

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLMOUCI

PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Katedra psychologie a patopsychologie

Diplomová práce

Bc. Martina Čudrnáková

Motivace dětí a rodičů v oddílech sportovní gymnastiky TJ Sokol

Olomouc 2021

Vedoucí práce: Mgr. Veronika Kavková, Ph.D.

Poděkování

Děkuji Mgr. Veronice Kavkové, Ph.D. za její rady a podněty, které mi jako vedoucí diplomové práce poskytla při jejím zpracování. Dále děkuji trenérům sportovní gymnastiky TJ Sokol za pomoc při distribuci dotazníků a také rodičům a mladým sportovcům, kteří se účastnili dotazníkového šetření. V neposlední řadě děkuji celé své rodině za podporu při psaní.

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala samostatně a veškerou použitou literaturu a ostatní zdroje uvádím v seznamu citované literatury.

V Olomouci dne

Bc. Martina Čudrnáková

ANOTACE

| | |
|--------------------------|---------------------------------------|
| Jméno a příjmení: | Bc. Martina Čudrnáková |
| Katedra: | Katedra psychologie a patopsychologie |
| Vedoucí práce: | Mgr. Veronika Kavková, Ph.D. |
| Rok obhajoby: | 2021 |

| | |
|--------------------------------|---|
| Název práce: | Motivace dětí a rodičů v oddílech sportovní gymnastiky TJ Sokol |
| Název v angličtině: | Motivation of children and parents in the groups of gymnastics TJ Sokol |
| Anotace práce: | Diplomová práce se zabývá motivací dětí a rodičů ve sportovní gymnastice TJ Sokol. Cílem práce je zjistit, analyzovat a vyhodnotit, zda existují rozdíly v motivaci dětí v závislosti na věku a pohlaví dětí. Další oblastí, kterou analyzuje empirická část diplomové práce, je motivace rodičů, jejichž děti trénují gymnastiku v sokolských oddílech. Jedním z dalších témat, kterým se diplomová práce zabývá, je analýza a vyhodnocení vztahu, který děti a rodiče mají ke spolku Sokol. |
| Klíčová slova: | gymnastika, motivace, rodiče, sport, Sokol, školní věk |
| Annotation | The diploma thesis deals with the motivation of children and parents in gymnastics TJ Sokol. The aim of the work is to find out, analyze and evaluate whether there are differences in the motivation of children depending on the age and sex of children. Another area analyzed by the empirical part of the diploma thesis is the motivation of parents whose children train gymnastics in Sokol clubs. One of the other topics that the diploma thesis deals with is the analysis and evaluation of the relationship that children and parents have with the Sokol association. |
| Keywords | gymnastics, motivation, parents, sport, Sokol, school age |
| Přílohy vázané v práci: | Příloha 1 – Dotazník pro rodiče Příloha 2 – Dotazník pro děti Příloha 3 – Tabulka odpovědí rodičů 1.-5. otázka Příloha 4 – Tabulka odpovědí dětí |
| Rozsah práce: | 91 |
| Jazyk práce: | český jazyk |

Obsah

| | |
|---|-----------|
| ÚVOD..... | 7 |
| I. TEORETICKÁ ČÁST..... | 9 |
| 1 Motivace..... | 10 |
| 1.1. Pojem motivace..... | 10 |
| 1.2. Motivy..... | 10 |
| 1.3. Potřeby..... | 11 |
| 1.4. Teorie motivace..... | 11 |
| 1.5. Vnější a vnitřní motivace..... | 12 |
| 2 Motivace ve sportu..... | 14 |
| 2.1. Sportovní motivace..... | 14 |
| 2.2. Motivace dětí ve sportu..... | 15 |
| 2.3. Maslowova pyramida potřeb pro sportovní praxi..... | 17 |
| 2.4. Výkonová motivace..... | 18 |
| 2.5. Zpětná vazba ve sportu..... | 19 |
| 2.6. Role trenéra ve sportu..... | 20 |
| 2.7. Rodiče ve sportu dětí..... | 23 |
| 2.8. Význam sportu..... | 26 |
| 3 Charakteristika vývojových období dětského věku..... | 28 |
| 3.1. Mladší školní věk..... | 28 |
| 3.2. Střední školní věk..... | 29 |
| 3.3. Starší školní věk..... | 30 |
| 3.4. Dívky versus chlapci..... | 32 |
| 4 Gymnastika..... | 34 |
| 4.1. Pojem gymnastika..... | 34 |
| 4.2. Dělení gymnastiky..... | 35 |
| 4.3. Příklad gymnastiky..... | 35 |
| 4.4. Sportovní gymnastika..... | 37 |
| 5 Sokol..... | 38 |
| 5.1. Historie spolku Sokol..... | 38 |
| 5.2. Sokol v současnosti..... | 39 |
| 5.3. Činnost spolku Sokol..... | 40 |
| 6 Rešerše zkoumané problematiky..... | 42 |
| II. EMPIRICKÁ ČÁST..... | 46 |
| 7 Cíle výzkumu..... | 47 |
| 7.1. Hlavní cíl..... | 47 |

| | |
|--|-----------|
| 7.2. Dílčí cíle | 47 |
| 8 Metodika výzkumu | 48 |
| 8.1. Výzkumné otázky | 48 |
| 8.2. Stanovení hypotéz..... | 49 |
| 8.3. Metody výzkumu..... | 50 |
| 8.4. Výzkumný soubor | 51 |
| 8.5. Realizace a průběh výzkumu | 51 |
| 9 Interpretace zjištěných dat | 52 |
| 9.1. Výsledky dotazníkového šetření..... | 52 |
| 9.1.1. Dotazník pro rodiče | 52 |
| 9.1.2. Dotazník pro děti..... | 57 |
| 9.2. Testování hypotéz | 61 |
| 10 Diskuse a závěry..... | 76 |
| ZÁVĚR | 80 |
| SEZNAM POUŽITÝCH ZKRATEK..... | 82 |
| SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY | 83 |
| ELEKTRONICKÉ ZDROJE | 86 |
| SEZNAM OBRÁZKŮ | 88 |
| SEZNAM TABULEK | 89 |
| SEZNAM GRAFŮ | 90 |
| SEZNAM PŘÍLOH..... | 91 |

ÚVOD

Radost z pohybu, dětský kolektiv, dobrý trenér, podpora rodičů, sportovní gymnastika, sokolské ideály – to je jen několik slovních spojení, ale také klíčových pojmů, které se staly pilíři k napsání této diplomové práce. Zároveň jsou to možná vodítka k zamyšlení nad problematikou motivace dětí ve sportu, možnostmi využití gymnastiky pro rozvoj dětí nebo třeba také slova, která se lidem vybaví, když někdo řekne, že jde na trénink.

Jako trenérka jsem se často dostala do situací, ve kterých jsem řešila, co dělat lépe a jak postupovat, abych své svěřence motivovala k další sportovní činnosti. Vývoj dítěte se proměňuje s věkem a trenér musí počítat s tím, že motivace, která dřív působila jako magické kouzlo, už dávno nemusí platit. Proto je potřeba být připraven na možné změny strategie. Mladý sportovec tráví mnoho času se svým trenérem a ten se stává jeho rádcem, průvodcem a často i vzorem. Zjištění motivace dítěte usnadní tréninkový proces a trenér může tyto poznatky využít jednak k rozvoji dovedností svého svěřence, ale také k prohloubení vzájemné důvěry mezi účastníky tréninkového procesu a zvýšení důvěry sportovce v sebe sama.

Tématem diplomové práce je motivace dětí a rodičů v oddílech sportovní gymnastiky Tělovýchovné jednoty Sokol. U dětí je zaměřena na otázky, proč navštěvují tyto oddíly a jaké převažují motivy k provádění sportovní činnosti. Tyto otázky vedou ke zjištění, do jaké míry si děti uvědomují význam sportu, jak jsou ovlivněny svým trenérem, zda na ně působí vnitřní či vnější motivace a další související otázky. Tato diplomová práce je věnována také rodičům sportující mládeže, u kterých si klade hlavní otázku, jaké jsou jejich důvody k podpoře sportování svých dětí.

Hlavním cílem diplomové práce je tedy zjistit a analyzovat motivaci dětí a rodičů v oddílech sportovní gymnastiky Tělovýchovné jednoty Sokol. V dílčích cílech budou pomocí analýzy identifikovány rozdíly v motivaci u chlapců a děvčat, v mladším a starším školním věku a také bude zjišťováno, jaký vztah mají děti a jejich rodiče se spolku Sokol. Teoretická část nabízí informace o základních pojmech, které otevírají danou problematiku. Definuje pojem motivace, motivaci ve sportu, charakterizuje jednotlivá období školního věku a přichází se základními poznatky o gymnastice a Sokole.

Empirická část diplomové práce je věnována kvantitativnímu výzkumu, který pomocí dotazníkového šetření odpovídá na výzkumné otázky a snaží se dojít k určitým poznáním

v oblasti sportovní motivace. Podává také základní informace o samotném výzkumu, tedy o tématu, metodách, výzkumném souboru, podmínkách a průběhu jeho realizace.

Problematikou motivace ve sportu se v minulosti zabývala řada autorů. Motivace dětí ke sportování je relativně oblíbeným tématem, a proto není problém dohledat výzkumné práce, které se jí zabývají (Langová, 2012; Brandejská 2016; Bartečková 2017 aj.). Otázka „sportovního rodičovství“ je už o něco méně diskutována, přestože jsou rodiče ve sportu dětí důležitým činitelem, který celý tréninkový proces významně ovlivňuje. O něco více se touto problematikou zabývají zahraniční autoři, proto bylo možné v této diplomové práci provést částečné srovnání s jedním z těchto výzkumů (Pracht et al., 2020).

Ke své diplomové práci jsem přistupovala se zájmem a zvědavostí, která byla podpořena motivací trenéra sportovní gymnastiky, bývalého sportovce a také rodiče dítěte, které se aktivně věnuje sportu. Motivace ve sportu je téma, které bylo, je a myslím si, že i bude, v kontextu doby, stále aktuální.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 Motivace

První kapitola této diplomové práce pojednává obecně o motivaci, která je hlavním tématem této práce. Vysvětlí pojem motivace, přiblíží dílčí části motivace, některé teorie motivace a charakterizuje motivaci v pojmech vnější a vnitřní motivace.

1.1. Pojem motivace

Motivace je termín odvozený z latinského *movere* – hýbat, pohybovat (Kábrt, 2016, s. 343). Čáp (1997, s.84) tento pojem vysvětluje jako „*souhrn hybných činitelů v činnostech, učení a osobnosti*“. Za hybné činitele považuje takové skutečnosti, které mají schopnost jedince podněcovat, podporovat nebo naopak jeho aktivitu tlumit. S tímto názorem souhlasí také Bílý (2005, s. 174), který uvádí: „*Motivací rozumíme souhrn činitelů, který jedince podněcuje, podporuje, nebo naopak brzdí*“.

Vágnerová (2007) spojuje motivaci s emočním prožitkem, který signalizuje určité potřeby. Vidí v něm prostředek hodnocení aktuálního stavu či situace, který stimuluje jednání, směřující k dosažení uspokojení potřeb jedince.

Nakonečný (2014) zobecňuje motivaci v intrapsychicky probíhající proces, který vychází z nějaké potřeby a který vyústuje ve výsledný žádoucí stav. Poukazuje tak na to, že člověk jedná především proto, aby něčeho dosáhl. Jinými slovy jde o vznik a uspokojování potřeb.

Kohoutek (2000) vidí motivaci jako velmi složitou a komplexní, proto představu jediného působícího motivu považuje za nereálnou abstrakci. Také autoři Čáp a Mareš (2001) poukazují na složitost motivace a individuální odlišnosti v motivaci jedinců. Uvádějí to na příkladu, kdy několik lidí vykonává stejnou činnost, ale každý z jiných důvodů. Čáp (1997) upozorňuje na to, že u téhož člověka se může motivace k určité činnosti v průběhu života změnit.

1.2. Motivy

S motivací je úzce spojen termín motiv. Vágnerová (2007, s. 168) motivy interpretuje jako „*osobní příčiny určitého chování, které člověku dávají smysl*“. V motivech spatřuje tři složky, které definují odezvu motivace. Jsou to: směr, tedy obsah zaměřené aktivity, intenzita aktivity, kterou je potřeba vynaložit k dosažení cíle a délka trvání takovéto činnosti. Také Blažej (2019) vysvětluje motivaci z hlediska tří rovin, které působí současně. Uvádí dimenzi směru,

intenzity a stálosti. Poslední jmenovanou vysvětluje jako míru schopnosti jedince překonávat nejrůznější vnější a vnitřní překážky při činnosti, ke které je jedinec motivován.

Čáp (1997) považuje za nejčastější motivy jednání zájmy, návyky, emoce, postoje, cíle a hodnoty. Kohoutek (2002) tento výčet doplňuje o ideály, sklony, potřeby a závislost na někom nebo na něčem. Poukazuje také na fakt, že „každá lidská činnost je nějak motivována, ať už za ní stojí jakákoliv potřeba nebo zájem“ (Kohoutek, 2000, s. 123).

Čáp a Mareš (2001) se zabývají také působením vnějších pobídek, tzv. incentív, na lidskou motivaci. Ty jsou podle zmíněných autorů velmi těsně spjaty s vnitřními motivy. Při nedostatku vnitřní motivace vidí riziko neúčinnosti vnějších pobídek. Z jejich pohledu by tedy vnitřní motivace měla být vždy alespoň zčásti přítomna, jelikož vliv vnější motivace na chování jedince nepovažují z dlouhodobého hlediska za tak významný jako vliv motivace vnitřní.

1.3. Potřeby

Někteří autoři považují lidskou potřebu za nejdůležitější druh motivace. Kohoutek (2000, s. 123) ji definuje těmito slovy: „*Potřebou nazýváme pociťovaný či prožívaný nedostatek nebo nadbytek něčeho*“. Poukazuje také na průvodní jev, kterým je vnitřní duševní napětí, které nás může vést k chování, vedoucí k uspokojení našich potřeb.

Potřeby jsou tedy základní motivační síly. Různí autoři přistupují k dělení lidských potřeb rozdílně. Bílý (2005) nabízí rozdělení potřeb do několika skupin, které zahrnují elementární životní potřeby (potřeba dýchat, jíst, pít, spát, potřeba bezpečí, sexuální), potřeby činnosti, změny, potřeby sociálního styku a potřeba společenského uznání.

Kohoutek (2000) uvádí dělení potřeb na materiální a kulturní, na potřeby biologické a sociálně psychologické a potřeby základní a vyšší. Poukazuje na to, že každý člověk má svou určitou strukturu potřeb. Ta může být závislá na celé řadě faktorů jako je věk, pohlaví, vzdělání, výchova, povolání či rodinný stav.

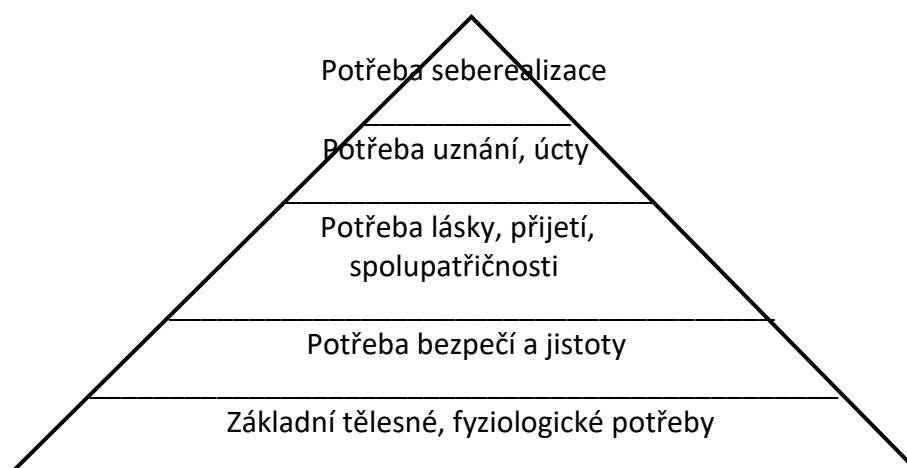
1.4. Teorie motivace

Otázkou motivace a lidských potřeb se psychologové zabývali v různých historických obdobích. V polovině 19. a 20. století vznikla celá řada teorií motivace, které by se daly shrnout do několika proudů. Vágnerová (2007) uvádí několik významných teorií, např. teorii S. Freuda (1856-1939) zdůrazňující význam pudových potřeb, behavioristické teorie a teorie kladoucí důraz na psychosociální potřeby, mezi něž autorka řadí také humanisticky zaměřené teorie.

Jedním z představitelů humanistické psychologie byl A. Maslow (1908–1970). Jeho hierarchický model potřeb, tzv. Maslowova pyramida, vychází z představy, že některé lidské potřeby mají prioritu před ostatními. Podle této teorie je nutno nejprve uspokojit základní fyziologické potřeby, abychom byli přístupni ostatním potřebám. Skupiny lidských potřeb rozdělil na nižší, deficitní (fyziologické potřeby a potřeba bezpečí), vyšší potřeby (lásky a úcty) a tzv. růstové potřeby podporují rozvoj osobnosti, tzv. sebeaktualizaci (Vágnerová, 2007).

Maslowova teorie je všeobecně uznávanou teorií motivace, která se aplikována v různých oborech lidské činnosti. Je inspirací pro odborníky z řad psychologů, filozofů, ekonomů i jiných vědních oborů. V kapitole 2.2. bude podrobněji popsána v souvislosti se sportovní praxí.

Přehledně je Maslowova pyramida potřeb zobrazena na Obrázku 1.



Obrázek 1 Maslowova pyramida potřeb

Zdroj: Vlastní zpracování, převzato z: Raveninthefog (2014)

1.5. Vnější a vnitřní motivace

Vnější motivace by se dala charakterizovat jako soubor pobídek, které vybízejí k vykonávání činnosti prostřednictvím vnějších stimulů, které chce jedinec získat. Ty mohou být hmotné, například dárky, peníze nebo nehmotné, jejichž příkladem může být pochvala nebo zájem druhé osoby. Motivaci lze provést také negativními stimuly, kterým se jedinec snaží naopak vyhnout. Můžou jimi být kritika, výsměch či tresty v různé podobě (Vágnerová, 2001).

Osoba poháněná vnitřní motivací je pobízena k výkonu určité aktivity především vnitřními motivy, potřebami, kterými ve sportu mohou být například potřeba bavit se či soutěžit (Blažej, 2019). V lidské motivaci nejsou hranice vnitřní a vnější motivace nijak

pevně dány, obě možnosti se prolínají a doplňují. Přehledně lze stimuly vnitřní a vnější motivace vyčíst z Obrázku 2.

| | | | | | |
|-----------------|--|--|---|------------------|--|
| | | Pozitivní motivace | | | |
| Vnější motivace | | - pochvaly - povzbuzování - finanční odměny - jiné neutrální odměny - nominace... | - zájem - spokojenost - odhodlání - uspokojení potřeby seberealizace - uspokojení potřeby pohybu... | Vnitřní motivace | |
| | | - tresty a pokuty - urážení a ponižování - deadliny - negativní zpětná vazba - vyloučení z týmu... | - pocit strachu - pocit vzteku - pocit nudy - potřeba vyhnout se ponižení z neúspěchu... | | |
| | | Negativní motivace | | | |

Obrázek 2 Model čtyř druhů motivace

Zdroj: Vlastní zpracování, převzato z: Blažej (2019, s. 13)

Woods (1998) se zabývá rozdíly mezi vnitřní a vnější motivací. Vnitřní motivaci charakterizuje jako potřebu, která vychází z nitra člověka a není nikdy plně uspokojena. To znamená, že vnitřní motivace je velmi vytrvalá a jedinec bude pokračovat a hledat příležitost, jak tuto potřebu plně uspokojit. Autorka vidí velký význam využití vnitřní motivace pro sportovní aktivity, a i když sport poskytuje mnoho forem vnějších odměn nabádá trenéry a pedagogy, aby u svých svěřenců podporovali především motivaci vnitřní. Jako příklad vnější hmotné motivace uvádí medaile a trofeje, příkladem nehmotné vnější motivace může být sportovcova prestiž nebo uznání. Obě formy motivace působí jako motivátory, což zvyšuje pravděpodobnost, že se jedinec bude chovat takovým způsobem, aby byl pozitivně odměněn.

Opakem motivace je amotivace, což je „stav, kdy jedinec nevykazuje žádné, či jen minimální známky zájmu o činnost a nekompetentnost pro výkon činnosti“ (Blažej, 2019, s.11). K tomuto stavu v souvislosti s pohybovou aktivitou dochází u lidí ve většině případech proto, že jim tuto činnost v minulosti někdo znechutil.

2 Motivace ve sportu

„Sportovec nemůže utíkat s penězi v kapsách. Musí běžet s nadějí v srdci a se sny v hlavě.“

Emil Zátopek

Následující kapitola bude věnována oblasti sportovní motivace, zaměří se na motivaci dětí ve sportu, objasní pojem výkonová motivace, zpětná vazba, poukáže na významné osoby tréninkového procesu dětského sportu, kterými jsou trenér a rodiče a zmíní se o významu sportu pro vývoj člověka.

2.1. Sportovní motivace

Motivace je nezbytnou součástí „výbavy“ každého sportovce. Je nutná v případě, že chce sportovec dosáhnout zlepšení svého osobního cíle, touží porazit soupeře, ale i pokud sportuje jen tak pro radost. Slepíčková (2005) považuje motivaci za jeden z nejvýznamnějších faktorů, který má vliv na to, zda jedinec bude mít zájem o aktivní pohyb a jestli se tato činnost stane součástí jeho každodenního života.

Pavel (2019) upozorňuje na silný vliv vnější motivace na chování sportovců. Ti mohou jednat ve snaze docílit ocenění nebo naopak z obavy z trestu. Tyto faktory mohou být silné, ale efekt bývá přechodný, v případě ztráty materiální odměny nebo strachu z trestu slábnou. Proto autor vidí větší perspektivu ve vnitřní motivaci. Ta vyvěrá z nitra člověka ze snahy o zdokonalení svých schopností. Sport pak jedinec vnímá jako radostnou a naplňující činnost, proto je schopen investovat potřebný čas a úsilí k překonání překážek, které jsou s ní spojeny.

V souvislosti s vnitřní motivací hovoří Pavel (2019) o třech psychologických touhách člověka. První je touha po schopnosti, kterou autor vysvětluje jako touhu po úspěchu. Sportovec, který nikdy nezažije pocit úspěchu bude jen těžko motivován. Touhu po autonomii vysvětluje jako snahu být svým pánem při stanovování cílů i rozhodování v tréninkové činnosti. Jako poslední zmiňuje touhu někam náležet, která se projevuje ve snaze být ve spojení s ostatními sportovci. Autor podotýká, že poslední zmiňovaná touha bývá často podceňována trenéry, kteří se soustředí na zlepšování techniky či sportovních dovedností.

2.2. Motivace dětí ve sportu

Perič (2012) rozlišuje při sportování dětí dvě roviny motivace. Jako příklad první, roviny prožitkové, uvádí touhu dítěte zažít legraci, hrát si či zažít něco, na co bude dítě rádo vzpomínat. Rovinu úspěchu vidí například ve srovnávání sil s ostatními či jako touhu umět něco, co ostatní nedokáží. Svoboda (2007) v podobném duchu hovoří o kompetenci, kdy chce člověk ukázat, jak je schopný, co sám dokáže a o zvědavosti, touze po poznání a zažívání určité zkušenosti.

Svoboda (2008) vidí při motivaci dětí velký význam v průběžné motivaci. Soudí, že bez ní lze těžko udržet zájem o sportovní činnost. Na významu získává z velké části proto, že sport je činnost, v níž nelze určitého výkonu, a tedy i uspokojení, dosáhnout naráz. Počáteční motivace tedy nestačí také proto, že sportovec se při cvičení a tréninku setkává i s ne vždy příjemnými a libými pocity. Jak Svoboda (2008) uvádí, sportovci vypovídají o pocitech sebedůvěry, nejistoty, strachu nebo uspokojení při sportovní činnosti. Objevuje se u nich také hněv, radost až nadšení nebo naopak velké zklamání. Příkladem vyšších citů, jako je odpovědnost k družstvu, klubu i státu někteří z nich pociťují především v okamžicích, které rozhodují o výsledku soutěže.

Blahutková (2014) vidí sportovní činnost jako spontánní pohybovou aktivitu, která je motivována převážně pozitivně prostřednictvím libých prožitků. Jejich představa se poté může stát hlavním hybatelem pozitivní sportovní činnosti. Autorka popisuje také vliv negativní motivace, která se uplatňuje zejména tehdy, je-li sportovec nucen vykonávat určitou sportovní činnost se kterou se neztotožňuje. Upozorňuje, že u dětí může dojít až k averzi činnosti a nepříjemným prožitkům, které mohou vést k frustracím či úzkostným stavům.

S tímto názorem se ztotožňují také Perič a Březina (2019), kteří hovoří o frustraci u sportujících dětí, jejichž výkon je v rozporu s očekáváním dospělých či nekoresponduje s jejich vlastními cíli. Uvádí také, že ve vážných případech může dojít až k syndromu vyhoření, tedy absolutní ztrátě motivace nejen ke sportu. Tyto psychické problémy bývají častěji zaznamenány ve výkonnostním sportu, ale mohou se objevit i ve sportu rekreačním, pokud nároky rodičů přesahují aspirace dítěte ve sportu.

Sekot (2019), který také vidí jasnou souvislost mezi vysokými ambicemi rodičů sportujících dětí a postupným vymizením radosti z pohybu a ze soutěžení nabádá rodiče a trenéry, aby neupírali dětem a dospívajícím nárok na prožívání sportu přiměřeně jejich věku, schopnostem a zájmům.

Blahutková (2014) tvrdí, že pokud jsou děti dostatečně motivovány, bývají vnitřně uspokojeny, a to se projevuje řadou výhod v tréninkovém procesu. Autorka mezi ně řadí

například skutečnost, že děti rády trénují, sport je pro ně zábavou, udržuje se jejich zájem o sportovní činnost a celkově je rozvíjí rychleji, stejně tak se zvyšuje jejich sebehodnocení a sebedůvěra.

Slepíčková (2015) se domnívá, že základ postoje dítěte ke sportu se formuje v prvé řadě v rodině, v návaznosti na ní pak prostřednictvím širšího sociálního prostředí, tedy kamarády, učiteli a osobností trenéra. Především hovoří o významu vytvoření pozitivního vztahu ke sportovním aktivitám a základům sportovních dovedností. Autorka poukazuje na známý fakt, že rodiče s pozitivním vztahem ke sportu a se sportovní minulostí či přítomností podporují v těchto aktivitách i své děti. Jako motivátory či vzory sportovního chování uvádí také dobrého učitele tělesné výchovy, kamaráda nebo partnera. Velký význam připisuje rovněž působení sdělovacích prostředků, které prezentují slavné osobnosti jako vzory a nejčastěji tím ovlivňují dospívající mládež.

Blahutková (2014) v souvislosti s vlivem médií na mladé sportovce upozorňuje na tendenci dětí a mládeže chovat se stejně jako jejich sportovní idoly. To může být přínosem, pokud jde o motivaci k vytrvalosti či schopnosti zvládat těžké úkoly, což jsou vlastnosti, které většinou výkonnostní sportovci mají. Autorka vidí problém především v případě, pokud se tyto „vzorové“ sportovci chovají ve společnosti nevhodně a z tohoto chování profitují. Nepřímo tím podporují nevhodné vzorce chování u jejich adorantů.

Perič (2012) považuje soutěžení a úspěchy v závodech za vhodný prostředek motivace a podpory rozvoje zdravého sebevědomí dětí. Nabízí se jim v bezpečném prostředí možnost naučit se vyhrávat i přijímat prohry. Autor přichází s určitými podpůrnými návrhy, které mohou trenérovi pomoci při rozvíjení sebevědomí dětí. Hovoří o pozitivním oslovení dětí, například borci, šikulové, bojových pokřicích či motivačních heslech. Ty doporučuje umístit na místa, kam děti pravidelně chodí, například do šaten. Velmi oblíbené jsou také motivační deníčky, kam si sportovci zapisují své plány i dosažené úspěchy.

Herním principem jako východiskem pro sportovní přípravu dětí se zabývá Perič a Březina (2019). Tento přístup zahrnuje realizaci tréninku formou hry. Autoři tvrdí, že děti potřebují ke svému vývoji mnoho různých podnětů. Chtějí si hrát a vše si vyzkoušet, osahat či prozkoumat, což jim tento přístup velmi dobře umožňuje, bez tlaku na výkon, který děti velmi rychle demotivuje. V herním principu autoři vidí nejlepší cestu, jak probudit zvědavost a touhu si něco zkusit, což napomáhá v dalších fázích tréninku, kdy je potřeba čelit větším výzvám a zvládnout složitější sportovní činnost. Trénink doporučují zaměřovat nejen na oblast rozvoje pohybových schopností a dovedností, ale také na prožitek dětí, radost z pohybu a atmosféru kamarádství.

Werner (2004) nabízí postřeh z gymnastického prostředí ve Spojených státech amerických. Tvrdí, že v letech, kdy se konají olympijské hry je obrovský nárůst zájmu z řad rodičů o to, aby jejich děti trénovaly v gymnastických centrech. Děvčata sní o tom, že se stanou Nadiou Comaneci, Shannon Miller nebo jinou slavnou gymnastkou.

Podobný trend zaznamenala také Blahutková (2014), která popisuje situaci, kdy se v roce 2012 prudce zvýšil zájem mládeže i dospělé populace o badminton vlivem osobnosti Petra Koukala, bývalého českého reprezentanta v badmintonu.

Se zajímavým sdělením přichází American Sport Education Program (ASEP, 1994), který uvádí seznam nejčastějších důvodů, proč děti skončí se sportem. Patří mezi ně například: konflikt zájmů (dítě chce dělat něco jiného), nedostatek úspěchu v daném sportu (dítěti se nedaří vyhrávat nebo se nezlepšuje), nedostatek zábavy při tréninku (trénink vnímají jako nudu), soutěžní stres, příliš mnoho kritiky od trenéra nebo rodiče a nedostatek herního času, tedy fakt, že dítě sedí na lavičce, místo aby soutěžilo. Program nabízí různá doporučení rodičům a trenérům, jak pomoci dětem v motivaci pokračovat ve sportu. Doporučuje například stanovit dítěti splnitelný výkonnostní cíl, zdůraznit rozvoj dovedností dítěte, které sportem získává, budovat sebeúctu dítěte, a především důsledně dodržovat a kontrolovat pravidla soutěží.

2.3. Maslowova pyramida potřeb pro sportovní praxi

Jak již bylo uvedeno výše, Maslowova pyramida potřeb je základní teorií motivace lidského chování. Lze ji využít i při interpretaci potřeb ve sportu. Na Obrázku 3 jsou popsána jednotlivá patra, která zachycují motivy pro vykonávání sportovní činnosti. Nejnižší v oblasti základních potřeb je uvedeno uspokojení biologické potřeby pohybu, o úroveň výš se prezentuje začlenění do sportovní skupiny. Ještě výše stojí sportovní výkon s cílem získat uznání. Téměř na vrcholu pyramidy je uvedena motivace ke sportu, který nás nějakým způsobem obohacuje a na vrcholu stojí sport jako takový. V posledních úrovních lze hovořit v souvislosti se sportovní aktivitou o jakémsi plynutí, jedinec prožívá stavy flow. Tímto pojmem se vysvětluje „stav vědomí, v němž se člověk zcela ponoří do toho, co dělá, přičemž všechny ostatní pocity či myšlenky zůstávají mimo. Člověk prožívá harmonii svého těla a duše a osoba má pocit, že se děje něco mimořádného“ (Blažej a Kostolanská, 2020, s. 17).



Obrázek 3 Aplikace Maslowovy pyramidy potřeb na sportovní praxi
Zdroj: Vlastní zpracování, převzato z: Lednová (2016, s. 15)

2.4. Výkonová motivace

Teorie výkonové motivace vznikla v 60. letech minulého století a za autora je považován americký psycholog J. W. Atkinson (1923-2003). Podle této teorie každá situace, která pobízí k velkému výkonu, v sobě zahrnuje naději na úspěch stejně tak jako obavu před selháním. U sportovců je tendence k úspěchu velmi zvýrazněna a je typickým osobnostním rysem (Slepička, 2020). Autor dále uvádí, že pochopení psychologických zákonitostí má velký význam především při výběru sportovních talentů, kdy potřeba velkého výkonu bývá zárukou relativně stabilní motivace, která se projevuje v neklesajícím zájmu o daný sport.

Blažej (2019) poukazuje na fakt, že lidé s nízkou mírou motivace si dávají většinou cíle buď velmi nízké nebo naopak velmi obtížné. V prvním případě bývají cíle snadno zvládnutelné, v druhém mohou případný neúspěch obhájit vysokou náročností úkolu.

Vičar (2018) a Slepička (2020) hovoří o tzv. aspirační úrovni. Ta vyjadřuje, jaký výkon od sebe člověk očekává a bývá často utvářena na základě předchozí zkušenosti jedince. Lidé s vysokou mírou motivace volí většinou středně obtížné úkoly. Tyto úkoly sice představují výzvu, musí tedy vyvinout úsilí, ale jsou splnitelné. Tito lidé také nejsou tolik závislí na hodnocení okolí a úspěchy či neúspěchy připisují sobě a svému úsilí. Slepička (2020) vidí souvislost aspirace člověka také s motivací a kompetencemi v konkrétní oblasti. Míni, že ve sportu tedy mohou být aspirace vysoké a ve školní či umělecké činnosti nízké, nebo naopak.

Blahutková (2014) doporučuje věnovat výkonové motivaci pozornost již v dětském věku. K provozování sportu u dětí udává nejčastější důvody. Jednou z nich je snaha o rozvoj vlastní osobnosti. Roli zde hraje také ego, hrdost. Dalšími faktory mohou být výzva k soutěžení, touha a odhodlanost uspět a vyniknout, pocit dobře vykonané práce při ovládnutí a zdokonalení dovedností i uznání vrstevníků, trenérů a rodiny.

Vičar (2018) poukazuje v souvislosti s výkonovou motivací na význam vlastního hodnocení dosaženého výkonu. Podle jeho slov není zásadní jen to, co sportovec cítí, ale také, co si o svých výkonech myslí. Jde tedy o subjektivní přesvědčení o vlastních schopnostech, dovednostech či hodnotách.

Každý sportovec má nějaké cíle, vědomé nebo nevědomé. V obou případech jej mohou motivovat. Pavel (2019) tomu říká „orientace na cíl“ a uvádí její dvě formy: orientaci na úkol, kdy jde o snahu o osvojení určitého pohybu či zvládnutí sportovní disciplíny a orientaci na osobu, která se zaměřuje na vítězství a dosažený výsledek. Při orientaci na úkol v centru pozornosti stojí vlastní pokrok, zlepšení sebe sama, u orientace na sebe chceme být lepší než ostatní. To, jestli je někdo orientován na výkon nebo výsledek, se odvíjí od jeho charakteru, případně od toho, čemu dává přednost, ale i od okolí, v němž vyrůstal a ve kterém se pohybuje.

V Tabulce 1 lze vidět příklady chování a situací, které sportovce mohou motivovat či demotivovat.

Tabulka 1 Stimulanty motivace a demotivace ve sportu

| Co motivuje? | Co demotivuje? |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • potěšení • ocenění • uspokojení • zdatnost • sociální kontakty • být součástí týmu • zlepšování (schopnosti) • něčeho docílit | <ul style="list-style-type: none"> • špatné koučování • konflikt s jinými aktivitami • velký tlak • velká spotřeba času • finanční zátěž • fakt, že naši přátelé již se sportem skončili • vše uvedené v levém sloupci, ovšem v záporném významu |

Zdroj: Pavel (2019, s. 114)

2.5. Zpětná vazba ve sportu

Woods (2005) se zabývá problematikou zpětné vazby mezi trenéry a svěřenci. Zpětná vazba ve sportu je informace, která reaguje na kvalitu provedení pohybu či výkon sportovce. Může motivovat, odměňovat a zlepšovat výkon sportovce. Autorka tvrdí, že bez ohledu

na úspěch či neúspěch výkonu bývá vysoká úroveň zpětné vazby doprovázena vysokou úrovní prožitku a vnímaného úspěchu. V souvislosti s tím navrhuje několik jednoduchých doporučení, které mohou trenérovi pomoci při komunikaci se svými svěřenci: být trpělivý, mít na paměti, že dítě je důležitější než aktivita, vyhýbat se trestům, pokyny dávat stručně, udržovat rozmanitost činností při tréninku a také umožnit sportovcům určité zapojení při rozhodování, protože spoluúčast může být silným motivátorem a zdrojem jejich další aktivity.

Blažej (2019, s. 70) hovoří v souvislosti se zpětnou vazbou při tréninku o metodě „sendviče“. Vysvětluje ji takto: „*V praxi tato metoda znamená, že negativní informaci, kterou adresátovi chceme sdělit, vložíme mezi dvě informace pozitivní. Hlavním cílem je zanechat v jedinci pozitivní pocit*“. Autor vidí výhody uplatnění této metody nejen ve sportu, ale i například v managementu či v rodině ve vztahu rodič – dítě. Doporučuje tuto metodu jako nástroj kritiky používat především u dětí nebo jedinců s nízkým sebevědomím či nováčků v daném sportu.

Pavel (2019) považuje pozitivní feedback za zpětnou vazbu, která nejvíce zvyšuje naši sebedůvěru. Tvrdí, že mnoho trenérů se obává, že po pozitivním hodnocení nastane u sportovce stav spokojenosti a bude si myslet, že vše již dokonale ovládá. Je proto potřeba být umírněný v používání pozitivní i negativní zpětné vazby. Autor doporučuje, aby sportovec během každého tréninku zkusil také tu činnost, kterou ovládá nejlépe. To bude mít pozitivní efekt na jeho sebedůvěru, naproti tomu, když zařadíme hodnocení negativní zpětnou vazbou, hrozí snížení sportovcovy sebedůvěry.

Pavel (2019) zmiňuje také otázku trestů při tréninku. Zastává názor, že účinek hrozby trestu je přechodný. Navíc podle něj nevede k dobrým vztahům mezi dětmi a trenéry, protože děti vztahují trest k osobě trenéra, a ne ke svému chování. Tvrdí, že někdy není potřeba ani slovní hodnocení, často stačí nepříjemný pohled, hluboký povzdech či obrácení očí v sloup a účinek takového negativního vyjádření má stejný efekt. Naopak doporučuje využít neverbální vyjádření, např. zatleskání či zvednutí palce nahoru k ocenění, což dle jeho názoru působí na sebevědomí sportovce velmi pozitivně a mnohdy i lépe než ocenění slovní.

2.6. Role trenéra ve sportu

„Staré pedagogické moudro říká: Prvním a předposledním úkolem pedagoga (a tedy i trenéra) je vyvolat zájem“ (Perič a Březina, 2019, s. 139).

Trenérská profese je z historického hlediska poměrně „mladou“ záležitostí. V minulosti nebylo trenérů zapotřebí a žádná specializovaná příprava trenéra neexistovala.

O tom, jak má sportovní činnost vypadat a probíhat, podávali svědectví jen zkušenější sportovci. (Svoboda, 2008; Jansa, 2018).

Dnes je pojem trenér chápán jako „*profese pedagogického charakteru uplatňujícího se jednak ve sféře sportu, jednak v profesním vzdělávání jako instruktor při výcviku praktických dovedností v různých pracovních odvětvích*“ (Průcha, Walterová a Mareš, 2009, s. 316).

V současnosti je trenér zařazován mezi pedagogické profese a v zákoně č. 563/2004 Sb., o pedagogických pracovnících, je vymezen jako pracovník, vykonávající přímou pedagogickou činnost a který musí mít mj. pro tuto práci odbornou kvalifikaci, je bezúhonný a zdravotně způsobilý (MŠMT, 2021).

Trenérská činnost je velmi zajímavá a na první pohled se může zdát snadná. Pokud se člověk chce stát dobrým trenérem, je k tomu zapotřebí splnit stále více nároků. Teoretické poznatky a mnohdy ani zkušenosti samotné již nestačí. Trenérství není jen rozdělování tréninkových úkolů a ukázkování neposlušných dětí, jak by se na první pohled mohlo zdát. Nároky na hloubku poznání trenéra stále vzrůstají. Je potřeba být orientován v mnoha vědních oborech jako jsou anatomie a fyziologie, biomechanika, psychologie, sociologie. Stále většího významu nabývají například teorie sportovního tréninku, pedagogika a psychologie sportu či sportovní lékařství (Svoboda, 2008).

Jansa (2018) doplňuje výčet požadavků na trenéra o schopnosti vůdcovské, strategické a taktické. S tím souhlasí také Blažej (2019), který zdůrazňuje význam sociálních schopností, především jeho schopnosti vést neboli leadershipu.

Trenér řeší v tréninkovém procesu různé úkoly, jeho hlavní poslání je ale rozvíjet výkonnost sportovců a působit pozitivně i na jejich osobnost. Svoboda (2008, s. 128) charakterizuje sociální role trenéra dle úkolů, které plní. Jsou to tyto funkce:

1. *informátor – instruuje, informuje, vysvětluje*
2. *důvěrník – hledá důvody jednání sportovců, kteří se mu svěřují se svými starostmi*
3. *ukazňovatel – vyžaduje poslušnost, trestá*
4. *motivátor – podněcuje k aktivitě nepřímo, odměňuje*
5. *referent – řešení problémů přenáší na oddíl, výbor jednoty*
6. *vychovatel – nejde mu jen o výkon, ale i o působení na osobnost sportovce.*

Perič (2012) vidí v práci trenéra tři základní priority a těmi jsou především: nepoškodit děti při tréninku (myšleno na úrovni psychické i fyzické), vytvořit u dětí pozitivní vztah ke sportu a vytvořit základy pro pozdější trénink dané sportovní disciplíny.

Nezastupitelnou úlohou trenéra je umění vhodně motivovat své svěřence. Motivace má vést k dosažení očekávaného maximálního výkonu, který by měl respektovat individuální možnosti jedince. S postupným zvyšováním úrovně ve sportovních soutěžích nabývá na významu umění trenéra stanovit tréninkovou zátěž, schopnost upravit taktiku a být oporou svým svěřencům v průběhu soutěží a závodů (Sekot, 2019).

Co se týče úspěšnosti trenérské praxe, tak podle Jansy (2018) neexistuje přímá úměra mezi sportovní úrovní bývalého sportovce a úspěšnosti v trenérské práci. V praxi se lze setkat se špičkovými sportovci, kteří se stali také vynikajícími trenéry a naopak, mnoho sportovců se po skončení své kariéry trenéry nikdy nestalo. Nicméně určitá vlastní sportovní zkušenost je pro budoucího trenéra vhodná, především kvůli orientaci v daném sportu (pravidla, základní terminologie).

Tuto myšlenku potvrzuje také Readhead (2019), který uvádí příklad z gymnastické praxe. Tvrdí, že není nutné, aby trenéři byli bývalými gymnasty či gymnastkami. Uvádí, že existuje řada případů trenérů, kteří se bez jakékoli osobní zkušenosti s gymnastikou stali dobrými trenéry. Připouští, že bývalí gymnasté budou mít nepochybně spoustu užitečných znalostí týkajících se tohoto sportu, ale tvrdí, že i tak ještě nemusí být dobrými trenéry. Tuto činnost může usnadnit i přirozený dar v oblasti komunikace, nicméně i ti nejtalentovanější trenéři si musí osvojit širokou škálu dovedností a znalostí, aby byli úspěšní.

Jansa (2018) dělí práci trenéra dle oblasti působení. Jde o trenéry v oblasti sportu vrcholového či výkonnostního, ve sportu rekreačním či školním, a to na školách sportovních nebo klasických v rámci mimotřídních aktivit (kroužky, sportovní hry aj.). Mnozí působí jako trenéři ve sportovních klubech jako je např. Sokol, Orel aj., ale i jako učitelé či pedagogové volnočasových aktivit či vychovatelé. Činnost trenéra je pak dána především sportovní specializací, výkonnostní úrovní sportu, věkem a pohlavím svěřenců.

Trenér se někdy setkává s nepříjemnou stránkou své práce, a tím je kritérium jeho hodnocení. Jeho práce je posuzována podle kritéria úspěchu. Toto se týká především v oblasti vrcholového a výkonnostního sportu (Svoboda, 2008). Odlišná je situace ve sportu provozovaném na nižší výkonnostní či rekreační úrovni, především tehdy, kdy sportovní trénink zajišťují neplacení, tj. dobrovolní trenéři. Zde se přihlíží kromě sportovního výkonu také k jiným hodnotícím aspektům. Těmi mohou být hodnoty prožitkové, zdravotní, socializační či výchovné (Jansa, 2018).

Svoboda (2008) poukazuje na velký podíl dobrovolných trenérů v našem současném sportu. Velká většina z nich pracuje zcela bez finanční odměny, což podle něj dokazuje hloubku vztahu k danému sportu a zároveň velké potěšení z trenérské činnosti.

Vrchovecká (2020) upozorňuje na nové pojetí tréninku a výuky gymnastiky, kterou se snaží od roku 2010 prosazovat Mezinárodní gymnastická federace. Nazývá ji „Coaching Philosophy“ a charakterizují ji čtyři principy, tzv. „4 F“. Jsou jimi: Fun, Fitness, Fundamental a Friendship. V praxi to znamená, že by gymnastika měla přinášet radost a měla by být zábavná (Fun), měla by být zaměřena na získání a zvyšování tělesné zdatnosti (Fitness), dále by měla přispívat k osvojování dobrých pohybových základů (Fundamental) a v neposlední řadě by gymnastika měla podporovat nová přátelství a utužovat přátelské vztahy (Friendship).

Perič (2012) se zabývá vztahem trenérů a dětí v průběhu tréninkového procesu. Ten by měl být podle jeho názoru vytvořen na základě vzájemné důvěry, radostné atmosféry a možnosti vyjádření vlastních názorů. Děti by se měly cítit natolik dobře, aby se nebály projevit se. Proto autor považuje za důležité, aby trenér motivoval děti především pozitivně, tedy povzbuzením a pochvalou a pokud je nutná kritika, měla by být konkrétní a spojena i s pozitivním hodnocením.

Jansa (2018, s. 186) nabízí zamyšlení nad schopnostmi a vlastnostmi trenéra. Pro ilustraci je zde uvedeno jen několik z nich:

- *trenér je člověkem „na úrovni“ po stránce lidské, morální i odborné*
- *je schopen empatie, jedná spravedlivě a bez předsudků*
- *vyjadřuje se jasně, stručně, terminologicky správně, totéž platí při korekci pohybů*
- *jeho projev je přátelsky laděný*
- *nepodléhá afektům, sportovce neironizuje a neponižuje*
- *umožňuje sportovci vyjádřit své názory*
- *buduje u sportovce sebedůvěru a schopnost sebekontroly*
- *průběžně se zamýšlí nad stylem vlastní práce a odstraňuje její nedostatky.*

2.7. Rodiče ve sportu dětí

Role rodičů ve sportu může být pro všechny zúčastněné jednoduchá v případě, že rodič dítě podporuje a umožňuje mu „sportovat jako dítě“ nebo naopak složitá, pokud chápe sportování svého dítěte jako vážnou činnost, do které investoval čas, úsilí i finance a očekává za to patřičný výsledek. Rodiče by si měli uvědomit, že děti vnímají sport jinou perspektivou než oni. Pro děti je sportování příjemným vyplněním dne, zábavou a možností setkat se s kamarády. Někdy si rodiče neuvědomují možné negativní dopady na vývoj dítěte, které svým tlakem a pro dítě nesplnitelnými požadavky mohou způsobit. Často bývá toto jejich chování doprovázeno pocitem, že vše dělají v zájmu dítěte. Rodiče by měli vidět sport především jako pomocný nástroj pro rozvoj a výchovu svých dětí a svou podporou děti

motivovat a pomoci jim překonávat překážky, především v době, kdy se jim ve sportu nedaří (Perič a Březina, 2019).

Blahutková (2014) upozorňuje na různé aspekty rodičovské lásky ke sportu ve vztahu ke svým dětem. Touha rodičů přivést dítě ke sportovní činnosti, kterou mají sami rádi a považují ji pro dítě za přínosnou, může být naplněna a dítě může získat v tomto sportu oblibu stejně jako oni. Nebo naopak, rodiče mohou svými přehnanými požadavky vyvolat averzi ke sportu a všem pohybovým aktivitám. Tento konflikt může někdy vyvolat také problémy ve vztahu dítěte vůči rodičům. Autorka se zmiňuje také o možnosti, kdy si dítě vytvoří silný pozitivní vztah ke sportovní aktivitě, jež přeroste v dospělosti do hlubokého vztahu k této činnosti. Lásku ke sportu pak označuje jako fascinaci sportem.

Harwood a Knight (2015) hovoří o takzvaném sportovním rodičovství. Tvrdí, že zapojení rodičů do sportovního procesu svých potomků zvyšuje šanci na rozvoj jejich potenciálu. Od rodičů takové zapojení vyžaduje, aby rozvíjeli své intrapersonální, interpersonální a organizační dovednosti. Rodiče poskytující svému dítěti vhodné příležitosti ke sportu by měli vytvářet také zdravé emoční klima. To by mělo zahrnovat mimo jiné i snahu udržovat přátelské vztahy s významnými osobami sportovního prostředí jakými jsou trenéři a rodiče dalších mladých sportovců. Autoři zdůrazňují reciproční povahu sportu, jehož prostředí a vztahy slouží nejen k socializaci sportujících dětí, ale ovlivňuje také rodiče a jejich způsob života.

American Sport Education Program z roku 1994 formuluje termín „sportovní rodič“. Jedná se o každého rodiče dítěte v jakémkoliv sportu. Tomu je připisován velký vliv na formování sportovního zážitku svého dítěte. Program hovoří také o tom, že bez ohledu na důvod, proč se děti rozhodnou sportovat, je důležité si uvědomit, že mají právo na to, si svou sportovní aktivitu vybrat. Pokud budou tlačeni do konkrétního sportu nebo do sportování vůbec, nebudou později na své zkušenosti s pohybovou aktivitou pohlížet pozitivně. Proto program rodičům doporučuje, aby povzbuzovali své dítě v osobním úsilí, ať už ve sportu nebo mimo něj, ale nezatěžovali jej svými vlastními cíli. To, že rodiče ve sportu excelovali, ještě neznamená, že jejich potomci musí nebo chtějí kráčet v jejich stopách (American Sport Education Program, 1994).

Sekot (2019) přichází se zajímavým zjištěním týkajícím se rodičů v organizovaném sportu mládeže. Upozorňuje na situaci ze Spojených států amerických, kde od šedesátých let minulého století začali vstupovat do sportovní přípravy dětí rodiče, kteří začali přemýšlet o sportovní činnosti jako vhodném nástroji k zajištění budoucnosti svých dětí. To je podnítilo k činnosti, kterou můžeme vidět dnes již i u nás. Hovoří o zajišťování veškerého komfortu

sportujících dětí, kterému se podřizuje životní styl celé rodiny. Ne všichni rodiče ale motivují svoje děti k organizovaným výkonnostním aktivitám. Někteří vidí vhodnější alternativu v aktivní účasti na nesoutěžním sportu. Mnozí z nich také působí jako amatérští trenéři či pomocní organizátoři sportovních oddílů. Jejich cílem není primárně výkon svých ratolestí, častěji sledují rozvoj jejich herních dovedností, zdravotní prospěšnost aktivit a mají snahu rozvíjet zájem svého dítěte o zdravý životní styl.

Perič a Březina (2019) zdůrazňují význam komunikace mezi rodiči trénujících dětí, trenérem a dětmi. V dobré informovanosti a jasné představě rodičů o tréninkovém procesu vidí prevenci problémů, které by v budoucnu mohly vzniknout nedostatečnou komunikací. Rodiče by proto měli dostat informace o organizaci tréninku, možnosti jejich spolupráce během tréninku i mimo něj. Měli by také znát filozofii trenéra, která může být orientována na výkon nebo na prožitek dětí. To jim pomůže rozhodnout se, zda jejich dítě setrvá v trenérově družstvu či nikoliv. Autoři pokládají za nebytné všechny získané informace, v závislosti na věku dítěte, prodiskutovat se sportujícími dětmi a jejich názor vždy brát na zřetel.

O komunikaci a spolupráci mezi rodiči a trenéry se ve své práci zmiňuje také Taylor a Wilson (2005). Upozorňují na nepříjemnou situaci, ke které může dojít, pokud se trenér s rodičem potýkají v boji o kontrolu nad sportovcem. Ačkoli rodiče i trenéři mají společný cíl podporovat dítě v rozvoji sportovních dovedností i jeho osobnosti, mohou ambice a rozpory této dvojice významně ovlivnit výkon mladého sportovce a narušit jeho vztahy k jednomu či oběma z nich.

Daves (1995) hovoří o sociálním tlaku na mladé sportovce ve formě očekávání od svých rodičů či trenérů. Zmiňuje se o nadměrně ambiciózních rodičích, kteří se zajímají především o výsledky závodů a zda je jejich dítě zařazováno do týmů, které vyhrávají než o to, zda se rozvíjí jeho dovednosti a zda má dítě požitky ze hry. Tento tlak ze strany rodičů či trenérů může být v některých případech velmi kontraproduktivní, protože mladí sportovci mohou být nadměrně stresováni, což často bývá na úkor jejich výkonu.

Také Sekot (2019) upozorňuje na možný negativní výsledek přílišné zaměřenosti rodičů na sportovní kariéru jejich dětí. Vztahuje jej k situaci, kdy děti kvůli systematickému, mnohdy víceřádkovému každodennímu tréninku tráví většinu času mimo domov. Tyto děti tak ztrácejí prakticky možnost trávit dostatek času s rodiči. Tento omezený čas může být ještě krácen o dobu, kterou rodiče tráví v zaměstnání navíc, aby získali dostatek prostředků k financování sportovní přípravy svých dětí. Autor se pozastavuje nad tím, že mnohdy je tato situace rodiči vnímána jako výraz jejich vrcholné péče o své dítě.

Od stejného autora se dozvídáme o vnímání významu sportu dětmi prostřednictvím zkušenosti rodičů. Přichází s myšlenkou: „*Čím větší význam připisují rodiče sportu, tím silněji děti chápou sport jako hodnotnou a atraktivní činnost*“ (Sekot, 2019, s. 46). Toto tvrzení vysvětluje tím, že malé děti zpravidla získávají svoji první zkušenost se sportovními aktivitami v rodině. Není to jen praktickým vykonáváním sportu, ale také skrze povzbuzování svých dětí, aby se identifikovali se populárními sportovci, především těmi, kteří se věnují sportům, kterým média věnují významnou pozornost. Rodiče mohou umocňovat tento zájem také nakupováním sportovní výbavy a oblečením (Sekot, 2019).

2.8. Význam sportu

Pohyb i v dnešní moderní době hraje důležitou roli v životě každého člověka. Pomáhá udržet lidský organismus v dobrém zdravotním stavu a tělesné i duševní kondici. Všeobecně jsou všechny sporty považovány za příznivě přispívající k fyzickému i mentálnímu rozvoji dítěte. Pomáhají dětem učit se pravidlům a respektovat je, podporují rozvoj schopnosti soustředění, učí zodpovědnosti a budují sebedůvěru (Perič, 2012).

Představy o důsledcích aktivní sportovní činnosti se liší v závislosti na kulturním prostředí. Rodiče, kteří se ztotožňují s obecně přijatou představou o významném vlivu sportovní činnosti na utváření pozitivních povahových rysů, jsou více nakloněni podporovat své děti v aktivní účasti na sportovních programech (Sekot, 2015).

Svoboda (2007) hovoří o rozhodnosti, sebekontrolě, odvaze, vytrvalosti, poctivosti či sebedůvěře jako vlastnostech, které bývají rozvíjeny a upevňovány ve sportu. Upozorňuje však, že je potřeba brát v úvahu i druhou stranu mince a vidět také rizika, které může sport přinášet (výkon za každou cenu, doping aj.). Autor vidí velký význam trenérské činnosti, která může chování sportovce korigovat správným směrem. Ta je realizována většinou ve skupinách, což považuje za přednost, protože se tak rozvíjí vlastnosti jako je spolupráce, tolerance či fair play. Při sportu často roste také psychická odolnost, ta se projevuje při zvládnání náročných závodních situací, ale také pozávodních, kdy je potřeba vyrovnat se s případným neúspěchem.

Sport jako sociálně kulturní fenomén, má v naší společnosti značně vysoký kredit. Největší význam sportování je přičítán pozitivním zdravotním důsledkům, následuje rovina socializace, kdy je sportování chápáno jako smysluplné naplnění volného času. V poslední době sílí také ocenění jeho psychicky relaxačních funkcí, a to především pokud je jeho aktivní forma provozována v přírodním prostředí. Sport může být také vnímán pouze jako vhodná forma zábavy, bez jakékoliv soutěžní složky (Sekot, 2015).

Hendl et al. (2011) uvádějí dvě oblasti působení pravidelné pohybové aktivity na vývoj mládeže. První se týká bezprostředních krátkodobých benefitů, vyjádřených například snížením hmotnosti, dobrou fyzickou kondicí či dobrou náladou. Druhá oblast působení se týká přenosu zdravotních benefitů získaných v mládí do dospělosti. Jako příklad autoři uvádějí zvýšení hustoty kostní dřeně u aktivně sportujících dětí. To přetrvává i v dospělosti a nabývá na významu například u žen po menopauze či obecně u starší populace. Velký význam má také v dětství získaný pozitivní postoj k pohybovým aktivitám, který může vést k pravidelnému provádění sportovní činnosti i v dospělosti.

Hodnota zdraví patří k důležitým motivujícím impulzům ke sportovní činnosti především u dospělé populace. Děti a mládež vykazují spíše malý zájem o činnosti, které podporují cíleně zdraví (Sekot, 2015). Autor si to vysvětluje tím, že děti většinou nemívají větší zdravotní problémy, a tak jejich pozornost bývá zaměřena na jiné cíle, které lze prostřednictvím pohybových aktivit realizovat. Nicméně doufá, že o vzájemném pozitivním vztahu tělesné aktivity, fyzické zdatnosti a zdraví snad dnes již nikdo nepochybuje.

Wood (2005) se zabývá utvářením postojů ke sportu. Uvádí, že pozitivní postoje se obvykle utvářejí k věcem, které známe nebo které jsou snadno dostupné. U dětí je například větší pravděpodobnost, že si vytvoří pozitivní přístup k činnosti, které se jejich rodiče věnují, která se objevuje v hrách ve škole nebo kterou vidí v televizi. Dostupnost dává dítěti příležitost vyzkoušet si tyto dovednosti a zažít úspěch, což opět zvyšuje pozitivní přístup. Pozitivní postoje druhých, zejména těch, které máme rádi nebo je obdivujeme, nám pomáhají vytvářet obdobný postoj ke stejným věcem.

Sekot (2005) hovoří o socializaci sportem, která nabízí „přenosnou hodnotu“ do dalších oblastí života. Kromě zlepšení motorických dovedností uvádí benefity projevující se odolností vůči stresu či zvýšenou schopností týmové spolupráce. Ve sportu vidí rovněž významnou preventivní složku, například v prevenci obezity či civilizačních onemocnění a v neposlední řadě se dle jeho názoru pravidelné sportování může stát účinným prostředkem proti nudě, pasivnímu prožívání volného času či nástrojem prevence sociálně patologických jevů a kriminality.

American Sport Education Program (1994) upozorňuje na řadu benefitů, které může mladý sportovec prostřednictvím sportu získat. Uvádí zejména zlepšení schopnosti pracovat v týmu, rozvíjení zdravého sebevědomí zvládnutím náročných sportovních výzev, umění zvládnout zklamání z prohry nebo učení se správnému sportovnímu chování a respektu k ostatním. Prostřednictvím sportu může mladý sportovec také získat uznání a ocenění za aktivní životní styl od svého okolí.

3 Charakteristika vývojových období dětského věku

Důvodem pro zařazení následující kapitoly, která charakterizuje vývojové období školního věku, je přímá návaznost na výzkumnou část této diplomové práce, která se zabývá otázkami motivace dětí v této etapě jejich života.

3.1. Mladší školní věk

„*Vývojová etapa mladšího školního věku bývá vymezena věkovým rozpětím od 6–7 let do 10–11 let.*“ (Pugnerová, 2019, s.47). Strešková (2008) toto období, trvající od 6–11 let rozděluje na dvě kratší období, první od 6–8 let přechází do tzv. předpuberty, která trvá od 9–11 let.

Vágnerová (2019) školní léta rozděluje na raný školní věk, trvající přibližně od 6–9 let, střední školní věk od 9 do 11–12 let a starší školní věk od 12–15 let.

Důležitým sociálním mezníkem v období mladšího školního věku je nástup do školy. Dítě získává novou roli a potvrzuje si své kompetence, je nuceno začít pracovat a plnit školní povinnosti. Zároveň je zařazeno do vrstevnické skupiny, která má svou hierarchii a řídí se vlastními pravidly (Vágnerová, 2019).

Školní práce, domácí přípravy i hry a ostatní zájmové činnosti mají nyní své časové vymezení. Vývoj dítěte je kromě rodiny a školy určován také mimoškolními aktivitami, především hrami v dětských skupinách. Významnými osobami už nejsou pouze rodiče, ale stále více k nim přistupují také učitelé, spolužáci a kamarádi (Langmeier, 2002).

Mladší školáci věnují pozornost hlavně informacím, které považují za důležité nebo zajímavé. Délka soustředění na cokoli, i na zajímavou látku je však v tomto období stále dost omezená (Vágnerová, 2019). S tím souhlasí také Kučera (2011), který tvrdí, že pozornost dítěte mladšího školního věku není dlouhodobá a osciluje podle aktuálního zájmu dítěte.

Myšlení mladšího školáka je vázáno na realitu. Ze začátku je dítě závislé na tom, co mu rodiče nebo učitelé povědí. Později je již vůči těmto názorům kritičtější a ověřuje si poznatky vlastním prozkoumáváním, přemýšlením a srovnáváním informací (Langmeier, 2002).

Logické usuzování se opírá o konkrétní věci a jevy, které si umí názorně představit, dítě upřednostňuje poznávání a ověřování reality kolem sebe. Stále víc tak proniká do životní reality a do světa fantazie a představ se pak často vrací prostřednictvím her či v četbě (Pugnerová, 2019).

Emoční vývoj je charakterizován zvýšením emoční stability a odolnosti vůči zátěži. Rozvíjí se emoční inteligence, děti již lépe rozumějí svým pocitům, dovedou své emoce lépe regulovat. Děti tohoto věku bývají většinou optimistické a mají tendenci interpretovat veškeré dění pozitivním způsobem (Vágnerová, 2019).

Pro dítě v mladším školním věku je významná sociální skupina. Přátelská seskupení chlapců nejlépe vystihuje výraz „parta“. Ta má obvykle svého vůdce a dominuje zde potřeba dokazovat vlastní sílu a dovednosti. U dívek jde především o seskupení dvou či tří nejlepších kamarádek. Hierarchie nebývá tolik zřetelná jako u chlapců a atmosféru rovnosti se snaží udržet vyhýbání se konfliktům. Uvnitř těchto part a seskupení panuje větší solidarita, než je tomu vůči opačnému pohlaví. Znamená to, že nejoblíbenějšími kamarády jsou především děti téhož pohlaví (Janošová, 2008).

Kučera a kol. (2011) vidí mladší školní věk jako období velkých změn v oblasti pohybových aktivit. Dítě zlepšuje kontrolu pohybů, jakými jsou šplhání, poskoky a přeskokování. Významně se zdokonaluje jemná i hrubá motorika a celková koordinace. Zlepšuje se manipulace s malými předměty, úchopové dovednosti, zdokonalují se dovednosti ruky při házení a chytání. Pohyby jsou plynulejší, rychlejší a více zautomatizované. Svalová síla je větší. Autoři také upozorňují na vysokou potřebu pohybu dětí, tu ovšem mnohdy limituje čas. Doporučují, aby stejnou dobu, kterou dítě tráví ve škole, mělo k dispozici pro své volné hry.

Se začátkem školní docházky začíná výchova k cílevědomému vykonávání pohybů. Výrazně je zde zastoupen spontánní pohyb a pohybové hry, ve kterých se rozvíjejí přirozené lokomoce jako chůze, běh, lezení či skoky. Motivačně je dobré děti posilovat slovem, zpěvem, rytmem, přičemž značná pozornost se věnuje cvičením, které podporují správné držení těla (Strešková, 2008).

Pugnerová (2019) se zabývá otázkou ukotvení celkových základů zdravého životního stylu dětí. Období mladšího školního věku považuje za nejvhodnější dobu pro podporu správných návyků chování, jejichž základy dítě získalo v přechozích letech. Dítě je v této době přirozeně aktivní, zvědavé a ochotné spolupracovat.

3.2. Střední školní věk

V průběhu středního školního věku (9–11 let) dochází u dětí k významným změnám ve vztahu ke škole. Ty jsou dány různými faktory, jako je například přesnější odhad, větší kritičnost či přiměřené sebehodnocení. Děti v tomto věku se začínají porovnávat s vrstevníky,

kteří jim slouží jako referenční skupina. Kladou důraz na spravedlnost, kterou vnímají jako respektování daných pravidel za všech okolností a pro všechny stejně. Ve výkonech dětí dochází ke stále větší diferenciaci a děti si již uvědomují, že všichni nemají stejné schopnosti. (Vágnerová, 2019). Autorka dále uvádí, že primární motivací ke srovnávání s ostatními je ujištění se o svých kvalitách. Dítě očekává, že když se bude snažit, budou jeho výsledky lepší, a pokud tomu tak nebude, ztrácí většinou motivaci. Upozorňuje také na fakt, že děti středního školního věku jsou k sobě mnohem více kritičtější. Nejsou zdaleka tak optimistické jako mladší školáci, kteří mají tendenci své schopnosti přeceňovat.

Věk 9–11 let je přípravou na období puberty. U některých dětí dochází k prvním náznakům pohlavního dospívání. Pokračuje zvyšování kompetencí, úsilí o dobré výsledky zejména ve škole i v zájmových činnostech. Chlapci a dívky si rozšiřují a prohlubují vědomosti, zdokonalují dovednosti, pokračuje rozvíjení intelektu.

Kučera (2011) považuje tento čas za období zvýšené pohybové vnímavosti. Děti tohoto věku jsou schopny zvládnout základy sportů. Rozvoj jejich dovedností podporuje potřeba získávání nových znalostí a dovedností. Dítě také dobře zvládá postupný přechod k výkonovému zaměření, který obsahují sporty a hry soutěživého charakteru. Rozdíly mezi dětmi v pohybových dovednostech bývají podmíněny také tím, jak jsou děti okolím, především rodiči, v tomto směru povzbuzovány. Autor vidí jako silný motivační prvek pro pravidelné provádění sportovní činnosti v tomto období především radost z pohybu a sounáležitost s vrstevníky. Další motivační efekt vidí také v soutěžení.

3.3. Starší školní věk

„Dospívání lze chápat jako proces zásadních biologických, psychologických a sociálních změn, jejichž prostřednictvím začíná jedinec v průběhu příslušného vývojového období postupně získávat kompetence dospělého“ (Janošová, 2008, s. 196).

Langmeier a Krejčířová (2002, s. 88) fázi pubescence dělí na dvě období:

1. *Prepuberta- od 11–13 let*
2. *Vlastní puberta - zhruba 13–15 let*

Stejní autoři spojují začátek pubescence s mírným zrychlením tělesného růstu, tzv. růstovou akcelerací a prvními projevy sekundárních pohlavních znaků, u dívek pak počátkem menarché. Upozorňují, že v tomto období mohou být značné individuální rozdíly v biopsychosociální oblasti u dívek i chlapců a zdůrazňuje, že u chlapců začíná pubescence zpravidla o rok později a ukončení tohoto období je u nich méně výrazné než u děvčat.

Vágnerová (2019) považuje období puberty za důležitý biologický mezník. Dítě se mění v člověka schopného reprodukce. Tělesné dospívání se projevuje viditelnými a pocíťovanými důsledky (růst postavy, proměna proporcí, sekundární pohlavní znaky atd.). Dívky v průměru dospívají dříve než chlapci. Autorka poukazuje na to, že subjektivní význam zevnějšku v době dospívání vzrůstá. To se projevuje větší zaměřeností na vlastní tělo. Mnoho dospívajících, zejména dívků, se svým zevnějškem zabývá více než čímkoliv jiným. Pubescent může být na svoje dospívání pyšný, ale stejně tak se za něj může stydět.

Podobně to vidí také Kučera (2011), který rovněž poukazuje na význam souvislosti biologického dozrávání a zvýšeného zájmu o tělesný vzhled u dívek. Tvrdí, že dívky jsou k péči o svůj vzhled motivovány také potřebou potvrzení své ženské identity. Tento zájem u nich ve velké míře ovlivňuje pozornost ze strany mužského pohlaví (Janošová, 2008).

Langmeier a Krejčířová (2002) charakterizují pubescenci jako období citové rozkolísanosti a emoční lability doprovázené vegetativními poruchami, které se mohou projevit zvýšenou únavností, horší soustředěností nebo poruchami spánku a příjmu potravy. U některých dětí upozorňují na nepoměr mezi tělesnou vyspělostí a rozumovými schopnostmi. Někteří jedinci mohou být v této době již velmi biologicky vyspělí, ale rozumově jsou stále ještě dětmi, a naopak jiní mohou být biologicky dětmi, ale rozumově jsou již na úrovni vyspělého myšlení.

Emočními reakcemi pubescentů se zabývá také Vágnerová (2001). Prožitky a projevy emocí popisuje jako velmi intenzivní, nápadnější a spíše krátkodobé a proměnlivé, tedy velmi těžko předvídatelné. Dospívající se často snaží nedávat své pocity a emoce najevo, především pokud jsou negativní, jako například při pocíťování smutku či trapnosti. Upozorňuje také na zvýšenou kritičnost a netoleranci k dospělým. S tímto výrokem souhlasí řada dalších autorů (Kučera, 2011; Langmeier a Krejčířová, 2002; Pugnerová, 2019).

Pugnerová (2019) a Vágnerová (2019) hovoří o tzv. emancipaci od rodiny, kterou se dospívající snaží uvolnit z rodinných pout. Jde o hledání způsobu, jak dosáhnout samostatnosti. Tím, jak dochází k uvolnění vazby s rodinou, roste význam vztahů s vrstevníky. Dochází k projevům zájmu o druhé pohlaví a objevují se první lásky. Chlapci se snaží upoutat pozornost svou silou, odvahou a dovednostmi, dívky vzhledem a půvabem.

Starší pubescenti také usilují o odlišení od dětí i dospělých a tuto potřebu dávají najevo prostřednictvím úpravy zevnějšku, specifického životního stylu, zájmů, hodnot apod. Důležitým sociálním mezníkem je získání občanského průkazu. Významnou událostí je i ukončení povinné školní docházky v patnácti letech a volba dalšího profesního směřování Vágnerová (2019).

Dítě v období staršího školního věku potřebuje pravidelný pohyb, který je vhodným vyplněním jeho volného času. V této době je už schopno zvládnout prakticky všechny pohybové prvky jako dospělý. Vývoj dalších specializovaných dovedností je však vysoce závislý na příležitostech k procvičování, vhodné motivaci a stávající motorické úrovni (Kučera, 2011).

Strešková (2008) zastává názor, že v období pubescence dochází ke kvantitativnímu i kvalitativnímu zhoršení motoriky pubescentů, která se projevuje snížením koordinace, těžkopádnější motorikou a snížením motorické učenlivosti.

S tím souhlasí Kučera (2011, s. 19), který tvrdí: „*Z hlediska koordinačních předpokladů je období po 12. roce života obdobím částečné stagnace*“. Zároveň dodává, že pohybová činnost má velmi pozitivní vliv na průběh puberty. Tvrdí, že pro dospívající, kteří se pravidelně věnují nějakému výkonnostnímu sportu je charakteristické, že prožívání změn související s pubertou přichází později a s viditelně nižší dynamikou. Autor si to vysvětluje zaměřením jedince na sportovní činnost, která je sama o sobě prožitkově bohatá a omezuje tak vytvoření prostoru, který ti, kdo nejsou zaujati nějakou aktivitou, věnují sebezpozorování.

3.4. Dívky versus chlapci

„*Neexistuje žádný jiný znak, který by měl takový význam pro vývoj osobnosti a vlastní identitu, než pohlaví člověka*“ (Kern et al., 2006, s.209). Autoři dále zmiňují fakt, že příslušnost k mužskému či ženskému pohlaví se neprojevuje pouze v našem prožívání sebe sama, ale také v tom, že toto zařazení, kterého se nám dostalo, nás provází celoživotně (Kern et al., 2006).

Očekávání specifických stereotypů v chování dívek a chlapců se projevuje ve velké míře ve školním i rodinném prostředí. Od chlapců se očekává menší přizpůsobivost, impulzivita a menší zájem o výuku až lajdáctví. Od dívek pak větší poslušnost a schopnost přizpůsobení, píle, svědomitost spolehlivost a méně soupeřivé chování (Vágnerová, 2019).

Stejná autorka se zamýšlí nad rozdílným přístupem dívek a chlapců k vlastnímu výkonu. Velký rozdíl vidí ve zpracování jejich hodnocení od rodičů, pedagogů či členů vrstevnické skupiny. Tvrdí, že pro sebehodnocení dívek je typická větší sebekritičnost, tendence přičítat dobré výsledky vlastní pracovitosti a na neúspěch reagují převážně pasivními obrannými mechanismy, které vedou ke stažení do sebe. Chlapce vidí jako sebevědomější, méně sebekritické a méně citlivé k informacím o kvalitě svého výkonu. Úspěch vnímají jako potvrzení vlastních schopností, zatímco svůj neúspěch mají sklon interpretovat

jako důsledek působení vnějších vlivů, například obtížností úkolu či nespravedlností dospělého (Vágnerová, 2001, 2019).

„Psychické rozdíly mezi muži a ženami jsou dány nejen biologicky, ale i výchovou, předepsanými rolemi, tradicemi“ Slepíčka (2020, s.101).

Slepíčka (2020) připisuje velký význam odlišného vývoje sociálních světů chlapců a dívek. Od dětství dostávají chlapci a dívky různý prostor pro své chování a psychosociální role. Ty jsou diktovány nejen rodinou, ale i tradicemi a projekcemi ze strany matky a otce. Příklad uvádí ve způsobu nakládání se svými city. Chlapci jsou výchovou připravováni na podávání výkonu, vystavení riziku, boji, v němž nemusí vždy uspět. Citové prožívání je u nich záměrně vytěšňováno a chlapci se učí se zlehčovat vlastní pocity i pocity druhých. Zdůrazňování výkonnosti vede ke zvyšování požadavků na svůj výkon a někdy může dojít k nadměrným aspiracím, přeceňování se a rizikovému chování. U dívek a žen je podporována schopnost empatie, senzibilita a emocionalita. Dívky nechtějí být porovnávány, dbají na dobrou pověst a mají snahu udržovat pozitivní vztahy.

Sekot (2015) poukazuje na rozdílný přístup k dívkám a chlapcům ve vyjádření podpory ve sportu. Myslí si, že od dívek se jen výjimečně očekává hlubší motivace, která by vedla ke spojení sportu s budoucí profesí, kdežto chlapci mají velkou podporu v zájmu o pohybové aktivity. *„Sport je totiž chápán jako nedílná součást vývoje a dozrávání hochů v muže, u dívek se socializační význam sportu rozhodně nepřeceňuje“* (Sekot, 2015, s. 78).

Odlišnosti v prožívání a chování mužů a žen se často odráží i ve sportovní činnosti. Sport se vyvíjel jako mužská disciplína a hlavním hodnotícím hlediskem je výkon jedince či skupiny. Pro muže je charakteristické porovnávání sil a soutěžení. Neúspěchy je motivují k dalšímu úsilí. Ženy, které chtějí ve sportu uspět se při provádění sportovní činnosti učí maskulinním formám chování. Tyto projevy pak mohou být někdy ve společnosti posuzovány jako ne příliš lichotivé. Příkladem může být charakteristika takovéto sportovkyně jako příliš sebevědomá, tvrdá či neústupná (Slepíčka, 2019).

Arkaev a Suchlin (2009) přicházejí se zajímavými poznatky z trenérské praxe. Srovnávají zásady při komunikaci a podávání zpětné vazby ženským a mužským sportovcům. Ty by se daly shrnout takto: mladší i starší dívky potřebují častěji opakovat úkoly a potřebují častější vysvětlení; často zapomínají a ztrácejí jistotu v tom, co již zvládaly a bylo pro ně rutinou; potřebují propracovanější informace, přesnější a podrobnější úkoly s konkrétním vysvětlením, proč je třeba něco udělat; komunikace s nimi je emotivnější a doprovází ji více problémů a konfliktů než v mužské gymnastice. Chlapci a muži naopak vyžadují logičtější a stručnější informace.

4 Gymnastika

V následující kapitole bude objasněna problematika gymnastiky, která je zde důležitá v souvislosti s tématem diplomové práce, která se věnuje výzkumu motivace v oddílech sportovní gymnastiky. Kapitola se zabývá ujasněním pojmu gymnastika, jejím dělením a přínosem a charakteristikou sportovní gymnastiky.

4.1. Pojem gymnastika

„Gymnastiku chápeme jako otevřený systém metodicky uspořádaných pohybových činností esteticko-koordinačního charakteru se zaměřením na tělesný a pohybový rozvoj člověka, na udržení a zlepšování zdraví“ (Skopová et al., 2014, s. 13).

Otevřený systém proto, že k němu postupně přibývají nové gymnastické sporty jako je Teamgym, Gymnastický aerobik, Gymnastická akrobacie aj. (Křištofič, 2008).

Strešková (2008) chápe gymnastiku jako *„zastřešující název pro systematicky uspořádané tělesné cvičení, zaměřené na tělesný, pohybový a funkční rozvoj organismu“* (Strešková, 2008, s.16).

Novotná (2020) vnímá gymnastiku v širším pojetí, ne pouze jako nácvik dovedností, ale jako *„tělovýchovný systém nabízející široké spektrum vzájemně provázaných pohybových aktivit ovlivňujících komplexně osobnost člověka, jeho vztah k pohybu, úroveň pohybové gramotnosti a způsob jeho života“* (Novotná, 2020, s. 12).

Podobný názor sdílí také Křištofič (2006), který pojmu gymnastika vidí více než jen pouhý nácvik gymnastických prvků, ale také pohybové učení, jehož cílem je rozvíjet pohybovou inteligenci.

Pojem gymnastika pochází ze starořečtiny a za jeho základ lze považovat slova „gymnasein“ (v překladu cvičiti nahý) a „gymnastes“ (v překladu bojovník). V antice tento pojem označoval i člověka zabývající se vědou o tělesných cvičeních. Historický vývoj tohoto pojmu se v průběhu času různil v závislosti na přisuzovaném obsahu, který byl regionálně rozdílný a přizpůsoboval se potřebám společnosti. V českých zemích se do druhé světové války používal pro označení tělesných cvičení především výraz „tělocvik“. O zavedení tohoto pojmu se zasloužil dr. M. Tyrš. Jeho sokolský tělovýchovný systém byl významně inspirován některými gymnastickými systémy konce 18. a počátku 19. století, především německým turnérským a švédským systémem P. H. Linga (Křištofič, 2008; Feč, 2013).

K zavedení pojmu gymnastika došlo u nás až v roce 1952 pod vlivem sovětské teorie, která se pokusila o strukturální rozdělení tělesných cvičení (gymnastika, sport, hry a turistika) Křištofič (2008).

4.2. Dělení gymnastiky

Dělení širokého obsahu gymnastiky je vedle tradice a dynamického vývoje různých druhů gymnastik, inspirováno napojením na mezinárodní gymnastické společenství (Skopová et al., 2014). Toto dělení je přehledně znázorněno v Tabulce 2.

Tabulka 2 Rozdělení gymnastiky

| Gymnastika | | | | |
|----------------------------|----------------------------|----------------------------------|---------------------------|--------------------------------|
| Gymnastické druhy | | | Gymnastické sporty | |
| Základní gymnastika | Rytmická gymnastika | Aerobik | Olympijské | Neolympijské |
| pořadová | hudebně-pohybová výchova | kondiční (bez náčiní, s náčiním) | Sportovní gymnastika | Sportovní aerobik |
| prosná | | Taneční (choreografie) | Moderní gymnastika | Sportovní akrobacie |
| s náčiním | | | Skoky na trampolíně | TeamGym |
| na nářadí | | | | Aerobik fitness družstev |
| akrobatická | | | | Fitness jednotlivců |
| užitá | | | | Estetická skupinová gymnastika |
| | | | | Arkobatický rokenrol |

Zdroj: Vlastní zpracování, převzato z: Skopová et al. (2014, s. 14)

4.3. Přínos gymnastiky

Specifické úkoly gymnastiky, jak je vidí Farana (2011, s. 6) a Skopová et al. (2014, s. 13), jsou především:

- *kultivace pohybového projevu a držení těla*
- *rozvoj tělesné zdatnosti*
- *pochopení vlivu pravidelné pohybové činnosti na zdraví*
- *osvojování dovedností s kladným prožitkem jako předpoklad vytvoření trvalého vztahu ke gymnastickým pohybovým programům.*

Pohybový obsah gymnastických cvičení je tvořen širokým spektrem různorodých pohybů. Charakteristické je zpevněné držení těla s esteticky vyhraněnými prvky, které se vymykají přirozeným pohybům. Tyto pohyby se musí jedinec naučit, po jejich osvojení

je pak nevyužívá pouze ve sportu, ale také v civilním životě, např. způsobilostí reagovat adekvátně v obtížných podmínkách, především tedy jako prevence možným zraněním. (Křištofič, 2008).

Prostřednictvím gymnastických cvičení je možné vhodně ovlivňovat vybrané složky tělesné zdatnosti, zejména pohyblivost a další koordinační schopnosti, sílu, rychlost či obratnost. Jedinec využívá při kultivaci svého pohybového projevu ty činnosti, které mu dopomáhají ke zdokonalení pohybů. Jedná se především o cvičení pro správné držení těla, hudebně-pohybová výchova, nácvik a zdokonalování různých prvků, dovednosti akrobacie či dovednosti spojené se cvičením na náradí (Novotná, 2020).

Charakteristickým znakem gymnastických cvičení je vědomá stylizace přirozených pohybů člověka, tím rozumíme řízené vedení pohybů v prostoru a získávání specifických gymnastických zručností (Feč, 2013).

Novotná (2020) se zabývá tématem výuky gymnastických činností. V této souvislosti hovoří nejen o kvalitní přípravě pedagogů-trenérů, jejich odborné kompetenci v oboru, ale také o nárocích na přípravu vlastního procesu výuky či tréninku včetně materiálního vybavení. Podotýká, že neustálá modernizace přístupů k výuce a zároveň využití tradičního obsahu gymnastiky je nezbytně nutná, pokud má přispívat ke zvyšování motivace k vlastní pohybové činnosti. Dále by měla napomáhat k vytváření kladného vztahu k pohybu cvičenců, ale také k získávání pohybových a didaktických kompetencí trenérů. Autorka vidí v souvislosti s posílením motivace v gymnastických sportech velký přínos ve spojení cvičení a hudby či tanečních choreografií. Tvrdí, že cvičence takováto cvičení vnitřně obohacují, posilují emocionální stránku gymnastických cvičení, motivují je ke cvičení, harmonizují pohyb a zlepšují estetickou formu jeho cvičení.

Střešková (2008) upozorňuje na význam široké škály pohybových prostředků z gymnastiky, které jsou využitelné ve sportovní přípravě nejen začínajících, ale i výkonnostních a vrcholových sportovců jiných sportů, než je gymnastika. Autorka vidí souvislost mezi celkovým rozvojem obratnosti, koordinace a rovnováhy pomocí gymnastiky a rychlostí učení jiným pohybovým činnostem jako je bruslení, lyžování či jízda na kole. Jako konkrétní příklad uvádí využití gymnastických prvků u hráčů stolního tenisu či plavání.

S těmito myšlenkami se ztotožňuje také Křištofič (2006), který gymnastickou přípravu doporučuje pro všechny sportovce jakékoliv specializace. O tom, že gymnastika má co nabídnout, svědčí skutečnost, že trenéři jiných sportů rádi přijímají do svých týmů děti, které prošly gymnastickým tréninkem.

Strešková (2008) vyzdvihuje také skutečnost, že různé druhy gymnastiky tvoří základ pohybových činností ve školní tělesné výchově na všech jejich stupních, od základní po vysoké školy.

Způsob komunikace v gymnastice je založený na užívání odborné terminologie - názvosloví. Gymnastické názvosloví jako vyjadřovací prostředek slouží k popisu poloh a pohybu těla, umožňuje popis cvičení a jeho pochopení, vytváření pohybové představy v daném pohybu nebo zaznamenává vlastní tvůrčí pohybové činnosti. Slouží pro vyjádření jak při cvičení prostných, s náčiním nebo na náradí. Základy gymnastické terminologie vytvořil dr. Miroslav Tyrš v r. 1872 (Hercig a Havránek, 1996; Novotná, 2020).

Vrchovecká (2020) se zamýšlí nad přístupy ve výuce gymnastiky. Původní, tradiční přístup se vyznačoval především zaměřením na výkon, soutěživost a byl kladen důraz na technicky správné provedení dovedností. Často využíval příkazový didaktický styl, kdy rozhodnutí prováděl trenér, který vyžadoval udržování kázně a všichni museli podřídit své osobní zájmy skupině. Autorka tvrdí, že s tím, jak se mění aktuální potřeby společnosti, mění se i přístupy k výuce gymnastiky. Proto se také začíná prosazovat odlišný, alternativní přístup. Ten umožňuje cvičenci orientovat se na sebe, volit si vlastní tempo a úroveň obtížnosti. Je také více zaměřen na obecné pohybové problémy, využívá ke své činnosti netradiční náradí a náčiní a častěji využívá didaktický styl, který umožňuje individuální volbu způsobu řešení pohybových úkolů.

4.4. Sportovní gymnastika

Sportovní gymnastika je ze všech druhů gymnastických sportů nejstarším olympijským sportem. Má bohatou tradici s výraznými úspěchy našich reprezentantů na mezinárodní scéně Křištofič (2008). Nejvýznamněji se do dějin české gymnastiky zapsala gymnastka Věra Čáslavská, sedminásobná olympijská vítězka z let 1964 a 1968 (Kosatík, 2016).

Závodů ve sportovní gymnastice probíhají u žen na čtyřech (přeskok, bradla, kladina a prostná) a u mužů na šesti disciplínách (prostná, kůň, kruhy, přeskok, bradla a hrazda). Výkon je posuzován nezávislými rozhodčími, kteří hodnotí obtížnost a estetické provedení soutěžních sestav (Strešková, 2008).

Nejvyšším statutárním orgánem s pro všechny gymnastické sporty je Mezinárodní gymnastická federace (FIG) založená v roce 1881 (Křištofič, 2008). V rámci svých odborných komisí rozhoduje o změnách pravidel sportovních odvětví, systému soutěží apod. V České republice plní tuto funkci Česká gymnastická federace od r. 1990 (Kolektiv autorů, 2009).

5 Sokol

Diplomová práce je zaměřena na výzkum motivace dětí, které se věnují své sportovní činnosti ve spolku Sokol. Následující řádky budou věnované historii Sokola, jeho současným aktivitám a zmíní se také o práci TJ Sokol v zahraničí.

5.1. Historie spolku Sokol

Sokol je nejstarší tělocvičný spolek s bohatou historií a mezinárodní působností. Byl založen na podkladech antického ideálu tělesné i duševní krásy, ctnosti a statečnosti. Jeho zakladatelé Miroslav Tyrš (1832-1884) a Jindřich Fügner (1822-1863) mu dali do vínku myšlenku povznesení našeho národa po stránce tělesné, morální i vlastenecké. V atmosféře obrození českého národního života byl 16. února 1862 na území Rakouska-Uherska založen vlastenecký spolek, první česká Tělocvičná jednota Pražská. Název Sokol a sokolové pro jednotlivé členy jednot se začal užívat až v roce 1870 (Waldauf, 2007; Žižka, 2005).

V šedesátých až osmdesátých letech 19. století dochází k velkému rozmachu Sokola, kdy postupně vznikají tělocvičné jednoty v dalších městech rakouskouherské země. Zlatý věk prožil Sokol mezi světovými válkami (1918 – 1938), kdy se stal milionovou organizací. V jeho řadách byli i význační politici včetně prezidentů Masaryka a Beneše nebo například profesor Karlovy univerzity v Praze Jan Evangelista Purkyně (Sak, 2012).

Vývoj sokolského hnutí v průběhu 20. století až do současnosti prochází několika obdobími, které jsou ovlivněny klíčovými momenty českých dějin. Žižka (2005) v této souvislosti zmiňuje fakt, že činnost Sokola byla zakázána vždy, když nastoupil režim, který omezil či zrušil suverenitu státu a lidské svobody. Poprvé tomu bylo v roce 1915, tedy v období první světové války. Po vzniku samostatného Československého státu v roce 1918 byla znovu obnovena činnost Sokola. Po dvaceti letech trvání a fungování, kdy počet členů neustále stoupal, byl Sokol znovu rozpuštěn, tentokrát fašistickým diktátem. Žižka (2005, s. 22) uvádí ve své práci slova říšského protektora K. Neuratha, který prohlásil: „*Sokol byl nejnebezpečnější, říši nepřátelskou organizací v Protektorátu*“. V té době byl majetek Sokola zabaven a tisíce sokolů uvězněno, mučeno či popraveno.

Období po skončení druhé světové války bylo obdobím velkých nadějí. Sokolská organizace byla podruhé obnovena v roce 1945 a její práci podporovalo téměř 800 000 členů (Waldauf, 2007). Existence spolku je však potřetí zrušena komunistickou vládou, a to v roce 1952. Na poslední obnovu fungování Sokola čekala země dlouhých osmatřicet let, do pádu

komunistického režimu v Československu. Od roku 1990 byla činnost Sokola potřetí obnovena a funguje dodnes.

Historií zahraničních sokolských spolků se zabývá Waldauf (2007, 2010) a Žižka (2005). Tyto spolky byly zakládány již od počátku 20. století. V době, kdy byl Sokol zakázán v Československu na počátku druhé světové války a později od 60. let 20. století, nabývaly na významu právě zahraniční sokolské spolky. Žižka (2005) považuje za důležitou událost ustanovení Ústředí československého sokolstva v zahraničí v roce 1951, které působilo až do roku 1995 a organizovalo tělovýchovné aktivity v osmadvaceti jednotkách v zahraničí. Uvádí také další významnou událost, a tou je založení mezinárodní nevládní organizace Světového svazu sokolstva v roce 1993, která v současnosti sdružuje a podporuje osmnáct tělovýchovných jednot po celém světě.

5.2. Sokol v současnosti

V současné době má Sokol v České republice přibližně sto šedesát tisíc členů, z toho asi 48 % tvoří členové mladší osmnácti let. Spolek působí v osmnácti zemích světa a v České republice realizuje své aktivity zhruba v jednom tisíci obcí (Česká obec sokolská, 2021). Organizační struktura spolku Sokol má tři úrovně řízení. Základní jednotkou je tělocvičná jednota (TJ). Ty jsou seskupeny do územně větších celků, tzv. sokolských žup a nejvyšší celek je Česká obec sokolská (ČOS), která sdružuje všechny župy.

Úkolem Sokola je rozvíjení sportovních, pohybových, kulturních a společenských aktivit, které se uskutečňují v tělocvičných jednotkách. Tyto aktivity jsou přizpůsobeny všem generacím. Vlastenectví je předáváno v tom nejlepší slova smyslu jako vedení k lásce k rodné zemi a k úctě k duchovnímu dědictví národa. Tím se snaží navazovat na kořeny a tradice Sokola, které byly platné v době svého vzniku.

Hodaň (2003) se zabývá otázkou hodnotového systému Sokola a jeho pochopení v současnosti. K tomu se vyjadřuje těmito slovy: „*Sokol vždy stavěl svoji práci na všestranném rozvoji osobnosti. Ta byla podmíněna především etickým rozměrem člověka a společnosti*“ Hodaň (2003, s. 17). Autor vidí v oblasti morálky významný přínos Sokola. Upozorňuje na fakt, že současná společnost, zejména mládež, není ochotna naslouchat těmto výzvám. Problém odráží také souvislost s mnohaletým útlakem národa a postupnou devastací společnosti. Odcizení sokolské myšlenky současnému světu zdůvodňuje také působením vlivu „*filozofie konzumní společnosti*“ (Hodaň, 2003, s. 17). Tu spojuje s narůstající potřebou vlastnění materiálních statků jako měřítkem úspěchu. Za její významný projev autor považuje také ztrátu úcty k Sokolu a jeho symbolům. Tato symbolika byla velmi důležitá především

v době národního obrození, či v poválečném období, kdy lidé projevovali vlastenecké nadšení. Symboly Sokola, kterými byly sokolský znak, vlajka, hesla či sokolský oděv, to vše lid posilovalo v jejich společném úsilí. „V dnešní době jsou přijímány symboly nové, často cizí kultury a naše symbolika, nejen sokolská ale i národní, je opomíjena, nebo dokonce zesměšňována“ (Hodaň, 2003, s. 11).

5.3. Činnost spolku Sokol

Jak již bylo zmíněno v předchozím textu, Sokol je spolek s dlouholetou historií. Zachování tradice je prvořadé, ale aby mohl spolek obstát v dnešní společnosti, je potřeba vytvářet další možnosti, jak se přiblížit současnému světu. Sokol dnes nabízí veřejnosti kromě tradičních sportovních aktivit i nové programy aktivit ve formě pořádání netradičních akcí. Česká obec sokolská organizuje například program „Se Sokolem do života“, který nabízí pohybové aktivity pro předškoláky, „Sokolský běh republiky“ a významná je i „Sokolská kapku krve“, která podporuje pravidelné dárcovství krve členů Sokola. Tradici má také dětmi oblíbená akce „Noc sokoloven“, která jim umožňuje dozvědět se něco o historii Sokola a přespat v sokolovnách. V poslední době stoupla v oblibě aktivita „Cvičím se Sokolem“, která zahrnuje program instruktážních videí pro cvičení všech věkových kategorií (Česká obec sokolská, 2021).

Sokol své hlavní aktivity rozděluje do tří programových útvarů. Jedná se o Odbor všestrannosti, Odbor sportu a Vzdělavatelský odbor (Žižka, 2005). Odbor všestrannosti se zabývá rozvojem pohybových dovedností. Členové oddílů sportovní všestrannosti jsou rozděleni podle věkových kategorií. Jsou zde oddíly rodičů s dětmi, předškolních dětí až po seniory. Vedle tradiční sportovní činnosti se oddíly všestrannosti zabývají také turistickou a tábornickou činností (Česká obec sokolská, 2021).

Vzdělavatelský odbor ČOS se zabývá kulturní a společenskou činností. Pod Sokolem aktivně působí přes dvě stě kulturních souborů, především folklorních, divadelních a loutkových, které pomáhají udržovat společenské dění i v menších městech a obcích.

Sokol je jednou z největších základen výkonnostního sportu v České republice. V současnosti je pod hlavičkou Sokola sdružována činnost 1400 sportovních oddílů různých výkonnostních stupňů ve více než osmdesáti sportovních odvětvích. Nejpočetněji zastoupenými sporty jsou atletika, judo, basketbal, sportovní gymnastika, stolní tenis, házená a volejbal (Česká obec sokolská, 2021).

Sportovní gymnastika má v Sokole velkou tradici. Je významnou součástí činnosti většiny sokolských spolků. V současnosti je několik způsobů, jak mohou být tréninky

realizovány. Oddíly všestrannosti, ve kterých je gymnastika jednou ze základních pohybových aktivit, umožňuje trénovat a zúčastňovat se závodů ve všestrannosti. Naproti tomu v oddílech sportovní gymnastiky trénují gymnastky a gymnasti všech výkonnostních stupňů. Jejich kvality jsou prověřovány na gymnastických závodech jednotlivých krajů, závodníci vyšších výkonnostních stupňů jsou registrováni v České gymnastické federaci a účastní se regionálních, celorepublikových i mezinárodních soutěží. Oddíly se sportovci nižší výkonnostní kategorie mají možnost registrace v Českém svazu gymnastických sportů a možnost účastnit se závodů a soutěží, které tato organizace pořádá. V současné době trénuje pod hlavičkou organizace Sokol pětadvacet oddílů sportovní gymnastiky žen a patnáct oddílů sportovní gymnastiky mužů, které jsou registrovány v České gymnastické federaci.

Jedním z cílů současného Sokola je oslovit mladší generaci a vzbudit v ní větší zájem o aktivity Sokola. Krokem ke splnění tohoto cíle bylo schválení nového vizuálního stylu ČOS v roce 2019. Ten byl navrhován tak, aby zatraktivnil značku Sokol a její vnímání mladší generací. Byl vytvořen koncept jednotné vizuální identity, který byl založen především na výrazných grafických prvcích. Spojuje v sobě červenobílou barevnost a originální písmo. Tím je na první pohled jasná příslušnost k Sokolu. Tyto prvky jsou pak použity v sokolské komunikaci, ať už se jedná o text na webových stránkách Sokola nebo na oblečení a doplňcích pro sportovce a trenéry (Dynamo design, 2019).

Jak již bylo zmíněno, spolek Sokol v současnosti působí v osmnácti zemích světa. Stejně jako v České republice, tak i v zahraničí plní různé funkce - kulturní, společenské a sportovní. V náplni jednotlivých jednot ale nalezneme rozdíly. Pokud bychom se zaměřili na aktivity sportovní, konkrétně sportovní gymnastiku, zjistili bychom, že v zahraničí je pouze málo tělovýchovných jednot, ve kterých působí oddíl sportovní gymnastiky. Například sousední Slovensko má z šestadvaceti sokolských jednot pouze čtyři, které se zaměřují na trénink sportovní gymnastiky (TJ Sokol, 2021). V Rakousku z šesti pouze dvě (Sokolská župa Rakouská), v Austrálii jedna ze dvou (Krajanská sdružení v Austrálii a na Novém Zélandu) a v USA pouze tři. Velká část sokolské činnosti v zahraničí je zaměřena na kulturní a společenské akce pro krajany žijící v dané zemi a jednotlivá sokolská centra působí jako spojovací článek české kultury s kulturou dané země.

6 Rešerše zkoumané problematiky

Oblast motivace je velmi zajímavé téma pro celou řadu odborníků z různých oborů. Po pečlivé analýze výzkumů, které se nejvíce přibližují tématu, o němž pojednává tato diplomová práce, bude několik z nich uvedeno v následujících pasážích. Výzkumy jsou zaměřeny na motivaci školních dětí ke sportovní činnosti, ale každý z trochu jiného úhlu pohledu. Část se zabývá také motivací rodičů k podpoře svých dětí ke sportování. Co se týče prací, blíže souvisejících s problematikou spolku Sokol, jsou obecně dostupná spíše témata, která se zabývají historií a současností Sokola, analýzami programových koncepcí této organizace, proměnou společenské role jednotlivých tělovýchovných jednot nebo názory dospělé populace na spolek Sokol. Tyto práce zde uvedeny nebudou.

K zajímavým výsledkům, týkajících se motivace dětí, dospěl výzkum Mezinárodní výzkumné studie o zdraví a životním stylu dětí a školáků HBSC (Health Behaviour in School-aged Children) z roku 2010. Jde o mezinárodní výzkumnou studii Světové zdravotnické organizace o životním stylu dětí a školáků, která poskytuje cenná data o specifických oblastech chování, které mají významný vztah k tělesnému a duševnímu zdraví dětí a mládeže (Kalman, 2011). Z výsledků výzkumů, kterých se zúčastnilo téměř šest tisíc dětí České republiky ve věku 11–15 let, vyplývají mimo jiné následující závěry. Mezi nejčastější důvody k realizaci pohybové aktivity řadí jak chlapci, tak i dívky ve všech věkových skupinách následující: „užít si“, „seznámit se s kamarády“, „zlepšit si zdraví“, „vidět se s kamarády“. Nejméně uváděným důvodem bylo „vyhrát“. U skupiny 11letých školáků byly nalezeny rozdíly mezi chlapci a dívkami v uvádění důvodů pro pohybovou aktivitu v kategoriích „být dobrý ve sportu“, „vyhrát“, „vidět se s kamarády“ a „zažívat vzrušení“. U 15letých nebyly nalezeny rozdíly mezi dívkami a chlapci v důvodech: „seznámit se s kamarády“, „zlepšit si zdraví“, „potěšit rodiče“ a „zažívat vzrušení“. V důvodech „být v pohodě“ a „seznámit se s kamarády“ nebyly zjištěny signifikantní rozdíly u chlapců ani u dívek. Bez ohledu na věk dívky shodně uváděly důvody, jako jsou „vyhrát“, „zlepšit si zdraví“ nebo „radost z užívání těla“. Shodnými důvody u všech věkových kategorií chlapců jsou „užít si“, „vidět se s kamarády“ a „pracovat na postavě“ (Kalman, 2011).

Brandejská (2016) se motivací zabývá ve své diplomové práci „Uplatnění základní gymnastiky na náradí v rámci zájmových aktivit ve volném čase s akcentem k motivaci“. Ve výzkumném šetření autorka zjišťuje motivaci dětí a jejich cvičitelů k pravidelnému

provozování této pohybové aktivity. Je zde využita kvalitativní výzkumná strategie, metodou sběru dat je semistrukturované interview. Dochází k několika závěrům. Vnější motivaci autorka spojuje především s rodinou. Tvrdí: *„Rodiče, a to především matky a babičky, hrají největší roli v „přivedení“ dětí do oddílu“* (Brandejská, 2016, s. 56). V rodině vidí velmi důležitý prvek při směřování volnočasových aktivit. Dalším vnějším motivem pro děti jsou „ostatní“ děti. Autorka zdůrazňuje význam vrstevníků, ale také starších dětí, které poskytují oporu mladším dětem v týmu. Uvádí také roli cvičitelů, jež děti považují za přátelské osobnosti, které mohou být jedním z pozitivních aspektů pro setrvání dítěte v kroužku. Také hovoří o vnitřní motivaci, která je zastoupena nejčastěji slovy dětí „mám rád cvičení“ a „je to zábava“. Další motivy byly uvedeny jako „zažít úspěch“, „potvrdit si vlastní schopnosti“ a „možnost zdokonalit se“. Významným byl také výrok „naučit se něco nového“. Autorka klade důraz na význam dobré atmosféry v týmu, kdy se děti pouští s chutí do nových či těžších cviků a prvků.

Bartečková (2017, s. 20–27) se zabývá otázkou motivace dětí k účasti na pohybových aktivitách sokolské všestrannosti v TJ Sokol Uherský Brod. V empirické části se zabývá výzkumem vnitřní a vnější motivace dětí mladšího školního věku. Pro výzkumnou část autorka použila metodu dotazníkového šetření u pětaticeti dětí navštěvující sokolský oddíl. Zjištěné poznatky z oblasti vnější motivace se dají shrnout následovně: *„většina dětí byla ve sportu někdy pochválena a děti spíše nebývají odměňovány za dobrý výkon“*. U vnitřní motivace: *„většina dětí sportuje kvůli radosti ze soutěžení a pro radost z pohybu. Neméně významně působí na děti kolektiv sportovního oddílu, který je pro ně důležitý, stejně jako osobnost trenéra a za významnou motivační složkou děti považují také účast na závodech. Většinu dětí přivedli ke sportu rodiče“*.

Langová (2012) analyzuje postoje a motivaci k pohybové aktivitě u dětí mladšího školního věku základních škol. Prostřednictvím dotazníku se snažila zjistit, jaká je jejich vnitřní a vnější motivace a zda jsou děti za své sportovní výkony odměňovány, chváleny či trestány. Mimo jiné také zjišťuje, kdo děti k pohybové aktivitě přivedl. Výsledky tohoto výzkumu by se daly shrnout následovně: *„většina žáků uvádí, že je k danému sportu přivedli rodiče, většina žáků byla v daném sportu slovně pochválena i odměněna a 14 % žáků bývá za neúspěšný výkon trestáno“* (Langová, 2012, s. 32–41). Následuje motivační seznam, tak jak je respondenti uváděli podle preferencí (řazeno sestupně). Sportují: *„protože chci být v daném sportu dobrý, protože chci být zdravý, pro radost z pohybu, protože chci mít dobrou fyzickou kondici, kvůli hezké postavě, kvůli radosti ze soutěžení, vítězství v soutěži, protože si při sportu odpočinu a přijdu na jiné myšlenky“* (Langová, 2012, s. 65).

Křivohlavá (2009) se zabývala tématem motivace dětí v atletických přípravkách. Jejím hlavním cílem bylo zjistit, jak moc jsou děti mladšího školního věku motivovány navštěvovat atletickou přípravku, jestli se vyskytují nějaké rozdíly v intenzitě motivace mezi chlapci a děvčaty a také, jaké motivy mají rodiče k podpoře sportu svých dětí. Při výzkumu byla využita metoda dotazníkového šetření pro děti i rodiče. Autorka došla k závěru, že u obou pohlaví převažuje vysoká až střední intenzita motivace. Pouze malé procento dotazovaných dosáhlo velmi nízké motivace.

Výsledky z dotazníku rodičů byly interpretovány následovně. Otázku: „Proč jste své děti přihlásili do atletické přípravy?“ rodiče zodpověděli: „42,66 % si myslí, že atletika je dobrá všestranná průprava i pro jiné sporty, 31 % odpovědělo, že se jim atletika líbí jako sport a v necelých 16 % se dítě o přihlášení zapříčinilo samo, 6,5 % z dotazovaných rodičů se přiznalo, že atletiku sami dělali, v 1,5 % bylo dítě přihlášeno do atletické přípravy na doporučení školního učitele“ (Křivohlavá, 2009, s. 68). Otázka „Co očekáváte od svého dítěte?“ byla zodpovězena takto: „ve 45,96 % by rodiče byli rádi, kdyby jejich ratolest atletika hlavně bavila, a nepožadují po dítěti žádné extrémní výkony. 26,67 % by si přálo, aby se jejich dítě i nadále v budoucnosti atletice věnovalo. Ve 14 % případů je rodičům v podstatě jedno, jestli bude v atletice dobré, důležitější je pro ně to, že jejich potomek sportuje a že má nějakou pohybovou aktivitu. Skoro 7,5 % respondentů by si přálo, aby jejich dítě bylo v atletice dobré, aby se pravidelně účastnilo závodů a vyhrávalo je, 3,7 % by rádo vidělo svoje dítě v televizi nebo i na Olympijských hrách. Ve 2,23 procentech by dospělí chtěli, aby se účastnilo republikových závodů a dostalo se do české reprezentace“ (Křivohlavá, 2009, s. 68).

Na otázku: „Moje dítě je obvykle po tréninku?“ odpověděli rodiče: „spokojené vybralo 46,36 % dotazovaných, radostné 32,72 %, 11 % unavené a 9,15 % rozdováděné. Odpovědi smutné a zaražené se nevyskytla v žádném případě“ (Křivohlavá, 2009, s. 70).

O motivaci rodičů podporovat své děti ve sportovní činnosti hovoří Pracht et. al. (2020). Autor poukazuje na fakt, že zatímco o motivaci dětí ke sportu bylo provedeno mnoho výzkumů, motivaci rodičů k podpoře svých dětí ke sportování je věnováno velmi málo pozornosti. Jejich studie „Parents' Motivations for Enrolling their Children in Recreational Sports“ („Motivace rodičů k zápisu dětí do rekreačních sportů“, přeloženo autorem diplomové práce), se účastnilo čtyřiaosmdesát rodičů dětí, zabývajících se různými sporty (odběžená, fotbal, gymnastika, tenis aj.).

Na otázku „Jaký je hlavní důvod, proč jste přihlásil své dítě do sportovního oddílu?“ bylo rodiči zodpovězeno: dítě se učí týmové spolupráci (30 %), cvičení je zdravé (24 %),

protože ho to baví (20 %), učí se disciplíně (17 %), zábava (10 %), socializace, kamarádi (8 %), dítě je zaměstnáno nějakou činností (8 %), učí se zodpovědnosti (7 %), získá stipendium (1 %).

Další výsledky se týkají odpovědí na nabízené možnosti. Ty obsahovaly čtyři faktory, které analyzovaly motivaci rodičů. Všechny výsledky jednotlivých faktorů jsou uvedeny sestupně. Faktor, který byl nazván „Vnější motivace rodičů“ získal následující pořadí odpovědí: *„dítě se stane profesionálním a známým sportovcem; až bude starší, vydělá si sportem dost peněz; mám volno, když je dítě v kroužku; dítě může uspět v činnosti, ve které jsem já neuspěl; může se dostat do univerzitního týmu; rád cestuji se svým dítětem na závody; získá vysokoškolské stipendium“*. Faktor „Výhody pro vývoj dítěte“ byl vyjádřen těmito odpověďmi: *„sport dítěti pomáhá dospět; učí se dodržovat pravidla; učí se sebekázni; učí se respektu; učí se stanovovat si cíle; učí se vyhrávat a prohrávat; učí se zodpovědnosti; učí se hrát pod tlakem“*. Faktor „Sociální benefity“ dostal tyto odpovědi: *„dítě se učí vycházet s ostatními dětmi; může si hrát se svými kamarády; získává nové přátele; naučí se respektovat děti z jiného sociálního prostředí“*. Poslední faktor „Ostatní benefity“ měl toto pořadí: *„sport jako prevence sociálně-patologických jevů, dítě je aktivní, má nějakou pravidelnou činnost, učí se být organizované, využívá nadbytečnou energii, kterou má ke sportu“* (Pracht et al., 2020, s.88).

II. EMPIRICKÁ ČÁST

Motivace dětí a rodičů ve sportovní gymnastice TJ Sokol

Otázkami motivace se zabývá lidstvo již po staletí. Velmi často se můžeme jen domnívat, které motivy či faktory na nás zapůsobily nejvíce a dovedly nás k jednání či právě takovým postojům, jaké máme. Motivace je komplexní jev a bývá velmi často předmětem vědeckého zkoumání. Následné výzkumné šetření zjišťuje, jaká je motivace dětí, které trénují sportovní gymnastiku v oddílech TJ Sokol. Část výzkumu je věnována otázkám motivace rodičů, kteří své děti podporují v tréninku sportovní gymnastiky v Sokole.

7 Cíle výzkumu

Cíle výzkumné části diplomové práce byly stanoveny v závislosti na vybrané problematice, která se zabývá výzkumem v oblasti sportovní motivace.

7.1. Hlavní cíl

Hlavním cílem diplomové práce je pomocí analýzy zjistit a vyhodnotit motivaci rodičů a dětí, které trénují sportovní gymnastiku v TJ Sokol. V návaznosti na hlavní cíl byly stanoveny tři dílčí cíle.

7.2. Dílčí cíle

1. Zjistit a analyzovat, zda existuje rozdíl v motivaci u chlapců a dívek ve sportovní gymnastice TJ Sokol.
2. Zjistit a analyzovat, jestli se motivace k tréninku sportovní gymnastiky liší v závislosti na věku dětských respondentů
3. Zjistit a analyzovat, jaký vztah mají děti a rodiče sportujících dětí k TJ Sokol.

8 Metodika výzkumu

Následující kapitola přiblíží problematiku metodiky výzkumného šetření. Postupně budou uvedeny informace o výzkumných otázkách, stanovení hypotéz, výzkumném souboru, metodách a realizaci a průběhu výzkumu.

Výzkum má několik etap, které následují po sobě nebo se časově překrývají. Chráska (2006, s. 9) uvádí jejich postupný sled:

1. *stanovení problému,*
2. *formulace hypotézy,*
3. *testování (ověřování) hypotézy,*
4. *vyvození závěrů a jejich prezentace*

Gavora (2000) doplňuje tento postup ještě o informační přípravu výzkumu, která předchází či souběžně probíhá s fází stanovení problému. Tato příprava zahrnuje předběžnou teoretickou analýzu, studium informačních zdrojů a odborné literatury.

8.1. Výzkumné otázky

Výzkumný problém byl zpracován do několika výzkumných otázek. Jejich zodpovězením budou na základě výzkumného šetření potvrzeny či vyvráceny stanovené hypotézy.

Výzkumné otázky

1. Existuje rozdíl ve vnitřní motivaci k tréninku sportovní gymnastiky u chlapců a dívek?
2. Liší se motivace k tréninku sportovní gymnastiky v závislosti na věku dětí?
3. Kdo přivedl děti ke cvičení sportovní gymnastiky?
4. Jaká vnější motivace na děti ve sportovní gymnastice TJ Sokol působí?
5. Jaký vztah mají děti trénující sportovní gymnastiku k TJ Sokol?
6. Proč rodiče přihlásili své děti do oddílu sportovní gymnastiky TJ Sokol?
7. Co očekávají rodiče od svého dítěte v souvislosti s tréninkem gymnastiky?
8. Jaký vztah mají rodiče, jejichž děti trénují sportovní gymnastiku, k TJ Sokol?

8.2. Stanovení hypotéz

„Hypotéza je tvrzení, které je vyjádřeno oznamovací větou a musí vyjadřovat vztah mezi dvěma proměnnými. Formuluje tvrzení o rozdílech, vztazích nebo následcích. Proměnné, které se v hypotéze vyskytují, musí být možné změřit a hypotézu musí tedy být možné empiricky ověřovat“ (Chráška, 2016, s. 14). Výzkumné otázky z kapitoly 2.1. jsou níže převedeny na věcné hypotézy.

Hypotézy

H1: Vnitřní motivace u chlapců a dívek je rozdílná.

H1A: U chlapců převáží míra soutěživosti nad ostatními faktory vnitřní motivace.

H1B: Dívky spojují vnitřní motivaci ke cvičení s vidinou hezké postavy více než s jinými motivy.

H2: U dětí mladšího školního věku je v motivaci patrný rozdíl oproti dětem staršího školního věku.

H3: Děti přivedli ke cvičení sportovní gymnastiky nejčastěji jejich rodiče.

H4: Na děti ve sportovní gymnastice TJ Sokol působí více vnější motivace ve formě pochvaly trenéra než vnější motivace formou dárků od rodičů.

H5: Více než polovině dětí se líbí patřit do oddílu TJ Sokol.

H6: Rodiče dětí navštěvujících Sokol přihlašují své děti do Sokola v nadpoloviční většině proto, že děti rády cvičí a rodiče je v tom chtějí podpořit.

H7: Rodičů, kteří si přejí, aby děti gymnastika bavila a o neočekávají významnější výkony v gymnastice je více oproti rodičům, kteří si přejí, aby dítě bylo v gymnastice dobré a zúčastňovalo se pravidelně závodů.

H8: Rodičů, kteří mají základní povědomí o TJ Sokol je více než rodičů, kteří se o TJ Sokol nikdy do hloubky nezajímali.

8.3. Metody výzkumu

Pomocí výzkumné metody se zjišťují dílčí data, která se dále zpracují a využívají se k ověřování stanovených hypotéz a k vyhodnocování výsledků. Výzkum v této diplomové práci má kvantitativní charakter a byla zvolena kvantitativní metoda sběru dat, konkrétně pomocí dotazníkového šetření. Dotazník je považován za efektivní nástroj pro zjišťování názorů většího počtu osob na určitou problematiku. Určité nevýhody v této metodě jsou spatřovány v menší návratnosti dotazníku nebo také nezodpovězení všech otázek. V každém případě je vhodné respondentům důkladně vysvětlit, co je cílem dotazníkového šetření a zdůraznit význam jejich odpovědí. Tím lze v mnoha případech zvýšit návratnost vyplněných dotazníků.

Dle stanovených cílů a otázek výzkumu byl sestaven nestandardizovaný dotazník. Obsahoval dvě části, jedna byla určena rodičům, druhá dětem. Otázky cílily na motivaci dětí a jejich rodičů ke sportování v TJ Sokol. Rodiče odpovídali na pět dotazů, děti měly možnost označit z jednatřiceti nabízených tvrzení ty, se kterými souhlasí. Dotazník byl podroben předvýzkumem s dětmi trénující sportovní gymnastiku pod hlavičkou TJ Sokol Zlín a jejich rodiči. Jednalo se celkem o třicet dětí a třicet rodičů. Dotazník byl uveden průvodním dopisem, ve kterém byli rodiče i děti seznámeni s cílem dotazování a osobou autora dotazníku. Rodiče byli rovněž upozorněni, že se jedná o anonymní dotazník, jehož výsledky poslouží pouze k výzkumu v diplomové práci. Po vyhodnocení pilotní verze dotazníku a korektury byl poté upraven do finální podoby.

Forma distribuce dotazníků k respondentům byla změněna z důvodu epidemiologické situace v České republice. Původní plán zahrnoval metodu dotazníkového šetření pomocí tištěných formulářů. Mým úkolem mělo být osobní doručení dotazníků k jednotlivým trenérům sportovní gymnastiky, kteří měli pomoci s případnými dotazy dětí při vyplňování. Také rodiče měli dotazník vyplnit v čase tréninku dětí a odevzdat jej trenérovi. Tento způsob byl zvolen proto, že panují dobré vztahy mezi trenéry v moravských oddílech sportovní gymnastiky. Osobní distribucí dotazníků tak bylo možné získat přehled o tom, kolik dětí a rodičů se zúčastní výzkumu. Vzhledem k pandemické situaci bylo nutno změnit strategii a dotazník přeměnit do online podoby. Ten byl vytvořen v systému Google Forms a byl spojen do jednoho dotazníku se dvěma částmi, kdy první část vyplňovali rodiče a druhou děti. Odkaz na dotazník pak dostali rodiče e-mailem, který odeslal trenér jejich dítěte. Dotazníky jsou uvedeny v Příloze 1 a Příloze 2 této diplomové práce.

8.4. Výzkumný soubor

V pedagogickém výzkumu není zpravidla možné zkoumat všechny jedince či situace, které nás zajímají. Je tedy potřeba opírat svoje zjištění o znalost určitého vzorku, jedná se pak o výběr ze základního výzkumného souboru, který základní soubor reprezentuje (Chráska, 2021).

Protože bylo velmi pravděpodobné, že dotazník distribuovaný v online podobě v době pandemie bude mít menší návratnost, bylo nutné zkontaktovat trenéry z dalších sokolských oddílů sportovní gymnastiky. Tím, že se podařilo získat ke spolupráci třicet trenérů, kteří distribuovali online dotazník rodičům sportujících dětí, reprezentativní soubor nakonec tvořilo 330 dětí ve věku 6–15 let z 26 oddílů sportovní gymnastiky z celé České republiky. Konkrétně pocházeli z těchto TJ Sokol: Brandýs n. Labem, Brno, Bučovice, Dvůr Králové n. Labem, Hodonín, Holešov, Chrudim, Jihlava, Kolín, Kopřivnice, Moravský Krumlov, Napajedla, Plzeň, Praha-Dejvice, Praha-Řepy, Praha-Vršovice, Praha-Vyšehrad, Přerov, Rokycany, Slaný, Šestajovice, Šternberk, Třebětice, Vsetín, Zlín a Žlutava. Druhou část výzkumného souboru tvořil stejný počet rodičů sportujících dětí. Po vyřazení nesprávně vyplněných dotazníků byl konečný počet odpovědí zařazených do výzkumu 303 dětí a 303 rodičů.

8.5. Realizace a průběh výzkumu

Dotazníkové šetření probíhalo během měsíce listopadu roku 2020. Již v únoru roku 2020 byli trenéři několika oddílů sportovní gymnastiky seznámeni s výzkumem a byli požádáni o spolupráci s distribucí tištěných dotazníků dětem a rodičům sportujících dětí. Tento krok byl velmi důležitý, neboť ulehčil pozdější komunikaci v době, kdy děti již do oddílu gymnastiky v důsledku vládních protipandemických nařízení nechodily. Celkově lze ale konstatovat, že spolupráce rodičů s trenéry byla podstatně horší, na čemž se shodli všichni trenéři. To se odrazilo na celkovém počtu vyplněných dotazníků, kterých bylo podstatně méně, než bylo předpokládáno.

9 Interpretace zjištěných dat

V této kapitole budou prezentována zjištěná data z dotazníkového šetření. Výsledky jsou interpretovány jako odpovědi 303 dětí ve věku 6–15 let, které trénují sportovní gymnastiku v TJ Sokol a stejný počet rodičů těchto dětí. Obě skupiny odpovídaly na anonymní online dotazník, kdy odkaz na něj rozesílali trenéři jednotlivých oddílů sportovní gymnastiky e-mailem rodičům sportujících dětí.

„Mezi statistickými postupy používanými při ověřování platnosti (testování) hypotéz mají velký význam statistické testy významnosti“ (Chráska, 2006). Autor vysvětluje, že těmito testy a postupy ověřujeme, zda mezi proměnnými existuje statisticky významný vztah. Tím můžeme konstatovat, že u výsledku je nepravděpodobné, že by byl způsoben pouhou náhodou (Chráska, 2016).

Veškerá data získaná z dotazníku byla převedena ke zpracování výpočtů pomocí programu STATISTIKA 13, což bylo odborně konzultováno se statistikem, který doporučil vhodné statistické metody zpracování dat.

Ve statistickém zpracování výstupů dotazníkového šetření bylo použito následujících metod. Srovnání dvou relativních četností pro opakovaná měření byla testována pomocí McNemarova testu. Srovnání více než dvou relativních četností pro opakovaná měření byla testována pomocí Cochranova Q testu. Srovnání dvou relativních četností pro nezávislá měření byla testována pomocí chí-kvadrát testu nezávislosti v kontingenční tabulce. Interval spolehlivosti pro relativní četnost byl vypočten pomocí Clopper-Pearsonovy metody.

9.1. Výsledky dotazníkového šetření

V následujícím textu jsou uvedeny výsledky dotazníkového šetření z dotazníků pro rodiče i děti.

9.1.1. Dotazník pro rodiče

Dotazník pro rodiče obsahoval pět otázek, u každé bylo nabídnuto několik možných odpovědí a místo pro vlastní odpověď. Respondenti měli možnost podle svého uvážení zodpovědět jednou či více odpovědí.

Otázka č. 1



Graf 1 Důvody rodičů k přihlášení svých dětí do oddílu sportovní gymnastiky

Jak je patrné z Grafu 1, nejčastější odpověď na otázku č. 1 byla: „Myslím, že je to dobrá příprava i pro jiné sporty, rozvíjí pohybovou zdatnost“. Získala 73 %. Toto zjištění koresponduje s názory odborníků uvedených v teoretické části této diplomové práce, kteří gymnastiku řadí mezi sport poskytující dobré základy ostatním sportům. Druhou nejvýznamněji zastoupenou odpověď „Protože rádo cvičí a chci ho v tom podpořit“ potvrdilo 55 % rodičů. V pořadí třetí odpověď „Myslím, že přiměřený trénink je zdraví prospěšný“ označilo 39 %, což je rozdíl v porovnání s jejich dětmi, které odpovídaly, že trénují, aby byly zdravé (52 %).

Odpověď „Dítě mě o to samo požádalo“ získala 34 %. To souhlasí s vyjádřením dětí, které v podobném procentuálním zastoupením odpovídaly, že prosily rodiče, aby mohly do gymnastiky chodit. Dalším zjištěním je například to, že gymnastice se věnovalo 21 % rodičů a hodnoty Sokola se líbí 15 %. Zde je vidět, že sokolské hodnoty nejsou pro rodiče příliš velkým motivátorem v podpoře sportu u svých dětí. To souvisí i se skutečností, že do Sokola chodilo pouhých 13 % a ostatních příbuzných, kteří do Sokola chodili byla pouze 4 %. Tato skutečnost může být ovlivněna i historií, neboť Sokol byl mnohokrát zakázán a nebylo možné trénovat

v této organizaci. Nejméně jsou rodiče ovlivněny doporučením učitelů a nabídkou letáků v dopravních prostředcích a médiích. Vlastní odpovědi rodičů pak byly: „Protože má ke gymnastice vlohy“, „Sokol máme v blízkosti bydliště“, „Oddíl navštěvuje i starší sestra“, „Sama jsem trenérkou gymnastiky“, „Byl to jediný kroužek, který se dal stihnout po školce“, „Cestou do školky jsme chodili kolem Sokola“, „Na doporučení kamarádky“, „Od malička po všem šplhala“, „Synové byli velmi pohybliví“ a „Znala jsem trenérku gymnastiky, takže to byla jasná volba“.

Otázka č. 2

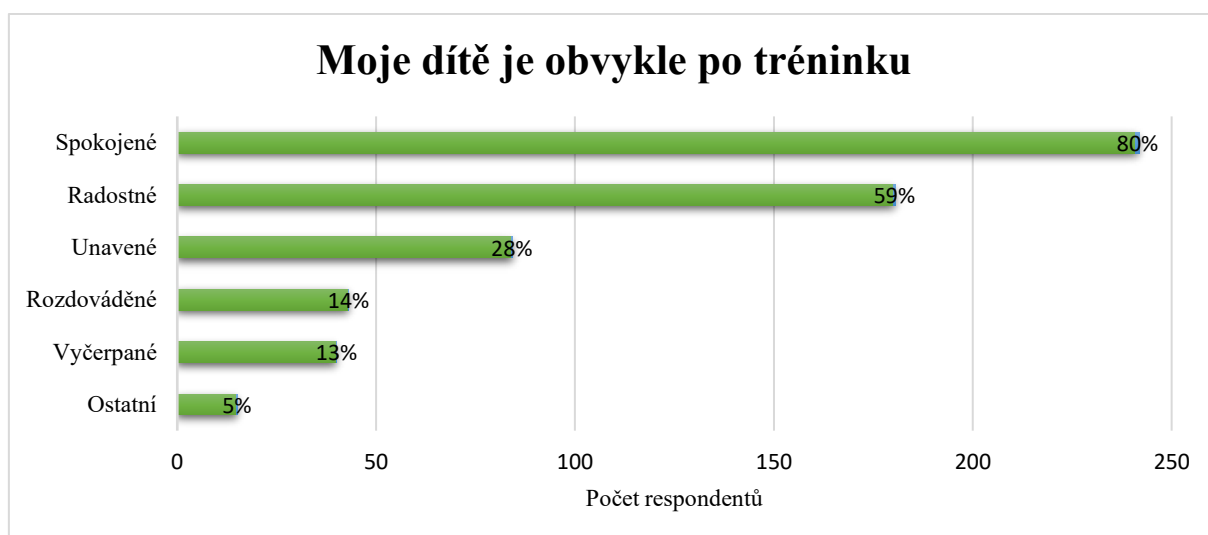


Graf 2 Očekávání rodičů

Cílem otázky bylo zjistit, zda mají rodiče významnější očekávání z hlediska úspěšnosti ve sportovní gymnastice u svých dětí. Odpověď „Chtěl(a) bych, aby ho gymnastika bavila, nemusí mít extra výkony“ získala 80 %. Obavy odborníků, jež byly uvedeny v teoretické části diplomové práce se tedy nenaplnily. Tito autoři hovořili o ambiciózních rodičích, kteří touží po úspěchu svého dítěte ve sportu na úkor jeho radosti z pohybu. Z výzkumu je patrné, že rodiče mají prvořadý zájem o to, aby děti zažívaly ve sportu radost a výkon je až druhořadý.

Odpověď „Je mi jedno, jestli bude dobré v gymnastice, hlavně, že má pohybovou aktivitu“ zvolilo 39 %. Rodiče tedy vítají možnost pohybového vyžití ve volném čase svých potomků. 22 % rodičů by bylo rádo, kdyby se jejich dítě věnovalo gymnastice i v budoucnu a účast na závodech by přivítalo 20 % rodičů. Pouze 11 % rodičů by si přálo, aby jejich dítě pokračovalo v sokolské tradici, což koresponduje s odpověďmi z otázky č. 1. Menší procento rodičů očekává větší výkony v podobě vítězství v republikových závodech a postupu do české reprezentace. Mezi „Ostatní“ patří tyto odpovědi: „Očekávám, že se mé dítě naučí ovládat své tělo“, „Získá pružnost, kladný vztah k pohybu a také společenské hodnoty (týmový duch, bude znát sokolské tradice), „Aby bylo spokojené, sportovně se rozvíjelo a posouvalo dál“, „Nemám žádná očekávání, důvodem je láska dcery k tomuto sportu a tato radost je společně sdílená“ a „Chci, aby syn vydržel delší dobu u tohoto sportu, aby ho bavil a podpořil jeho rozvoj“.

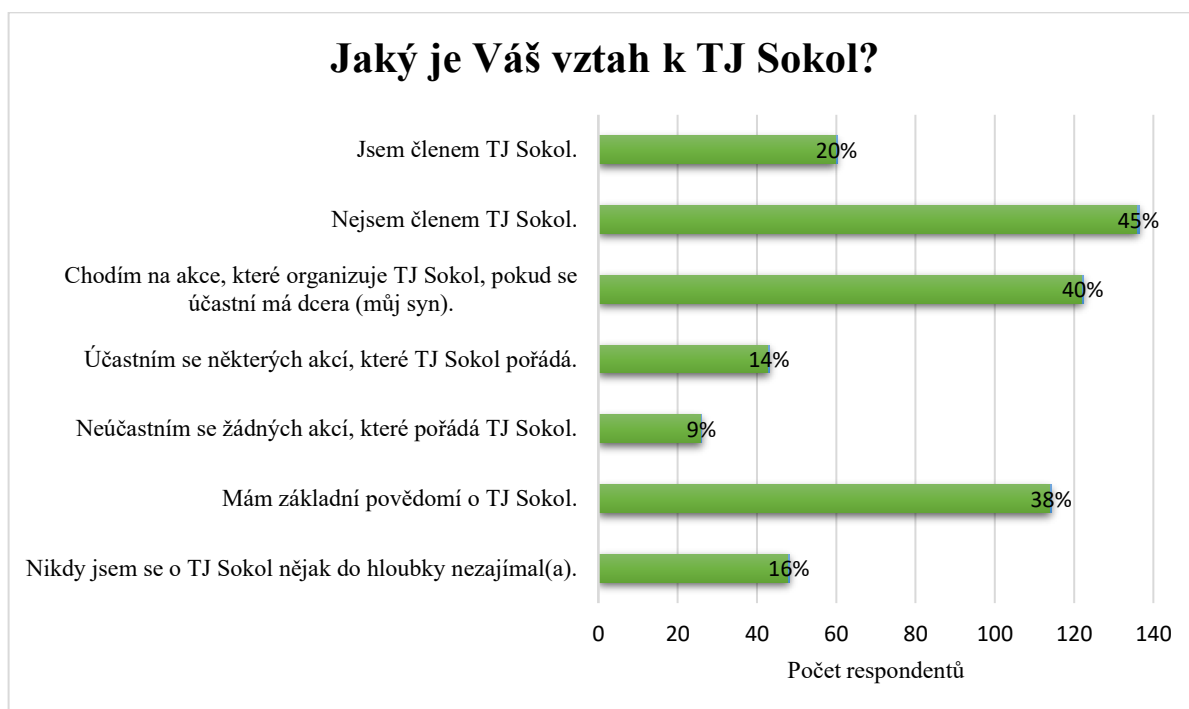
Otázka č. 3



Graf 3 Nálada dítěte po tréninku

Rodiče byly tázáni, jak se jim jeví nálada dítěte po tréninku. Největší zastoupení měla odpověď „spokojené“ 80 %, další významnou odpovědí je „radostné“ v 59 %. Je tedy vidět, že trénink je pro děti radost a přináší jim uspokojení. Rodiče také odpovídali, že je jejich dítě unavené, ve 28 % a vyčerpané ve 13 %. To je celkem pochopitelné, neboť trénink gymnastiky je náročný, ale jak je vidět, i tak děti baví. „Ostatní“ odpovědi, které získaly 5 %, byly zastoupeny těmito slovy: „Je to různé, podle náplně tréninku“, „Je unavené, ale tak zdravě unavené“, „Nabitě energií a cvičí ještě doma“, „Hladové“, „Znuděné“, „Občas smutné, protože by se chtělo rychleji zlepšovat“, „Zaražené“, „Je to různé, podle toho, jak se mu zrovna daří či nedaří“, „Občas smutné, když se mu nedaří, občas nadšené“ a „Spokojeně unavené“.

Otázka č. 4



Graf 4 Vztah rodičů k TJ Sokol

Cílem otázky bylo zjistit, jaký vztah mají rodiče k TJ Sokol, zda jsou členy Sokola a jestli se účastní akcí, které tato organizace nabízí. Největší zastoupení získala odpověď: „Nejsem členem TJ Sokol“ 45 %, ke členství v TJ Sokol se hlásí 20 %. Druhá nejčastější odpověď „Chodím na akce, které organizuje TJ Sokol, pokud se účastní má dcera (můj syn)“ byla označena ve 40 %. Zde je vidět, že akce TJ Sokol jsou pro rodiče zajímavé především, protože se jich účastní jejich děti. V opačném případě se jich rodiče účastní pouze ve 14 %. Odpověď „Mám základní povědomí o TJ Sokol“ potvrdilo 38 %, což je více než dvojnásobek odpovědí „Nikdy jsem se o TJ Sokol nijak do hloubky nezajímal(a).“

Otázka č. 5



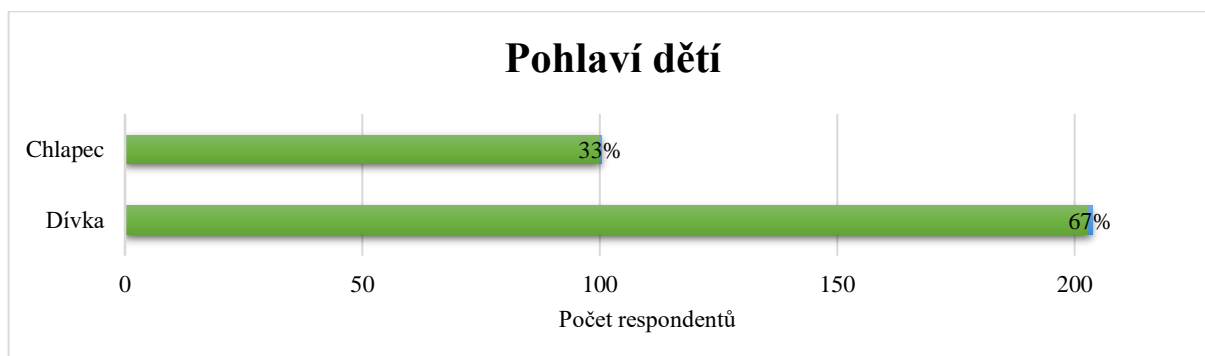
Graf 5 Význam tréninku dětí v TJ Sokol

Z Grafu 5 je patrné, že rodiče nejčastěji zvolily odpověď, ze které vyplývá, že je jim jedno, kde děti trénují. Nezáleží jim, jestli děti trénují pod hlavičkou TJ Sokol, důležité pro ně je, zda je spokojené. Ve 34 % rodiče uvedly, že je to pro ně důležité, protože se jim líbí tradice a hodnoty, které Sokol představuje. 12 % rodičů otázku místa tréninku vůbec neřeší a 9 % se rozhoduje při výběru sportoviště pro své děti podle toho, kde budou mít lepší podmínky ke sportu.

9.1.2. Dotazník pro děti

Dotazník pro děti obsahoval dvě jednoduché otázky, které zjišťovaly pohlaví a věk respondenta a otázku, která se dotazuje na jejich motivaci pomocí 31 krátkých tvrzení. Děti měly možnost označit tvrzení, se kterými souhlasí a která se jich týkají.

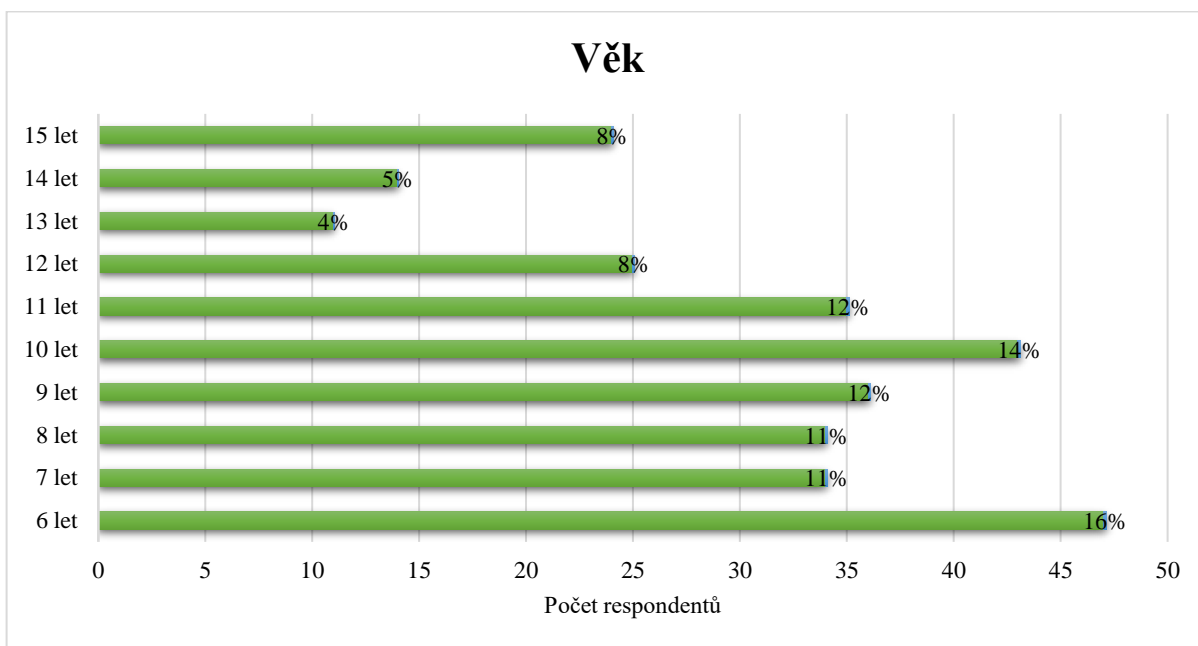
Otázka č. 1



Graf 6 Rozložení pohlaví respondentů

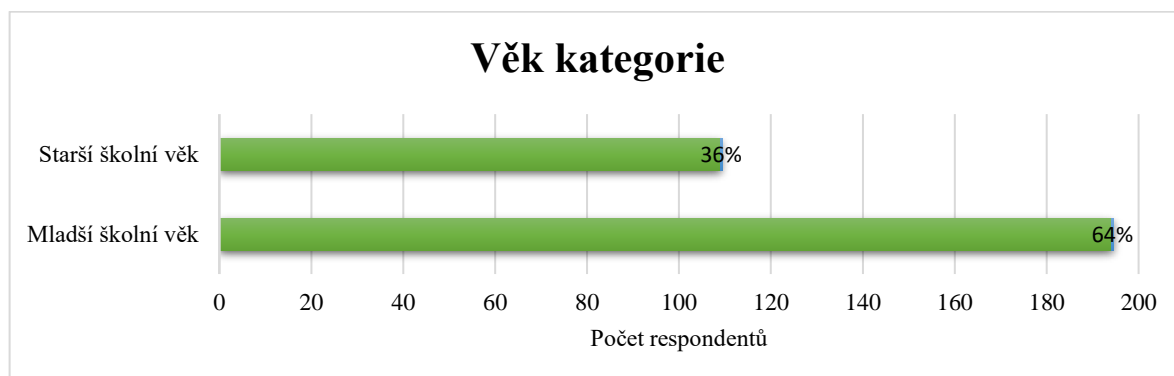
Graf 6 zobrazuje procentuální zastoupení pohlaví dětských respondentů. Dotazníkového šetření se zúčastnilo 67 % dívek a 33 % chlapců. Většinové zastoupení dívek může být dáno také tím, že gymnastika je velmi oblíbená především u děvčat, což dokládá fakt, že v České republice je mnohem více ženských oddílů sportovní gymnastiky než mužských.

Otázka č. 2



Graf 7 Věk dětských respondentů

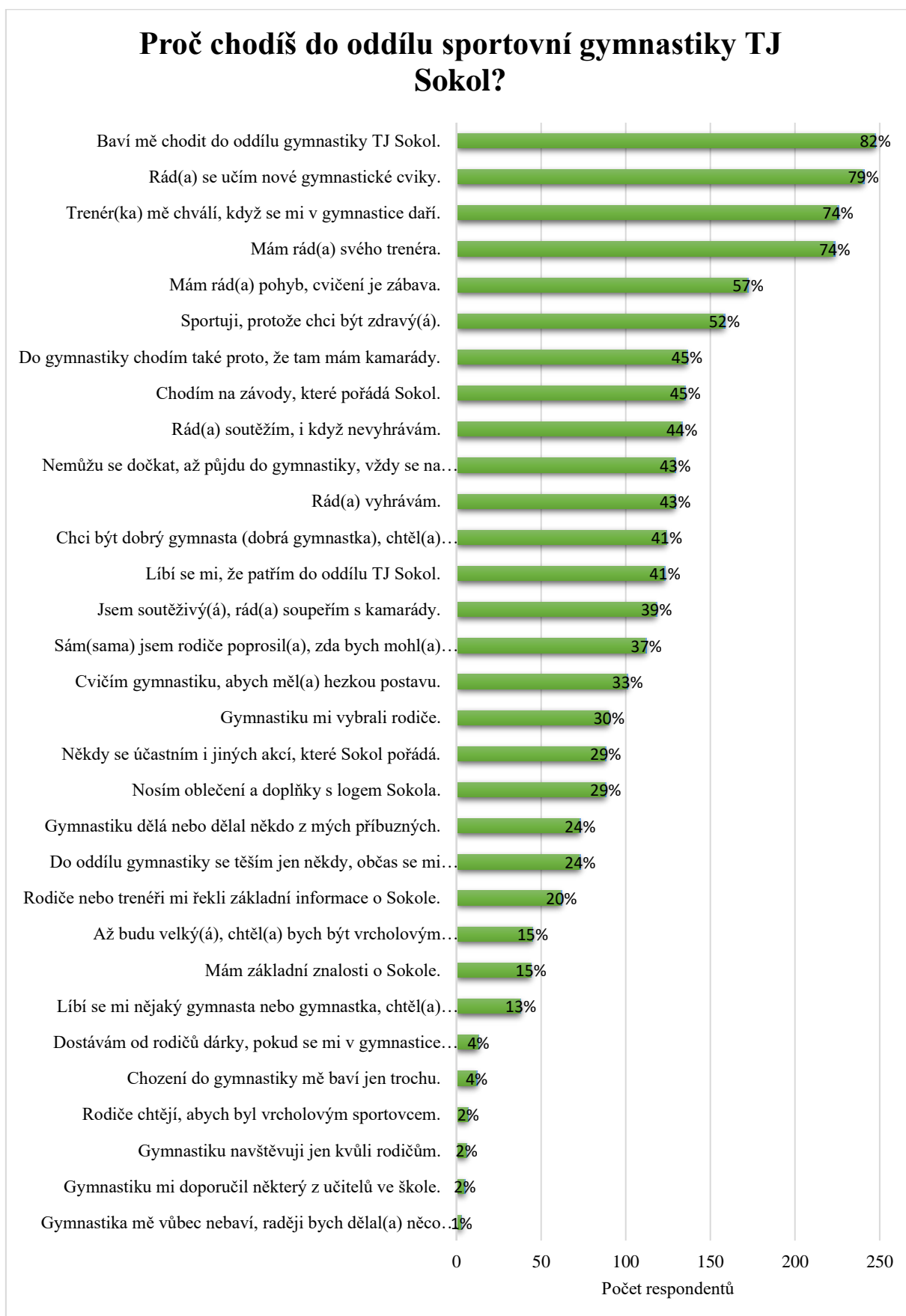
V Grafu 7 lze vyčíst věkové zastoupení respondentů. Jak je patrné, největší účast v dotazníkovém šetření měli šestileté děti a nejmenší účast třináctiletí sportovci.



Graf 8 Kategorie věku dětí

Graf 8 znázorňuje zastoupení věkových kategorií. Děti mladšího školního věku (6–10let) byly zastoupeny v 64 %, dětí staršího školního věku (11–15 let) bylo 36 %.

Otázka č. 3



Graf 9 Motivace dětí v oddíle sportovní gymnastiky TJ Sokol

Třetí otázka dotazníku pro děti zněla: „Proč chodíš do oddílu sportovní gymnastiky TJ Sokol?“ Z jednatřiceti krátkých tvrzení měly děti označit ta, se kterými souhlasí a která se jich nějakým způsobem dotýkají. Nebyl stanoven limitující počet odpovědí, děti mohly potvrdit jejich jakýkoliv počet.

Graf 9 znázorňuje výsledky odpovědí dětí. Nejvíce procent získalo tvrzení „Baví mě chodit do oddílu gymnastiky TJ Sokol“ 82 %. Druhé nejčastěji označované tvrzení „Rád(a) se učím nové gymnastické cviky“, získalo 79 %. Z odpovědí dětí jasně plyne, proč je pro ně trénink lákavý. Především musí děti bavit a chtějí se při tréninku něco nového naučit. To odpovídá názorům odborníků, že faktor novosti je při učení velmi důležitý. Tvrzení „Trenér(ka) mě chválí, když se mi v gymnastice daří“ a „Mám rád(a) svého trenéra“ byla označena v 74 %. Tyto dvě odpovědi získaly stejné procentní vyjádření. Nabízí se tedy myšlenka, že děti mají svého trenéra rády také proto, že dokáže ocenit jejich případné úspěchy.

Dále následovaly tyto odpovědi: „Mám rád(a) pohyb, cvičení je zábava“ 57 % a „Sportuji, protože chci být zdravý(á)“ 52 %. Zde je zajímavé zjištění, že děti jako motivaci ke cvičení uváděly faktor zdraví ve větší míře než jejich rodiče, kteří jej označili pouze ve 39 %. Odpovědi „Do gymnastiky chodím také proto, že tam mám kamarády“ a „Chodím na závody, které pořádá Sokol“ získaly 45 %. „Rád(a) soutěžím, i když nevyhrávám“ 44 %. Kamarády v tréninku a možnost soutěžení tedy vítá téměř polovina dětských respondentů.

Jak je ale vidět, děti soutěží rády i v případě, že nevyhrávají. Motivace tedy není jen vyhrávat, ale i zasoutěžit si. Tato skutečnost byla zmíněna také v teoretické části diplomové práce.

Další odpovědi „Nemůžu se dočkat, až půjdu do gymnastiky, vždy se na ni těším“ v téměř polovině odpovědí potvrzuje oblibu gymnastických tréninků. Dále 43 % dětí uvedlo, že rádo vyhrává. Ambice být dobrým gymnastou a v budoucnu něco dokázat, získalo 41 % stejně tak odpověď „Líbí se mi, že patřím do oddílu TJ Sokol“.

Následovaly odpovědi: „Jsem soutěživý(á), rád(a) soupeřím s kamarády“ 39 %, „Sám (sama) jsem rodiče poprosil(a), zda bych mohl(a) chodit do gymnastiky“ 37 %, „Cvičím, abych měl(a) hezkou postavu“ 33 %, „Gymnastiku mi vybrali rodiče“ 30 %, „Někdy se účastním i jiných akcí, které Sokol pořádá (letní tábor, Noc sokoloven, akce k výročí Sokola, exhibice)“ a „Nosím oblečení a doplňky s logem Sokola 29 %, „Gymnastiku dělá nebo dělal někdo z mých příbuzných“ a „Do oddílu gymnastiky se těším jen někdy, občas se mi tam nechce“ 24 %, „Rodiče nebo trenéři mi řekli základní informace o Sokole“ 20 %, „Až budu velký(á), chtěl(a) bych být vrcholovým sportovcem“ a „Mám základní znalosti o Sokole 15 %, „Líbí se mi nějaký gymnasta nebo gymnastka, chtěl(a) bych být dobrý(á)

jako on(a)“ 13 %, „Dostávám od rodičů dárky, pokud se mi v gymnastice daří“ a „Chození do gymnastiky mě baví jen trochu“ 4 %. Následující tvrzení získala pouhá 2 % odpovědí: „Rodiče chtějí, abych byl vrcholovým sportovcem“, „Gymnastiku navštěvuji jen kvůli rodičům“ a „Gymnastiku mi doporučil některý z učitelů ve škole“. Nejmenší procentuální zastoupení získalo tvrzení „Gymnastika mě vůbec nebaví, raději bych dělal(a) něco jiného“ 1 %.

9.2. Testování hypotéz

Hypotéza 1

Vnitřní motivace u chlapců a dívek je rozdílná.

Tabulka 3 Motivace dětí – gymnastický vzor

| Chí-kvadrát test p-hodnota: 0,349 | | Líbí se mi nějaký gymnasta nebo gymnastka, chtěl(a) bych být dobrý(á) jako on(a) | | | | |
|--------------------------------------|---------|--|----|-----|----|--------|
| | | ano | | ne | | celkem |
| | | n | % | n | % | |
| Pohlaví | dívka | 28 | 14 | 175 | 86 | 203 |
| | chlapec | 10 | 10 | 90 | 90 | 100 |
| | celkem | 38 | | 265 | | 303 |

S výrokem „Líbí se mi nějaký gymnasta nebo gymnastka, chtěl(a) bych být dobrý(á) jako on/ona“ vyjádřilo shodu 14 % dívek a 10 % chlapců. Rozdíl činil 4 procentní body (p. b.) ve prospěch dívek. P-hodnota chí-kvadrát testu nezávislosti vyšla s ohledem na 3 desetinná místa 0,349, tj, vyšší než 0,05. Na hladině významnosti 0,05 nebyl prokázán rozdíl v podílu shody s tímto výrokem mezi dívkami a chlapci.

Tabulka 4 – zdraví

| Chí-kvadrát test p-hodnota: 0,834 | | Sportuji, protože chci být zdravý(á) | | | | |
|--------------------------------------|---------|--------------------------------------|----|-----|----|--------|
| | | ano | | ne | | celkem |
| | | n | % | n | % | |
| Pohlaví | dívka | 105 | 52 | 98 | 48 | 203 |
| | chlapec | 53 | 53 | 47 | 47 | 100 |
| | celkem | 158 | | 145 | | 303 |

S výrokem „Sportuji, protože chci být zdravý(á)“ vyjádřilo shodu 52 % dívek a 53 % chlapců. Rozdíl činil 1 p. b. ve prospěch chlapců. P-hodnota chí-kvadrát testu nezávislosti vyšla s ohledem na 3 desetinná místa 0,834, tj, vyšší než 0,05. Na hladině významnosti 0,05 nebyl prokázán rozdíl v podílu shody s tímto výrokem mezi dívkami a chlapci.

Tabulka 5 Motivace dětí – hezká postava

| Chí-kvadrát test p-hodnota: 0,730 | | Cvičím gymnastiku, abych měl(a) hezkou postavu | | | | celkem |
|--------------------------------------|---------|--|----|-----|----|--------|
| | | ano | | ne | | |
| | | n | % | n | % | |
| Pohlaví | dívka | 69 | 34 | 134 | 66 | 203 |
| | chlapec | 32 | 32 | 68 | 68 | 100 |
| | celkem | 101 | | 202 | | 303 |

S výrokem „Cvičím gymnastiku, abych měl(a) hezkou postavu“ vyjádřilo shodu 34 % dívek a 32 % chlapců. Rozdíl činil 2 p. b. ve prospěch dívek. P-hodnota chí-kvadrát testu nezávislosti vyšla s ohledem na 3 desetinná místa 0,730, tj. vyšší než 0,05. Na hladině významnosti 0,05 nebyl prokázán rozdíl v podílu shody s tímto výrokem mezi dívkami a chlapci.

Tabulka 6 Motivace dětí – cvičení jako zábava

| Chí-kvadrát test p-hodnota: 0,663 | | Mám rád(a) pohyb, cvičení je zábava | | | | celkem |
|--------------------------------------|---------|-------------------------------------|----|-----|----|--------|
| | | ano | | ne | | |
| | | n | % | n | % | |
| Pohlaví | dívka | 117 | 58 | 86 | 42 | 203 |
| | chlapec | 55 | 55 | 45 | 45 | 100 |
| | celkem | 172 | | 131 | | 303 |

S výrokem „Mám rád(a) pohyb, cvičení je zábava“ vyjádřilo shodu 58 % dívek a 55 % chlapců. Rozdíl činil 3 p. b. ve prospěch dívek. P-hodnota chí-kvadrát testu nezávislosti vyšla s ohledem na 3 desetinná místa 0,663, tj. vyšší než 0,05. Na hladině významnosti 0,05 nebyl prokázán rozdíl v podílu shody s tímto výrokem mezi dívkami a chlapci.

Tabulka 7 Motivace dětí – kamarádi

| Chí-kvadrát test p-hodnota: 0,340 | | Do gymnastiky chodím také proto, že tam mám kamarády | | | | celkem |
|--------------------------------------|---------|--|----|-----|----|--------|
| | | ano | | ne | | |
| | | n | % | n | % | |
| Pohlaví | dívka | 95 | 47 | 108 | 53 | 203 |
| | chlapec | 41 | 41 | 59 | 59 | 100 |
| | celkem | 136 | | 167 | | 303 |

S výrokem „Do gymnastiky chodím také proto, že tam mám kamarády“ vyjádřilo shodu 47 % dívek a 41 % chlapců. Rozdíl činil 6 p. b. ve prospěch dívek. P-hodnota chí-kvadrát testu nezávislosti vyšla s ohledem na 3 desetinná místa 0,340, tj. vyšší než 0,05. Na hladině

významnosti 0,05 nebyl prokázán rozdíl v podílu shody s tímto výrokem mezi dívkami a chlapci.

Tabulka 8 Motivace dětí – nové gymnastické cviky

| Chí-kvadrát test p-hodnota: 0,117 | | Rád(a) se učím nové gymnastické cviky | | | | celkem |
|--------------------------------------|---------|---------------------------------------|----|----|----|--------|
| | | ano | | ne | | |
| | | n | % | n | % | |
| Pohlaví | dívka | 166 | 82 | 37 | 18 | 203 |
| | chlapec | 74 | 74 | 26 | 26 | 100 |
| | celkem | 240 | | 63 | | 303 |

S výrokem „Rád(a) se učím nové gymnastické cviky“ vyjádřilo shodu 82 % dívek a 74 % chlapců. Rozdíl činil 8 p. b. ve prospěch dívek. P-hodnota chí-kvadrát testu nezávislosti vyšla s ohledem na 3 desetinná místa 0,117, tj, vyšší než 0,05. Na hladině významnosti 0,05 nebyl prokázán rozdíl v podílu shody s tímto výrokem mezi dívkami a chlapci.

Tabulka 9 Motivace dětí – soupeření s kamarády

| Chí-kvadrát test p-hodnota: 0,012 | | Jsem soutěživý(á), rád(a) soupeřím s kamarády | | | | celkem |
|--------------------------------------|---------|---|----|-----|----|--------|
| | | ano | | ne | | |
| | | n | % | n | % | |
| Pohlaví | dívka | 69 | 34 | 134 | 66 | 203 |
| | chlapec | 49 | 49 | 51 | 51 | 100 |
| | celkem | 118 | | 185 | | 303 |

S výrokem „Jsem soutěživý(á), rád(a) soupeřím s kamarády“ vyjádřilo shodu 34 % dívek a 49 % chlapců. Rozdíl činil 15 p. b. ve prospěch chlapců. P-hodnota chí-kvadrát testu nezávislosti vyšla s ohledem na 3 desetinná místa 0,012, tj, nižší než 0,05. Na hladině významnosti 0,05 byl prokázán rozdíl v podílu shody s tímto výrokem mezi dívkami a chlapci. Chlapci tento výrok uváděli statisticky významně častěji než dívky.

Tabulka 10 Motivace dětí – soutěžení

| Chí-kvadrát test p-hodnota: 0,338 | | Rád(a) soutěžím, i když nevyhrávám | | | | celkem |
|--------------------------------------|---------|------------------------------------|----|-----|----|--------|
| | | ano | | ne | | |
| | | n | % | n | % | |
| Pohlaví | dívka | 93 | 46 | 110 | 54 | 203 |
| | chlapec | 40 | 40 | 60 | 60 | 100 |
| | celkem | 133 | | 170 | | 303 |

S výrokem „Rád(a) soutěžím, i když nevyhrávám“ vyjádřilo shodu 46 % dívek a 40 % chlapců. Rozdíl činil 6 p. b. ve prospěch dívek. P-hodnota chí-kvadrát testu nezávislosti vyšla s ohledem na 3 desetinná místa 0,338, tj. vyšší než 0,05. Na hladině významnosti 0,05 nebyl prokázán rozdíl v podílu shody s tímto výrokem mezi dívkami a chlapci.

Tabulka 11 Motivace dětí – výhra

| Chí-kvadrát test p-hodnota: 0,020 | | Rád(a) vyhrávám | | | | celkem |
|--------------------------------------|---------|-----------------|----|-----|----|--------|
| | | ano | | ne | | |
| | | n | % | n | % | |
| Pohlaví | dívka | 77 | 38 | 126 | 62 | 203 |
| | chlapec | 52 | 52 | 48 | 48 | 100 |
| | celkem | 129 | | 174 | | 303 |

S výrokem „Rád(a) vyhrávám“ vyjádřilo shodu 38 % dívek a 52 % chlapců. Rozdíl činil 14 p. b. ve prospěch chlapců. P-hodnota chí-kvadrát testu nezávislosti vyšla s ohledem na 3 desetinná místa 0,020, tj. nižší než 0,05. Na hladině významnosti 0,05 byl prokázán rozdíl v podílu shody s tímto výrokem mezi dívkami a chlapci. Chlapci tento výrok uváděli statisticky významně častěji než dívky.

U Hypotézy 1 „Vnitřní motivace dívek a chlapců bude rozdílná“ bylo nutné stanovit dílčí faktory, které vnitřní motivaci zastupují. Jedná se o devět „položek“, které jsou uvedeny v tabulkách 3-11. Tyto faktory byly dále podrobeny statistickému vyhodnocování. Výsledky poukázaly pouze na dva motivační faktory, u kterých byl statisticky prokázán rozdíl v podílu shody s výrokem mezi chlapci a dívkami. Jedná se o výroky „Jsem soutěživý(á), rád(a) soupeřím s kamarády“ a „Rád(a) vyhrávám“. V obou případech chlapci tento výrok uváděli statisticky významně častěji než dívky. **Hypotéza 1 byla prokázána**, i když rozdíl mezi vnitřní motivací dívek a chlapců odpovídal pouze dvěma faktorům z devíti. Souvisí především s faktory „soutěživosti“, jinak ve vnitřní motivaci nebyly nalezeny statisticky významné rozdíly u chlapců a dívek.

Hypotéza 1 A

U chlapců převáží míra soutěživosti nad ostatními faktory vnitřní motivace.

Tabulka 12 Vnitřní motivace chlapci – míra soutěživosti

| Položka dotazníku | Uvedeno | | Pořadí |
|--|---------|------------------|--------|
| | ano | ne | |
| Rád se učím nové gymnastické cviky | 74,0 | 26,0 | 1. |
| Mám rád pohyb, cvičení je zábava | 55,0 | 45,0 | 2. |
| Sportuji, protože chci být zdravý | 53,0 | 47,0 | 3. |
| Rád vyhrávám | 52,0 | 48,0 | 4. |
| Jsem soutěživý, rád soupeřím s kamarády | 49,0 | 51,0 | 5. |
| Do gymnastiky chodím také proto, že tam mám kamarády | 41,0 | 59,0 | 6. |
| Rád soutěžím, i když nevyhrávám | 40,0 | 60,0 | 7. |
| Cvičím gymnastiku, abych měl hezkou postavu | 32,0 | 68,0 | 8. |
| Líbí se mi nějaký gymnasta nebo gymnastka, chtěl bych být dobrý jako on(a) | 10,0 | 90,0 | 9. |
| Cochranův Q-test | | p-hodnota: 0,000 | |

Na hladině významnosti 0,05 bylo dle Cochranova Q-testu prokázáno, že podíly shody s těmito 9 výroky nejsou u chlapců stejné.

U hypotézy 1 A bylo cílem zjistit, zda u chlapců převáží míra soutěživosti nad ostatními faktory vnitřní motivace. V tabulce 12 jsou tyto faktory uvedené v sestupném pořadí. Největší procento získaly výroky „Rád se učím nové gymnastické cviky“ (74 %), následuje výrok „Mám rád pohyb, cvičení je zábava (55 %) a třetí v pořadí „Sportuji, protože chci být zdravý“ (53 %). Výroky „soutěživosti“ vyjadřovala tvrzení „Rád vyhrávám“ (52 %), „Jsem soutěživý, rád soupeřím s kamarády“ (49 %) a „Rád soutěžím, i když nevyhrávám“ (40 %). Výrok „Do gymnastiky chodím také proto, že tam mám kamarády byla vyjádřena v 41 %. Nejmenší procentní zastoupení získaly výroky „Cvičím gymnastiku, abych měl hezkou postavu“ (32 %) a „Líbí se mi nějaký gymnasta nebo gymnastka, chtěl bych být dobrý jako on(a)“, který získal pouhých 10 %.

Z výsledků je patrné, že **hypotéza 1 A nebyla prokázána**, neboť chlapci upřednostňují ve větší míře jiné motivační faktory, než je motivace soutěžením a výhrou.

Hypotéza 1 B

Dívky spojují vnitřní motivaci ke cvičení s vidinou hezké postavy více než s jinými motivy.

Tabulka 13 Vnitřní motivace dívky – hezká postava

| Položka dotazníku | Uvedeno | | Pořadí |
|--|---------|------------------|--------|
| | ano | ne | |
| Ráda se učím nové gymnastické cviky | 88 | 18 | 1. |
| Mám ráda pohyb, cvičení je zábava | 58 | 42 | 2. |
| Sportuji, protože chci být zdravá | 52 | 48 | 3. |
| Do gymnastiky chodím také proto, že tam mám kamarády | 47 | 53 | 4. |
| Ráda soutěžím, i když nevyhrávám | 46 | 54 | 5. |
| Ráda vyhrávám | 38 | 62 | 6. |
| Cvičím gymnastiku, abych měla hezkou postavu | 34 | 66 | 7-8. |
| Jsem soutěživá, ráda soupeřím s kamarády | 34 | 66 | 7-8. |
| Líbí se mi nějaký gymnasta nebo gymnastka chtěla bych být dobrý jako on(a) | 14 | 86 | 9. |
| Cochranův Q-test | | p-hodnota: 0,000 | |

Na hladině významnosti 0,05 bylo dle Cochranova Q-testu prokázáno, že podíly shody s těmito 9 výroky nejsou u dívek stejné. Nejčastěji se vyskytl výrok „Ráda se učím nové gymnastické cviky“ (82 %), druhým byl výrok „Mám ráda pohyb, cvičení je zábava“ (58 %) a třetí „Sportuji, protože chci být zdravá“ (52 %). Následují výroky „Do gymnastiky chodím také proto, že tam mám kamarády“ (47 %), „Ráda soutěžím, i když nevyhrávám“ (46 %), „Ráda vyhrávám“ (38 %), Druhé nejmenší zastoupení odpovědí měla tvrzení „Cvičím gymnastiku, abych měla hezkou postavu“ a „Jsem soutěživá, ráda soupeřím s kamarády“. Obě měla 34 %. Nejméně často se vyskytl výrok „Líbí se mi nějaký gymnasta nebo gymnastka chtěla bych být dobrý jako on(a).“ Získal pouhých 14 % odpovědí.

Z výsledků je zřejmé, že **hypotéza 1 B nebyla prokázána**, neboť dívky upřednostňují jiné hlavní motivy ke cvičení než motivaci mít hezkou postavu.

Není bez zajímavosti, že pokud bychom porovnali tabulky vnitřní motivace chlapců a děvčat, na prvních třech místech se umístily stejné motivy. Dívky i chlapci se rádi učí novým gymnastickým prvkům, pohyb je pro ně zábavou a ve sportu vidí prostředek dosažení pevného zdraví.

Hypotéza 2

U dětí mladšího školního věku je v motivaci patrný rozdíl oproti dětem staršího školního věku.

Tabulka 14 Rozdíly v motivaci dětí mladšího a staršího školního věku

| Označ věty, které platí právě pro tebe. Pokud s větou souhlasíš, klikni na čtvereček. Můžeš označit tolik odpovědí, s kolika budeš souhlasit. | mladší školní věk (N=194) | | starší školní věk (N=109) | | p |
|---|------------------------------|----|------------------------------|-----------|------------|
| | počet | % | počet | % | |
| Gymnastika mě vůbec nebaví, raději bych dělal(a) něco jiného. | 2 | 1 | 1 | 1 | - |
| Gymnastiku mi doporučil některý z učitelů ve škole. | 2 | 1 | 3 | 3 | - |
| Gymnastiku navštěvuji jen kvůli rodičům. | 5 | 3 | 1 | 1 | - |
| Rodiče chtějí, abych byl vrcholovým sportovcem. | 6 | 3 | 1 | 1 | - |
| Chození do gymnastiky mě baví jen trochu. | 10 | 5 | 2 | 2 | - |
| Dostávám od rodičů dárky, pokud se mi v gymnastice daří. | 8 | 4 | 5 | 5 | 0,848 |
| Líbí se mi nějaký gymnasta nebo gymnastka, chtěl(a) bych být dobrý(á) jako on/ona. | 27 | 14 | 11 | 10 | 0,335 |
| Mám základní znalosti o Sokole. | 13 | 7 | 31 | 28 | 0,000 * |
| Až budu velký(á), chtěl(a) bych být vrcholovým sportovcem. | 34 | 18 | 11 | 10 | 0,081 |
| Rodiče nebo trenéři mi řekli základní informace o Sokole. | 27 | 14 | 35 | 32 | 0,000 * |
| Do oddílu gymnastiky se těším jen někdy, občas se mi tam nechce. | 46 | 24 | 27 | 25 | 0,836 |
| Gymnastiku dělá nebo dělal někdo z mých příbuzných. | 49 | 25 | 24 | 22 | 0,527 |
| Nosím oblečení a doplňky s logem Sokola. | 43 | 22 | 45 | 41 | 0,000 * |
| Někdy se účastním i jiných akcí, které Sokol pořádá. | 49 | 25 | 39 | 36 | 0,053 |
| Gymnastiku mi vybrali rodiče. | 58 | 30 | 32 | 29 | 0,921 |
| Cvičím gymnastiku, abych měl(a) hezkou postavu. | 36 | 19 | 65 | 60 | 0,000 * |
| Sám(sama) jsem rodiče poprosil(a), zda bych mohl(a) chodit do gymnastiky. | 71 | 37 | 41 | 38 | 0,860 |
| Jsem soutěživý(á), rád(a) soupeřím s kamarády. | 74 | 38 | 44 | 40 | 0,703 |
| Líbí se mi, že patřím do oddílu TJ Sokol. | 75 | 39 | 48 | 44 | 0,360 |
| Chci být dobrý gymnasta (dobrá gymnastka), chtěl(a) bych v budoucnu v gymnastice něco dokázat. | 87 | 45 | 37 | 31 | 0,064 |
| Rád(a) vyhrávám. | 86 | 44 | 43 | 39 | 0,410 |

| | | | | | |
|--|-----|-----------|----|-----------|------------|
| Nemůžu se dočkat, až půjdu do gymnastiky, vždy se na ni těším. | 90 | 46 | 39 | 36 | 0,073 |
| Rád(a) soutěžím, i když nevyhrávám. | 77 | 40 | 56 | 51 | 0,049 * |
| Chodím na závody, které pořádá Sokol. | 67 | 35 | 68 | 62 | 0,000 * |
| Do gymnastiky chodím také proto, že tam mám kamarády. | 81 | 42 | 55 | 51 | 0,144 |
| Sportuji, protože chci být zdravý(á). | 93 | 48 | 65 | 60 | 0,051 |
| Mám rád(a) pohyb, cvičení je zábava. | 115 | 59 | 57 | 52 | 0,239 |
| Mám rád(a) svého trenéra. | 154 | 79 | 69 | 63 | 0,002 * |
| Trenér(ka) mě chválí, když se mi v gymnastice daří | 145 | 75 | 80 | 73 | 0,797 |
| Rád(a) se učím nové gymnastické cviky. | 150 | 77 | 90 | 83 | 0,280 |
| Baví mě chodit do oddílu gymnastiky TJ Sokol. | 157 | 81 | 90 | 83 | 0,724 |

Pro jednotlivé výroky dítěte bylo pomocí chí-kvadrát testu nezávislosti otestováno, zda jeho četnost závisí na kategorii věku (mladší školní věk, starší školní věk). V případě nízkých četností nedávalo smysl test provést, p-hodnota není uvedena.

Na hladině významnosti 0,05 byla prokázána závislost 7 výroků na kategorii školního věku (p-hodnoty označeny hvězdičkou). Konkrétně: Výrok „Mám základní znalosti o Sokole“ byl statisticky významně častěji uveden dětmi staršího školního věku (28 %) oproti dětem mladšího školního věku (7 %). Rozdíl činil 21 p. b.

Výrok „Rodiče nebo trenéři mi řekli základní informace o Sokole“ byl statisticky významně častěji uveden dětmi staršího školního věku (32 %) oproti dětem mladšího školního věku (14 %). Rozdíl činil 18 p. b.

Výrok „Nosím oblečení a doplňky s logem Sokola“ byl statisticky významně častěji uveden dětmi staršího školního věku (41 %) oproti dětem mladšího školního věku (22 %). Rozdíl činil 19 p. b.

Výrok „Cvičím gymnastiku, abych měl(a) hezkou postavu“ byl statisticky významně častěji uveden dětmi staršího školního věku (60 %) oproti dětem mladšího školního věku (19 %). Rozdíl činil 41(!) p. b.

Výrok „Rád(a) soutěžím, i když nevyhrávám“ byl statisticky významně častěji uveden dětmi staršího školního věku (51 %) oproti dětem mladšího školního věku (40 %). Rozdíl činil 11 p. b.

Výrok „Chodím na závody, které pořádá Sokol“ byl statisticky významně častěji uveden dětmi staršího školního věku (62 %) oproti dětem mladšího školního věku (35 %). Rozdíl činil 27 p. b.

Výrok „Mám rád(a) svého trenéra“ byl statisticky významně častěji uveden dětmi mladšího školního věku (79 %) oproti dětem staršího školního věku (63 %). Rozdíl činil 14 p.b.

U ostatních výroků nebyla závislost na věkové kategorii na hladině významnosti 0,05 statisticky významná.

Hypotéza 2 se snažila odpovědět na otázku, zda bude patrný rozdíl v motivaci dětí mladšího školního věku a dětí staršího školního věku. Podle výsledků v tabulce můžeme vidět rozdíl v sedmi výrociích, které byly statisticky vyhodnoceny jako významné. **Hypotéza 2 byla prokázána.**

Hypotéza 3

Děti přivedli ke cvičení sportovní gymnastiky nejčastěji jejich rodiče.

Tabulka 15 Osoba, která přivedla děti ke cvičení gymnastiky

| Položka dotazníku | Uvedeno | | Pořadí |
|---|---------|------------------|--------|
| | ano | ne | |
| Gymnastiku mi vybrali rodiče. | 30 % | 70 % | 2. |
| Sám(sama) jsem rodiče poprosil(a), zda bych mohl(a) chodit do gymnastiky. | 37 % | 63 % | 1. |
| Gymnastiku dělá někdo z mých příbuzných a ten mě k ní přivedl. | 24 % | 76 % | 3. |
| Cochranův Q-test | | p-hodnota: 0,005 | |

Na hladině významnosti 0,05 bylo dle Cochranova Q-testu prokázáno, že podíly shody s těmito třemi výroky nejsou stejné ($p=0,005<0,05$). Nejčastěji se vyskytl výrok „Sám(sama) jsem rodiče poprosil(a), zda bych mohl(a) chodit do gymnastiky“ (37 %), dále výrok „Gymnastiku mi vybrali rodiče“ (30 %) a nejméně často výrok „Gymnastiku dělá někdo z mých příbuzných a ten mě k ní přivedl“ (24 %).

Poznámka: Výrok „Gymnastiku mi doporučil některý z učitelů ve škole“ byl zastoupen nízkou četností ($N=5$) a nebyl tedy do testování zařazen. Samozřejmě lze říci, že tento výrok se vyskytl výrazně méně často než výrok, že gymnastiku dělá někdo z příbuzných.

Hypotéza 3 nebyla prokázána, jelikož tvrzení „Sám(sama) jsem rodiče poprosil(a), zda bych mohl(a) chodit do gymnastiky“ bylo označeno dětmi ve větším procentním zastoupení než výrok „Gymnastiku mi vybrali rodiče“.

Hypotéza 4

Na děti ve sportovní gymnastice TJ Sokol působí více vnější motivace ve formě pochvaly trenéra než vnější motivace formou dárků od rodičů.

Tabulka 16 Vnější motivace formou pochvaly trenéra versus motivace dárky od rodičů

| McNemarův test p-hodnota: 0,000 | | Dostávám od rodičů dárky, pokud se mi v gymnastice daří | | | | | |
|--|--------|---|---|-----|----|--------|----|
| | | ano | | ne | | celkem | |
| | | n | % | n | % | n | % |
| Trenér mě chválí, když se mi v gymnastice daří | ano | 13 | 4 | 212 | 70 | 225 | 74 |
| | ne | 0 | 0 | 78 | 26 | 78 | 26 |
| | celkem | 13 | 4 | 290 | 96 | N=303 | |

Oba výroky uvedlo 4 % respondentů, žádný z výroků 26 % respondentů. Zbýlých 70 % uvedlo pouze jeden z výroků, přičemž ve všech případech se jednalo o výrok „Trenér mě chválí, když se mi v gymnastice daří“. Celkově uvedlo pochvalu od trenéra 74 % respondentů a dárky od rodičů 4 % respondentů. Rozdíl tedy činil 70 p. b.

P-hodnota McNemarova testu vyšla s ohledem na 3 desetinná místa 0,000, tj. nižší než 0,05. Na hladině významnosti 0,05 bylo prokázáno, že pochvala od trenéra a dárky od rodičů se u dětí navštěvujících Sokol vyskytují v rozdílné míře. Podíl dětí, které chválí trenér, je statisticky významně vyšší než podíl dětí, které dostávají od rodičů dárky.

Z výsledků je patrné, že **hypotéza 4 byla prokázána**. Na děti ve sportovní gymnastice TJ Sokol působí více vnější motivace ve formě pochvaly trenéra než vnější motivace formou dárků od rodičů, a to ve statisticky velmi významné míře.

Hypotéza 5

Více než polovině dětí se líbí patřit do oddílu TJ Sokol.

Tabulka 17 Výroky dětí ke vztahu k TJ Sokol

| Výrok | počet | podíl | 95 % - D | 95 % - H |
|--|-------|-------|----------|----------|
| Líbí se mi, že patřím do oddílu Sokol. | 123 | 0,41 | 0,350 | 0,464 |
| Nosím oblečení a doplňky s logem Sokola. | 88 | 0,29 | 0,240 | 0,345 |
| Rodiče nebo trenéři mi řekli základní informace o tom, co je to Sokol. | 62 | 0,20 | 0,158 | 0,251 |
| Chodím na závody, které pořádá organizace Sokol. | 135 | 0,45 | 0,392 | 0,507 |
| Někdy se účastním i jiných akcí, které Sokol pořádá. | 88 | 0,29 | 0,240 | 0,345 |
| Mám základní znalosti o Sokole. | 44 | 0,15 | 0,110 | 0,194 |

V rámci souboru 303 respondentů uvedlo výrok „Líbí se mi, že patřím do oddílu Sokol“ 41 % respondentů. Dle 95 % intervalu spolehlivosti se podíl dětí, kterým se líbí, že patří do oddílu sportovní gymnastiky Sokol, pohybuje mezi 35,0 % a 46,4 %.

V rámci souboru 303 respondentů uvedlo výrok „Nosím oblečení a doplňky s logem Sokola“ 29 % respondentů. Dle 95 % intervalu spolehlivosti se podíl dětí, které nosí oblečení a doplňky s logem Sokola, pohybuje mezi 24,0 % a 34,5 %.

V rámci souboru 303 respondentů uvedlo výrok „Rodiče nebo trenéři mi řekli základní informace o tom, co je to Sokol“ 20 % respondentů. Dle 95 % intervalu spolehlivosti se podíl dětí, kterým rodiče nebo trenéři řekli základní informace o tom, co je to Sokol, pohybuje mezi 15,8 % a 25,1 %.

V rámci souboru 303 respondentů uvedlo výrok „Chodím na závody, které pořádá organizace Sokol“ 45 % respondentů. Dle 95 % intervalu spolehlivosti se podíl dětí, které chodí na závody organizace Sokol, pohybuje mezi 39,2 % a 50,7 %.

V rámci souboru 303 respondentů uvedlo výrok „Někdy se účastním i jiných akcí, které Sokol pořádá“ 29 % respondentů. Dle 95 % intervalu spolehlivosti se podíl dětí, které se účastní i jiných akcí, které Sokol pořádá, pohybuje mezi 24,0 % a 34,5 %.

V rámci souboru 303 respondentů uvedlo výrok „Mám základní znalosti o Sokole“ 15 % respondentů. Dle 95 % intervalu spolehlivosti se podíl dětí, které mají základní znalosti o Sokole, pohybuje mezi 11,0 % a 19,4 %.

I když vezmeme v úvahu 95 % interval spolehlivosti, přesto se **hypotéza 5**, že se nadpoloviční většina dětí vyjádří výrokem „Líbí se mi, že patřím do oddílu Sokol“, **nebyla prokázána**. Konstatování „Chodím na závody, které pořádá organizace Sokol“ bylo v odpovědích zastoupeno více.

Hypotéza 6

Rodiče dětí navštěvujících Sokol přihlašují své děti do Sokola v nadpoloviční většině proto, že děti rády cvičí a rodiče je v tom chtějí podpořit.

Tabulka 18 Důvody rodičů pro přihlášení dítěte do oddílu sportovní gymnastiky TJ Sokol

| Výrok | počet | podíl | 95 % - D | 95 % - H |
|--|-------|-------|----------|----------|
| Upoutal mě leták ve škole, v dopravním prostředku či v jiných médiích. | 4 | 0,01 | - | - |
| Na doporučení učitele. | 11 | 0,04 | 0,021 | 0,068 |
| Moji rodiče nebo jiní příbuzní do Sokola také chodili. | 12 | 0,04 | 0,023 | 0,072 |
| Také jsem do Sokola chodil(a). | 38 | 0,13 | 0,093 | 0,172 |
| Líbí se mi hodnoty, které se Sokol snaží vštěpovat svým svěřencům. | 46 | 0,15 | 0,110 | 0,194 |
| Také jsem se gymnastice věnoval(a). | 65 | 0,21 | 0,167 | 0,262 |
| Dítě mě o to samo požádalo. | 103 | 0,34 | 0,287 | 0,396 |
| Gymnastika se mi líbí jako sport. | 105 | 0,35 | 0,296 | 0,407 |
| Myslím, že přiměřený trénink je zdraví prospěšný. | 119 | 0,39 | 0,259 | 0,466 |
| Protože rádo cvičí a chci ho v tom podpořit. | 168 | 0,55 | 0,493 | 0,608 |
| Myslím, že je to dobrá příprava i pro jiné sporty, rozvíjí pohybovou zdatnost. | 214 | 0,71 | 0,655 | 0,760 |

U prvního výroku byl podíl příliš nízký na to, aby mohl být odhadován intervalem spolehlivosti.

V rámci souboru 303 respondentů uvedlo výrok „Na doporučení učitele“ 4 % respondentů. Dle 95 % intervalu spolehlivosti se podíl rodičů, kteří přihlásili své dítě do oddílu sportovní gymnastiky TJ Sokol na doporučení učitele, pohybuje mezi 2,1 % a 6,8 %.

V rámci 303 respondentů uvedlo výrok „Moji rodiče nebo jiní příbuzní do Sokola také chodili“ 4 % respondentů. Dle 95 % intervalu spolehlivosti se podíl rodičů, kteří uvedli, že jejich rodiče nebo jiní příbuzní do Sokola také chodili, pohybuje mezi 2,3 % a 7,2 %.

V rámci 303 respondentů uvedlo výroky „Také jsem do Sokola chodil(a)“ 13 % respondentů. Dle 95 % intervalu spolehlivosti se podíl rodičů, kteří do Sokola také chodili, pohybuje mezi 9,3 % a 17,2 %.

V rámci 303 respondentů uvedlo výroky „Líbí se mi hodnoty, které se Sokol snaží vštěpovat svým svěřencům“ 15 % respondentů. Dle 95 % intervalu spolehlivosti se podíl rodičů, kterým se líbí hodnoty, které se Sokol snaží vštěpovat svým svěřencům, pohybuje mezi 11 % a 19,4 %.

V rámci 303 respondentů uvedlo výroky „Také jsem se gymnastice věnoval(a)“ 21 % respondentů. Dle 95 % intervalu spolehlivosti se podíl rodičů, kteří se věnovali gymnastice, pohybuje mezi 16,7 % a 26,2 %.

V rámci souboru 303 respondentů uvedlo výroky „Dítě mě o to samo požádalo“ 34 % respondentů. Dle 95 % intervalu spolehlivosti se podíl rodičů, kteří uvedli, že je dítě samo požádalo, aby mohlo chodit do gymnastiky, pohybuje mezi 28,7 % a 39,6 %.

V rámci souboru 303 respondentů uvedlo výroky „Gymnastika se mi líbí jako sport“ 35 % respondentů. Dle 95 % intervalu spolehlivosti se podíl rodičů, kterým se gymnastika líbí jako sport, pohybuje mezi 29,6 % a 40,7 %.

V rámci souboru 303 respondentů uvedlo výroky „Myslím, že přiměřený trénink je zdraví prospěšný“ 39 % respondentů. Dle 95 % intervalu spolehlivosti se podíl rodičů, kteří si myslí, že je přiměřený trénink zdraví prospěšný, pohybuje mezi 25,9 % a 46,6 %.

V rámci souboru 303 respondentů uvedlo výroky „Protože rádo cvičí a chci ho v tom podpořit“ 55 % respondentů. Dle 95 % intervalu spolehlivosti se podíl rodičů, kteří chtějí podpořit dítě, protože rádo cvičí, pohybuje mezi 49,3 % a 60,8 %.

V rámci souboru 303 respondentů uvedlo výroky „Myslím, že je to dobrá příprava i pro jiné sporty, rozvíjí pohybovou zdatnost“ 71 % respondentů. Dle 95 % intervalu spolehlivosti se podíl rodičů, kteří považují gymnastiku za dobrou přípravu i pro jiné sporty a rozvíjí pohybovou zdatnost, pohybuje mezi 65,5 % a 76 %.

V závislosti na zjištěných výsledcích lze konstatovat, že **hypotéza 6 nebyla prokázána**. Odpověď „Protože rádo cvičí a chci ho v tom podpořit“ sice získala nadpoloviční většinu hlasů, ale dle 95 % intervalu spolehlivosti je možný i nižší podíl než 50 %. Pokud chceme obecně prokázat danou formulaci, pak musí celý interval spolehlivosti ležet nad hranicí 50 %. Což v tomto případě splněno není.

Hypotéza 7

Rodičů, kteří si přejí, aby děti gymnastika bavila a o neočekávají významnější výkony v gymnastice, je více oproti rodičům, kteří si přejí, aby dítě bylo v gymnastice dobré a zúčastňovalo se pravidelně závodů.

Tabulka 19 Očekávání rodičů v souvislosti s výkonností svých dětí v gymnastice

| Položka dotazníku | Uvedeno | | Pořadí |
|---|---------|------------------|--------|
| | ano | ne | |
| Chtěl(a) bych, aby ho gymnastika bavila, nemusí mít extra výkony. | 80 % | 20 % | 1. |
| Je mi jedno, jestli bude dobré v gymnastice, hlavně, že má pohybovou aktivitu. | 39 % | 61 % | 2. |
| Byl(a) bych rád(a), kdyby bylo v gymnastice dobré a pravidelně se účastnilo závodů. | 20 % | 80 % | 3. |
| Přál(a) bych si, aby vyhrávalo republikové závody a dostalo se do české reprezentace. | 5 % | 95 % | 4. |
| Cochranův Q-test | | p-hodnota: 0,000 | |

Na hladině významnosti 0,05 bylo dle Cochranova Q-testu prokázáno, že podíly shody s těmito 4 výroky nejsou stejné ($p=0,000<0,05$). Nejčastěji se vyskytl výrok „Chtěl(a) bych, aby ho gymnastika bavila, nemusí mít extra výkony“ (80 %), dále pak „Je mi jedno, jestli bude dobré v gymnastice, hlavně, že má pohybovou aktivitu“ (39 %), „Byl(a) bych rád(a), kdyby bylo v gymnastice dobré a pravidelně se účastnilo závodů“ (20 %) a nejméně často výrok „Přál(a) bych si, aby vyhrávalo republikové závody a dostalo se do české reprezentace“ (5 %).

Poznámka: Výrok „Přál(a) bych si jej vidět na mezinárodních gymnastických soutěžích“ byl zastoupen nízkou četností ($N=4$) a nebyl tedy do testování zařazen. Samozřejmě lze říct, že tento výrok se vyskytl ještě méně často než výroky uvedené v tabulce.

Hypotéza 7 byla prokázána, neboť rodičů, kteří si přejí, aby jejich dítě gymnastika bavila a neočekávají významnější výkony v gymnastice, bylo více než rodičů, kteří si přejí, aby jejich dítě bylo v gymnastice dobré a zúčastňovalo se pravidelně závodů.

Hypotéza 8

Rodičů, kteří mají základní povědomí o TJ Sokol je více než rodičů, kteří se o TJ Sokol nikdy do hloubky nezajímali.

Tabulka 20 Vztah rodičů k TJ Sokol

| McNemarův test p-hodnota: 0,000 | | Nikdy jsem se o TJ Sokol do hloubky nezajímali(a) | | | | | |
|---|--------|---|----|-----|----|--------|----|
| | | ano | | ne | | celkem | |
| | | n | % | n | % | n | % |
| Mám základní povědomí o TJ Sokol | ano | 5 | 2 | 109 | 36 | 114 | 38 |
| | ne | 43 | 14 | 146 | 48 | 189 | 62 |
| | celkem | 48 | 16 | 255 | 84 | N=303 | |

Oba výroky uvedlo 2 % respondentů, žádný z výroků 48 % respondentů. Zbylých 50 % respondentů uvedlo pouze jeden z výroků. 36 % respondentů uvedlo, že mají základní povědomí o TJ Sokol a zároveň neuvedlo, že se o něj nikdy do hloubky nezajímali. 14 % respondentů uvedlo, že se nikdy do hloubky o TJ Sokol nezajímalo, ani o něm nemají základní povědomí. Celkově uvedlo „základní povědomí o TJ Sokol“ 38 % respondentů a informaci, že se nikdy nezajímali o TJ Sokol, uvedlo 16 % respondentů. Rozdíl tedy činil 22 p. b.

P-hodnota McNemarova testu vyšla s ohledem na 3 desetinná místa 0,000, tj. nižší než 0,05. Na hladině významnosti 0,05 byl prokázán rozdíl v podílu rodičů, kteří mají základní povědomí o TJ Sokol a rodičů, kteří se o TJ Sokol nikdy nezajímali. Podíl rodičů, kteří mají základní povědomí o TJ Sokol, je statisticky významně vyšší než podíl rodičů, kteří se o TJ Sokol nikdy nezajímali.

Hypotéza 8 byla prokázána. Rodičů, kteří mají základní povědomí o TJ Sokol je více než rodičů, kteří se o TJ Sokol nikdy do hloubky nezajímali.

10 Diskuse a závěry

Předmětem zkoumání této diplomové práce se staly otázky motivace dětí ke sportování společně s otázkami motivace rodičů, které své děti v této činnosti podporují. Kvantitativní výzkum, který proběhl za spolupráce trenérů sportovní gymnastiky v jednotlivých sokolských oddílech, dospěl k zajímavým výsledkům. V předchozí kapitole byly postupně interpretovány výsledky jednotlivých dílčích částí tohoto výzkumu. Nyní budou tyto výsledky porovnány, okomentovány a diskutovány ve světle poznatků jiných studií a výzkumů.

V části, která se zabývala motivací dětí, výzkum dospěl k několika mnou očekávaným, ale také překvapivým zjištěním. Děti na otázku, proč chodí do oddílu sportovní gymnastiky TJ Sokol uvedly následující. Jako hlavní důvod uvedly, že je to baví, dále že se rády učí nové gymnastické cviky a třetí důvod byl spojen s trenérskou činností. Odpovědi poukázaly na to, že děti vnímají pochvalu, kterou jim trenéři v rámci tréninku poskytují a také na to, že mají své trenéry rády. V motivačním žebříčku se rovněž vysoko umístily odpovědi, které vyjadřují, že cvičení je zábavné, děti sportují, protože chtějí být zdravé a do gymnastiky chodí také proto, že tam mají kamarády.

Pokud bychom srovnaly výsledky výzkumu HBSC z roku 2010, dojdeme ke shodě ve dvou motivačních bodech a těmi jsou výroky „zlepšit si zdraví“ (ve výzkumu této diplomové práce „Sportuji, abych byl zdravý“) a „vidět se s kamarády“ (v této diplomové práci „Do gymnastiky chodím také proto, že tam mám kamarády“). Obě tvrzení v obou výzkumech získala vysoké zastoupení odpovědí. Rozdílné zjištění v obou srovnávaných výzkumech je patrné u motivace výhrou, kdy HBSC z roku 2010 uvádí nejméně uváděným důvodem „vyhrát“ zatímco ve výzkumu této diplomové práce je motivace výhrou u dětí uvedena téměř v polovině odpovědí.

V otázce, kdo přivedl děti ke sportu, uvádí Langová (2012), že většinu dětí přivedly ke sportu rodiče. Se stejnou odpovědí přichází Brandejská (2016). Naproti tomu výzkum v této diplomové práci zjistil, že děti častěji označovaly tvrzení o tom, že samy prosily rodiče, zda by mohly do gymnastiky chodit. To koresponduje s dotazníkem rodičů, kteří v téměř stejném procentuálním zastoupení odpověděli, že je dítě samo prosilo, zda by mohlo chodit do oddílu gymnastiky. Domnívám se, že příčina stoupajícího zájmu o gymnastiku může odrážet snahu dětí naučit se cvičebními prvky, které umí jejich spolužáci a kamarádi. To se ostatně potvrdilo také ve výzkumném šetření této diplomové práce, kdy toto tvrzení děti uváděly

jako druhý nejčastější důvod chození do oddílu gymnastiky. Děti pak samy žádají rodiče o zapojení do těchto oddílů.

Co se týče vztahu dětí k TJ Sokol, z výsledků vyplývá, že děti chodí do oddílu gymnastiky TJ Sokol rády, což potvrzuje skutečnost, že s tímto tvrzením se ztotožnilo více než tři čtvrtiny dětí. O něco méně volily odpověď, že se jim líbí patřit do oddílu TJ Sokol. Nicméně fakt, že základní znalosti o Sokole potvrdilo pouhých 15 % dětí je jistě k zamyšlení a pro činovníky Sokola či trenéry výzva ke zlepšení informovanosti dětí o tomto spolku.

V otázce, zda vnitřní motivace chlapců a dívek bude rozdílná, bylo výzkumem zjištěno, že děti bez rozdílu pohlaví uváděly faktory vnitřní motivace velmi podobně. Ze srovnání motivů vyplynulo, že děti především baví učit se nové gymnastické cviky. Toto tvrzení získalo od dětí největší procentuální zastoupení, je tedy vidět, že gymnastika je svým obsahem pro děti velmi přitažlivá. Dále potvrzovaly, že pohyb je pro ně zábavou a také že sportují, aby byly zdravé. U chlapců tedy nepřevažují ve sportu jen soutěžní motivy (i když motiv výhry uváděli častěji než děvčata), stejně tak děvčata necvičí jen pro to, aby měla hezkou postavu.

Zjištění týkající se srovnání motivace dětí mladšího a staršího věku potvrzují, že motivace se věkem mění. Děti mladšího věku odpovídaly ve větší míře, že mají rády svého trenéra, u dětí staršího školního věku byly významněji zaznamenány odpovědi týkající se motivu hezké postavy, nebo také toho, že děti rády soutěží, i když nevyhrávají. Rovněž častěji uváděly, že mají základní znalosti o Sokole, že o nich byli informováni rodiči nebo trenéry a také, že se účastní závodů, které pořádá Sokol. S tím souvisí i informace, že nosí oblečení a doplňky s logem Sokola.

Dotazník rodičů obsahoval pět otázek, které směřovaly ke zjištění motivace k podpoře jejich dětí ve sportu. Na otázku, proč přihlásili své dítě do oddílu sportovní gymnastiky TJ Sokol, odpovídali v 71 %, že si myslí, že je to dobrá příprava i pro jiné sporty. Zde se nabízí srovnání s výsledky Křivohlavé (2009), která si kladla otázky motivace rodičů a dětí v atletické přípravce. V tomto výzkumu rodiče odpovídali na dotaz, proč přihlásili děti do atletické přípravky a ve 42,66 % odpovídali, protože si myslí, že atletika je dobrá příprava i pro jiné sporty. Další odpovědi rodičů se mírně liší v procentuálním zastoupení. Rodičů, kterým se líbí gymnastika jako sport bylo 35 %, podobně tomu bylo u rodičů, kterým se líbí atletika 31 %. Odpovědi, kdy dítě samo žádalo o přihlášení do kroužku, bylo v případě gymnastiky 34 %, u atletiky 16 %. Ve výpovědi rodičů o jejich sportovní minulosti, byl také rozdíl. Gymnastice se dříve aktivně věnovalo 21 % rodičů, atletice 6,5 %. Zastoupení odpovědí, týkající se přihlášení dětí do kroužku na doporučení učitele bylo u gymnastiky 4 %, u atletiky 1,5 % (Křivohlavá, 2009, s. 68).

Ve výzkumu této diplomové práce se objevila v nadpoloviční většině také odpověď rodičů, kteří své dítě přihlásili do gymnastiky, protože rádo cvičí a chtějí jej v této aktivitě podpořit. Třetí nejčastější odpověď se pak vztahovala k výpovědi rodičů o tom, že si myslí, že přiměřený trénink je zdraví prospěšný. Předchozí dvě zmíněné odpovědi se ve výzkumu Křivohlavé (2009) již neuvádějí, stejně jako odpovědi týkající se spolku Sokol.

V souvislosti s přihlášením dětí do gymnastiky uvedli rodiče v 15 %, že se jim líbí hodnoty, které se Sokol snaží vštěpovat svým svěřencům a ve 13 % přiznali, že do Sokola také chodili.

Zajímavé je i srovnání s odpověďmi na další otázky ve výzkumu Křivohlavé (2009). V obou výzkumech byl vznesen dotaz na očekávání rodičů vzhledem k výkonům dané aktivity. Výsledky ukázaly, že v případě gymnastiky i atletiky byla uvedena v největším zastoupení odpověď, že si rodiče přejí, aby jejich dítě daný sport bavil, a neočekávají od něj žádné extra výkony. Přibližně stejné procentuální zastoupení získala v obou případech odpověď, že by rodiče byli rádi, kdyby se danému sportu dítě věnovalo i v budoucnu. Na otázku, jak se dítě cítí po tréninku, rodiče odpovídali ve shodném pořadí v obou výzkumech. Největšího zastoupení dosáhla odpověď spokojené, dále pak radostné, unavené a nakonec rozdováděné (Křivohlavá, 2009, s. 69–70) V případě gymnastiky uváděli rodiče také adjektiva jako vyčerpané, smutné či zaražené.

Výzkum této diplomové práce se týkal také vztahu rodičů k organizaci Sokol. Ten byl vyjádřen dvěma otázkami. První zjišťovala vztah vyjádřený členstvím, účastí na akcích Sokola a povědomím o Sokole. Z výsledků vyplývá několik zásadních zjištění. Členství ve spolku Sokol uvedlo pouhých 20 % rodičů, což není mnoho, pokud uvážíme, že aktivity Sokola se zaměřují na všechny věkové kategorie. I do podpory k získání této sociální skupiny by mohlo vedení Sokola zaměřit v budoucnu svou pozornost. Dále bylo zjištěno, že účast na akcích Sokola, kterých se rodiče účastní, závisí na tom, zda se účastní také jejich potomek a základní povědomí o Sokole uvedlo 38 %. Výrok „Nikdy jsem se o TJ Sokol nějak do hloubky nezajímal(a) uvedlo 16 % respondentů.

Druhá otázka zaměřená na vztah rodičů k TJ Sokol se dotazovala, jestli je pro rodiče důležité, zda jejich dítě chodí do gymnastiky právě do Sokola. Výsledek ukázal, že nadpoloviční většině rodičů je jedno, kde dítě trénuje, důležitá je pro rodiče spokojenost dítěte. Ve 34 % rodiče uvedli, že se jim líbí tradice a hodnoty, které Sokol představuje. V otázce vztahu rodičů a dětí k TJ Sokol zatím není možné srovnání, protože informace o této problematice nejsou zatím známy z žádných dostupných výzkumů.

O motivaci rodičů podporovat své děti ke sportování vypovídá studie ze Spojených států amerických. Pracht et al. (2020) v ní mimo jiné položili otázku „Jaký je hlavní důvod, proč jste přihlásil své dítě do sportovního oddílu?“. Volně na ni odpovídalo čtyřiaosmdesát rodičů. Odpověď „cvičení je zdravé“ se vyskytlo ve 24 %, ve výzkumu této diplomové práce se rodiče domnívají, že „přiměřený trénink je zdraví prospěšný“ ve 39 %. Odpověď „protože ho to baví“ se objevuje ve 20 %, ve výzkumu této diplomové práce je odpověď „protože rádo cvičí a chci ho v tom podpořit“ v 55 %. Některé další odpovědi se vyskytly pouze v zahraniční studii. Jedná se o motivy, které se nevyskytovaly v žádné z uvedených prací: „dítě se učí disciplíně“ 17 %, učí se zodpovědnosti 7 % a „získá stipendium“ 1 %. Poslední zmíněná odpověď je pro české prostředí neobvyklá, v USA ovšem není výjimkou, že studenti za své dobré výsledky ve sportovní činnosti mohou získat stipendium, což může být motivace jak pro děti, tak jejich rodiče.

ZÁVĚR

Žijeme v době velkých kontrastů. Na jedné straně jsme svědky nevšedního rozvoje informačních technologií a přibývání nových objevů z různých oborů, které hranice lidských možností posouvají stále výš, na straně druhé stojí člověk se svými základními potřebami – potřebou jíst kvalitní potravu, dýchat čistý vzduch a s potřebou pohybu. Ten zde není vnímán jako možnost využívat své schopnosti k překonávání hranice nemožného, jak by se při pohledu na vrcholové sportovce současnosti mohlo zdát. Proč tedy člověk sportuje? Jak vyplývá z této diplomové práce, motivace není jednosložková záležitost. Vždy se jedná o kombinaci několika motivů.

V teoretické části diplomové práci byly nastíněny jednotlivé teoretické poznatky, které se dotýkají problematiky motivace ve sportu, školního věku dětí, gymnastiky či sokolské organizace. Výsledky výzkumné části jasně poukázaly na význam sportu jako činnosti, kterou děti vykonávají rády. Stejně tak rodiče potvrdili, že jim na tom, zda jsou jejich děti při této aktivitě spokojené, velmi záleží. U motivace dětí bylo zjištěno, že děti nesportují jen z důvodu, že chtějí obstát ve sportovních soutěžích, tedy pro výhru, ale že si uvědomují, stejně jako jejich rodiče, význam sportu jako faktoru, který přispívá ke zdraví. Vysoko hodnocené tvrzení, že děti mají rády svého trenéra, je jistě potěšující zpráva, protože jak již bylo řečeno v teoretické části, trenér tvoří významnou součást dětského sportovního světa. Ve stejné míře děti vnímají pochvalu trenéra, která působí motivačně lépe než dárky rodičů. Část dětí si také uvědomuje, že gymnastika může být prostředkem k dosažení hezké postavy. Toto uvědomění přichází s věkem a je dobře, že děti vidí možnost, jak si udržet zdravou a atraktivní postavu již nyní, tedy v době, kdy mají největší možnost ovlivnit své sportovní návyky a tím je zachovat i do budoucna.

V menší míře na děti působí faktor „sokolství“, tedy fakt, že svou sportovní činnost děti vykonávají v TJ Sokol. Některým dětem se líbí, že patří do oddílu TJ Sokol, chodí na závody, které TJ Sokol organizuje a nosí oblečení s logem Sokola, ale jen malá část z nich má základní znalosti o Sokole. Možnost ovlivnit tento stav bude pro spolek Sokol velkou výzvou, neboť udržet tradici sokolství v době, kdy je nabídka volnočasových aktivit velmi lákavá (pomineme-li současný pandemický stav, který nepřeje žádným organizovaným sportovním aktivitám), bude náročný úkol.

Potěšující zpráva je, že děti jsou aktivní při výběru svých volnočasových aktivit a samy rodiče prosí o možnost chodit do oddílu gymnastiky v Sokole a jen nepatrné procento dětí cvičí

gymnastiku jen kvůli rodičům. Pozitivní je také zjištění, že rodičovské ambice nejsou příliš dominantní a rodiče jsou především rádi, že děti gymnastiky baví, než že by nesmyslně lpěli na výkonu svého dítěte v daném sportu.

Cílem práce bylo zjistit, analyzovat a formulovat výsledky výzkumu týkající se motivace dětí a rodičů ve sportovní činnosti spolku Sokol. Ve stínu výše zmíněného se domnívám, že cíle bylo dosaženo ve všech jeho částech. Jednak na úrovni cíle hlavního, který analyzoval dětskou a rodičovskou motivaci ke sportu, tak také v jeho dílčích cílech, jejichž úkolem bylo zjistit, zda faktory věku a pohlaví ovlivňují motivaci respondentů. Velmi těžce se hodnotí „vztah“ k organizaci, což považuji za slabší místo celé práce, přesto si myslím, že podává určité svědectví, které může být využitelné pro oblast volnočasových aktivit, sportovní či pedagogickou praxi. Přínos této diplomové práce vidím také v možnostech sdílení informací pro další výzkumy týkající se motivace dětí a rodičů. Zajímavými tématy se mohou stát například fenomén flow u dětí jako možný motivátor sportovní aktivity nebo proces vzájemného ovlivňování motivace u sportujících sourozenců. V oblasti sokolství nebylo provedeno mnoho výzkumů, nabízí se tedy celá řada námětů, například téma motivace ke sportu dětí v menších či větších sokolských oddílech.

Osobní cíl, který jsem si stanovila v počátečních fázích přípravy diplomové práce, se měnil postupně v průběhu realizace zmiňovaného výzkumu. Moje počáteční motivace byla spjata s rolí trenéra, kterou vykonávám. Zajímalo mě, jaké výsledky má práce přinese, a zda je budu moci využít ve své praxi. S tím, jak se vyvíjela pandemická situace, u mě začal významně převažovat pocit, že je nutné vyvolat společnou diskusi o motivaci dětí ve sportu nejen u trenérů, ale především u dětí a jejich rodičů. V době, kdy byla zcela zastavena organizovaná tréninková činnost, někteří rodiče převzali v omezené míře roli trenéra. Přemýšlením nad otázkami v dotazníku, který měly děti možnost vyplnit, se jim naskytla možnost zauvažovat o důvodech, které je vedou k tomu, aby navštěvovaly gymnastický oddíl. Rodiče tak měli možnost diskutovat o tomto tématu se svými dětmi.

Motivace je velmi individuální záležitost a rodiče by měli dát dětem svobodu v tom, jaký sport si vyberou, do jaké míry se chtějí danému sportu věnovat a kolik do něj chtějí investovat času a své vnitřní energie. Zvýší se tak pravděpodobnost, že děti budou sportovat rády a svůj postoj ke sportu si zachovávají i v dalších letech.

SEZNAM POUŽITÝCH ZKRATEK

| | |
|-------|---|
| ASEP | American Sport Education Program (Americký vzdělávací sportovní program) |
| ČOS | Česká obec sokolská |
| FIG | Federation Internationale Gymnasticú (Světová gymnastická federace) |
| HBSC | Health Behaviour in School-aged Children (Mezinárodní výzkumná studie o zdraví a životním stylu dětí a školáků) |
| p. b. | procentní bod |
| TJ | tělovýchovná jednota |
| USA | United States of America (Spojené státy americké) |
| ZŠ | základní škola |

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

AMERICAN SPORT EDUCATION PROGRAM. *SportParent*. Champaign: Human Kinetics, 1994. ISBN 0-87322-696-8.

ARKAEV, Leonid a Nikolai SUCHILIN. *Gymnastics: How to create champions*. 2nd. Maidenhead: Meyer & Meyer Sport, 2009. ISBN 978-1-84126-141-6.

BARTEČKOVÁ, Jana, 2017. *Zvýšení motivace dětí k pohybovým aktivitám prostřednictvím „sokolské všestrannosti“*. Kroměříž. Závěrečná práce. Vyšší odborná škola pedagogická a sociální a Střední pedagogická škola Kroměříž. Vedoucí práce David Kolumber.

BLAHUTKOVÁ, Marie a Miroslav SLIŽIK. *Vybrané kapitoly z psychologie sportu*. Brno: Masarykova univerzita, 2014. ISBN 978-80-210-6691-5.

BLAŽEJ, Adam. *Motivace dětí a mládeže ve sportu*. Brno: Masarykova univerzita, 2019. ISBN 978-80-210-9355-3.

BLAŽEJ, Adam a Katarína KOSTOLANSKÁ, 2020. *Flow ve sportu*. Praha: Grada. ISBN 978-80-271-1392-7.

ČÁP, Jan. *Psychologie výchovy a vyučování*. Praha: Karolinum, 1997. ISBN 80-7066-534-3.

DAVES, Don. *Psychological Factors in Competitive Sport*. Philadelphia: The Falmer Press, 1995. ISBN 1-85000-607-5.

FARANA, Roman. *Základní gymnastika*. Ostrava: Ostravská univerzita, 2011. ISBN 978-80-7368-985-8.

FEČ, Karol a Milena ŠVEDOVÁ. *Vybrané kapitoly z gymnastických športov*. Košice: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika, 2013. ISBN 978-80-8152-011-2.

GAVORA, Peter. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paido, 2000. ISBN 80-85931-79-6.

HENDL, Jan et al. *Zdravotní benefity pohybových aktivit*. Praha: Karolinum, 2011. ISBN 978-80-246-2000-8.

HERCIG, Stanislav et al. *Repetitorium gymnastiky*. Plzeň: Západočeská univerzita, 1996. ISBN 80-7082-259-7.

HODAŇ, Bohuslav. *Sokolství a současnost*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2003. ISBN 80-244-0716-7.

- CHRÁSKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu*. 2. vyd. Praha: Grada, 2016. ISBN 978-80-247-5326-3.
- CHRÁSKA, Miroslav, 2006. *Úvod do výzkumu v pedagogice*. 2. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 80-244-1367-1.
- KÁBRT, Jan et al. *Latinsko-český slovník*. 2.vyd. Praha: LEDA, 2016. ISBN 978-80-7335-376-6.
- KERN et al., Hans, 2006. *Přehled psychologie*. 3.vyd. Praha: Portál. ISBN 80-7367-121-2.
- KOHOUTEK, Rudolf. *Základy užité psychologie*. Brno: CERM, 2002. ISBN 80-214-2203-3.
- Kolektiv autorů, 2009. *Gymnastika*. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-1733-6.
- KOSATÍK, Pavel. *Věra Čáslavská: Život na Olympu*. 2. vyd. Praha: Mladá Fronta, 2016. ISBN 978-80-204-4297-0.
- KRIŠTOFIČ, Jaroslav. *Nárad'ová gymnastika*. Praha: Česká obec sokolská, 2008.
- LANGMEIER, Josef, LANGMEIER, Miloš a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie*. 2.vyd. Praha: H&H, 2002. ISBN 80-7319-016-8.
- NAKONEČNÝ, Milan. *Motivace chování*. 3. dopl. vyd. Praha: Triton, 2014. ISBN 978-80-7387-830-6.
- NOVOTNÁ, Viléma et al. *Programy gymnastiky a tance*. Praha: Karolinum, 2020. ISBN 978-80-246-4599-5.
- PERIČ, Tomáš a Jan BŘEZINA. *Jak nalézt a rozvíjet sportovní talent*. Praha: Grada, 2019. ISBN 978-80-271-0527-4.
- PERIČ, Tomáš et al. *Sportovní příprava dětí*. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-4218-2.
- PRŮCHA, Jan, WALTEROVÁ, Eliška a Jiří MAREŠ. *Pedagogický slovník*. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-647-6.
- PUGNEROVÁ, Michaela et al. *Psychologie*. Praha: Grada, 2019. ISBN 978-80-271-0532-8.
- READHEAD, Lloyd. *Crowood sports guides Gymnastics*. Marlborough: The Crowood Press, 2019. ISBN 9781847972477.
- SAK, Robert. *Miroslav Tyrš: Sokol, myslitel, výtvarný kritik*. Praha: Vyšehrad, 2012. ISBN 978-80-7429-239-2.

- SEKOT, Aleš. *Pohybové aktivity pohledem sociologie*. Brno: Masarykova univerzita, 2015. ISBN 978-80-210-7918-2.
- SLEPIČKA, Pavel, HOŠEK, Václav a Běla HÁTLOVÁ. *Psychologie sportu*. 3. vyd. Praha: Karolinum, 2020. ISBN 978-80-246-4744-9.
- SLEPIČKOVÁ, Irena. *Sport a volný čas*. Praha: Karolinum, 2005. ISBN 80-246-1039-6.
- STREŠKOVÁ, Elena. *Gymnastika vo fylogénéze a ontogénéze*. Bratislava: ICM, 2008. ISBN 978-80-89257-09-6.
- SVOBODA, Bohumil. *Pedagogika sportu*. Praha: Karolinum, 2007. ISBN 978-80-246-1358-1.
- TAYLOR, Jim a Gregory WILSON. 2005. *Applying Sport Psychology: Four Perspectives*. Champaign: Human Kinetics. ISBN 0-7360-4512-0.
- VÁGNEROVÁ, Marie. *Kognitivní a sociální psychologie žáka základní školy*. Praha: Karolinum, 2001. ISBN 8024601818.
- VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: Dětství a dospívání*. 2. vyd. Praha: Karolinum, 2019. ISBN 978-80-246-2153-1.
- VÁGNEROVÁ, Marie. *Základy psychologie*. Praha: Karolinum, 2007. ISBN 978-80-246-0841-9.
- VIČAR, Michal. *Sportovní talent: komplexní přístup*. Praha: Grada, 2018. ISBN 978-80-271-0841-1.
- VRCHOVECKÁ, Pavlína. *Základy gymnastické přípravy*. Praha: Grada, 2020. ISBN 978-80-271-1284-5.
- WALDAUF, Jan. *Sokol: malé dějiny velké myšlenky*. Luhačovice: Atelier IM, 2007. ISBN 978-80-85948-67-7.
- WERNER, Peter H. *Teaching Children Gymnastics*. 2nd. Champaign: Human Kinetics, 2004. ISBN 0-7360-4434-5.
- WOODS, Barbara. *Applying Psychology to Sport*. London: Hodder Arnold, 2005. ISBN 13 978 0 340 64760 8.
- ŽIŽKA, Jiří. *Dějiny a současnost Sokola*. Praha: Česká obec sokolská, 2005. ISBN 80-86402-14-2.

ELEKTRONICKÉ ZDROJE

BRANDEJSKÁ, Eva, 2016. *Uplatnění základní gymnastiky na nářadí v rámci zájmových aktivit ve volném čase dětí s akcentem k motivaci* [online]. Hradec Králové [cit. 2021-04-05]. Dostupné z: <https://theses.cz/id/1o9938/>. Diplomová práce. Univerzita Hradec Králové. Vedoucí práce Mgr. Gabriela Slaninová, Ph.D.

Česká gymnastická federace, 2014. *Adresář oddílů* [online]. 2014. [cit. 2021-03-11]. Dostupné z: <https://www.gymfed.cz/adresar>

Česká obec sokolská, 2019. In: *Design portál* [online]. 08/11/2019 [cit. 2021-04-05]. ISSN 1803-6112. Dostupné z: <https://www.designportal.cz/ceska-obec-sokolska/>

Emil Zátopek citáty. *Citáty slavných osobností* [online]. [cit. 2021-04-05]. Dostupné z: <https://citaty.net/autori/emil-zatopek/>

Gymnastics. *SOKOL USA* [online]. 2021 [cit. 2021-04-15]. Dostupné z: <https://sokolusa.org/gymnastics/>

HARWOOD, Chris G. a Camilla J. KNIGHT, 2015. Parenting in youth sport: A position paper on parenting expertise. *Psychology of Sport and Exercise* [online]. Leicestershire: Elsevier, 2015, (16), 24-35 [cit. 2021-03-05]. Dostupné z: <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.03.001>

JANOŠOVÁ, Pavlína. *Dívčí a chlapecká identita* [e-book]. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2284-9.

KALMAN, Michal et al., 2011. Národní zpráva o zdraví a životním stylu dětí a školáků. In: *Health Behaviour in School-aged Children* [online]. [cit. 2021-03-24]. Dostupné z: https://hbsc.cz/wp-content/uploads/2018/09/narodni_zprava_zdravi_ziv_styl.pdf

KRIŠTOFIČ, Jaroslav. *Pohybová příprava dětí* [e-book]. Praha: Grada, 2006. ISBN 978-80-247-6455-9.

KŘIVOHLAVÁ, Helena, 2009. *Motivace dětí v atletických přípravkách* [online]. Praha [cit. 2021-04-05]. Diplomová práce. Univerzita Karlova. Vedoucí práce PaedDr. Jitka Vindušková, CSc.

LANGOVÁ, Iveta, 2012. *Motivace ke sportovním aktivitám u žáků I. stupně základní školy* [online]. Brno [cit. 2021-04-05]. Dostupné z: <https://theses.cz/id/z6wjvr/>. Diplomová práce. Masarykova univerzita. Vedoucí práce doc. PaedDr. Vladislav Mužík, CSc.

LEDNOVÁ, Sylva, 2016. *Sport jako atraktor cestovního ruchu v okresech Pardubice, Chrudim a Žďár nad Sázavou* [online]. Praha [cit. 2021-04-05]. Dostupné z: <https://is.vsh.cz/th/p42tt/BP-Sport>. Bakalářská práce. Vysoká škola hotelová. Vedoucí práce Ing. Pavel Attl, Ph.D.

Česká obec sokolská, 2021. Výkonnostní sport: Od přípravy po reprezentaci. *Sokol.eu* [online]. [cit. 2021-03-08]. Dostupné z: <https://www.sokol.eu/vykonnostni-sport>

SKOPOVÁ, Marie et al. *Základní gymnastika*. [e-book]. 3. vyd. Praha: Karolinum, 2013. ISBN 978-80-246-2194-4.

PRACHT et al. 2020. Parents' Motivations for Enrolling their Children in Recreational Sports. *Journal of Amateur Sport* [online]. Florida, 2020-03-13, 6(1), 81–99 [cit. 2021-04-05]. Dostupné z: doi: doi.org/10.17161/jas.v6i1.8250

RAVENINTHEFOG, 2014. Maslowova pyramida potřeb. In: *Wikimedia Commons* [online]. San Francisco [cit. 2021-03-01]. Dostupné z: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Maslowova_pyramida_pot%C5%99eb_-_%C4%8Dernob%C3%Adle.jpg

TJ Sokol, 2021. *Sokolská únia Slovenska* [online]. [cit. 2021-04-10]. Dostupné z: <http://www.sokolskaunia.sk/tj-sokol/>

Sokolská župa Rakouská. *Sokol-Wien* [online]. Wien [cit. 2021-04-10]. Dostupné z: <http://www.sokol-wien.at/sokol-wien/jednoty.html>

SOKOL, 2021. Co je Sokol: Vést k pohybu a společné aktivitě. *Sokol.eu* [online]. Praha: Česká obec sokolská [cit. 2021-03-08]. Dostupné z: <https://www.sokol.eu/sokol-poslani-symbolika>

Krajanská sdružení v Austrálii a na Novém Zélandu. *Velvyslanectví České republiky v Canbeře* [online]. Canberra [cit. 2021-04-10]. Dostupné z: https://www.mzv.cz/canberra/cz/cesi_v_au_a_nz/krajanska_sdruzeni_v_australii_a_na.html

Zákon 563/2004 Sb., o pedagogických pracovnících a o změně některých zákonů. In: *MŠMT* [online] © 2013 – 2021 [vid. 2021-03-02]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/file/38850/>

SEZNAM OBRÁZKŮ

- Obrázek 1 Maslowova pyramida potřeb
Obrázek 2 Model čtyř druhů motivace
Obrázek 3 Aplikace Maslowovy pyramidy potřeb na sportovní praxi

SEZNAM TABULEK

| | |
|------------|---|
| Tabulka 1 | Stimulanty motivace a demotivace ve sportu |
| Tabulka 2 | Rozdělení gymnastiky |
| Tabulka 3 | Motivace dětí – gymnastický vzor |
| Tabulka 4 | Motivace dětí – zdraví |
| Tabulka 5 | Motivace dětí – hezká postava |
| Tabulka 6 | Motivace dětí – cvičení jako zábava |
| Tabulka 7 | Motivace dětí – kamarádi |
| Tabulka 8 | Motivace dětí – nové gymnastické cviky |
| Tabulka 9 | Motivace dětí – soupeření s kamarády |
| Tabulka 10 | Motivace dětí – soutěžení |
| Tabulka 11 | Motivace dětí – výhra |
| Tabulka 12 | Vnitřní motivace chlapci – míra soutěživosti |
| Tabulka 13 | Vnitřní motivace dívky – hezká postava |
| Tabulka 14 | Rozdíly v motivaci dětí mladšího a staršího školního věku |
| Tabulka 15 | Osoba, která přivedla děti ke cvičení gymnastiky |
| Tabulka 16 | Vnější motivace formou pochvaly trenéra versus motivace dárky od rodičů |
| Tabulka 17 | Výroky dětí ke vztahu k TJ Sokol |
| Tabulka 18 | Důvody rodičů pro přihlášení dítěte do oddílu sportovní gymnastiky TJ Sokol |
| Tabulka 19 | Očekávání rodičů v souvislosti s výkonností svých dětí v gymnastice |
| Tabulka 20 | Vztah rodičů k TJ Sokol |

SEZNAM GRAFŮ

| | |
|--------|--|
| Graf 1 | Důvody rodičů k přihlášení svých dětí do oddílu sportovní gymnastiky |
| Graf 2 | Očekávání rodičů |
| Graf 3 | Nálada dítěte po tréninku |
| Graf 4 | Vztah rodičů k TJ Sokol |
| Graf 5 | Význam tréninku dětí v TJ Sokol |
| Graf 6 | Rozložení pohlaví respondentů |
| Graf 7 | Věk dětských respondentů |
| Graf 8 | Kategorie věku dětí |
| Graf 9 | Motivace dětí v oddíle sportovní gymnastiky TJ Sokol |

SEZNAM PŘÍLOH

| | |
|-----------|---------------------------------------|
| Příloha 1 | Nestandardizovaný dotazník pro rodiče |
| Příloha 2 | Nestandardizovaný dotazník pro děti |
| Příloha 3 | Tabulka odpovědí rodičů 1.-5. otázka |
| Příloha 4 | Tabulka odpovědí dětí |

Příloha 1 Nestandardizovaný dotazník pro rodiče

Motivace dětí a rodičů ve sportovní gymnastice TJ Sokol

Jmenuji se Martina Čudrnáková a studuji 2. ročník magisterského oboru Řízení volnočasových aktivit na Pedagogické fakultě Univerzity Palackého v Olomouci a tímto bych Vás chtěla požádat o vyplnění dvou dotazníků na téma Motivace dětí a rodičů ve sportovní gymnastice TJ Sokol. První dotazník je pro rodiče, následující pro děti (6–15let). Dotazníky budou využity pouze pro účely mé diplomové práce. Veškeré získané informace jsou zcela anonymní. Děkuji Vám za čas, který jste věnoval(a) vyplnění tohoto dotazníku.

Dotazník pro rodiče

Označte prosím u všech pěti otázek ty odpovědi, které nejvíce vystihují Vaši odpověď na danou otázku. Je možno uvést více odpovědí u každé otázky.

1. Proč jste své dítě přihlásil do oddílu sportovní gymnastiky TJ Sokol?

Gymnastika se mi líbí jako sport.

Myslím, že je to dobrá průprava i pro jiné sporty, rozvíjí pohybovou zdatnost.

Také jsem se gymnastice věnoval(a).

Protože rádo cvičí a chci ho v tom podpořit.

Myslím, že přiměřený trénink je zdraví prospěšný.

Dítě mě o to samo požádalo.

Na doporučení učitele.

Upoutal mě leták ve škole, v dopravním prostředku či v jiných médiích.

Také jsem do Sokola chodil(a).

Moji rodiče nebo jiní příbuzní do Sokola také chodili.

Líbí se mi hodnoty, které se Sokol snaží vštěpovat svým svěřencům.

Ostatní:

2. Co očekáváte od svého dítěte?

Chtěl(a) bych, aby ho gymnastika bavila, nemusí mít extra výkony.

Chtěl(a) bych, aby se gymnastice věnovalo i v budoucnosti.

Byl(a) bych ráda, kdyby bylo v gymnastice dobré a pravidelně se účastnilo závodů.

Přál(a) bych si, aby vyhrávalo republikové závody a dostalo se do české reprezentace.

Přál(a) bych si jej vidět na mezinárodních gymnastických soutěžích.

Je mi jedno, jestli bude dobré v gymnastice, hlavně, že má pohybovou aktivitu.

Přál(a) bych si, aby pokračovalo v sokolské tradici.

Ostatní:

3. Moje dítě je obvykle po tréninku:

Radostné

Spokojené

Unavené

Vyčerpané

Rozdováděné

Smutné

Zaražené

Znuděné

Ostatní:

4. Jaký je Váš vztah k TJ Sokol?

Jsem členem TJ Sokol.

Nejsem členem TJ Sokol.

Chodím na akce, které organizuje TJ Sokol, pokud se účastní má dcera (můj syn).

Účastním se některých akcí, které TJ Sokol pořádá (Noc sokoloven, výroční akce, exhibice, sokolský slet).

Neúčastním se žádných akcí, které pořádá TJ Sokol.

Mám základní povědomí o TJ Sokol (jak funguje, částečně historie, osobnosti Sokola).

Nikdy jsem se o TJ Sokol nějak do hloubky nezajímal(a).

Ostatní:

5. Je pro Vás důležité, zda trénuje Vaše dítě v TJ Sokol?

Ano, líbí se mi tradice a hodnoty, které Sokol představuje.

Není to pro mě důležité, pokud bude volno v jiném gymnastickém oddíle a bude mít lepší podmínky ke sportu, dítě do něj přestoupí.

Pokud bude spokojené, je mi jedno, kde trénuje.

Je mi jedno v jaké organizaci trénuje.

Příloha 2 Nestandardizovaný dotazník pro děti

Motivace dětí a rodičů ve sportovní gymnastice TJ Sokol

Tyto otázky zkoumají motivaci, proč děti chodí na trénink sportovní gymnastiky v TJ Sokol. Prosím, odpověz na ně podle pravdy. Děkuji.

Pokud nebudeš rozumět otázce, popros rodiče, aby ti pomohli.

Jsem:

dívka

chlapec

Kolik ti je let? (Doplň číslo)

Označ věty, které platí právě pro tebe. Pokud s větou souhlasíš, klikni na čtvereček. Můžeš označit tolik odpovědí, s kolika budeš souhlasit.

Proč chodíš do oddílu sportovní gymnastiky TJ Sokol?

Baví mě chodit do oddílu gymnastiky TJ Sokol.

Chození do gymnastiky mě baví jen trochu.

Gymnastiku navštěvuji jen kvůli rodičům.

Do oddílu gymnastiky se těším jen někdy, občas se mi tam nechce.

Nemůžu se dočkat, až půjdu do gymnastiky, vždy se na ni těším.

Gymnastika mě vůbec nebaví, raději bych dělal(a) něco jiného.

Sám(sama) jsem rodiče poprosil(a), zda bych mohl(a) chodit do gymnastiky.

Gymnastiku mi vybrali rodiče.

Gymnastiku dělá nebo dělal někdo z mých příbuzných (rodič, babička, dědeček, teta, strýc, sourozenec) a ten mě k ní dovedl.

Gymnastiku mi doporučil některý z učitelů ve škole.

Jsem soutěživý(á), rád(a) soupeřím s kamarády.

Rád(a) soutěžím, i když nevyhrávám.

Rád(a) vyhrávám.

Chci být dobrý gymnasta (dobrá gymnastka), chtěl(a) bych v budoucnu v gymnastice něco dokázat.

Až budu velký(á), chtěl(a) bych být vrcholovým sportovcem.

Rodiče chtějí, abych byl vrcholovým sportovcem.

Mám rád(a) pohyb, cvičení je zábava.

Rád(a) se učím nové gymnastické cviky.

Do gymnastiky chodím také proto, že tam mám kamarády.

Líbí se mi nějaký gymnasta nebo gymnastka, chtěl(a) bych být dobrý(á) jako on/ona.

Mám rád(a) svého trenéra.

Trenér mě chválí, když se mi v gymnastice daří.

Dostávám od rodičů dárky, pokud se mi v gymnastice daří.

Cvičím gymnastiku, abych měl(a) hezkou postavu.

Sportuji, protože chci být zdravý(á).

Rodiče nebo trenéři mi řekli základní informace o Sokole.

Chodím na závody, které pořádá Sokol.

Někdy se účastním i jiných akcí, které Sokol pořádá (letní tábor, Noc sokoloven, akce k výročí Sokola, exhibice...).

Nosím oblečení a doplňky s logem Sokola (tričko, teplákovka, pytlík na dres aj.).

Líbí se mi, že patřím do oddílu TJ Sokol.

Mám základní znalosti o Sokole (kdy vznikl, kdo ho založil...).

Příloha 3 Tabulka odpovědí rodičů 1.-5. otázka

| Proč jste své dítě přihlásil do oddílu sportovní gymnastiky TJ Sokol? | Počet | % |
|---|--------------|----------|
| Upoutal mě leták ve škole, v dopravním prostředku či v jiných médiích. | 4 | 1 % |
| Na doporučení učitele. | 11 | 4 % |
| Mojí rodiče nebo jiní příbuzní do Sokola také chodili. | 12 | 4 % |
| Ostatní | 13 | 4 % |
| Také jsem do Sokola chodil(a). | 38 | 13 % |
| Líbí se mi hodnoty, které se Sokol snaží vštěpovat svým svěřencům. | 46 | 15 % |
| Také jsem se gymnastice věnoval(a). | 65 | 21 % |
| Dítě mě o to samo požádalo. | 103 | 34 % |
| Gymnastika se mi líbí jako sport. | 105 | 35 % |
| Myslím, že přiměřený trénink je zdraví prospěšný. | 119 | 39 % |
| Protože rádo cvičí a chci ho v tom podpořit. | 168 | 55 % |
| Myslím, že je to dobrá příprava i pro jiné sporty, rozvíjí pohybovou zdatnost. | 214 | 71 % |
| Co očekáváte od svého dítěte? | Počet | % |
| Přál(a) bych si jej vidět na mezinárodních gymnastických soutěžích. | 4 | 1 % |
| Ostatní | 5 | 2 % |
| Přál(a) bych si, aby vyhrávalo republikové závody a dostalo se do české reprezentace. | 14 | 5 % |
| Přál(a) bych si, aby pokračovalo v sokolské tradici. | 32 | 11 % |
| Byl(a) bych ráda, kdyby bylo v gymnastice dobré a pravidelně se účastnilo závodů. | 62 | 20 % |
| Chtěl(a) bych, aby se gymnastice věnovalo i v budoucnosti. | 67 | 22 % |
| Je mi jedno, jestli bude dobré v gymnastice, hlavně, že má pohybovou aktivitu. | 118 | 39 % |
| Chtěl(a) bych, aby ho gymnastika bavila, nemusí mít extra výkony. | 242 | 80 % |
| Moje dítě je obvykle po tréninku | Počet | % |
| Ostatní | 15 | 5 % |
| Vyčerpané | 40 | 13 % |
| Rozdováděné | 43 | 14 % |
| Unavené | 84 | 28 % |
| Radostné | 180 | 59 % |
| Spokojené | 241 | 80 % |
| Jaký je Váš vztah k TJ Sokol? | Počet | % |
| Neúčastním se žádných akcí, které pořádá TJ Sokol. | 26 | 9 % |
| Účastním se některých akcí, které TJ Sokol pořádá. | 43 | 14 % |
| Nikdy jsem se o TJ Sokol nějak do hloubky nezajímal(a). | 48 | 16 % |
| Jsem členem TJ Sokol. | 60 | 20 % |
| Mám základní povědomí o TJ Sokol. | 114 | 38 % |
| Chodím na akce, které organizuje Sokol, pokud se účastní má dcera/ syn. | 122 | 40 % |
| Nejsem členem TJ Sokol. | 136 | 45 % |
| Je pro Vás důležité, zda trénuje Vaše dítě v TJ Sokol? | Počet | % |
| Není to pro mě důležité, pokud bude volno v jiném gymnastickém oddíle a bude mít lepší podmínky ke sportu, dítě do něj přestoupí. | 28 | 9 % |
| Je mi jedno v jaké organizaci trénuje. | 35 | 12 % |
| Ano, líbí se mi tradice a hodnoty, které Sokol představuje. | 104 | 34 % |
| Pokud bude spokojené, je mi jedno, kde trénuje. | 207 | 68 % |

Příloha 4 Tabulka odpovědí dětí

| Proč chodíš do oddílu gymnastiky v TJ Sokol? Můžeš označit tolik odpovědí, s kolika budeš souhlasit. | Počet | % |
|--|-------|------|
| Gymnastika mě vůbec nebaví, raději bych dělal(a) něco jiného. | 3 | 1 % |
| Gymnastiku mi doporučil některý z učitelů ve škole. | 5 | 2 % |
| Gymnastiku navštěvuji jen kvůli rodičům. | 6 | 2 % |
| Rodiče chtějí, abych byl vrcholovým sportovcem. | 7 | 2 % |
| Chození do gymnastiky mě baví jen trochu. | 12 | 4 % |
| Dostávám od rodičů dárky, pokud se mi v gymnastice daří. | 13 | 4 % |
| Líbí se mi nějaký gymnasta nebo gymnastka, chtěl(a) bych být dobrý(á) jako on/ona. | 38 | 13 % |
| Mám základní znalosti o Sokole. | 44 | 15 % |
| Až budu velký(á), chtěl(a) bych být vrcholovým sportovcem. | 45 | 15 % |
| Rodiče nebo trenéři mi řekli základní informace o Sokole. | 62 | 20 % |
| Do oddílu gymnastiky se těším jen někdy, občas se mi tam nechce. | 73 | 24 % |
| Gymnastiku dělá nebo dělal někdo z mých příbuzných a ten mě k ní dovedl. | 73 | 24 % |
| Nosím oblečení a doplňky s logem Sokola. | 88 | 29 % |
| Někdy se účastním i jiných akcí, které Sokol pořádá. | 88 | 29 % |
| Gymnastiku mi vybrali rodiče. | 90 | 30 % |
| Cvičím gymnastiku, abych měl(a) hezkou postavu. | 101 | 33 % |
| Sám(sama) jsem rodiče poprosil(a), zda bych mohl(a) chodit do gymnastiky. | 112 | 37 % |
| Jsem soutěživý(á), rád(a) soupeřím s kamarády. | 118 | 39 % |
| Líbí se mi, že patřím do oddílu TJ Sokol. | 123 | 41 % |
| Chci být dobrý gymnasta (dobrá gymnastka), chtěl(a) bych v budoucnu v gymnastice něco dokázat. | 124 | 41 % |
| Rád(a) vyhrávám. | 129 | 43 % |
| Nemůžu se dočkat, až půjdu do gymnastiky, vždy se na ni těším. | 129 | 43 % |
| Rád(a) soutěžím, i když nevyhrávám. | 133 | 44 % |
| Chodím na závody, které pořádá Sokol. | 135 | 45 % |
| Do gymnastiky chodím také proto, že tam mám kamarády. | 136 | 45 % |
| Sportuji, protože chci být zdravý(á). | 158 | 52 % |
| Mám rád(a) pohyb, cvičení je zábava. | 172 | 57 % |
| Mám rád(a) svého trenéra. | 223 | 74 % |
| Trenér mě chválí, když se mi v gymnastice daří. | 225 | 74 % |
| Rád(a) se učím nové gymnastické cviky. | 240 | 79 % |
| Baví mě chodit do oddílu gymnastiky TJ Sokol. | 247 | 82 % |