována všestrannost, kterou můžeme najít u gymnastiky nebo atletiky (srov. Kovář In: JANSÁ 2014: 105-107).

Hlas rodičů má velký význam v rámci přístupu dítěte k pohybovým aktivitám. Pokud dítě motivují a pomohou vytvořit v dítěti chuť do pohybu, zajistí jim aktivní životní styl. Důležité je, aby rodiče však dítě do ničeho nenutili, vše musí být pro dítě příjemné a samo musí chtít. Což uvádí TAUSSIG in SEKOT (srov. 2019: 94), kde říká, že společný pohyb v rámci celé rodiny má v rovině motivačních funkcí rodičů nejvyšší význam. Zejména v případech, kdy jsou rodiče schopni a ochotni rozvíjet základní pohybové návyky dětí, jako je běhání, skákání, házení nebo chytání hravou formou, být kreativní při vymýšlení her, dát dítěti pocit vítězství a „příliš netlačit“, pokud o aktivitu nejeví dostatečný

spontánní zájem. Postupně je dobré s rostoucím věkem dítěte přidávat a rozvíjet takzvané „rodinné sporty“, tedy disciplíny, které může společně provozovat celá rodina, především cyklistiku, plavání, lyžování, bruslení, jogging a pěší turistiku. Takový přístup pak zakládá hodnotnou, bezpečnou a stabilizující bázi pro možnost organizované formy sportu.

Často se stává, že rodiče, kteří jsou příliš namotivováni, kladou velký nátlak na své dítě, a to se pak vzepře. Autoři (srov. Brustad & Parker, 2005 In. SEKOT 2019: 75–93) popisují, že pro vztah mezi rodičem a dítětem může mít podporování zájmu o sport v dnešní společnosti, která adoruje výkon, i opačné a nevhodné účinky. Je tomu tak v případech, kdy začnou rodiče hrát příliš aktivní role ve vztahu ke sportování dítěte či mladého člověka a zejména tehdy, když rodičovský vliv vyvolává v dětech napětí a stres.

Důležitou roli hraje i dostupnost a blízkost sportovních klubů, které dítě navštěvuje. Nejen pro rodiče je výhodnější, když sportoviště mají blízko svého bydliště. Souhlasím s názorem (srov. Harwooda & Knighta, 2016 In. SEKOT 2019: 95), že zejména u mladších dětí na prvním stupni základní školy má na jejich sportování vliv i dostupnost sportovních klubů. Děti, které mají sportoviště v blízkosti svého bydliště, sportují více. Pokud mají sportoviště dál, nastupují zpravidla rodiče, kteří je musí dopravit autem nebo je doprovázet při cestě hromadnou dopravou.

5 Metodika výzkumu

Cílem výzkumné části je zodpovězení hlavních výzkumných otázek. Odpovědi na tyto otázky jsou zjišťovány u dívek, které se věnují sportovní gymnastice, a to v rámci oddílu sportovní gymnastiky v Milevsku, rodičů dívek, které cvičí aktivně sportovní gymnastiku v Milevsku a v poslední řadě jejich trenérů.

Jedná se o autoevaluační šetření oddílu gymnastiky Sokola Milevsko.

Technika sběru dat: dotazníkové šetření, pro děti uzavřený dotazník, pro rodiče a trenéry polostrukturovaný dotazník (uzavřené a otevřené otázky).

V rámci tohoto šetření se budu snažit postihnout vybranými faktory určitý úsek tréninkové reality. Předpokládám, že na základě zjištěných dat je pak bude možno lépe zhodnotit, popř. přizpůsobit tréninkový proces v daném sportovním oddílu.

5.1 Charakteristika respondentů

Do oddílu sportovní gymnastiky v Milevsku dochází nyní 12 dívek, ale odpovědělo jich pouze 8. V této době, kdy žijeme v covidové realitě, probíhají online tréninky, kterých se zúčastňuje také 8 dívek, což není tak malé číslo.

Vybraní respondenti: sportovci, rodiče sportovců a trenéři vybraného sportovního oddílu.

Výzkumného šetření se tedy zúčastnilo 8 respondentů (sportovních gymnastek), 15 respondentů (rodičů). Dotazovala jsem se matek i otců. Poslední dotazované respondentky byly trenérky sportovní gymnastiky. Oddíl sportovní gymnastiky v Milevsku má v současné době 4 trenéry, respektive trenérky.

5.2 Výzkumné otázky

Hlavní výzkumné otázky:

1. Jaká je účast dětí ve sportovní gymnastice v Sokole Milevsko?
2. Jaké je materiální a prostorové vybavení v Sokole Milevsko?
3. Jaká je finanční/materiální podpora oddílu gymnastiky v Sokole Milevsko?

Dílčí výzkumné otázky:

1. Co motivuje vybrané respondenty k účasti na tréninku?
2. Co demotivuje vybrané respondenty k účasti na tréninku?
3. Jsou prostory v sokole pro sportovní gymnastiku dostačující?
4. Je gymnastické nářadí v Sokole Milevsko dostačující?
5. Jsou k dispozici netradiční gymnastické nářadí a náčiní?
6. Existuje finanční/materiální podpora Sokola Milevsko?
7. Je tato podpora dostačující?

5.3 Realizace výzkumu

Tento výzkum byl realizován online formou.

Samotný výzkum byl realizován ve formě online dotazníků, jelikož jsou na základě omezujících opatření dveře sokolovny, i všech dalších sportovních zařízení, uzavřeny, v lepším případě se může sportovat pouze při dodržení různých nařízení a omezení. Ale nikdo se nevzdává, setkáváme se online formou na trénincích a snažíme se dívky udržet stále v kondici a dále je motivovat ke sportování.

Proto se dotazování respondentů konalo online, protože pro dané respondenty (sportovní gymnastky, jejich rodiče a trenéři) byla tato forma jednodušší.

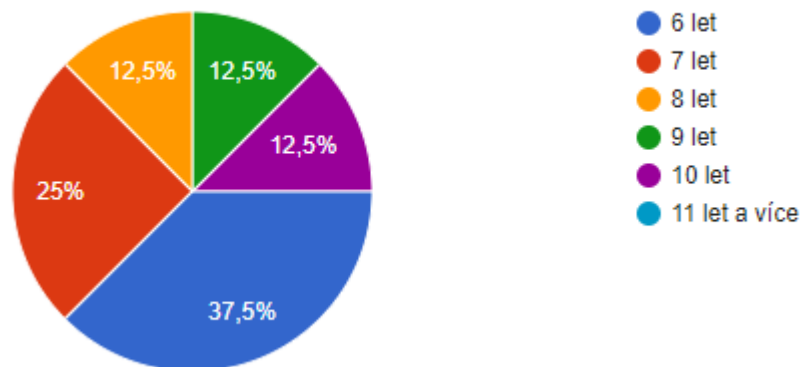
Po získání dat od 8 dotazovaných dětí, 15 dotazovaných rodičů a 4 trenérek sportovní gymnastiky bylo provedeno vyhodnocení a následná interpretace (viz další kapitola).

5.4 Výsledky zpracování

5.4.1 Dotazník pro sportovce

Otázka č. 1: Kolik ti je let?

Věk dotazovaných gymnastek je následující.



Graf 1 otázka č. 1

Nejvíce je dívek ve věku 6 let (3, tj. 37,5 %). Následují dívky ve věkové kategorii 7 let (2, tj. 25 %) a dále nám v oddíle cvičí dívky ve věku 8 let (1, tj. 12,5 %), 9 let (1, tj. 12,5 %) a 10 let (1, tj. 12,5 %).

Otázka č. 2: Co nejraději děláš ve volném čase?

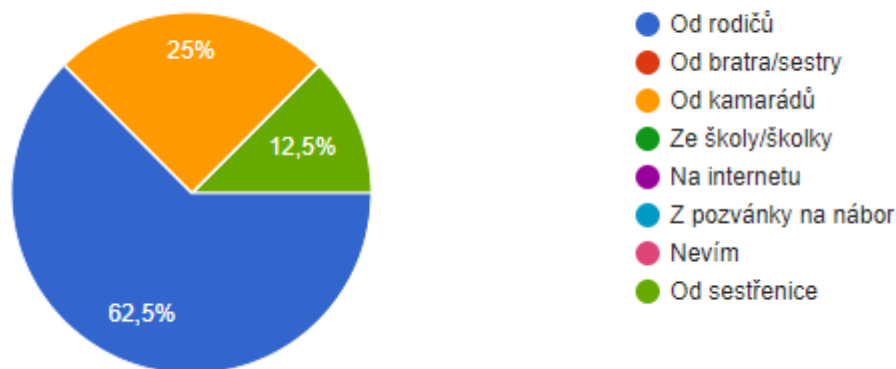
Tato otázka byla otevřená.

Dívky uvádějí tyto odpovědi (doslovné odpovědi v příloze):

Nejčastější odpověď je hraji si (4x).

Dále se objevovaly odpovědi: „Pomáhám doma, plavu, jezdím na kole, koloběžce, skáču, zpívám, čtu, věnuji se domácímu mazlíčku, hraji házenou, hraji hry, čtu a hraji na klavír, ráda si hraji s panenkami“. V neposlední řadě bylo častou odpovědí: „cvičím.“

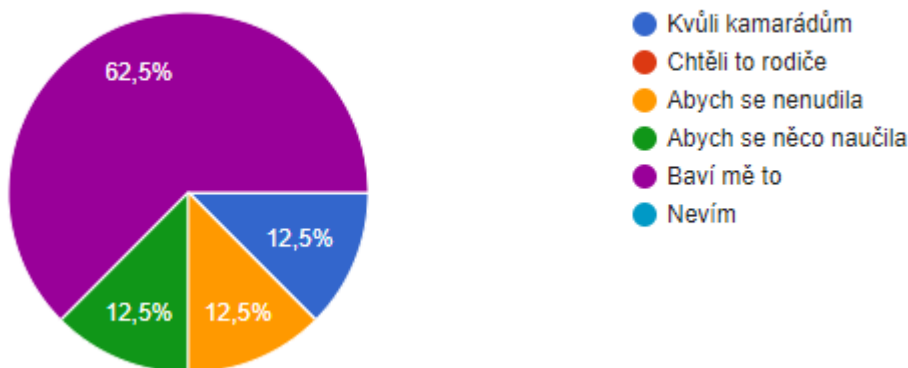
Otázka č. 3: Jak si se dozvěděla o sportovní gymnastice?



Graf 2 otázka č.3

Nejvíce dětí se dozvědělo o sportovní gymnastice v Milevsku od rodičů (5 dětí, tj. 62,5 %). Dále se informace o tomto sportu šíří mezi kamarády, jelikož 2 dívky od nás se díky kamarádům o tomto sportu dozvěděly (25 %) a 1 dívka dostala informace od své sestřenice (12,5 %). Nikdo se neinformoval z pozvánek na nábor, z internetu, ani ze školy.

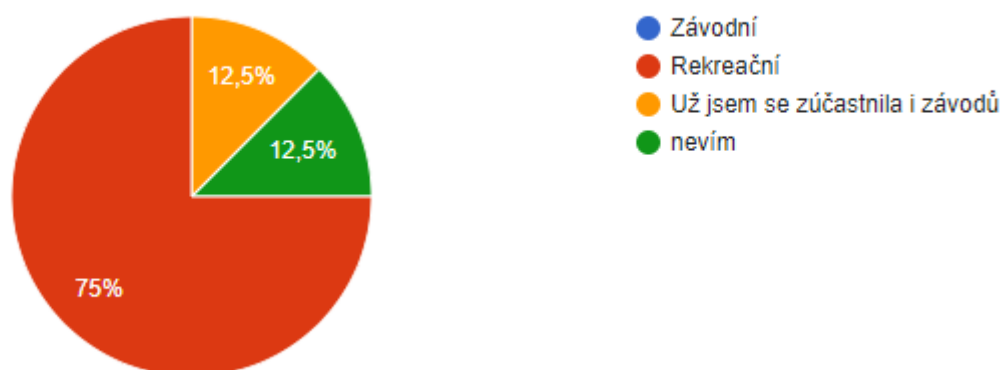
Otázka č. 4: Proč cvičíš sportovní gymnastiku?



Graf 3 otázka č. 4

Nejvíce dívek cvičí sportovní gymnastiku, protože je to baví (5, tj. 62,5 %). Dále pak provozují tento sport, jelikož tráví čas s kamarády (1, tj. 12,5 %). Další odpovědi je proto, abych se něco naučila (1, tj. 12,5 %) a abych se nenudila (1, tj. 12,5 %).

Otázka č. 5: Na jaké úrovni cvičíš sportovní gymnastiku?



Graf 4 otázka č. 5

Nejvíce dětí (6, tj. 75 %) cvičí sportovní gymnastiku na rekreační úrovni. Celkem 2 dívky odpověděly jinak než ostatní. Na závodní úroveň se nehodnotí nikdo, ale jedna dívka odpověděla: „Už jsem se zúčastnila i závodů“. Dále pak odpověď „nevím“ určila pouze jedna dívka (12,5 %).

V současné době je těžké se zúčastnit závodů nebo jiných akcí a tréninků vůbec, ale nejdůležitější je, aby dívky neztrácely naději a stále rády cvičily.

Otázka č. 6: Co tě baví ve sportovní gymnastice?

Tato otázka byla otevřená.

Děti uvádějí tyto důvody (doslovné odpovědi v příloze):

Nejčtenější odpovědí je cvičení na kladině. „Cvičení na kladině (2x). Kladina (1x).“

Další skupina odpovědí se váže ke vztahům k jednotlivým cvikům. „Mosty. Zajíčky. Stojky na prostné. Hvězdy.“

Pozitivní vztah k náradí. „cvičení na žebřinách, hrazda, přeskok.“

Dále pak vztah k ostatním. „Setkání s kamarádkami.“

Otázka č. 7: Co tě nebaví ve sportovní gymnastice?

Tato otázka byla otevřená.

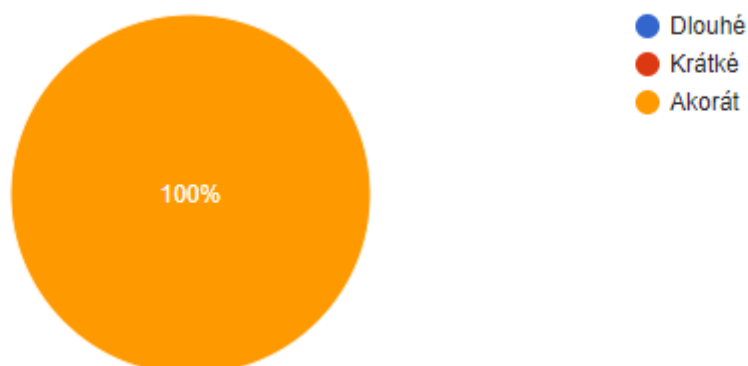
Děti uvádějí tyto důvody (doslovné odpovědi v příloze):

Nejčtenější odpovědí je baví mě vše. „Všechno mě baví/ Vše mě zajímá a baví (2x). Nic, baví mě vše (1x).“

Další skupina odpovědí se váže ke cvičení. „Kotoul dozadu. Rozcvičky. Protahování. Vymyslet sestavu.“

Dále pak odpověď „nevím“ (1x).

Otázka č. 8: Tréninky jsou pro tebe...

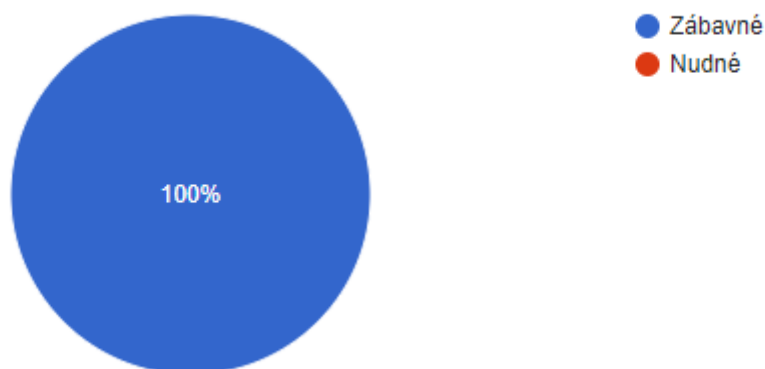


Graf 5 otázka č. 8

Zde se dívky shodly, že tréninky nejsou ani dlouhé ani krátké, ale jsou pro všechny akorát (8, tj. 100 %).

Další otázka se týče opět postojů k tréninkům.

Otázka č. 9: Tréninky jsou pro tebe...



Graf 6 otázka č. 9

Co se týče otázky: „Tréninky jsou pro tebe...“, zde se dívky opět shodly, že jsou pro ně zábavné (8, tj. 100 %).

Zábava, radost a prožitek ze sportu jsou velice důležité.

Otázka č. 10: Zranila jsi se při tréninku? (Pokud ano, co tě bolelo?)

Tato otázka byla otevřená.

Dívky uvádějí tyto odpovědi (doslovné odpovědi v příloze):

Nejčtenější odpovědí je, že se dívky nezranily. „ne“ (6x)

Jedna z odpovědí na tuto otázku se váže ke cvičení na kladině. „Ano, bolela mě záda po pádu z kladiny (1x).“

Další a poslední odpověď je spojená se cviky na prostné. „Jednou po kotoulu letmo mě bolel krk (1x).“

Otázka č. 11: Je něco, co ti při tréninku nahání strach? (Pokud ano, napiš co a proč?)

Tato otázka byla opět otevřená.

Dívky uvádějí tyto odpovědi (doslovné odpovědi v příloze):

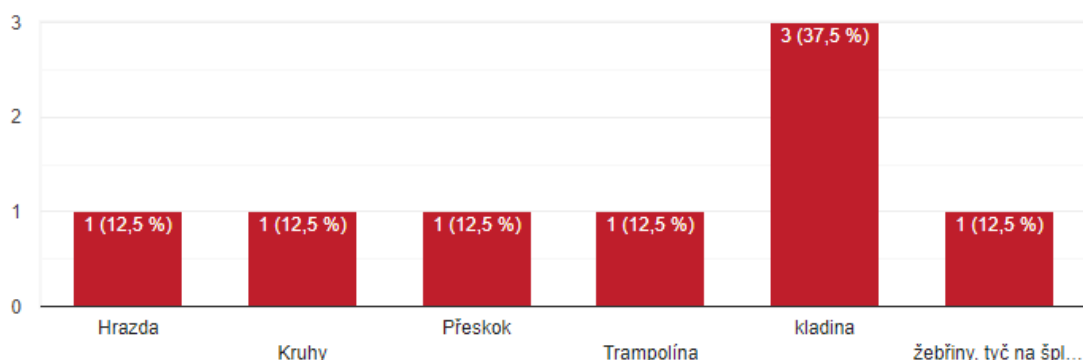
Nejčtenější odpovědí je, že dívkám nic nenahání strach. „Ne“ (4x). „Nic“ (2x)

Jedna z odpovědí na tuto otázku se váže ke cvičení na kladině. „Kotoul na kladině (1x).“

Další a poslední odpověď je spojená se cviky na prostné. „Ještě se sama bojím dělat přemet (1x).“

Otázka č. 12: Jaké nářadí máš nejraději?

Tato otázka byla opět otevřená.



Graf 7 otázka č. 12

Dívky uvádějí tyto odpovědi (doslovné odpovědi v příloze):

Nejčtenější odpovědí je kladina (3x), což je překvapující. „Kladina“ (3, tj. 37,5 %)

Další odpovědi se pojí s gymnastickým nářadím, například trampolína (2x). „Trampolína (1, tj. 12,5 %). Přeskok (1, tj. 12,5 %). Hrazda (1, tj. 12,5 %). Kruhy (1, tj. 12,5 %). Žebřiny, tyč na šplh a trampolína (1, tj. 12,5 %).“

Otázka č. 13: Chybí ti něco při tréninku? (Pokud ano, napiš co a proč?)

Tato otázka byla opět otevřená.

Dívky uvádějí tyto odpovědi (doslovné odpovědi v příloze):

Nejčtenější odpovědí bylo nic nebo ne. „Nic (5x). Ne (2x).“

Další cenná odpověď se pojí s pozitivním vztahem k hudbě (1x).

Otázka č. 14: Trénuješ i doma? (Odpovězte ano/ne, poté napište proč?)

Tato otázka byla opět otevřená.

Dívky uvádějí tyto odpovědi (doslovné odpovědi v příloze):

Nejčtenější odpovědí bylo ano (5x). Dívky, které odpověděly ano, napsali důvod: „protože mě to baví“.

Další odpovědi bylo trochu, nebo někdy. „Někdy (1x). Trochu (2x).“

Otázka č. 15: Býváš ve sportovní gymnastice pochválena? (Pokud ano, napište od koho?)

Tato otázka byla otevřená.

Dívky uvádějí tyto odpovědi (doslovné odpovědi v příloze):

Nejčtenější odpovědí bylo ano (6x). Některé dívky, které odpověděly ano, připsali: „od trenérů (4x), od rodičů(1x)“.

Další odpovědi bylo někdy ano, nevím. „Někdy ano (1x). Nevím (1x).“

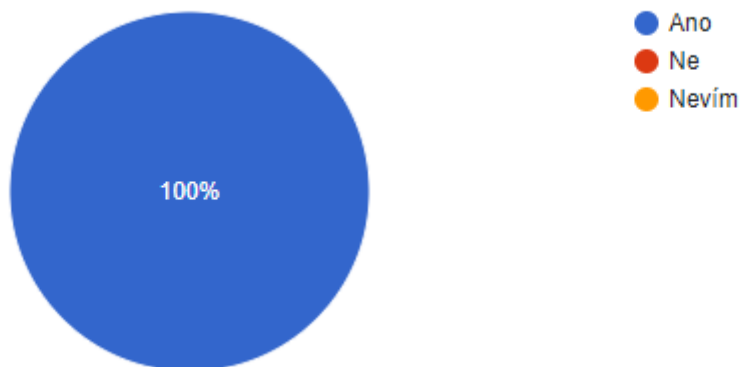
Otázka č. 16: Býváš po nepovedeném výkonu potrestána? (Pokud ano, napište od koho?)

Tato otázka byla otevřená.

Dívky uvádějí tyto odpovědi (doslovné odpovědi v příloze):

Všechny respondentky odpověděly, že nebývají po nepovedeném výkonu potrestány. „Ne (8x).“

Otázka č. 17: Sportuješ dobrovolně a ráda?



Graf 8 otázka č. 17

Co se týče otázky: „Sportuješ dobrovolně a ráda?“ se dívky opět shodly, že sportují dobrovolně a rády (8, tj. 100 %).

Otázka č. 18: Chtěla bys dělat jiný sport, než sportovní gymnastiku? (Odpovězte ano/ne, poté napište proč?)

Tato otázka byla otevřená.

Dívky uvádějí tyto odpovědi (doslovné odpovědi v příloze):

Nejčtenější odpovědí bylo ne a zatím ne. „Ne (3x), zatím ne (2x)“.

Další odpovědi zněly: „Mám i jiné (1x), dělám ještě atletiku(1x).“

Jedna z odpovědí byla touha po odlišném cvičení: „Chtěla bych si vyzkoušet cvičení se stuhou a obručí (1x).“

Otázka č. 19: Zúčastňuješ se ráda závodů a vystoupení? (Odpovězte ano/ne, poté napište proč?)

Tato otázka byla otevřená.

Dívky uvádějí tyto odpovědi (doslovné odpovědi v příloze):

Nejčtenější odpovědí bylo ano (4x). Dívky, které odpověděly ano, doplnily důvod: „Ano, baví mě to. Ano, protože nacvičujeme sestavy.“

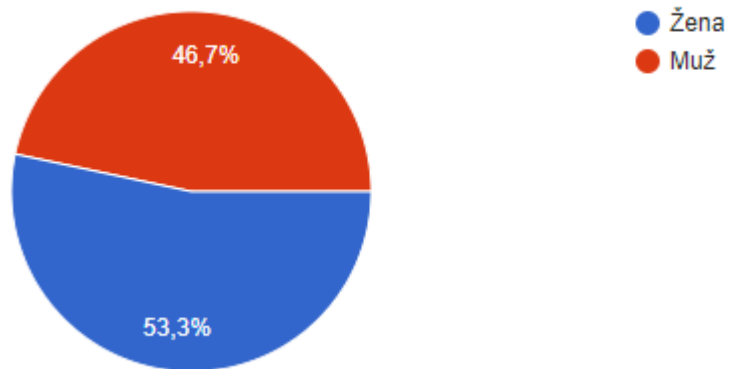
Jedna dívka uvedla, že neví (1x).

Závody v týmu, ale ne individuálně. „Ve skupince ano, individuálně ne.“

Neúčast na závodech. „Na žádných jsem nebyla, ale chtěla bych jít. Nebyla jsem asi, že jsem byla hodně nemocná a nikdo mi neřekl, abych šla (1x). Zatím jsem se nezúčastnila(1x).“

5.4.2 Dotazník pro rodiče sportovců

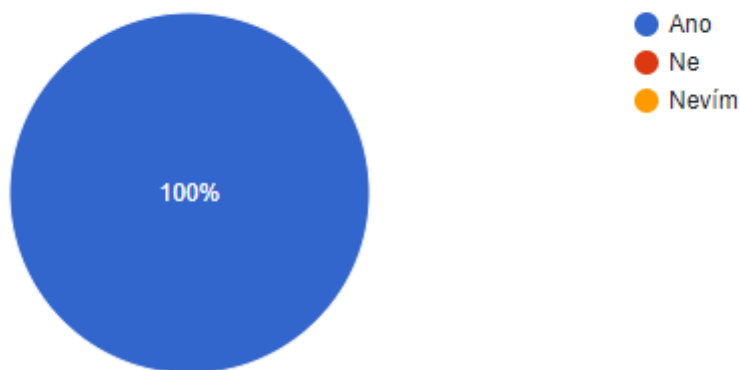
Otázka č. 1: Jaké je vaše pohlaví?



Graf 9 otázka č. 1

Výzkumného šetření se účastnilo 15 respondentů (rodičů). Z tohoto počtu bylo 8 matek (53,3 %) a 6 otců (46,7 %).

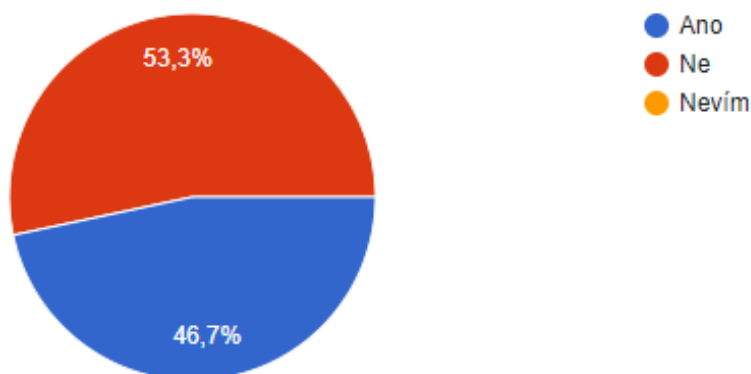
Otázka č. 2: Motivujete děti ke sportování?



Graf 10 otázka č. 2

Zde je jednoznačné, že všichni rodiče motivují své děti ke sportování (15, tj. 100 %).

Otázka č. 3: Vykonává vaše dítě ještě jiné sporty?



Graf 11 otázka č. 3

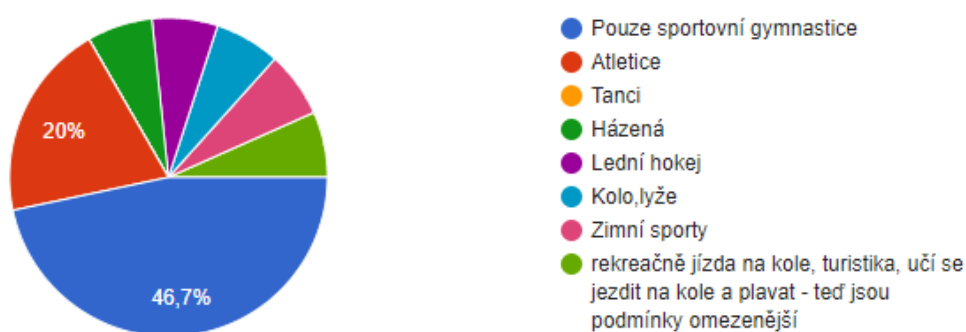
Zde respondenti odpovídalo pouze ano, ne.

Zde 8 (53,3 %) rodičů odpovědělo, že se jejich dítě nevěnuje jinému sportu, pouze sportovní gymnastice.

Dále pak 6 (46,7 %) rodičů zanechalo odpověď ano, jelikož jejich dívka vykonává i jiné sporty než sportovní gymnastiku.

Další otázka je rozšiřující pro tuto. Dále se dozvídáme, jakému dalšímu sportu se dívky věnují.

Otázka č. 4: Jakému sportu se dále vaše dítě jmenuje?



Graf 12 otázka č. 4

Nejvíce rodičů (7, tj. 46,7 %) udávají informaci, že se jejich děti věnují pouze sportovní gymnastice. Celkem 3 rodiče odpověděli, že se jejich dcera věnuje navíc atletice. „Atletice (3, tj. 20 %)“.

Dále pak uvádějí ostatní sporty, kterým se dívky věnují. „Házená (1, tj. 6,7 %). Lední hokej (1, tj. 6,7 %). Kolo, lyže (1, tj. 6,7 %). Zimní sporty (1, tj. 6,7 %)“.

Poslední odpověď zní: „Rekreačně jízda na kole, turistika, učí se jezdit na kole a plavat – teď jsou podmínky omezenější. (3, tj. 20 %)“.

Důležitý je prožitek ze sportu. Je správné, že děti se věnují i jiným sportům, alespoň využívají svůj volný čas aktivně. V dnešní době je složitá situace, jelikož kvůli pandemii máme omezené možnosti.

Otázka č. 5: Jak jste se dozvěděli o sportovní gymnastice?

Tato otázka byla otevřená.

Rodiče uvádějí tyto odpovědi (doslovné odpovědi v příloze):

Nejčastější odpovědí bylo příbuzenstvo (5x). „Sourozenec. Byla jsem členkou. Maminka trenérka SG. Od ženy. Rodina.“

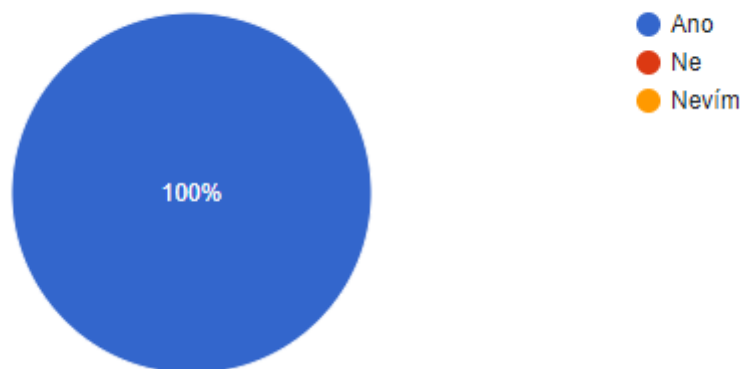
Dále se informace rychle šíří mezi kamarády (5x). „Od kamarádky (4x). Od známých.“

V socializačním prostředí, jako je škola (2x).

Na sociálních sítích(1x). „Na internetu.“

V poslední řadě se o sportovní gymnastice dozvěděli z náborového letáku. „Z pozvánky na nábor (2x).“

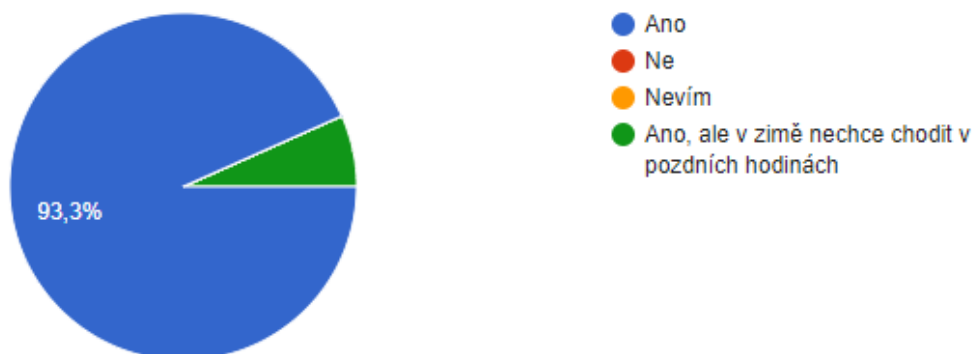
Otázka č. 6: Jste spokojeni s výběrem tohoto sportu?



Graf 13 otázka č. 6

Velmi jasné je, že všichni rodiče jsou spokojení s výběrem sportu sportovní gymnastika (15, tj. 100 %).

Otázka č.7: Chodí vaše dítě na tréninky rádo?



Graf 14 otázka č. 7

Téměř všichni rodiče (14, tj. 93,3 %) jsou si jistí, že jejich dítě chodí na tréninky rádo.

Pouze jeden rodič udává, že dívka trénuje ráda, ale v zimě nerada chodí v pozdních hodinách na tréninky. „Ano, ale v zimě nechce chodit v pozdních hodinách (1, tj. 6,7 %).“

Oddíl sportovní gymnastiky v Milevsku má trénink 3x týdně, každou středu od 15:30 do 18:00, pátek od 16:30 do 18:30 a sobotu dopoledne.

Otázka č. 8: Přemlouváte dítě k účasti na tréninku? Pokud ano, napište, jakým způsobem?

Tato otázka byla otevřená.

Rodiče uvádějí tyto odpovědi (doslovné odpovědi v příloze):

Většina rodičů své děti nepřemlouvá k účasti na tréninku. „Ne (7x). Nepřemlouváme (5x).“

Někteří rodiče, co své děti nepřemlouvají, svou odpověď odůvodnili. „Baví jí to (1x). Chodí ráda (1x).“

Pouze tři rodiče někdy přemlouvají nebo vysvětlují svému dítěti, proč je dobré trénovat. „Někdy. Někdy, domluvou. Většinou ne, pokud ano, tak tím, že je dobré na sport chodit pravidelně.“

Otázka č. 9: Vyhovuje vám trénink třikrát týdně?



Graf 15 otázka č. 9

U této otázky respondenti (rodiče sportovců) odpovídali ano, ne, nevím nebo připsali jinou možnost. „Ano (11, tj. 73,3 %). Ne (2, tj. 13,3 %).“

Dále pak tréninky nevyhovují z důvodu jiných zájmů. „Tím, že dělá ještě jiný sport, tak se jí tréninky překrývají a 3x týdně nestíháme (1, tj. 6,7 %). Vzhledem k dalším kroužkům 3x týdně nestíháme (1, tj. 6,7 %).“

Otázka č. 10: Zdají se vám tréninky?

Tato otázka byla otevřená.

Rodiče uvádějí tyto odpovědi (doslovné odpovědi v příloze):

Většinu respondentů se zdají tréninky akorát, ani dlouhé ani moc krátké. „Akorát (7x). Akorát dlouhé (2x). Dostatečné (1x).“

Někteří rodiče uvedli, že se jim zdají tréninky dlouhé. „Dlouhé (1x). 1.5 až 2 h je standart (1x).“

Naopak pouze jeden respondent si myslí, že jsou tréninky krátké.

Poslední odpověď je neutrální. „Nedokážu říct (1x).“

Tréninky probíhají 3krát týdně po 2 hodinách, jednou týdně trvá trénink déle a to 2,5 hodiny.

Otázka č. 11: Myslíte si, že trenéři motivují děti při tréninku dostatečně?



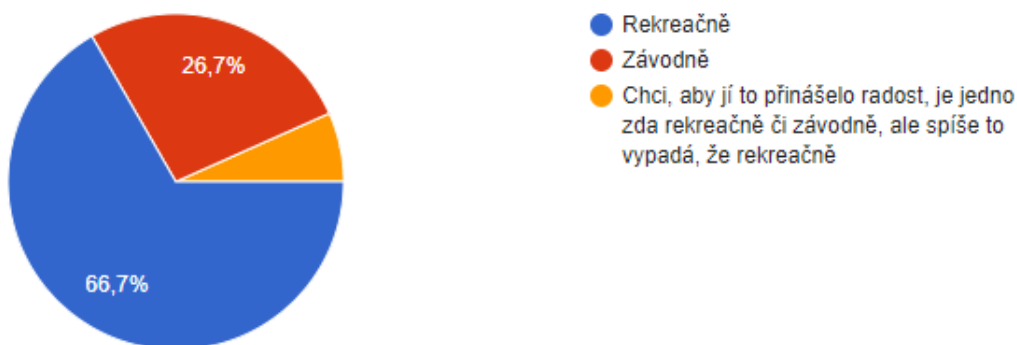
Graf 16 otázka č. 11

Většina rodičů udává informaci, že trenéři motivují sportovce dostatečně. „Ano (8, tj. 53,3 %).“

Dále si rodiče nejsou jisti. „Nevím (5, tj. 33,3 %). To nemohu posoudit, zatím jsem celý trénink neviděla (1, tj. 6,7 %).“

Pouze jeden respondent uvedl, že trenéři nemotivují gymnastky dostatečně. „Ne (1, tj. 6,7 %).“

Otázka č. 12: Jak chcete, aby vaše dítě vykonávalo sportovní gymnastiku?



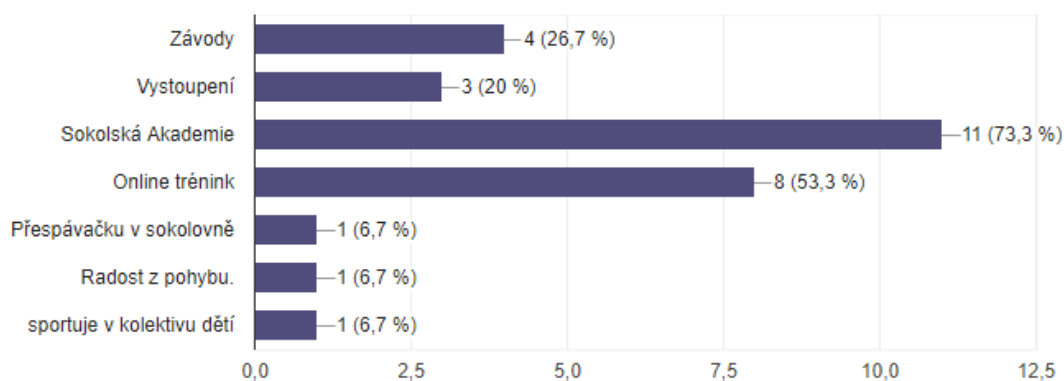
Graf 17 otázka č. 12

Rodiče převážně chtějí, aby jejich dítě vykonávalo sportovní gymnastiku rekreačně. „Rekreačně (10, tj. 66,7 %).“

Někteří rodiče chtějí, aby se jejich dítě věnovalo sportovní gymnastice závodně. „Závodně (4, tj. 26,7 %).“

Jeden z rodičů uvedl, že tato odpověď nezáleží na rodiči, ale na samotném dítěti, a především na jeho prožitku ze sportu. „Chci, aby jí to přinášelo radost, je jedno zda rekreačně či závodně, ale spíše to vypadá, že rekreačně (1, tj. 6,7 %).“

Otázka č. 13: Co všechno vaše dítě prožilo díky sportovní gymnastice?



Graf 18 otázka č. 13

Zde nejvíce rodičů hlasovalo pro Sokolskou Akademii (11, tj. 73,3 %), jelikož se jejich dítě této akce zúčastnilo.

Další aktivity, kterých se dívky zúčastnili, rodiče udali: „Online trénink (8, tj. 53,3 %). Vystoupení (3, tj. 20 %). Přespávačku v sokolovně (1x).“

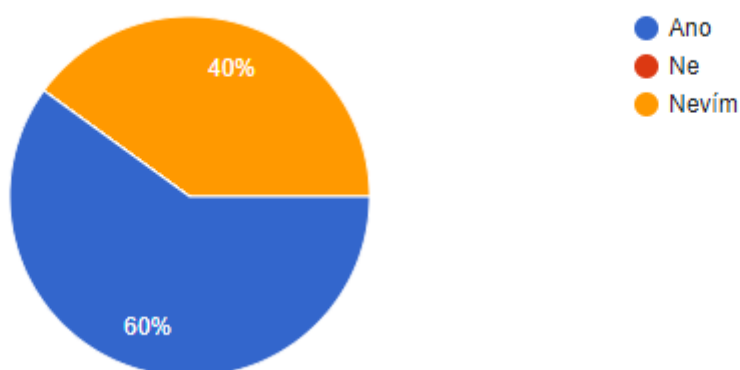
Pro závody hlasovali pouze 4 rodiče (26,7 %).

Rodiče také uvedli: „Radost z pohybu (1x). Sportuje v kolektivu (1x).“

U dětí může sportovní aktivita zlepšit jejich komunikační schopnosti, včetně začleňování do kolektivu.

Další otázky č. 14, č. 15 a č. 16 jsou pouze doplňkové pro trenéry tohoto oddílu sportovní gymnastiky. Jejich odpovědi od rodičů budou sloužit jako nápomoc pro zlepšení tréninkového procesu. Otázky se týkají gymnastického soustředění.

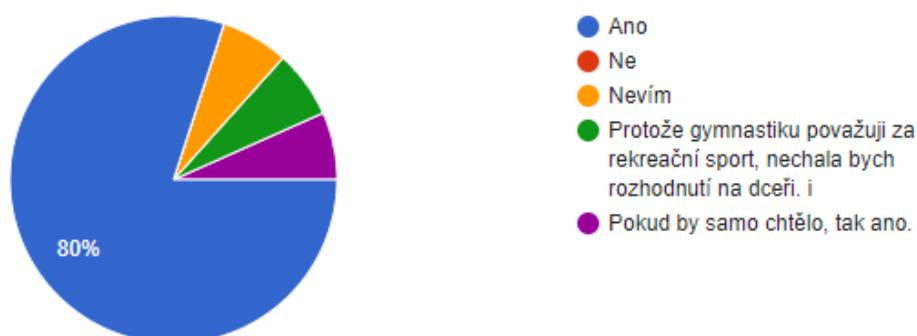
Otázka č. 14: Motivovalo by vaše dítě gymnastické soustředění?



Graf 19 otázka č. 14

Většina rodičů (9, tj. 60 %) uvedlo, že jejich dítě by gymnastické soustředění motivovalo, 40 % (6) rodičů neví.

Otázka č. 15: Chtěli byste vy, aby se vaše dítě zúčastnilo soustředění?



Graf 20 otázka č. 14

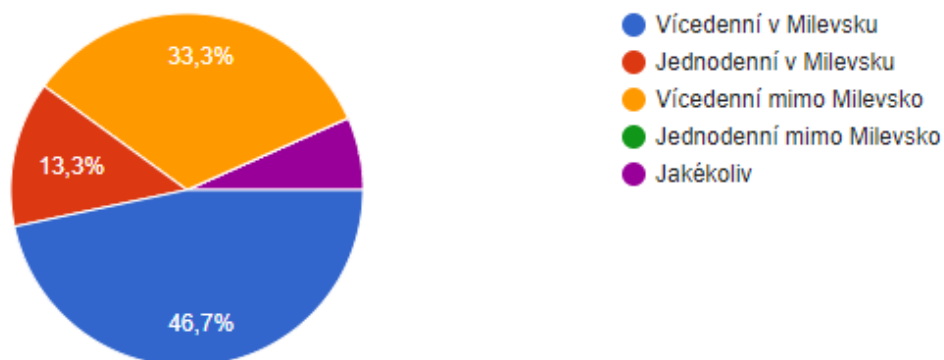
Většina rodičů souhlasí s návrhem gymnastického soustředění. 12 rodičů by chtělo, aby jejich dcera soustředění zažila (80 %).

Jeden z rodičů neví (6,7 %).

Dále 2 rodiče napsali, že by rozhodnutí nechali na dceři. „Protože gymnastiku považuji za rekreační sport, nechala bych rozhodnutí na dceři (1x). Pokud by samo chtělo, tak ano (1x).“

Není vhodné, aby rodiče nutili děti do něčeho, co ony samy nechtějí. V tomto věku je důležité, aby se dítě cítilo dobře. Hlavní je, aby děti bavilo sportovat a odnášely si především spoustu zkušeností a zážitků.

Otázka č. 16: Jaké byste preferovali soustředění?



Graf 21 otázka č. 16

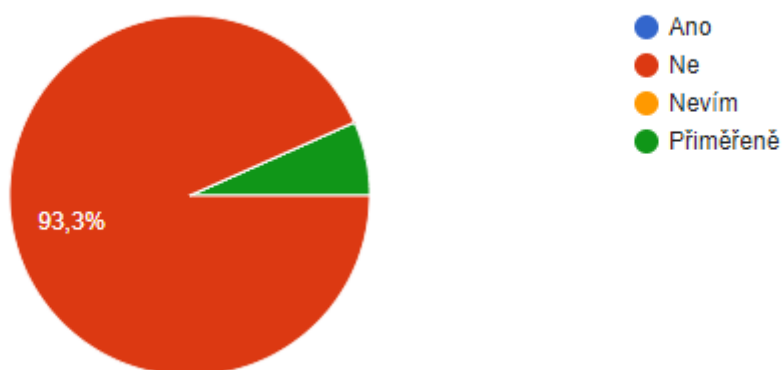
V této otázce měli rodiče na výběr ze čtyř možností a mohli navrhnout i další. Nejvíce rodičů je pro vícedenní soustředění v Milevsku (7, tj. 46,7 %).

Někteří odpověděli, že by preferovali vícedenní soustředění, které by se konalo mimo Milevsko (5, tj. 33,3 %).

Dva rodiče (13,3 %) si vybrali možnost jednodenního soustředění v Milevsku a jedna matka nebo otec (6,7 %) napsali jakékoliv.

Další otázky se věnují finanční stránce.

Otázka č. 17: Je pro vás tento sport finančně náročný?



Graf 22 otázka č. 17

Pro celkem 14 rodičů není tento sport finančně náročný (93,3 %) a pouze jeden z 15 rodičů připsali, že přiměřeně (6,7 %).

Otázka č. 18: Co musíte dítěti pořídit na trénování?

Tato otázka byla otevřená.

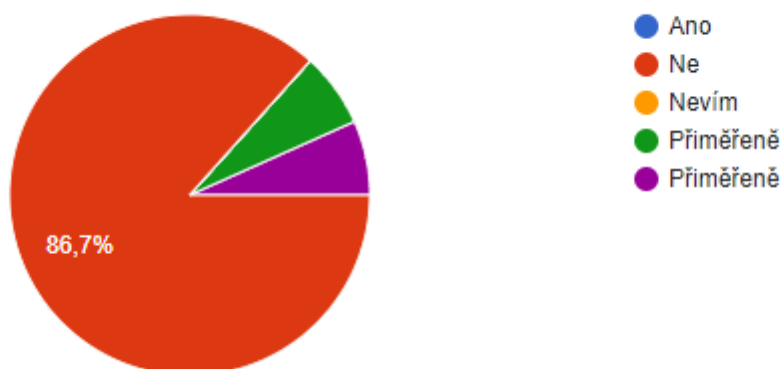
Rodiče uvádějí tyto odpovědi (doslovné odpovědi v příloze):

Většině respondentů uvádí sportovní oblečení, zejména gymnastické. Dres (8x), cvičky (9x), dále sportovní legíny, sportovní oblečení, úbor, sportovní gymnastické oblečení.

Někteří rodiče uvedli i gymnastické náčiní. „Švihadlo (3x).“

Dále pak rodiče připisují tyto odpovědi: „Základní sportovní vybavení pro tento sport. Velkou láhev na pití. Prostor. Zatím nic. To, co bude vyžadovat trenér.“

Otázka č. 19: Jsou pro vás drahé dresy a cvičky?



Graf 23 otázka č. 19

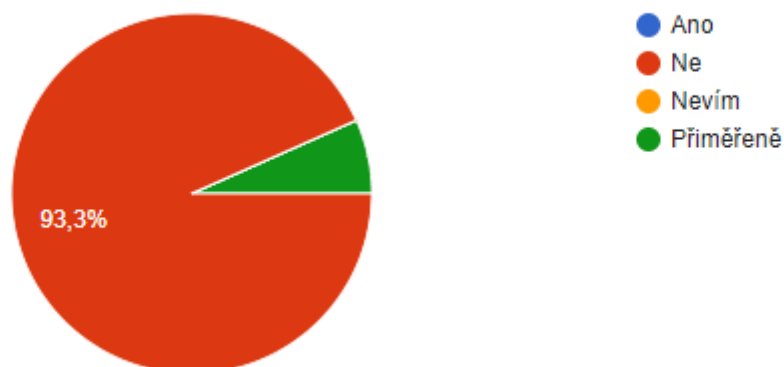
Tato otázka navazuje na otázku 17, která zní: „Je pro vás tento sport finančně náročný?“

Zde se otázka týká pouze gymnastického oblečení.

Většina rodičů odpovědělo, že pro ně drahé dresy a cvičky nejsou (13, tj. 86,7 %).

Pouze dvěma rodičům se zdá gymnastické oblečení jako jsou dresy a cvičky drahé (13,4 %).

Otázka č. 20: Je pro vás finančně náročná doprava dětí na trénink?

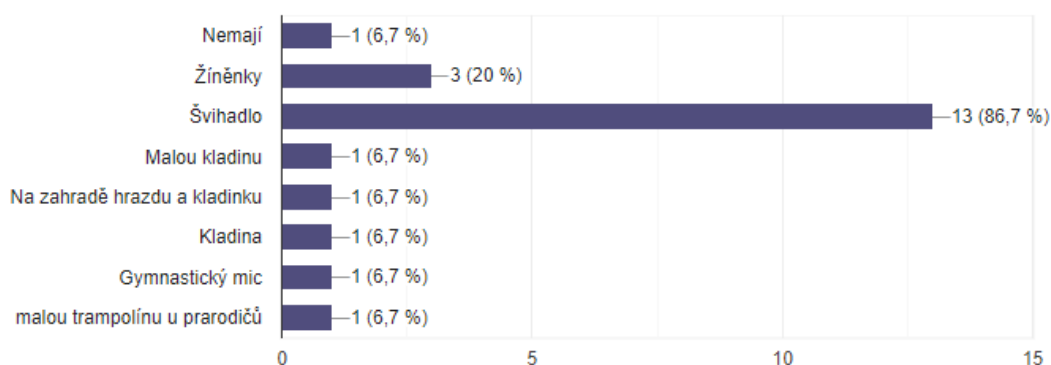


Graf 24 otázka č. 20

Opět pro většinu rodičů není finančně náročná doprava dětí na trénink (14, tj. 93,3 %).

Pouze jeden rodič napsal: „Přiměřeně (1, tj. 6,7 %).“

Otázka č. 21: Mají vaše děti nějaké gymnastické vybavení i doma?



Graf 25 otázka č. 21

Nejčastějším gymnastickým vybavením, které mají dívky doma, je švihadlo (13x) a méně častou odpovědí je žíněnka (3x).

Dále pak rodiče uvedli, že mají doma toto vybavení: „Malou kladinu. Na zahradě hrazdu a kladinku. Kladina. Gymnastický míč. Malou trampolínu u prarodičů.“

Pouze jeden rodič napsal, že žádné gymnastické vybavení doma nemají.

5.4.3 Dotazník pro trenéry

Otázka č. 1: Jaké prostory má sokolovna k dispozici?

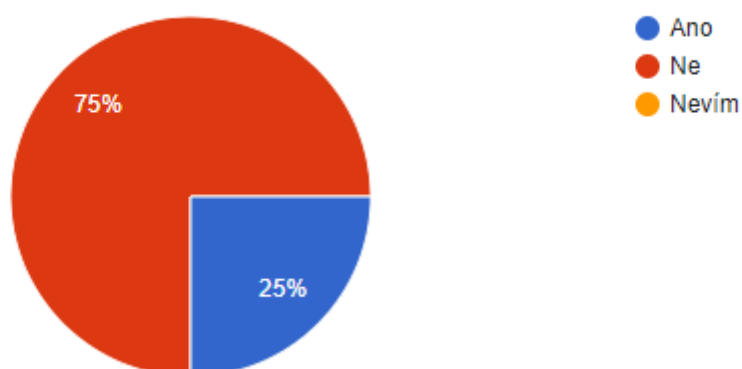
Tato otázka byla otevřená.

Trenérky uvádějí tyto odpovědi (doslovné odpovědi v příloze):

Většina respondentů uvádí malý a velký sál, toalety a sprchy, šatny a venkovní hřiště. „Vnitřní prostor včetně vyvýšeného pódia, malý sál, šatny, toalety, sprcha, venkovní prostor s běžeckou dráhou, pole na volejbal/nohejbal atd, dráhu a doskočiště na skok daleký (1x). Tělocvičnu – velký sál a malý sál, šatny, toalety, sprchy, venkovní hřiště (1x).“

Některé trenérky zhodnotily, v jakém stavu jsou prostory sokolovny. „Ne úplně velké ale dá se. Rozvrh hodně zaplněný (1x). Vlastní, nepřiliš velké, dostatečné pro základní trénink, nedostatečné pro nacvičování složitých prvků a skoků nebo skupinových vystoupení (akademie). Dlouho nemodernizované, nerekonstruované (1x).“

Otázka č. 2: Jsou tyto prostory dostačující?



Graf 26 otázka č. 2

Většina trenérů hlasovalo, že prostory nejsou dostatečné (3, tj. 75 %).

Dále pak pouze jedna z trenérek uvedla ano, prostory jsou dostatečné (1, tj. 25 %).

Otázka č. 3: Jaké nářadí pro sportovní gymnastiku se v sokolovně nachází?

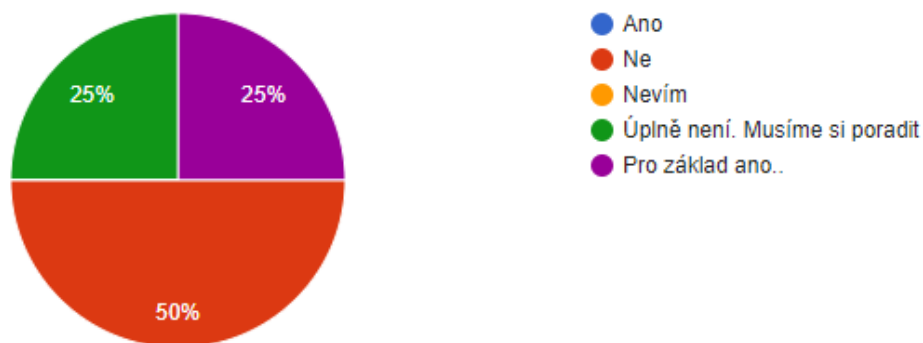
Tato otázka byla otevřená.

Trenérky uvádějí tyto odpovědi (doslovné odpovědi v příloze):

Všechny trenérky zmínily toto nářadí: Kladina (4x), prostná (4x), přeskok (4x).

Dále pak uvedly: „Můstky, jazyk, kůň, hrazda, pánská bradla, žíněnky, doskokové duchny, duchny, roiter (pruh, ne čtverec), airfloor podlaha, kruhy, pomůcky k nacvičování různých cviků, žebřiny.“

Otázka č. 4: Je nářadí dostačující pro sportovní gymnastiku?



Graf 27 otázka č. 4

Polovina trenérek odpověděla, že nářadí pro sportovní gymnastiku není dostačující. „Ne (2, tj. 50 %).“

Dále pak ostatní napsaly: „Úplně není. Musíme si poradit (1, tj. 25 %). Pro základ ano (1, tj. 25 %).“

Otázka č. 5: Pokud nějaké materiální vybavení na sportovní gymnastiku chybí, napište jaké a zdůvodněte.

Tato otázka byla otevřená.

Trenérky uvádějí tyto odpovědi (doslovné odpovědi v příloze):

Většina trenérek zmínila dámská bradla (3x).

Dále pak jedna z trenérek uvedla: „Různé pomocné náčiní/nářadí pro nacvičování prvků například více doskokových žíněnek/duchen. Trampolíny s různou tvrdostí pletení (1x).“

Otázka č. 6: Je k dispozici netradiční gymnastické nářadí nebo náčiní a pomůcky? Pokud ano, jaké?

Tato otázka byla otevřená.

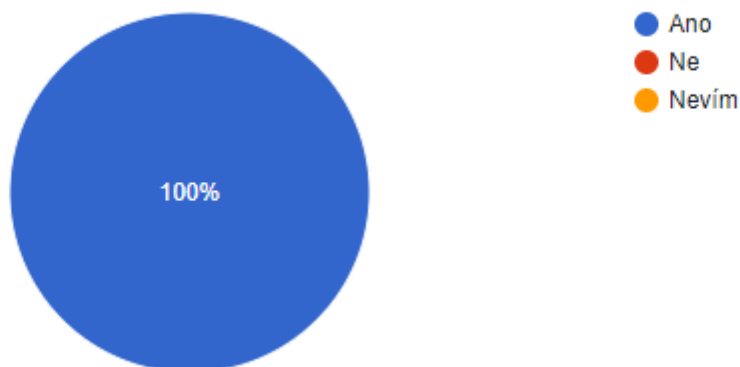
Trenérky uvádějí tyto odpovědi (doslovné odpovědi v příloze):

Většina trenérek zmínila stálky, steppery (3x).

Trenérky pak navíc uváděly: „Závaží na ruce a nohy, švihadla, gymnastické míče, náčiní ze sokolských sletů, airfloor.“

Dále pak jedna odpověď zněla: „Ano, díky tomu, že je náš oddíl spojený se Sokolem, má k dispozici různá náčiní z ostatních sportů.“

Otázka č. 7: Využíváte netradiční nářadí na sportovní gymnastice?

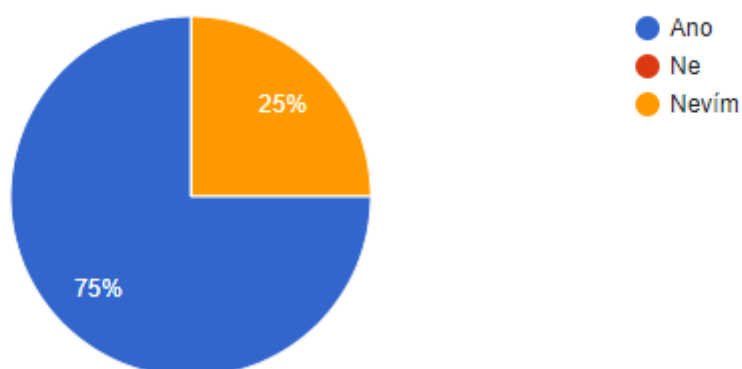


Graf 28 otázka č. 7

Zde se trenérky shodli všechny, že využívají netradiční gymnastické vybavení (2, tj. 100 %).

Další otázky směřují k druhé hlavní výzkumné otázce, která zní: Jaká je finanční/materiální podpora oddílu gymnastiky v Sokole Milevsko?

Otázka č. 8: Má Sokol nějaké sponzory nebo dotace?



Graf 29 otázka č. 8

U této otázky odpověděly tři trenérky ano (75 %)., jelikož má sokol nějaké sponzory nebo dotace. Pouze jedna si není s odpovědí jistá (25 %).

Další otázka je rozšiřující pro tuto otázku. Jedná se o konkrétní sponzory nebo dotace Sokola Milevsko.

Otázka č. 9: Pokud víte, o které sponzory/dotace se jedná, napište je.

Tato otázka byla otevřená.

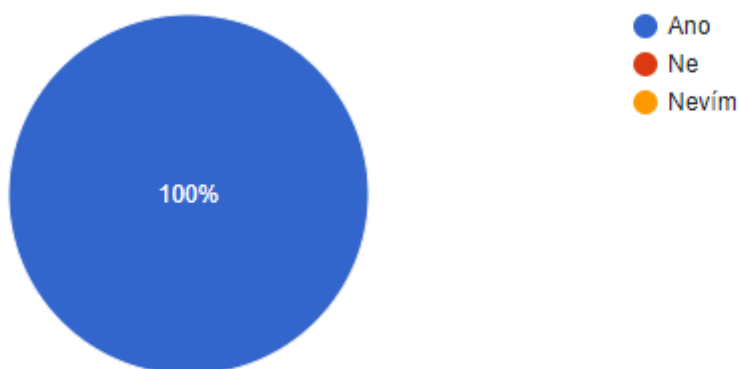
Trenérky uvádějí tyto odpovědi (doslovné odpovědi v příloze):

Na tuto otázku odpověděly pouze dvě trenérky. Obě trenérky zmínily MŠMT (2x).

Dále sokol tedy čerpá z dotací: „ČOS, město Milevsko, někdy jihočeský kraj (1x).

Něco od města, o soukromém nevím (1x).“

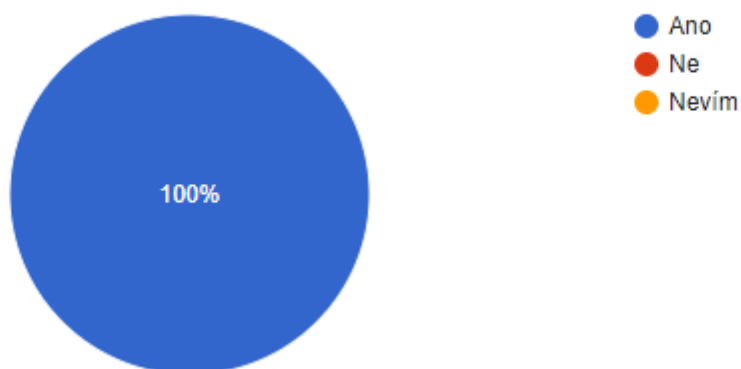
Otázka č. 10: Platí členové Sokola příspěvky?



Graf 30 otázka č. 10

Na tuto otázku všechny respondentky odpověděly, že každý člen Sokola platí příspěvky (4, tj. 100 %).

Otázka č. 11: Jsou rozdílné příspěvky členů Sokola?



Graf 31 otázka č. 11

Zde se trenérky opět shodly na odpovědi, že příspěvky jsou rozdílné pro členy Sokola (4, tj. 100 %).

Otázka č. 12: Myslíte si, že sportovní gymnastika je finančně náročný sport? Zdůvodněte.

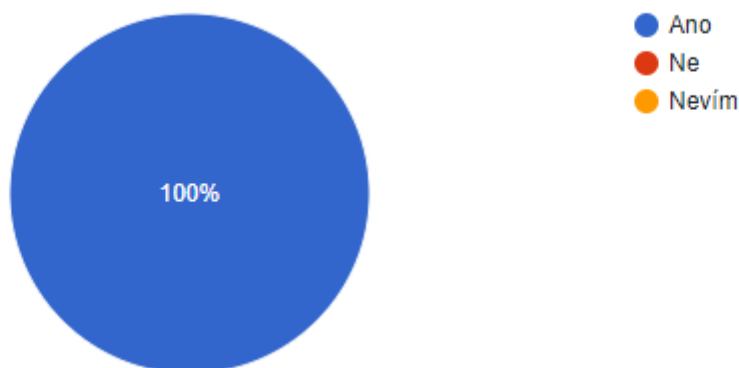
Tato otázka byla otevřená.

Trenérky uvádějí tyto důvody (doslovné odpovědi v příloze):

Nejčtenější odpovědi jsou, že sportovní gymnastika není finančně náročný sport (2x) a že existují mnohem finančně náročnější sporty než gymnastika (2x). „Sportovní gymnastika finančně náročná není (1x). Myslím si, že ne (1x). Jsou i finančně náročnější sporty. Myslím si, že jsou mnohem náročnější sporty ohledně financí (1x).“

Dále jsou uvedeny důvody: „Moc k tomu není potřeba, dres, cvičky, řemínky, legíny (1x). Záleží, na jaké úrovni, čím více se začne jezdit na závody a postupovat na vyšší úrovně, tím je to finančně náročnější (1x). U tohoto sportu je potřeba pouze gymnastické oblečení, správná obuv, řemínky. Dívky jsou pak náročnější s výběrem dresů, nebo dokonce s vybavením na doma (1x).“

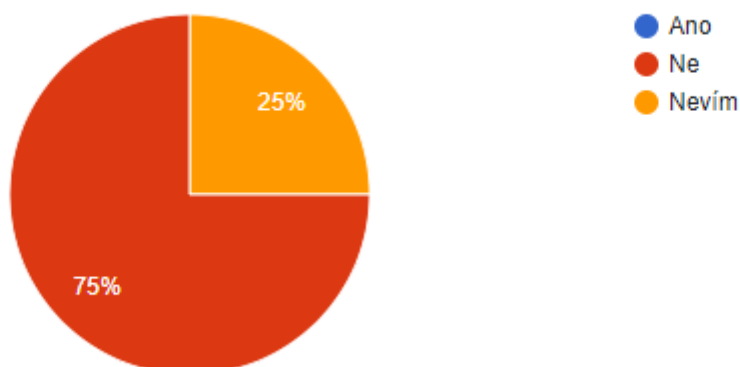
Otázka č. 13: Je finančně náročný nákup sportovního nářadí a náčiní na sportovní gymnastiku?



Graf 32 otázka č. 13

Zde se opět všechny trenérky shodly a uvedly, že nákup sportovního nářadí a náčiní na sportovní gymnastiku je finančně náročný (4, tj. 100 %).

Otázka č. 14: Má sportovní gymnastika v Milevsku své sponzory?



Graf 33 otázka č. 14

Z tohoto grafu vyplývá, že sportovní gymnastika v Milevsku nemá své sponzory. Většina trenérek odpověděla ne (3, tj. 75 %), pouze jedna trenérka nevěděla (1, tj. 25 %).

Další otázka souvisí a navazuje na tuto otázku. Zabývá se konkrétními sponzory.

Otázka č. 15: Pokud ano, napište jaké sponzory.

Tato otázka byla otevřená.

Na tuto otázku pouze jednu odpověď, jelikož oddíl sportovní gymnastiky v Milevsku žádné své sponzory nemá. „Nemá žádné sponzory.“

Otázka č. 16: Kolik korun stojí roční financování člena sportovní gymnastiky?

Tato otázka byla otevřená.

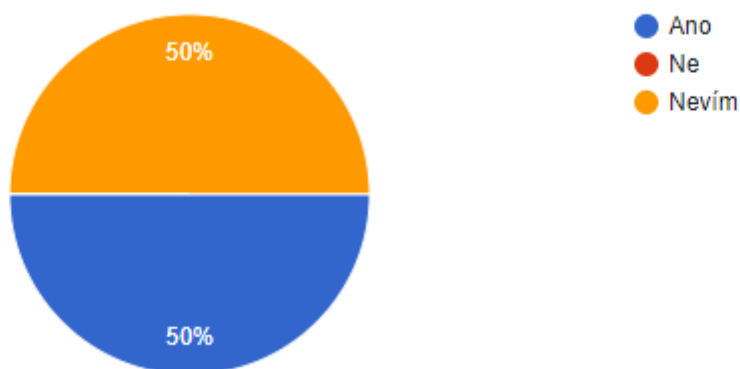
Trenérky uvádějí tyto důvody (doslovné odpovědi v příloze):

Pokud by se zahrnovaly pouze příspěvky, byla by částka okolo 2000 Kč. „Cca 2000,- Kč. Nový člen platí ročně 1000 Kč, stávající člen platí 800 Kč, dále členský příspěvek 200 Kč, a v poslední řadě oddílový příspěvek je 600 Kč. Poté rodiče musí své dítě vybavit správnou obuví a oblečením.“

Další zajímavá odpověď zněla: „Neodhadnu, ale budu-li počítat závodící členku, tak odhaduji, že 10000Kč to být může.“

Pouze jedna trenérka nevěděla. „Bohužel nevím. Nejde to úplně vypočítat.“

Otázka č. 17: Má sportovní gymnastika možnost čerpat z dotací?



Graf 34 otázka č. 17

Zde odpověděla polovina trenérek, že sportovní gymnastika má možnost čerpat z dotací (2, tj. 50 %).

Druhá polovina trenérek si nebyla jistá s odpovědí. „Nevím (2, tj. 50 %).“

Další otázka rozšiřuje odpověď k této otázce, jelikož se dotazuje na konkrétní dotace.

Otázka č. 18: Pokud ano, napište z jakých dotací.

Tato otázka byla otevřená.

Na tuto otázku odpověděla pouze jedna trenérka, jelikož ostatní nejspíše nevěděly. Je možnost čerpat z dotací, ale pouze tehdy, kdy se stane gymnastka účastnicí republikových závodů. „Z ČOS, ale pouze účastnice republikových závodů (1x).“

5.5 Shrnutí výsledků

Z výzkumného šetření vyplývají následující odpovědi odpověď na hlavní a vedlejší výzkumné otázky:

1. Jaká je účast dětí ve sportovní gymnastice v Sokole Milevsko?

• Co motivuje vybrané respondenty k účasti na tréninku?

Motivační faktory:

Nejprve dotazované děti udaly, jak nejradyji tráví volný čas. Mnoho dětí rádo sportuje, tráví čas hraním házené, jízdou na kole nebo například cvičením. I když mnoho dívek si rádo hraje různé hry, tráví svůj volný čas aktivně a umí s ním naložit tak, aby jim byl přínosem.

Dívky dále uvedly, že cvičí sportovní gymnastiku proto, že je tento sport baví (5x), aby se něco naučily, aby se nenudily a také kvůli kamarádům. Tělovýchovné a sportovní pohybové činnosti mohou mít znaky hry, rekreace (prožitok), nebo rozvoje zdraví a výkonu.

Dívky poté zodpovídaly na otázku, co je baví ve sportovní gymnastice. Nejvíce je baví jakékoliv cvičení, což je důležité. Nejčastěji cvičí rády na kladině, což je překvapující, jelikož je dopředu dané, že dívky mají většinou z kladiny strach(3x). I tréninky se všem gymnastkám nezdají ani dlouhé ani krátké, ale akorát, a jsou pro ně zábavné.

Co se týče náradí, nejraději mají kladinu, jak jsem již zmínila. Dále mají rády hrazdu, přeskok, trampolínu, kruhy, šplh na tyči a žebřiny. Nikdo ale nezmínil prostnou, kde by chtělo dívky více namotivovat.

Velice motivující faktor je trénování doma. Dívky odpověděly ve většině, že doma trénují, protože je to baví. Trénování doma mohou taky ovlivnit rodiče, kteří se věnují dětem ve svém volném čase.

Pochvala je ve sportu velice důležitá. Pochvala patří mezi nejdůležitější faktory, které ovlivňují vnitřní motivaci lidí, kteří vykonávají sport.

Dívky většinou opět odpovídaly, že bývají pochváleny. Buď jsou pochváleny od trenérek (4x), nebo od rodičů (1x). Velice potěšující informace je taková, že dívky za nepovedený výkon nikdo netrestá. Proto je pro dívky velice motivující faktor pochvala, kterou oni zažívají, ale neznají trest, za mě jediné dobře. Neznám jediný důvod, proč by dívky měly být trestány za nepovedený cvik nebo jakýkoliv výkon, když tento sport dělají dobrovolně a rády (8x, tj. 100 %), také je možnost, že kvůli prožitku ze sportovní gymnastiky se převážně nechtějí začít věnovat jinému sportu. Některé dívky již dělají i jiné sporty, ale pořád je to motivující faktor, jelikož tráví svůj volný čas aktivně. Většina dívek také ráda závodí a vystupují na různých akcích.

Skvělé zjištění bylo, že rodiče motivují děti do sportu. Většina rodičů je spokojená s výběrem sportovní gymnastiky a uvádí, že jejich děti chodí na tréninky rády. Převážná část rodičů ani nepřemlouvá své dítě k účasti na tréninku.

Dále byli rodiče tázáni, zda chtějí, aby jejich dítě dělalo gymnastiku závodně či rekreačně. Větší část rodičů je pro rekreační. S jednou připsanou odpovědí, že rodič chce, aby jí to hlavně přinášelo radost, je povinno souhlasit.

Zmíněno bylo i gymnastické soustředění, pro které rodiče převážně hlasovali kladně. Převážně si rodiče myslí, že by takové soustředění děti motivovalo.

Co se týče finanční náročnosti tohoto sportu, rodiče uvádí, že sportovní gymnastika není finančně náročná ani ze strany vybavení, ani dopravy dětí na trénink, a dokonce má převážná část dětí i gymnastické nářadí doma.

• Co demotivuje vybrané respondenty k účasti na tréninku?

Demotivační faktory:

Na první otázku, která určuje demotivační faktory, dívky odpovídaly, co je nebaví ve sportovní gymnastice. Pouze tři dívky vše baví, zbytek dívek uvedl, že je nebaví cvičit kotoul dozadu, dále pak rozcvičení, protahování, vymyšlení své sestavy. Toto zjištění je velice důležité, jelikož tréninkový proces se díky těmto odpovědím může změnit.

Další demotivační faktor může být pro dívky v tomto věku zranění. Pouze dvě dívky uvedly, že při tréninku došlo k jejich zranění, ale i přes to to některé dívky může odradit od tréninku a přestanou cvičit sportovní gymnastiku úplně. Nebo pak může dojít ke strachu z různých cviků, při kterých se dívky zranily. Opět jsou uvedeny jen dva cviky, při kterých mají dívky strach, a to z kotoulu na kladině a z přemetu dozadu.

Posledním demotivačním faktorem, jak bylo zjištěno, je, že při tréninku postrádají gymnastky hudbu, při které by se dívkám lépe cvičilo, ale jiná závažnější a důležitější věc dívkám nechybí.

Jako demotivační faktory, zjištěné v dotazníkovém šetření pro rodiče, lze uvést, že rodiče z poloviny neví, zda trenéři motivují děti na tréninku dostatečně. Někteří rodiče si ani nemyslí, že děti jsou namotivovány od trenérů dostatečně.

Ať už při vyučování nebo při sportování by měl učitel posílit sebevědomí dětí. Klíčový faktor motivace je udržovat aktivní kontakt se studenty a dosáhnout dobrých výsledků, úspěchů, neustále děti podporovat (SITNÁ 2009: 22).

2. Jaké je materiální a prostorové vybavení v Sokole Milevsko?, která je rozdělena do tří dílčích výzkumných otázek.

• Jsou prostory v Sokole pro sportovní gymnastiku dostačující?

V první řadě je vhodné uvést prostory Sokola. Do prostorového vybavení patří tedy vnitřní prostor neboli tělocvična včetně vyvýšeného pódia, malý sál, šatny, toalety, sprcha, venkovní prostor s běžeckou dráhou, pole na volejbal/nohejbal, dráha a doskočiště na skok daleký. Z dotazníkového šetření vyplývají i takové informace, že prostory jsou vlastní, nepříliš velké, dostatečné pro základní trénink, nedostatečné pro

nacvičování složitých prvků a skoků nebo skupinových vystoupení (akademie). Dlouho nemodernizované, nerekonstruované.

V otázce, zda jsou tyto prostory dostačující, je z grafu většiny odpovědí jasné, že nejsou (3, tj. 75 %).

• **Je gymnastické nářadí v Sokole Milevsko dostačující?**

Z odpovědí trenérek lze říct, že gymnastického nářadí je v sokolovně mnoho. Nachází se zde kladina, prostná – roiter (pruh, ne čtverec), přeskok, hrazda, kruhy, tyč na šplh, žebřiny, různé bedýnky, můstky, trampolíny, pánská bradla a další. Ale chybí především dámská bradla a jelikož toto nářadí mají gymnastky i na závodech, je pro ně trénování daleko těžší. Lze trénovat pouze na výměnné tyči na bradla, která se postaví místo hrazdy, ale dívky se nemohou posunovat v trénování, jelikož dámská bradla jsou dvě tyče o nestejně výšce a cvičí se na nich zároveň. Dá se tedy považovat gymnastické nářadí za nedostačující.

Z grafu lze vyčíst, že trenérky nejsou spokojené s vybavením nářadí na sportovní gymnastiku. Dvě nesouhlasí s tím, že je nářadí na sportovní gymnastiku dostačující, další uvádí, že úplně není, musíme si poradit a poslední trenérka napsala pro základ ano.

• **Jsou k dispozici netradiční gymnastické nářadí a náčiní?**

Ano, je zde mnoho pomůcek k nacvičování různých cviků. K dispozici je například airfloor podlaha, náčiní ze sokolských sletů, stálky, steppery, gymnastické míče, závaží na ruce a nohy, švihadla, různá náčiní z ostatních sportů-bossu, tyčky na přeskakování, náčiní pro atletiku (různé překážky).

3. Jaká je finanční/materiální podpora oddílu gymnastiky v Sokole Milevsko?, která je rozdělena do tří dílčích výzkumných otázek.

• **Existuje finanční/materiální podpora oddílu sportovní gymnastiky a Sokola Milevsko?**

Sokol Milevsko má dotace a sponzory. Z dotazníkového šetření bylo zjištěno, že jimi jsou ČOS, MŠMT, město Milevsko, někdy jihočeský kraj.

Členové Sokola platí příspěvky, které se odlišují dle daného sportu. Sportovní gymnastky platí: nový člen ročně 1000 Kč, stávající člen 800 Kč, dále členský příspěvek 200 Kč, a v poslední řadě oddílový příspěvek 600 Kč.

Oddíl sportovní gymnastiky v Milevsku své vlastní sponzory nemá. Ze zjištění vyplynulo, že gymnastika není finančně náročný sport. Pro základní vybavení je třeba pořídit dítěti jen vhodné oblečení a obuv. Pokud však dítě bude šikovné, bude pak vybavení pro něj náročnější, je možnost zakoupení i gymnastického nářadí domů.

Dále pak bylo zjištěno, že oddíl sportovní gymnastiky nemá možnost čerpat z dotací, jelikož nemá ani jednu účastnici republikových závodů. Pokud by v oddílu byla taková závodnice, oddíl by mohl čerpat z dotací od ČOS.

Co se týče nákupu sportovního nářadí a náčiní na sportovní gymnastiku, tak je to velice finančně náročný sport.

• Je tato podpora dostačující?

Z výsledků zpracování lze říct, že finanční ani materiální podpora není dostačující. Protože pokud by dostačující byla, nechyběla by dámská bradla jako základní vybavení sportovní gymnastiky dívek.

Závěr

Bakalářská práce se zabývala evaluací tréninku vybraného oddílu sportovní gymnastiky u dětí mladšího školního věku, a to zejména ze tří faktorů. Těmito faktory byly účast dětí na tréninku, materiální vybavení a finanční podpora. Práce byla rozdělena na teoretickou a praktickou část.

Teoretická část byla rozdělena do 4 kapitol. První kapitola měla za cíl definovat základní pojmy z oblasti volnočasových aktivit, a to zejména organizace, které jsou na volnočasové aktivity zaměřené, zejména Tělovýchovnou Jednotu Sokol. Dále byla nastíněna stránka sportovní gymnastiky. Třetí kapitola teoretické části se věnovala psychickému a fyzickému vývoji dítěte mladšího školního věku a také prostředí, které má dopad na tento vývoj. Ve čtvrté a zároveň poslední kapitole teoretické části se práce zabývala vztahem a motivací rodičů k volnému času dítěte.

Jednalo se o průřezové evaluační šetření, jehož cílem bylo zjistit, jaké faktory ovlivňují tréninkový proces. Vybranými faktory byly účast dětí na tréninku, materiální vybavení a finanční podpora. Výzkum se zabýval nejen tedy motivací dětí, ale i materiálním a prostorovým vybavením v Sokole Milevsko a v poslední řadě finanční/materiální podporou oddílu sportovní gymnastiky.

Prvním cílem bylo na základě výzkumného šetření v praktické části zjistit u vybraného souboru dětí mladšího školního věku účast ve sportovní gymnastice v Sokole Milevsko, zjistit motivující a demotivující faktory k účasti na tréninku. Z výzkumu vyplynulo, že v našem oddílu sportovní gymnastiky je mnohem víc motivačních faktorů než demotivačních. Mezi hlavní motivační faktory k účasti na tréninku patří pochvala od trenérek a rodičů a celkový prožitek z tréninku. Druhým cílem bylo na základě výzkumného šetření v praktické části zjistit materiální a prostorové vybavení v Sokole Milevsko. Zda je vybavení dostatečné či nikoli, jestli je gymnastické nářadí dostačující a zda je k dispozici netradiční gymnastické nářadí a náčiní. Z dotazníkového šetření vyplynulo, že prostory sokolovny v Milevsku nejsou dostačující. Prostory nejsou dlouho rekonstruované, modernizované. Dále že gymnastické nářadí je opět nedostatečné, jelikož chybí základní gymnastické nářadí bradla. Co se týče netradičního gymnastického nářadí a náčiní, které se při tréninku využívá často, je ho v Sokole celkově dostatečný počet. Třetím cílem bylo na základě výzkumného šetření v praktické části zjistit finanční/materiální podporu oddílu gymnastiky v Sokole Milevsko, zda je tato podpora dostačující. Z výzkumu vyplynulo, že podpora oddílu sportovní gymnastiky v Milevsku

a podpora Sokola Milevsko dostačující není. Sokol sice čerpá z dotací, ale oddíl sportovní gymnastiky čerpat z dotací nemůže a nemá ani své vlastní sponzory. Díky dotacím a sponzorům by se dalo získat nové nářadí a nové vybavení na nácvik různých gymnastických cviků. Dále z dotazníkového šetření bylo zjištěno, že finanční náročnost sportovní gymnastiky je vyšší zejména v rámci nákupu nářadí, ale nákup vybavení jako je oblečení a obuv zatím pro naše dívky a rodiče finančně náročný není.

Z evaluačního šetření jsem zjistila, že naše děti sportovní gymnastika baví a trénují rady, bohužel podmínky spojené s výbavou sportovního nářadí jsou nevyhovující. Nářadí na sportovní gymnastiku je velmi nákladné, proto se musíme zaměřit na vyhledávání vhodných sponzorů.

Seznam použitých zdrojů

1. BLAŽEJ, A. *Motivace dětí a mládeže ve sportu*. Brno: Masarykova univerzita. 148 s. 2019 ISBN 978-80-210-9355-3.
2. HÁJKOVÁ, J., VEJRAŽKOVÁ, D. *Základní gymnastika*. Praha: Karolinum. 1994. ISBN 80-7066-895-4.
3. HELUS, Z. *Úvod do psychologie*. 2. vydání. Praha: Grada. 312 s. 2018 ISBN 978-80-247-2985-5.
4. HENDL, J., *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-040-2.
5. HOFBAUER, B. *Děti, mládež a volný čas*. 1.vyd. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-927-5.
6. JANSA, Petr et al., *Pedagogika sportu*. Praha: Univerzita Karlova. str. 228. 2012 ISBN 978-80-246-2026-8
7. KOLEKTIV AUTORŮ. *Gymnastika*. Praha: Karolinum. 2005 ISBN 978-80-246-1733-6
8. KREMnický, J. *Zmeny úrovně gymnastických zručností vplyvom špecializovaného programu v etape gymnastickej predprípravy*. Ústí nad Labem: Univerzita J.E. Purkyně. 156 s. 2010. ISBN 978-80-7414-275-8
9. KROH, J. *Milevská tělovýchova a sport 1884-2004*. Milevsko: Spolek pro rozvoj kultury v Milevsku. 2004. ISBN 80-239-2098-7.
10. LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*. 2., aktualiz. vyd. Praha: Grada, Psyché (Grada). 2006, 368 s. ISBN 80-247-1284-9.
11. LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*. Praha: Grada, str. 368. 1998. ISBN: 978-80-247-1284-0
12. NOVOTNÝ, J. *Sport v ekonomice*. Vyd. 1. Praha: Wolters Kluwer Česká republika, 2011. ISBN 978-80-7357-666-0.
13. PÁVKOVÁ, J et al., *Pedagogika volného času*. 2. vyd. Praha: Portál.2001, ISBN 80-7178-569-5.

14. PÁVKOVÁ, J. a kol. *Pedagogika volného času*. 3. aktualiz. vyd. Praha: Portál, 2002, ISBN 80-7178-711-6.
15. PÁVKOVÁ, J. *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času*. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-295-5.
16. PELÁNEK, R. 2008. *Příručka instruktora zážitkových akcí*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-353-6. Pozn.: kapitola: instruktorský tým.
17. PERIČ, T. *Sportovní příprava dětí*. Nové, aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2012. Děti a sport. ISBN 9788024742182.
18. PRŮCHA, J. *Přehled pedagogiky: Úvod do studia*. Vyd. 3., aktualiz. Praha: Portál, 2009. s. 92-93. ISBN 978-80-7367-567-7.
19. PRŮCHA, J., *Pedagogická evaluace: hodnocení vzdělávacích programů, procesů a výsledků*. Brno: Masarykova univerzita, 1996. 166 s. ISBN 80-210-1333-8
20. SEKALOVÁ, Z. *120 let tělocvičné jednoty sokol Milevsko 1889-2009*. Milevsko: TJ Sokol Milevsko. 1889-2009. ISBN nevedeno.
21. SEKALOVÁ, Z. *130 let tělocvičné jednoty sokol Milevsko 1889-2019*. Milevsko: TJ Sokol Milevsko. 1889-2019. ISBN nevedeno.
22. SEKOT, A. *Rodiče a sport dětí: Rodičovské výchovné styly jako motivační faktor*. Masarykova univerzita. 2019. ISBN 978-80-210-9293-8.
23. SEVERE, Sal. *Co dělat, aby se vaše děti správně chovaly*. Vyd. 2. Přeložil Milan KOLDINSKÝ. Praha: Portál, 2007. Rádci pro rodiče a vychovatele. ISBN 978-80-7367-324-6.
24. SITNÁ, D. *Metody aktivního vyučování: spolupráce žáků ve skupinách*. Praha: Portál, s. r. o., 2009. 150 s. ISBN 978-80-7367-246-1.
25. ŠIMKOVÁ, S. *Já chci do oddílu, aneb jak si děti a rodiče vybírají kroužky a oddíly*. Praha: Národní institut dětí a mládeže MŠMT, zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků a školské zařízení pro zájmové vzdělávání. 2012. ISBN 978-80-87449-20-2.
26. ŠVINGALOVÁ, Dana. *Úvod do vývojové psychologie*. Liberec: Technická univerzita, 2006. 103 s. ISBN 80-7372-057-4.

27. VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. 2. vydání. Praha: Karolinum. 523 s. 2012 ISBN 978-80-246-2153-1.
28. VÁGNEROVÁ, M.: *Psychologie školního dítěte*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 88 s. 1997. ISBN 80-7184-487-X
29. VESPALEC, T., ZVONAŘ, N., PAVLÍK, J., *Antropomotorika*. [online]. 2016 [cit. 2021-01-23]. Dostupné z <https://publi.cz/books/496/index.html?secured=false#cover>

Seznam zkratk

ČASPV	– České asociace Sport pro všechny
ČOS	– Česká obec sokolská
ČSTV	– Československý svaz tělesné výchovy
MŠMT	– Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy
SK	– Sportovní klub
TJ	– Tělovýchovná jednota

Seznam příloh

Příloha I. Dotazníky pro děti, rodiče a trenéry

Příloha II. Sumarizace otevřených odpovědí z dotazníků

Přílohy

Příloha I.

Dotazník pro děti

10. 3. 2021

Dotazník pro dívky ze sportovní gymnastiky v Milevsku

Dotazník pro dívky ze sportovní gymnastiky v Milevsku

Dobrý den,

obracím se na Vás s prosbou o vyplnění tohoto dotazníku, který se zabývá motivací ve sportovní gymnastice. Prosim i rodiče o pomoc dětem při psaní odpovědí.

Odpovědi jsou anonymní. Váš názor je velmi důležitý a přínosný, jelikož díky němu zjistím skutečný stav problematiky.

Vyplněním tohoto dotazníku mi pomůžete při tvorbě mé bakalářské práce na téma: *Evaluace tréninku sportovní gymnastiky dětí mladšího školního věku v Milevsku.*

Děkuji
Adéla Stejskalová

***Povinné pole**

1. Kolik ti je let? *

Označte jen jednu elipsu.

- 6 let
- 7 let
- 8 let
- 9 let
- 10 let
- 11 let a více

2. Co nejraději děláš ve volném čase? *

3. Jak si se dozvěděla o sportovní gymnastice? *

Označte jen jednu elipsu.

- Od rodičů
- Od bratra/sestry
- Od kamarádů
- Ze školy/školky
- Na internetu
- Z pozvánky na nábor
- Nevím
- Jiné: _____

4. Proč cvičíš sportovní gymnastiku? *

Označte jen jednu elipsu.

- Kvůli kamarádům
- Chtěli to rodiče
- Abych se nenuďla
- Abych se něco naučila
- Baví mě to
- Nevím
- Jiné: _____

5. Na jaké úrovni cvičíš sportovní gymnastiku? *

Označte jen jednu elipsu.

- Závodní
- Rekreční
- Jiné: _____

6. Co tě baví ve sportovní gymnastice? *

7. Co tě nebaví ve sportovní gymnastice? *

8. Tréninky jsou pro tebe.... *

Označte jen jednu elipsu.

- Dlouhé
- Krátké
- Akorát
- Jiné: _____

9. Tréninky jsou pro tebe... *

Označte jen jednu elipsu.

- Zábavné
- Nudné
- Jiné: _____

10. Zranila jsi se při tréninku? (Pokud ano, co tě bolelo?) *

11. Je něco, co ti při tréninku nahání strach? (Pokud ano, napiš co a proč?) *

12. Jaké nářadí máš nejraději? *

13. Chybí ti něco při tréninku? (Pokud ano, napiš co a proč?) *

14. Trénuješ i doma? (Odpovězte ano/ne, poté napište proč?) *

15. Bývala ve sportovní gymnastice pochválena? (Pokud ano, napište od koho?) *

16. Bývala po nepovedeném výkonu potrestána? (Pokud ano, napište od koho?) *

17. Sportuješ dobrovolně a ráda? *

Označte jen jednu elipsu.

Ano

Ne

Nevím

Jiné: _____

18. Chtěla bys dělat jiný sport, než sportovní gymnastiku? (Odpovězte ano/ne, poté napište proč?) *

19. Zúčastníš se řada závodů a vystoupení? (Odpovězte ano/ne, poté napište proč?) *

Obsah není vytvořen ani schválen Googlem.

Google Formuláře

Dotazník pro rodiče

18. 3. 2021

Dotazník pro rodiče dívek ze sportovní gymnastiky v Milevsku

Dotazník pro rodiče dívek ze sportovní gymnastiky v Milevsku

Dobrý den,

obracím se na Vás s prosbou o vyplnění tohoto dotazníku, který se zabývá motivací ve sportovní gymnastice.

Odpovědi jsou anonymní. Váš názor je velmi důležitý a přínosný, jelikož díky němu zjistím skutečný stav problematiky.

Vyplněním tohoto dotazníku mi pomůžete při tvorbě mé bakalářské práce na téma: Evaluace tréninku sportovní gymnastiky dětí mladšího školního věku v Milevsku.

Děkuji
Adéla Stejskalová

***Povinné pole**

1. Jaké je vaše pohlaví? *

Označte jen jednu elipsu.

Žena

Muž

2. Motivujete děti ke sportování? *

Označte jen jednu elipsu.

Ano

Ne

Nevím

3. Vykonává vaše dítě ještě jiné sporty? *

Označte jen jednu elipsu.

- Ano
 Ne
 Nevím

4. Jakému sportu se dále vaše dítě věnuje? *

Označte jen jednu elipsu.

- Pouze sportovní gymnastice
 Atletice
 Tanci
 Jiné: _____

5. Jak jste se dozvěděli o sportovní gymnastice? *

6. Jste spokojeni s výběrem tohoto sportu? *

Označte jen jednu elipsu.

- Ano
 Ne
 Nevím
 Jiné: _____

7. Chodí vaše dítě na tréninky rádo? *

Označte jen jednu elipsu.

- Ano
 Ne
 Nevím
 Jiné: _____

8. Přemlouváte dítě k účasti na tréninku? Pokud ano, napište jakým způsobem? *

9. Vyhovuje vám trénink třikrát týdně? *

Označte jen jednu elipsu.

- Ano
 Ne
 Nevím
 Jiné: _____

10. Zdají se vám tréninky? *

11. Myslíte si, že tréní motivují děti při tréninku dostatečně? *

Označte jen jednu elípsu.

- Ano
 Ne
 Nevím
 Jiné: _____

12. Jak chcete, aby vaše dítě vykonávalo sportovní gymnastiku? *

Označte jen jednu elípsu.

- Rekreačně
 Závodně
 Jiné: _____

13. Co všechno vaše dítě prožilo díky sportovní gymnastice? *

Zaškrtněte všechny platné možnosti.

- Závody
 Vystoupení
 Sokolská Akademie
 Online trénink
Jiné: _____

14. Motivovalo by vaše dítě gymnastické soustředění? *

Označte jen jednu elípsu.

- Ano
 Ne
 Nevím
 Jiné: _____

15. Chtěli byste vy, aby se vaše dítě zúčastnilo soustředění? *

Označte jen jednu elípsu.

- Ano
 Ne
 Nevím
 Jiné: _____

16. Jaké byste preferovali soustředění? *

Označte jen jednu elípsu.

- Vícedenní v Milevsku
 Jednodenní v Milevsku
 Vícedenní mimo Milevsko
 Jednodenní mimo Milevsko
 Jiné: _____

17. Je pro vás tento sport finančně náročný? *

Označte jen jednu elípsu.

- Ano
 Ne
 Nevím
 Jiné: _____

18. Co musíte dítěti pořídit na trénování? *

19. Jsou pro vás drahé dresy a cvičky? *

Označte jen jednu eřpsu.

- Ano
 Ne
 Nevím
 Jiné: _____

20. Je pro vás finančně náročná doprava dětí na trénink? *

Označte jen jednu eřpsu.

- Ano
 Ne
 Nevím
 Jiné: _____

21. Mají vaše děti nějaké gymnastické vybavení i doma? *

Zaškrtněte všechny platné možnosti.

- Nemají
 Žíněky
 Švihadlo
Jiné: _____
-

Dotazník pro trenéry

10. 3. 2021

Dotazník pro trenéry sportovní gymnastiky v Milevsku

Dotazník pro trenéry sportovní gymnastiky v Milevsku

Dobrý den,

obracím se na Vás s prosbou o vyplnění tohoto dotazníku, který se zabývá motivací ve sportovní gymnastice.

Odpovědi jsou anonymní. Váš názor je velmi důležitý a přínosný, jelikož díky němu zjistím skutečný stav problematiky.

Vyplněním tohoto dotazníku mi pomůžete při tvorbě mé bakalářské práce na téma: **Evaluace tréninku sportovní gymnastiky dětí mladšího školního věku v Milevsku.**

Děkuji

Adéla Stejskalová

***Povinné pole**

1. Jaké prostory má sokolovna k dispozici? *

2. Jsou tyto prostory dostačující? *

Označte jen jednu elipsu.

- Ano
- Ne
- Nevím
- Jiné: _____

3. Jaké nářadí pro sportovní gymnastiku se v sokolovně nachází? *

4. Je nářadí dostačující pro sportovní gymnastiku? *

Označte jen jednu elipsu.

- Ano
 Ne
 Nevím
 Jiné: _____

5. Pokud nějaké materiální vybavení na sportovní gymnastiku chybí, napište jaké a zdůvodněte. *

6. Je k dispozici netradiční gymnastické nářadí nebo náčiní a pomůcky? Pokud ano, jaké? *

7. Využíváte netradiční nářadí na sportovní gymnastice? *

Označte jen jednu elipsu.

- Ano
 Ne
 Nevím
 Jiné: _____

8. Má sokol nějaké sponzory nebo dotace? *

Označte jen jednu elipsu.

- Ano
 Ne
 Nevím
 Jiné: _____

9. Pokud víte, o které sponzory/dotace se jedná, napište je.

10. Platí členové sokola příspěvky? *

Označte jen jednu elipsu.

- Ano
 Ne
 Nevím
 Jiné: _____

11. Jsou rozdílné příspěvky členů sokola? *

Označte jen jednu elipsu.

- Ano
 Ne
 Nevím
 Jiné: _____

12. Myslíte si, že sportovní gymnastika je finančně náročný sport? Zdůvodněte. *

13. Je finančně náročný nákup sportovního nářadí a náčiní na sportovní gymnastiku? *

Označte jen jednu elipsu.

- Ano
 Ne
 Nevím
 Jiné: _____

14. Má sportovní gymnastika v Milevsku své sponzory? *

Označte jen jednu elipsu.

- Ano
 Ne
 Nevím
 Jiné: _____

15. Pokud ano, napište jaké sponzory.

16. Kolik korun stojí roční financování člena sportovní gymnastiky? *

17. Má sportovní gymnastika možnost čerpat z dotací? *

Označte jen jednu elipsu.

- Ano
 Ne
 Nevím
 Jiné: _____

18. Pokud ano, napište z jakých dotací.

Příloha II.

Sumarizace otevřených odpovědí na otázky v dotazníku pro dívky

Otázka č. 2 Co nejraději děláš ve volném čase?

„Pomáhám doma. Hraji si, čtu a hraji na klavír. Ráda si hraju s panenkami. Hraji si. Hraju házenou, cvičím a hraju hry. Věnuju se domácím mazlíčkům. Hraji si, plavu, jezdím na kole, koloběžce, skáču. Cvičím, zpívám, čtu, hraji si.“

Otázka č. 6 Co tě baví ve sportovní gymnastice?

„Cvičení na hrazdě. Nejvíce cvičení na žebřinách, opičí dráha, setkání s kamarádkami, ale baví mě všechno. Cvičení na kladině a stojky na prostné. Cvičení na kladině. Přeskok, kladina, hrazda. Cvičit mosty. Zajíčci. Hvězdy a vše ve vzduchu.“

Otázka č. 7 Co tě nebaví ve sportovní gymnastice?

„Když jsem si musela sama vymyslet sestavu. Nic, baví mě vše. Rozcvičky. Nevím. Všechno mě baví. Kotoul dozadu. Vše mě zajímá a baví. Protahování trochu bolí.“

Otázka č. 10 Zranila jsi se při tréninku? (Pokud ano, co tě bolelo?)

„Ne. Ne. Ne. Ne. Ne. Ne. Ne. Ne. Ano, bolely mě záda po pádu z kladiny. Jednou po kotoulu letmo mě bolel krk.“

Otázka č. 11 Je něco, co ti při tréninku nahání strach? (Pokud ano, napiš co a proč?)

„Ne. Ne. Ne. Ne. Ne. Nic. Nic. Ještě se sama bojím dělat přemet. Kotoul na kladině.“

Otázka č. 12 Jaké nářadí máš nejraději?

„Kladina. Kladina. Kladina. Přeskok. Žebřiny, tyč na šplh a trampolína. Kruhy. Hrazda. Trampolína.“

Otázka č. 13 Chybí ti něco při tréninku? (Pokud ano, napiš co a proč?)

„Nic. Nic. Nic. Nic. Nic. Ne. Ne. Hudba.“

Otázka č. 14 Trénuješ i doma? (Odpovězte ano/ne, poté napište proč?)

„Ano, protože mě to baví. Ano. Trochu. Ano, protože mě to baví. Ano, baví mě to. Někdy. Ano. Trochu.“

Otázka č. 15 Býváš ve sportovní gymnastice pochválena? (Pokud ano, napište od koho?)

„Někdy ano, od trenérek. Ano, od Adélky. Ano. Ano, od trenérky. Ano od trenérů. Ano. Ano, od trenérek a rodičů. Nevím.“

Otázka č. 16 Býváš po nepovedeném výkonu potrestána? (Pokud ano, napište od koho?)

„Ne. Ne. Ne. Ne. Ne. Ne. Ne. Ne.“

Otázka č. 18 Chtěla bys dělat jiný sport, než sportovní gymnastiku? (Odpovězte ano/ne, poté napište proč?)

„Ne. Ne. Ne. Zatím ne. Zatím ne. Mám i jiné. Dělán ještě atletiku. Chtěla bych vyzkoušet cvičení se stuhou a obručí.“

Otázka č. 19 Zúčastňuješ se ráda závodů a vystoupení? (Odpovězte ano/ne, poté napište proč?)

„Ano. Ano. Na žádných jsem nebyla, ale chtěla bych jít. Nebyla jsem asi, že jsem byla hodně nemocná a nikdo mi neřekl, abych šla. Ano, protože nacvičujeme sestavy. Ve skupince ano, individuálně ne. Zatím jsem se nezúčastnila. Ano baví mě to. Nevím.“

Sumarizace otevřených odpovědí na otázky v dotazníku pro rodiče.

Otázka č. 5 Jak jste se dozvěděli o sportovní gymnastice?

„Z pozvánky na nábor. Z pozvánky na nábor. Od kamarádky. Od kamarádky. Od kamarádky. Od kamarádky. Ze školy. Ze školy. Maminka trenérka. Byla jsem členkou. Na internetu. Sourozenec. Od známých. Rodina. Od ženy.“

Otázka č. 8 Přemlouváte dítě k účasti na tréninku? Pokud ano, napište jakým způsobem?

„Ne. Ne. Ne. Ne. Ne. Ne. Ne. Většinou ne, pokud ano, tak tím, že je dobré na sport chodit pravidelně. Nepřemlouvám ji, baví ji to. Nepřemlouvám, chodí ráda. Někdy, domluvou. Nepřemlouváme. Nepřemlouváme. Nepřemlouvám. Někdy.“

Otázka č. 10 Zdají se vám tréninky?

„Akorát. Akorát. Akorát. Akorát. Akorát. Akorát. Akorát. Pokud jde rovnou z družiny, pak z důvodu plnění školních úkolů se zdají dlouhé, kdo však sport dělá vrcholově, chápu, že je třeba trávit tím více času. Jsou tak akorát dlouhé 1.5 až 2 h je standart. Nedokážu říct. Akorát dlouhé. Dostatečné. Dlouhé. Krátké.“

Otázka č. 18 Co musíte dítěti pořídit na trénování?

„Dres, cvičky. Dres, cvičky. Dres, cvičky. Dres, cvičky. Dres, sportovní legíny, gymnastické cvičky, švihadlo. Základní sportovní vybavení pro tento sport Sportovní gymnastické oblečení, úbor, cvičky. Švihadlo, cvičky, velkou láhev na pití. To co bude vyžadovat trenér. Obuv, dres, švihadlo. Dres, cvičky, legíny. Sportovní oblečení. Dres, cvičky. Zatím nic. Prostor.“

Sumarizace otevřených odpovědí na otázky v dotazníku pro trenéry.

Otázka č. 1 Jaké prostory má sokolovna k dispozici?

„Vnitřní prostor včetně vyvýšeného pódia, malý sál, šatny, toalety, sprcha, venkovní prostor s běžeckou dráhou, pole na volejbal/nohejbal atd, dráhu a doskočiště na krok daleký. Ne úplně velké ale dá se, rozvrh hodně zaplněný. Vlastní, nepříliš velké, dostatečné pro základní trénink, nedostatečné pro nacvičování složitých prvků a skoků nebo skupinových vystoupení (akademie), dlouho nemodernizované, nerekonstruované. Tělocvičnu – velký sál a malý sál, šatny, toalety, sprchy, venkovní hřiště.“

Otázka č. 3 Jaké nářadí pro sportovní gymnastiku se v sokolovně nachází?

„Kladiny, můstky, jazyk, kůň, hrazda, pánská bradla, žíněnky, doskokové duchny, rojtr+koberec. Prostná, kladina, přeskok, bradla, hrazda, žíněnky, duchýnky. Kladina, hrazda, dámská i pánská bradla, přeskok přes koně i bednu, roiter (pruh, ne čtverec), airfloor podlaha, kruhy. Nedostatečné nářadí – kladina, prostná, přeskok, chybí dámská bradla, ale je spousta pomůcek k nacvičování různých cviků, žebřiny.“

Otázka č. 5 Pokud nějaké materiální vybavení na sportovní gymnastiku chybí, napište jaké a zdůvodněte.

„Dámská bradla. Dámská bradla – jsou zde stará, která jsou už nyní nevyhovující. Různé pomocné náčiní/nářadí pro nacvičování prvků- např. Více doskokových žíněnek/duchem. Trampolíně s různou tvrdostí pletení. Dámské bradla – nářadí, které mají dívky na závodech.“

Otázka č. 6 Je k dispozici netradiční gymnastické nářadí nebo náčiní a pomůcky? Pokud ano, jaké?

„Stálky, závaží na ruce a nohy, švihadla, gymnastické míče, steppery, náčiní ze sokolských sletů. Koberečky, stálky. Ano, díky tomu, že je nás oddíl spojený se sokolem, má k dispozici různá náčiní z ostatních sportů-bossu, gymballs, tyčky na přeskakování, náčiní pro atletiku (různé překážky), atd. Ano, je zde mnoho pomůcek k nacvičování různých cviků – airfloor, náčiní ze sokolských sletů, stálky, steppery, gymnastické míče.“

Otázka č. 9 Pokud víte, o které sponzory/dotace se jedná, napište je.

„ČOS, MŠMT, město Milevsko, někdy jihočeský kraj. Něco od města, něco z MŠT, o soukromím nevím.“

Otázka č. 12 Myslíte si, že sportovní gymnastika je finančně náročný sport? Zdůvodněte.

„Sportovní gymnastika finančně náročná není. Nejdražší jsou kvalitní cvičky. Myslím si že ne. Moc k tomu není potřeba dres, cvičky, řemínky, legíny. A je gymnastka připravena. Záleží, na jaké úrovni, čím více se začne jezdit na závody a postupovat na vyšší úrovni, tím je to finančně náročnější, ale jsou i finančně náročnější sporty. Myslím si, že jsou mnohem náročnější sporty ohledně financí. U tohoto sportu je potřeba pouze gymnastické oblečení, správná obuv, řemínky. Dívky jsou pak náročnější s výběrem dresů, nebo dokonce s vybavením na doma.“

Otázka č. 15 Pokud ano, napište jaké sponzory.

„Nemá žádné sponzory.“

Otázka č. 16 Kolik korun stojí roční financování člena sportovní gymnastiky?

„Cca 2000,- Kč. Bohužel nevím. nejde to úplně vypočítat. Neodhadnu, ale budu-li počítat závodící členku, tak odhaduji, že 10000Kč to být může. Pokud se odpověď týká pouze příspěvků, je to takto: nový člen platí ročně 1000 Kč, stávající člen platí 800 Kč, dále členský příspěvek 200 Kč, a v poslední řadě oddílový příspěvek je 600 Kč. Poté rodiče musí své dítě vybavit správnou obuví a oblečením.“

Otázka č. 18 Pokud ano, napište z jakých dotací.

„Z ČOS ale pouze účastnice republikových závodů.“

Abstrakt

Bibliografický odkaz

STEJSKALOVÁ, A. *Evaluace tréninku sportovní gymnastiky dětí mladšího školního věku v Milevsku*. České Budějovice 2021. Bakalářská práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Teologická fakulta. Vedoucí práce Chyzy Hana, Dr. phil.

Klíčová slova: volný čas, volnočasové aktivity, volnočasové organizace, sportovní gymnastika, mladší školní věk, motivace

Abstrakt

Práce se zabývá evaluací tréninku sportovní gymnastiky u dětí mladšího školního věku v Sokole Milevsko. Teoretická část charakterizuje volnočasové aktivity, dále pak organizace, které jsou zaměřené na volnočasové aktivity dětí, zejména organizací T. J. Sokol. Práce také popisuje sportovní gymnastiku. Dále popisuje mladší školní věk, jeho psychický a fyzický vývoj a také prostředí, ve kterém dítě vyrůstá. V neposlední řadě se práce věnuje především vztahem rodičů k volnému času dětí a motivací dětí ke sportu. Praktická část bakalářské práce se zabývá evaluací tréninku sportovní gymnastiky u dětí mladšího školního věku, a to zejména ze tří pohledů. Cílem bakalářské práce je, na základě vybraných faktorů, kterými jsou účast dětí na tréninku, materiální vybavení a finanční podpora, zhodnotit tréninkový proces v oddílu sportovní gymnastiky v Sokole Milevsko.

Abstract

Evaluation of sports gymnastics training of children of younger school age in Milevsko.

Key Words: leisure, leisure activities, leisure organisations, sports gymnastics, younger school age, motivation

Abstract

The bachelor thesis looks into the evaluation of gymnastics training for children of younger school age in Sokol Milevsko. The theoretical part characterizes leisure activities, as well as organizations that are focused on those activities, especially organizations called T. J. Sokol. The thesis also describes gymnastics. It also describes the younger school age in general, the mental and physical development of children and also the environment in which the child grows up. Last but not least, the thesis describes the relationship of parents to leisure activities of children and their motivation to sport. Practical part of bachelor thesis looks into younger school age gymnastics training from three different views. The aim of this thesis is to evaluate the whole process of training at Sokol Milevsko, based on chosen factors, which are children's participation in training, material equipment and financial support. Another goal is to deduce from the results what to do better in the future as a gymnastics coach.