

Univerzita Palackého v Olomouci
Fakulta tělesné kultury

INTERAKČNÍ STYL TRENÉRŮ BOXU

Diplomová práce
(magisterská)

Autor: Bc. Tomáš Vican, Rekreologie, Tělesná výchova a sport

Vedoucí práce: doc. PhDr. Dana Štěrbová Ph.D

Olomouc 2021

Bibliografická identifikace

Jméno a příjmení autora: Bc. Tomáš Vican
Název diplomové práce: Interakční styl trenérů boxu
Pracoviště: Katedra společenských věd v kinantropologii
Vedoucí diplomové práce: doc. PhDr. Dana Štěrbová Ph.D
Rok obhajoby diplomové práce: 2021

Abstrakt:

Tato diplomová práce má záměr rozeznat trenérský interakční styl trenérů boxu ve sportovních klubech v Ostravě a v Karviné. Zjistit, jaké existují rozdíly v jednotlivých interakčních stylech trenérů a jaký interakční styl daní trenéři uplatňují při vedení svých svěřenců, kteří vstupují do boxerských utkání v nejvyšší extraligové soutěži České republiky, a to interakční styly z pohledu sebereflexe trenérů a pohledu svěřenců na své trenéry. Dále se zabývá výzkumem „ideálním“ interakčním stylem trenéra boxu hodnoceného z pohledu trenérů a svěřenců. Pro sběr dat bylo použito dotazníkové šetření formou upravených variant dotazníků interakčního stylu trenéra, od autorek Doc. PhDr. Dany Štěrbové Ph.D. a Mgr. Jany Harvanové PhDr. Nevyplněné dotazníky v aktualizované elektronické formě byly doručeny v důsledku koronavirové situace pomocí emailových adres všem osloveným trenérům a svěřencům klubu Boxingu Ostrava, Boxingu Karviná a Boxingu Poruba. Výsledný výzkumný soubor tvoří 4 trenéři a 20 sportovců. Na základě výsledných údajů bylo zjištěno, že trenéři výše zmíněných boxerských oddílů upřednostňují obdobný interakční styl. Velmi podobné hodnocení je ze strany svěřenců na své trenéry a také náhled na „ideální“ interakční styl z pohledu trenérů a svěřenců. Nejvýše hodnoceny byly interakční styly v dimenzích *Organizátor, Pomáhající a Chápající* a nejmenší hodnoty zaznamenaly interakční styly v dimenzích *Nejistý, Nespokojený, Kárající*.

Klíčová slova: box, trenér, sportovec, interakce, interakční styl.

Souhlasím s půjčováním diplomové práce v rámci knihovních služeb.

Bibliographical Identification

Author's name and surname:	Bc. Tomáš Vican
Title of diploma thesis	Boxing coach interaction style
Department:	Department of Social Science in Kinanthropology
Supervisor:	Doc. PhDr. Dana Štěřbová Ph.D.
Year of defense:	2021

Abstract:

This diploma thesis has intention to recognize an interaction style of boxing coaches in sports clubs in Ostrava and Karviná. Trying to find out, what differences are between different interaction styles of coaches and what kind of interaction style these coaches put in the effect in coaching their charges, who enter into a boxing matches in the highest extraleague competition in Czech Republic. The interaction styles from the self reflection point of view of coaches and the point of view of their charges on their coaches. It is doing a research of „ideal“ interaction style of a coach evaluate from the perspective of another coaches and charges. For a data gathering was used a questionnaire research by form of adjusted variations of questionnaires of interaction style of coach, by authors Doc. PhDr. Dana Štěřbová, Ph.D., and Mgr. Jana Harvanová PhDr. Because of the Coronavirus situation, empty questionnaires has been send by e-mail to all asked coaches and charges in Boxing Ostrava, Boxing Karviná and Boxing Poruba sports clubs. Four coaches and twenty charges made the result of this research. On the base of part of research was discovered that coaches of these sports clubs prefer the similar interaction style. Almost the same result comes from the side of the their charges. Interaction styles like *Organiser*, *Helpful and Apprehend* has the highest evaluation. Interaction styles like *Unsure*, *Unsatisfied and Reprimand* achieved the lowest evaluation.

Keywords: boxing, coach, atlet, interaction, interaction style.

I agree to lend my thesis with in the library services.

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci zpracoval samostatně pod vedením, doc. PhDr. Dana Štěrbová Ph.D., uvedl jsem všechny použité literární a odborné zdroje a řídil se zásadami vědecké etiky.

V Olomouci dne 19. dubna 2021

.....

Chtěl bych touto cestou poděkovat mému vedoucímu práce Doc. PhDr. Daně Štěrbové Ph.D., za její vedení při zpracování této práce.

Dále bych chtěl poděkovat klubu Boxing Ostrava, klubu boxu v Karviné za spolupráci, za vstřícný přístup při vyplňování dotazníků a ochotu jejich svěřenců ve sportovních klubech.

OBSAH

1	ÚVOD	8
2	PŘEHLED POZNATKŮ	9
2.1	Box.....	9
2.2	Trenér.....	9
2.3	Činnosti a strategie trenérů	11
2.3.1	Motivace	11
2.3.2	Zpětná vazba	12
2.4	Zátěžové situace ve sportu.....	13
2.4.1	Stres	13
2.4.2	Konflikt	14
2.4.3	Agrese.....	14
2.4.4	Emoce.....	15
2.5	Regulační techniky trenéra	16
2.6	Interakce	17
2.6.1	Interakční styl.....	17
3	CÍLE a ÚKOLY	20
3.1	Hlavní cíl diplomové práce.....	20
3.2	Dílčí cíle	20
3.3	Výzkumné otázky	20
3.4	Úkoly diplomové práce	21
4	METODIKA PRÁCE.....	22
4.1	Výzkumný soubor.....	22
4.2	Výzkumná metoda	23
5	VÝSLEDKY	26
5.1	Výsledky vztahující se k výzkumné otázce č.1.1.	26

5.2	Výsledky vztahující se k výzkumné otázce č.1.2.	32
5.3	Výsledky vztahující se k výzkumné otázce č.2.1.	38
5.4	Výsledky vztahující se k výzkumné otázce č.2.2.	44
5.5	Výsledky vztahující se k výzkumné otázce č. 3. 1.	50
5.6	Výsledky vztahující se k výzkumné otázce č.3.2.	52
6	DISKUSE	54
7	ZÁVĚR.....	55
8	SOUHRN	58
9	SUMMARY	59
10	REFERENČNÍ SEZNAM.....	60

1 ÚVOD

Box je jeden z nejnáročnějších sportů, co se týče fyzické kondice a psychické odolnosti. Boxer vstupuje do ringu samostatně a jeho jedinou oporou může být právě trenér, který sekunduje boxerovi v minutových přestávkách mezi jednotlivými boxerskými koly v celém utkání. Trenér tedy může mít velký vliv na podání výkonu svého svěřence v boxerském utkání. Můj projekt se realizoval v klubech ostravského boxingu a karvinského boxingu, kde jsem jako dorosteneček a poté jako seniorský člen oddílu působil. Oba kluby se zúčastňují nejvyšších soutěží v rámci České republiky.

Jeden z důvodů, proč jsem si toto téma zvolil, bylo zjistit, jak jednotliví trenéři v těchto klubech přistupují ke svým svěřencům. Já sám jsem se za svůj boxerský život setkal s různými trenéry a každý z nich měl svůj specifický styl, který upřednostňoval.

Trenér může být zároveň pedagogem a měl by jít příkladem svým svěřencům. Při své práci musí být důsledný, pečlivý a vyvarovat se chyb, protože by svým jednáním mohl přímo ovlivňovat svěřencovo jednání v tréninku i zápasech. Měl by umět najít rovnováhu mezi přísným a liberálním vedením, být kamarádem, ale zároveň vedoucím v tomto vztahu. Trenér by měl svému svěřenci porozumět, skvěle zorganizovat tréninkovou jednotku, snažit se ho plnohodnotně rozvíjet a vést svého svěřence k samostatnosti a zodpovědnosti.

Ve své práci jsem se zaměřil na trenéry seniorských kategorií, kteří pomocí sebehodnocení hodnotili svůj interakční styl ke svým svěřencům a zároveň ideální styl svého přístupu. Dále jsem zjišťoval pohled svěřenců na přístup jejich trenéra a zároveň ideální přístup, kterým by k nim trenér přistupoval.

Základní východiska této diplomové práce mohou být nejen nepostradatelnou zpětnou vazbou trenéra při jeho činnosti, ale především pomoci při zlepšování efektivnosti tréninkové práce, potažmo práce se svěřenci.

2 PŘEHLED POZNATKŮ

2.1 Box

Box je vysoce intenzivní acyklický bojový sport, který probíhá hlavně na aerobní bázi využití energie po dobu trvání boje. Tento energetický systém ve skutečnosti přispívá ke schopnosti boxerů opakovat útoky s nejvyšší silou a rychlostí po celou dobu trvání boje (Davis, 2014). Regeneraci zajišťují minutové přestávky mezi jednotlivými koly. Anaerobní metabolický proces, tedy poskytuje energii pro krátké a intenzivní útoky maximální síly (Nassib, et al., 2017).

Box je opoziční sport (Parlebas, 2001), který spočívá v zasazování úderů protivníkovi na krátkou vzdálenost (Amador, 1997). Je také olympijským sportem, ve kterém se používají ochrany hlavy a boxuje se ve třech třiminutových kolech. Pro ochranu hlavy se používá boxerská přilba. V profesionálním boxu se boxuje až na dvanáct třiminutových kol a bez ochrany hlavy. Od olympijských her v Riu de Janeiro 2016 Mezinárodní olympijský výbor (MOV) umožnil start profesionálním boxerům na olympijských hrách.

2.2 Trenér

Trenérská profese vyžaduje hodně trpělivosti a oddanosti, protože vyžaduje velké množství fyzické, duševní práce a velkou oběť. Trenér je nejprve učitel, který musí mít znalosti, pak je pedagogem, protože musí absolvovat trvalou vzdělávací práci se sportovci. Musí plánovat a provádět výkony v každém sportu na základě důkladných znalostí vlastností a schopností každého ze sportovců. Činnost učitele - trenéra v boxu je mnohem obtížnější ve srovnání s činností, která probíhá ve vzdělávacím procesu s ostatními předměty na katedře, od různých specializovaných učitelů. Trenér musí splňovat určitá kritéria z hlediska regulace. Trenér musí být také neustálým výzkumným pracovníkem, který najde řešení a metody přípravy sportovců, odstraní v tomto ohledu negativní aspekty. Podstatným způsobem přispěje k rozvoji svého sportu, věnuje se vědě, protože se nemůže omezovat pouze na naučené znalosti, je nucen vždy překračovat vzdělání, vědecký výzkum, experimenty a

přispívat k rozvoji a zdokonalování svých pedagogických znalostí tak, aby měly maximální účinnost v získání konkurenčních výhod.

Talent bojovníka není jedinou podmínkou úspěchu. Je dobře známo, že jak bojovník, tak i trenér přispívá ke sportovnímu úspěchu. Rozumí se, že se na tom podílejí i jiní v okolí tohoto sportu. Tvrzení není daleko od pravdy, že úspěch závisí do značné míry na úrovni trenéra. Úroveň sportu je nyní tak vysoká, že se pro jeho vývoj nemůžeme spokojit se zkušenostmi trenérů, kteří se spoléhají pouze na své zkušenosti. Je však nutné mít vyškolené a kvalifikované trenéry, protože se jedná o velmi vážnou profesi. Trenérská profese je dnes uznávána jako každé jiné pedagogické povolání. V tomto příspěvku bych vám chtěl představit roli trenéra a jeho důležitost při výběru bojových sportů, jak si osvojit technické a taktické postupy při přípravě a zdokonalování, které dláždí cestu mladým bojovníkům ke skvělému výkonu. Z nejdůležitějších obav, které by měly být trvale v pozornosti trenérů se týká dvou důležitých aspektů, jmenovitě:

1. sledování prvků sportovních bojových schopností se skutečnými vyhlídkami na zlepšování výkonu
2. vybrat nejlepší sportovce, kteří jsou fyzicky a psychicky odolní a vhodní pro rychlé osvojení technik, jejich posílení a uplatnění v soutěžích.

Jde o trvalou starost o vynikající výkon a konkurenceschopnost všech kategorií, od začátečníků až po seniory. Vzhledem k tomu, že v současné době probíhají v bojových sportech sportovní ligy a soutěže ve všech věkových kategoriích, děti, kadeti, junioři, senioři, a to od velmi raného věku asi 5-6 let proto, aby měli dost času na asimilaci technik a jejich aplikace v soutěži, rozvoj mobility, pružnosti a dalších vlastností. Současné bojové sporty jsou na technické úrovni, že se z nich stalo odvětví vědy, jako ze všech dalších odvětví sportu. Šampion se dnes nemůže sám připravit, podporuje ho tým specialistů a z nich je nejdůležitější trenér. Trenér má povinnost pracovat individuálně s každým sportovcem, aby dosáhl plánovaných cílů. Ukázat, že správně naplánovaný edukativní proces nemůže proběhnout bez vedení učitele-trenéra, trenéra nebo alespoň sportovního instruktora. Trénink je hlavním článkem při získávání sportovního výkonu a je zřejmé, jak důležitá je role sestavitele tréninku a odpovědnost, kterou má.

Pro efektivní provedení tak složitého procesu jako je trénování musí trenér spolupracovat s vysoce výkonnými sportovci bojových sportů a svou pozornost soustředit nejen na pohyblivost, ale také na psychofyzilogické struktury. Proto musí trenér spolupracovat s

lékařem, fyzioterapeutem a psychologem. Tito specialisté poskytují užitečné informace o sportovcích. Blízký vztah k práci se odráží hlavně v konkrétní činnosti každého trenéra, ve snaze zajistit nezbytné podmínky pro provádění výcvikových a edukativních procesů. Trenér musí být první v tělocvičně a musí být vždy připraven pomoci, vést a radit. Aby vstúpil správné chování sportovcům bojových sportů, musí mít obzvláště vysoké požadavky k sobě. Trenér proto musí být pro sportovce vždy příkladem, umět prokázat dochvilnost a velkou spravedlnost, být první, kdo splní hygienické návyky a vyhne se shovívavosti v tomto smyslu. Duch disciplíny je kvalita vůle, která má v bojovém sportu velký význam a měla by charakterizovat trenéra i sportovce (Tipa, 2015).

2.3 Činnosti a strategie trenérů

Důležitou předpokladem pro dobrého trenéra je jeho přirozená autorita a umění motivovat své svěřence, umět sebereflektovat pro svůj osobnostní růst a také umět být vůdcem pro své svěřence (Lazarová, Uhlířová, 2006).

2.3.1 Motivace

Lidská motivace je nepochybně jedním z nejdůležitějších aspektů v jakékoli diskusi o lidské činnosti. To platí také v oblasti cvičení a sportu, kde správné pochopení motivačních procesů může například pozitivně ovlivnit nízkou úroveň fyzické aktivity přítomnou v různých sociálních skupinách nebo zlepšit tréninkové podmínky a výkon konkurenčních sportovců (Hagger & Chatzisarantis, 2007).

Vnitřní motivace je tendence účastnit se aktivity z důvodu samotné aktivity. Žádné vnější faktory nemusí být nutné aplikovat na povzbuzení účasti nebo prosby jednotlivce, aby se více snažil a uplatnil více úsilí. Jinými slovy, účast je založena na čistém pocitu radosti, potěšení a uspokojení, od které se odvíjejí samotné činnosti a nevyžadují postranní vysvětlení (Deci, 1975).

V kontextu sportovního snažení budou jednotlivci trénovat a tvrdě pracovat pro naprostý požitek a ne za žádnou konkrétní odměnu nebo konkrétní výsledek (Hagger & Chatzisarantis, 2007 b).

Vnější motivace se týká chování řízeného externími zdroji, například, když se člověk rozhodne sportovat, protože to přinese finanční odměny a získá chválu kolegů a veřejnosti. Někteří jedinci jsou externě motivováni vyhnout se například kritice trenéra, který je během tréninku tlačí k tomu, aby vynaložili větší úsilí a který spoléhá na negativní motivaci ke zlepšení výkonu sportovce. U sportovců s vnější motivací je těžší se vyhnout tomu, aby jim nebylo řečeno, že se dostatečně nesnaží (Ryan & Deci, 2000).

Motivace je jedním z klíčových témat psychologie sportu. Většina výzkumů týkajících se sportovní motivace, je zaměřena na motivaci závodníků. Tato studie, kterou uvádím, se zaměřuje na motivaci trenérů. Současná studie měla zkoumat typ sportovní motivace (na základě rozlišení typů sportovních výkonových orientací podle Gill a Deeter: (konkurenceschopnost, orientace na vítězství, orientace na cíl) u trenérů bojových umění a určování temperamentu a osobnostní determinanty motivace. Studie prokázala statisticky významné rozdíly v orientaci na výhru mezi trenéry boxu a karate. U trenérů karate byly pozorovány vyšší úrovně orientace na výhru. Byly také zaznamenány korelace mezi motivací zaměřenou na cíl a neuroticismem a mezi orientací na cíl a takovými temperamentními dimenzemi, jako je emoční reaktivita nebo vytrvalost v této skupině. Mezi trenéry boxu byla nalezena korelace mezi senzoryckou citlivostí a orientací na cíl (Basiaga-Pasternak, 2017).

2.3.2 Zpětná vazba

Zpětná vazba je termín používaný v mnoha lidských doménách interakce, ale obvykle zahrnuje přenos hodnotících nebo opravných informací o těchto činnostech (Costa, 2007). Trenéři jsou tedy posuzováni na základě jejich schopnosti poskytovat „vhodnou“ zpětnou vazbu, která se má projevit v zlepšeném výkonu sportovců nebo týmu (Smith, 1995).

Zpětná vazba se běžně používá ke zlepšení motorického učení a výkonu. I když četné studie zkoumaly účinky zpětné vazby na motorické učení, chyběla analýza zpětné vazby v reálném čase, poskytovaná během tréninku a v soutěžním prostředí. Proto byla provedena studie a zjištěna zpětná vazba, kterou poskytlo 12 boxerských trenérů sportovcům mezi koly australských mistrovství v boxu 2015. Výroky zpětné vazby byly poté analyzovány podle tří proměnných zpětné vazby, které se ukázaly jako rozhodující pro optimalizaci výkonu: Byla rozdělena na (externí, interní, neutrální), podpora autonomie (autonomie podporující,

kontrolní, neutrální) a sílu zpětné vazby (pozitivní, negativní, neutrální). Souhrnně bylo pro každou ze tří kategorií analyzováno 445 zpětnovazebních prohlášení poskytnutých během 25 zápasů, z toho 14 vyhraných a 11 prohraných. Trenéři poskytli v průměru 8 zpětných vazeb boxerovi za kolo. S výjimkou neutrálních výroků poskytli trenéři více interních (15%) ve srovnání se zpětnou vazbou externího zaměření (6%), více kontrolujících (53%) ve srovnání se zpětnou vazbou podporující autonomii (6%) a pozitivnějších (29%) ve srovnání s negativní zpětnou vazbou (12%). Během vítězných zápasů navíc trenéři poskytli méně vnitřní (12% vs. 19%), méně kontrolní (48% vs. 58%) a pozitivnější (36% vs. 18%) zpětnou vazbu ve srovnání s prohranými zápasy. Tyto výsledky poprvé ukazují typ a frekvenci zpětné vazby poskytované během amatérských boxerských zápasů. I když tato zjištění mohou nebo nemusí odrážet účinky zpětné vazby, je zajímavé, že zpětná vazba, která byla zjištěna ke zvýšení motorického výkonu, byla častěji používána během vítězství spíše než při prohře (Halperin, 2016).

2.4 Zátěžové situace ve sportu

2.4.1 Stres

Jestliže se člověk nachází ve stavu ohrožení nebo ohrožení nějakým způsobem očekává a myslí si, že není schopen se proti vlivům, které na něj působí zvnějšku, bránit, dostává se do stresu. Ve fázi stresu dochází k napětí aktivaci, které může přejít do úzkosti a nemusí být identifikována jako únava. (Stackeová, 2011).

Úzký vztah mezi sebou mají psychika a motorika, protože pohyb řídí nervová centrální soustava. Psychické procesy ovlivňují motoriku jedince a naopak. Velký význam psychického stavu sportovce má tedy vliv na jeho sportovní výkon. Sportovce mohou ovlivnit před soutěží, při startech nebo během soutěže. Sportovec díky špatnému psychickému stavu nemusí podat téměř žádný výkon. (Stackeová, 2011).

Negativní reakce na stres organismu přispívá velkým dílem ke ztrátě životní rovnováhy a ke změnám chování člověka (apatie, agresivita), které může vést až k patologickým změnám organismu nebo i krizi.

Stres může přispět ke ztrátě životní rovnováhy, která může přivést jedince do patologických změn a krizí. Pro zvládnání těchto psychických dysbalancí, zvládnání stresu se

používají copingové strategie. Jestliže tyto strategie nejsou dostatečné, může dojít k fyziologickým změnám jako jsou žaludeční vředy, vysoký krevní tlak atd. (Atkinsonová et al. 1995).

2.4.2 Konflikt

V podstatě u bojových sportů by teorie konfliktu neměla být brána v úvahu jako biologický „bojový instinkt“, ale spíše ho odborníci označují v kontextu s bojovými uměními (zejména box a kickbox), spíše jako „archetyp válečníka“ - psychokulturní faktor. Kromě vědomých motivů cvičit bojová umění, tam může být nevědomý motiv spojený s archetypálním kulturním dědictvím. Role válečníka může být jednou ze skrytých potřeb. V dnešní době, militativního feminismu, se ženy přidaly ke skupině boxerek, což může dokázat, že převzaly tradičně mužskou roli válečníka (Cynarski, 2004).

Sportovní úspěch v některých bojových uměních může být podmíněn vhodným potenciálem agrese, což má za následek lepší mentální predispozici mužů tmavé pleti, například u boxu (Mika 1984). Podle J. Dyducha (7 dan karate) jsou zde důležitější determinanty původu (sociální, ekonomické, historické). Jak řekl v rozhovoru pro „Karate KungFu“: „Skvělá vůle po vítězství a skvělé dovednosti jistě charakterizují také Japonce, Angličany a Holanďany. Američané jsou velmi dobře vycvičení, militantní a speciálně motivovaní, ale chybí jim přirozené impulsy, které plynou například z obtížných životních zkušeností obyvatel střední a východní Evropy. To je často vidět v boji o vítězství, kdy je třeba být odhodlaný a bojovat až do konce, bez ohledu na sílu soupeře“ (Dyduch 2001, 7-9). Zástupci západních společností nejsou příliš odvážní. V kontaktních sportech za Francií obvykle bojují Arabové, Němce zastupují Turci a USA to jsou zejména jedinci tmavé pleti.

2.4.3 Agrese

V kontextu vyjadřování se agresí je záměr ubližování. Můžeme ji chápat jako rys osobnosti a popsána je také jako relativní perzistentní pohotovost nebo predispozice chovat se agresivně v některých situacích. U kontaktních sportů, mezi které patří i box se ukazuje

přítomnost agrese a je jeho součástí. Tato forma agrese se v rámci pravidel bojových sportů, zdá být omluvitelná. Pravidlem ale bývá, že touha po vítězství překonává formu agresivity (Sekot, 2008).

Všichni lidé, kteří se zabývají sportem se nevyhnutelně setkávají s fenoménem zvaným „agrese“. Cílem výzkumu, který v této práci uvádím, je věnován problematice o míře agresivity v některých sportovních oblastech. Porovnávaly se sportovní oblasti navzájem a zároveň i s nespportovci. Výzkumným vzorkem bylo 105 elitních sportovců v různých sportovních oblastech, 38 plavců (bezkontaktní sport), 32 karatistů (omezený kontakt), 35 kickboxerů (kontaktní sport) se 105 nespportujícími. Všechny subjekty vyplnily dotazník o agresi od Bussa a Perryho. Po klasifikaci dotazníků s využitím analýzy rozptylu (ANOVA) byla získaná data z dotazníku o agresi s výsledkem, který ukazuje, že největší rozdíl v porovnání agresivity je ve skupině kickboxerů a nejmenší rozdíl je u karatistů a plavců. Výsledky ukazují, že kromě kickboxu, který je kontaktní a drsný, sportovci z jiných oborů nemají významný rozdíl v agresivních faktorech s nespportovci. Sportovci bezkontaktních sportů a omezeného kontaktu s nespportovci mají větší agresivitu. Proti tomu se zdá, že sportovní aktivity a zejména sporty s omezeným kontaktem jako je karate, které způsobuje vynakládání energie a vzrušení, a tím způsobuje pokles agresivního chování, zejména ve venkovním prostředí. Takže výsledek výzkumu ukazuje, že stupně agresivity u sportovců ovládajících karate jsou také nižší než u nespportovců. (Boostani, 2012).

2.4.4 Emoce

Emoce, jejich vývoj a jejich účinky byly dlouho studovány v mnoha vědních oborech. Mnoho k realizaci proudu přispěly obory jako psychologie, pedagogika, biologie a neurovědy znalostí o emocích. Dnes je jejich evoluční hodnota známá díky příspěvku Darwina a mnoho významných vědců a mnoho teorií na sebe časem navazovalo a analyzovalo závěry vztah mezi emocemi a kognitivními procesy. Moderní technologie navíc vedly k hlubšímu pochopení těchto jevů, umožnění vývoje nových teorií a jejich rozšíření a aplikace na několik studijních oborů. Ať už jednotlivec existuje kdekoli, existují emoce, a proto sportovní prostředí z nich nelze vyjmout. Lidé se sportu věnují z několika důvodů. Vzhledem k důležité vzdělávací hodnotě sportu a jeho vysoce dynamický kontext, je třeba důrazně zohlednit emoční aspekt (Lopez, et al., 2020).

2.5 Regulační techniky trenéra

Intervence trenéra pomocí regulačních technik pomáhá podpořit sportovce trenérem pro kvalitnější výkon. Zároveň jsou nápomocny k povzbuzení nebo usměrnění sportovce v čase před startem soutěže nebo utkání, v čase po startu nebo během sportovního utkání. Regulační techniky působí na dynamiku psychofyziologického dění. Hlavním motivem je regulace psychického stavu sportovce, který je v situaci, kdy může být ve značném stresu. Přestože jde o preventivní působení těchto technik na sportovce, které mohou ovlivnit výkon, výsledek efektu nemusí být jistý (Vaněk, et al.,1984).

Intervence trenéra pomocí regulačních technik pomáhá podpořit sportovce trenérem pro kvalitnější výkon. Zároveň jsou nápomocny k povzbuzení nebo usměrnění sportovce v čase před startem soutěže nebo utkání, v čase po startu nebo během sportovního utkání. Regulační techniky působí na dynamiku psychofyziologického dění. Hlavním motivem je regulace psychického stavu sportovce, který je v situaci, kdy může být ve značném stresu. Přestože jde o preventivní působení těchto technik na sportovce, které mohou ovlivnit výkon, výsledek efektu nemusí být jistý (Vaněk, et al.,1984).

Verbální působení : trenér se snaží motivovat sportovce, vyjasňovat mu situaci, radit mu v situacích formou rozhovoru, pokřikem a nebo hesly.

Magické prostředky : těmito předměty je myšlen nějaký předmět, na který je sportovec zvyklý. Jde o určitý sugestivní způsob regulace, která může v nepřítomnosti předmětu způsobit negativní dopad na sportovce

Náhradní činnost : jiné činnosti než ty, které se týkají soutěže nebo utkání a dají se využít jako regulační techniky dlouho před utkáním, během utkání nebo po něm. Rozměňují negativní myšlení, vzpomínky.

Regulace snížením požadavků : je to cílené snižování aspirace, která upravuje hladinu psychického zatížení přímo související se zodpovědností na výsledku (Macháč, Macháčová,1991).

2.6 Interakce

Člověk je tvorem, který je přirozeně závislý na budování vztahů. Interakci představuje dvojice jedinců, která po sobě něco zanechává. Interakce mají různou podobu a zanechávají po sobě dojmy, což dle dojmu může dojít k porozumění nebo naopak. Dva jednotlivci, kteří vytvářejí vztah vzájemnou interakcí, mají specifické vlastnosti a svou vlastní historii. Interakce může vzniknout i mezi navzájem neznámými jedinci, kterou můžeme nazvat společenskou událostí v určitém časovém úseku (Slaměník 2011).

Harvanová (2010) uvádí, že do společenské interakce jedinec vstupuje každý den a bez ní nemůže existovat.

Podstatnou součástí ve vztahu trenéra a sportovce je především vzájemná podpora, důvěra, úcta, spolupráce, komunikace a pochopení se. To vše dopomáhá k dobrým výsledkům a spokojenosti. Situace mezi trenérem a sportovcem v nichž se promítají pocity a chování obou subjektů jsou vkládány do jejich vztahu (Jowett&Poczwardowski, 2007).

Nedílnou součástí úspěchu je taktéž umění trenéra účinně předávat informace nejen svým svěřencům, ale i dalším trenérům, asistentům, rodičům a rozhodčím. Efektivně předané informace vedou svěřence k osobnímu růstu sportovce a k nastavení žádoucího pozitivního prostředí (Weinberg&Gould, 2011).

2.6.1 Interakční styl

Stylem rozumíme něco jako součást osobnosti, který vyznačuje jeho rysy osobnosti a které ho specifikují. Rysy se v průběhu života jedince relativně nemění. Rysy jedince, které jsou vzájemně překrývané, vedou k celkové osobnosti. Podle rysu osobnosti má tendenci se chovat, komunikovat a prožívat události. Rysy osobnosti se navenek tedy projevují a my je můžeme pozorovat (Čáp & Mareš, 2007).

(Gavora, 2005) uvádí, že interakčním stylem můžeme rozumět relativně trvalé a pro jedince charakteristické vlastnosti, které ho navenek prezentují. Každý pedagogický pracovník, kterým je bezesporu i trenér, se prezentuje svým sobě vlastním interakčním stylem a díky této prezentaci stylu trenéra je snazší pro svěřence předvídat chování trenéra a tím nemusí docházet k eventuálním sporům.

Interakční styl je soubor shrnující významné spontánní postoje, nevzájemné působící emoční vztahy, požadavky na druhé, vytváření nálad a emocí ve skupině. Pomáhá k formování svěřenců, jejich názorů. Určuje strategii, postupy a techniky zadávající směr. Činitelé, které mohou ovlivnit interakční styl mohou být, zkušenosti trenéra, podmínky historické, společenské, zkušenosti a vlastnosti jejich svěřenců (Sirotová, 2000).

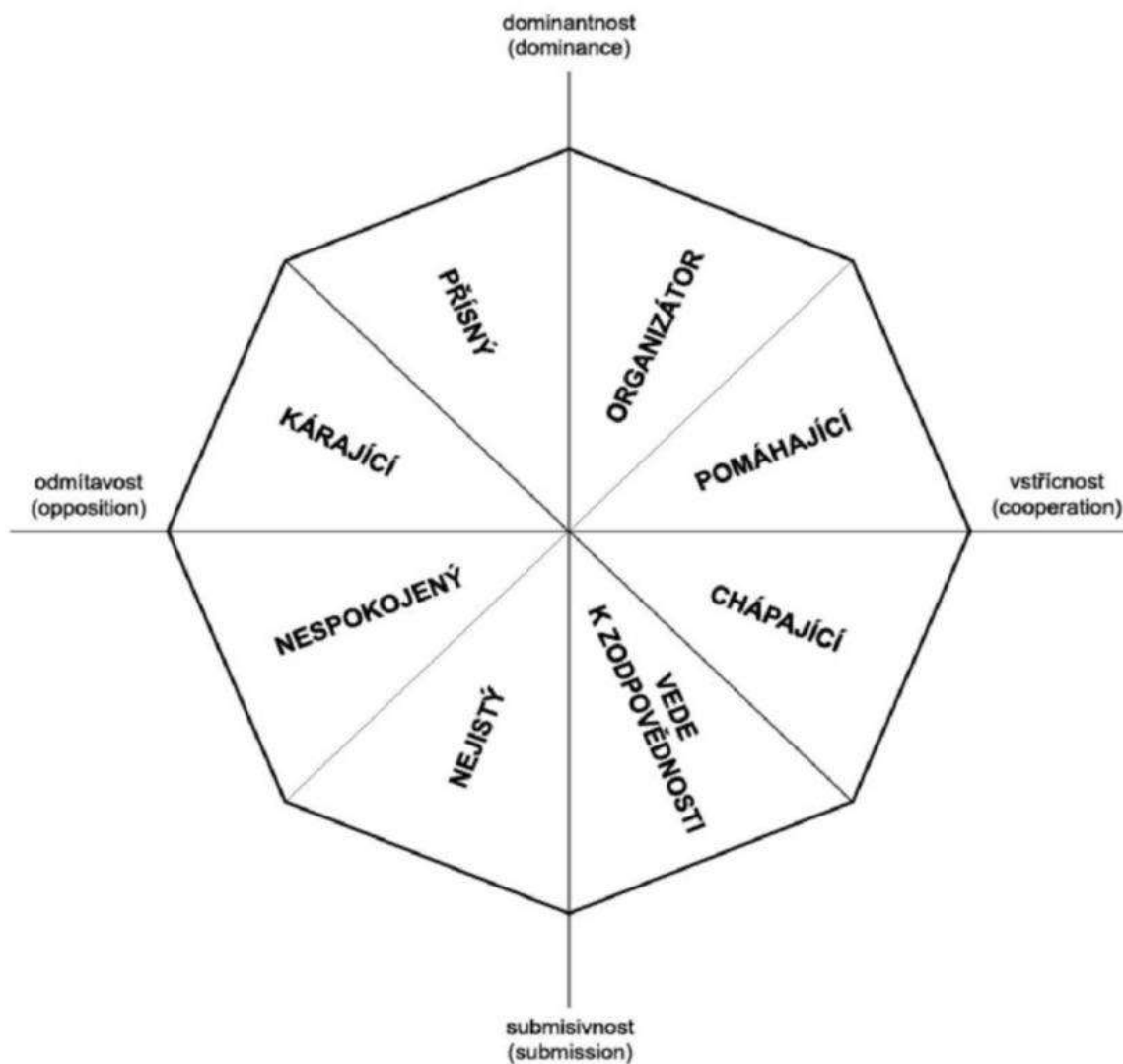
Gavora (2005) ve své studii nabízí hodnocení interakčního stylu. Rozlišuje osm dimenzí, ve kterých se osobnost pedagoga pohybuje, tzn. ukazuje osm vzájemně občas kontrastních přístupů, které charakterizují postoj ke svěřencům:

Ze studie Gavory (2005) se dozvíme o osmi dimenzích, které hodnotí interakční styly pedagogů.

Na základě modelu Wubbels, Créton a Hoomayers, vymezuje jednotlivé dimenze interakčního stylu:

- a) Organizátor
- b) Pomáhající
- c) Chápající
- d) Vede k zodpovědnosti
- e) Nejistý
- f) Nespokojený
- g) Kárající
- h) Přísný (Gavora 2005)

Do jaké míry naplní trenér dimenze, které jsou uvedeny v obrázku č.1. závisí na jeho interakčním stylu a přístupu ke svým svěřencům. K naplnění dimenzí je nápomocen dotazník, který má ke každé dimenzi hodnotící rozmezí pěti pozic od „nikdy“ po „vždy“. Osmiúhelník tvořící na osmi osách každou dimenzi pomáhá vyjasnit vztahy mezi jednotlivými dimenzemi.



Obrázek 1) : Dimenze interakčního stylu (Lukas, 2005)

3 CÍLE a ÚKOLY

3.1 Hlavní cíl diplomové práce

Zjistit, jaké jsou rozdíly v interakčních stylech trenérů vybrané sportovní disciplíny a jaký interakční styl tyto trenéři uplatňují v rámci jednotlivých tréninkových jednotkách z pohledu sportovců.

3.2 Dílčí cíle

1. Identifikovat interakční styl trenérů vybrané sportovní disciplíny hodnocený z jejich vlastního pohledu (sebereflexe).
2. Identifikovat interakční styl trenérů vybrané sportovní disciplíny hodnocený z pohledu sportovců.
3. Identifikovat ideální interakční styl podle trenérů a ideální interakční styl podle sportovců.

3.3 Výzkumné otázky

1. Výzkumná otázka vztahující se k prvnímu dílčímu cíli
 - 1.1. Jaký je interakční styl jednotlivých trenérů Boxingu Ostrava, Boxingu Karviná a Boxingu Poruba vybrané sportovní disciplíny hodnocený z jejich vlastního pohledu (sebereflexe)?
 - 1.2. Jaký je náhled na „ideální“ interakční styl jednotlivých trenérů Boxingu Ostrava, Boxingu Karviná a Boxingu Poruba vybrané sportovní disciplíny?

2. Výzkumné otázky vztahující se ke druhému dílčímu cíli:
 - 2.1. Jaký je interakční styl jednotlivých trenérů Boxingu Ostrava, Boxingu Karviná a Boxingu Poruba vybrané sportovní disciplíny hodnocený z pohledu sportovců?
 - 2.2. Jaký je náhled na „ideální“ interakční styl jednotlivých sportovců Boxingu Ostrava, Boxingu Karviná a Boxingu Poruba vybrané sportovní disciplíny?

3. Výzkumné otázky vztahující se ke třetímu dílčímu cíli:
 - 3.1. Jak se liší interakční styl všech zúčastněných trenérů hodnocený z vlastního pohledu (sebereflexe) s interakčním stylem všech zúčastněných sportovců hodnocený z jejich pohledu Boxingu Ostrava, Boxingu Karviná a Boxingu Poruba vybrané sportovní disciplíny?
 - 3.2. Jak se liší náhled na „ideální“ interakční styl všech zúčastněných trenérů s „ideálním“ interakčním stylem všech zúčastněných sportovců Boxingu Ostrava, Boxingu Karviná a Boxingu Poruba vybrané sportovní disciplíny?

3.4 Úkoly diplomové práce

1. Oslovit trenéry Boxingu Ostrava, Boxingu Karviná a Boxingu Poruba
2. Rozeslat patřičný počet dotazníku
3. Vysvětlit problematiku výzkumu jednotlivým trenérům
4. Sběr a vyhodnocení zkoumaných dat
5. Komparace zjištěných dat
6. Vyhodnocení výsledků

4 METODIKA PRÁCE

4.1 Výzkumný soubor

Ve své práci jsem se zaměřil na skupinu trenérů a jejich svěřenců v boxu. Výzkum probíhal v únoru roku 2021. Nevyplněné dotazníky v aktualizované elektronické formě byly doručeny v důsledku koronavirové situace pomocí emailových adres všem trenérům a svěřencům klubu Boxingu Ostrava, Boxingu Karviná a Boxingu Poruba. Celý výzkumný vzorek tvořil počet 4 trenérů a 20 svěřenců boxu, kteří jsou charakterizováni v tabulce č.1. a tabulce č.2. v tomto odstavci. S trenéry klubu se osobně znám z dřívějšího aktivního působení v obou klubech. Při komunikaci byli velice vstřícní, poskytli mi veškeré kontakty na své svěřence, kteří dobře spolupracovali a dotazníky mi odevzdali všichni oslovení.

Trenéři i svěřenci mohli dotazníky vyplnit ve svých domovech a vyplněné odeslat na mou emailovou adresu.

Všichni oslovení trenéři a svěřenci se zúčastnili tohoto výzkumu. Zúčastnění trenéři a svěřenci byli seznámeni s informovaným souhlasem a svůj souhlas potvrdili svým podpisem na patřičný formulář.

Tabulka č.1.

Trenéři	Trenér A	Trenér B	Trenér C	Trenér D
Věk	55	66	56	55
Vzdělání	ÚSO	ÚSO	ÚSO	VŠ
Trenérská kvalifikace	B	A	A	B
Délka trenérské praxe	17	38	31	15

Charakteristika trenérů zúčastněných výzkumu.

Poznámka: ÚSO – úplné střední odborné vzdělání s maturitou

VŠ – vysokoškolské vzdělání

A – první trenérská třída

B – druhá trenérská třída

Tabulka č.2.

Boxeři	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Věk	18	22	27	19	38	29	20	20	31	21
Vzdělání	ZŠ	ÚSO	SOŠ	SOŠ	VŠ	ZŠ	SOŠ	SOŠ	VŠ	SOŠ
Boxeři	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Věk	29	19	21	22	24	24	26	19	22	30
Vzdělání	VŠ	SOŠ	SOŠ	SOŠ	SOŠ	ÚSO	SOŠ	ÚSO	SOŠ	ÚSO

Charakteristika sportovců (boxerů) zúčastněných výzkumu.

Poznámka: ZŠ – základní škola

SOŠ – střední odborná škola

ÚSO – úplné střední odborné vzdělání s maturitou

VŠ – vysokoškolské vzdělání

4.2 Výzkumná metoda

Pro sběr dat jsem zvolil metodu dotazování formou dotazníku interakčního stylu trenéra, přičemž byla použita adaptace dotazníku od autorek Doc. PhDr. Dany Štěrbové Ph.D. a Mgr. Jany Harvanové Ph.D. Nevyplněné dotazníky v aktualizované elektronické formě byly doručeny v důsledku koronavirové situace pomocí emailových adres všem osloveným trenérům a svěřencům klubu Boxingu Ostrava, Boxingu Karviná a Boxingu Poruba. Dotazníky jsou tvořeny čtyřmi částmi, a to:

- Dotazník interakčního stylu trenéra/trenérky (A) – adaptace pro trenéry Harvanová, Štěrbová (in press)
- Dotazník „ideálního“ interakčního stylu trenéra/trenérky (B) – adaptace pro trenéry Harvanová, Štěrbová (in press)

- Dotazník interakčního stylu pro sportovce (A) – adaptace pro sportovce Harvanová, Štěrbová (in press)
- Dotazník „ideálního“ interakčního stylu pro sportovce (B) – adaptace pro sportovce Harvanová, Štěrbová (in press)

První a druhá část dotazníku je určeny pro trenéry:

V první části (dotazník interakčního stylu trenéra/trenérky A), trenéři hodnotí svůj vlastní interakční styl a pokouší se objektivně reflektovat vlastní pedagogické interakční přístupy.

V druhé části (dotazník interakčního stylu trenéra/trenérky B), stejný vzorek trenérů hodnotí ideální interakční styl trenéra/trenérky – tedy takový, který by podle nich byl nejlepší.

Třetí a čtvrtá část je určena pro sportovce:

Ve třetí části (dotazník interakčního stylu pro sportovce/sportovkyně A), sportovci hodnotí svůj pohled na přístup trenéra ke sportovci.

Ve čtvrté části (dotazník interakčního stylu pro sportovce/sportovkyně B), stejný vzorek sportovců hodnotí ideální interakční styl trenéra/trenérky – tedy takový, který by byl podle nich nejlepší.

Všechny části dotazníku obsahují 64 otázek, na které trenér i sportovec odpovídají dle bodové škály hodnot 0 až 4, kdy 0 znamená NIKDY a 4 znamená VŽDY.

Otázky v dotaznících jsou rozmístěny tak, aby po výsledném přepočítání bylo zřejmé, k jakému interakčnímu stylu je trenér i sportovec přikloněn. Rozmístění otázek náleží osmi dimenzím interakčního stylu. Rozmístění dimenzí a k nim přiřazené otázky nalezneme v tabulce č. 3.

Tabulka č.3.

Dimenze interakčního stylu	Číslo položek v dotazníku
Organizátor	1, 7, 16, 34, 42, 48, 58, 64,
Pomáhající	6, 24, 29, 31, 33, 36, 57, 61,
Chápající	2, 4, 8, 12, 14, 17, 43, 46,
Vede k zodpovědnosti	9, 21, 25, 35, 40, 49, 53, 59,
Nejistý	5, 11, 18, 20, 39, 45, 47,
Nespokojený	22, 26, 27, 37, 50, 54, 55, 62,
Kárající	10, 13, 15, 19, 28, 41, 44, 51, 52,
Přísný	3, 23, 30, 32, 38, 56, 60, 63,

Položky dotazníku interakčního stylu trenéra

Po vyplnění elektronické formy dotazníku trenéry a sportovci probíhalo zpracování dat pomocí programu Microsoft Excel, který vytvořil aritmetický průměr v rámci každé dimenze u všech trenérů a zároveň svěřenců. Dále proběhlo znázornění dat v grafovém osmiúhelníku, ve kterých se vizuálně znázornilo přiklonění k dimenzím dle výsledků v dotaznících.

5 VÝSLEDKY

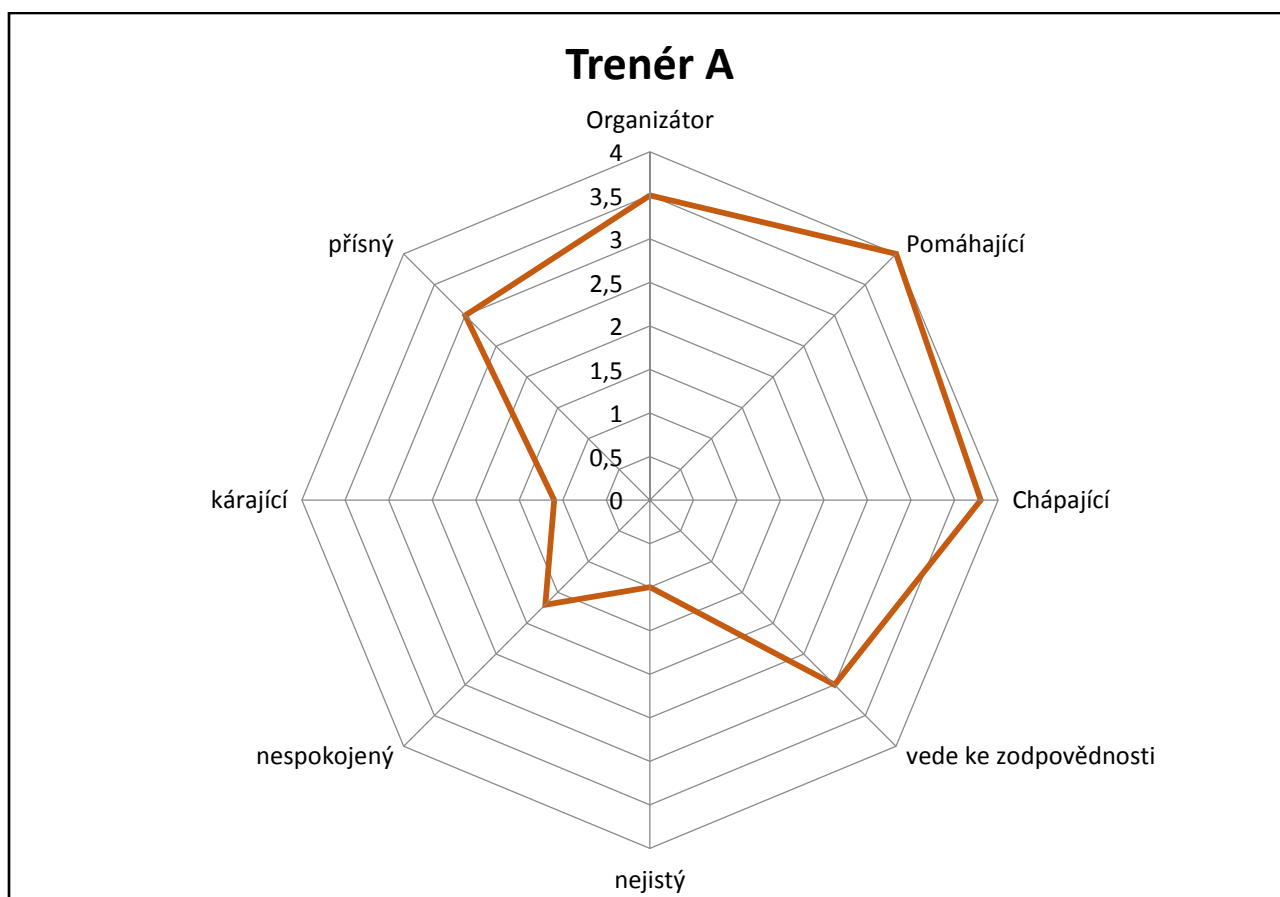
5.1 Výsledky vztahující se k výzkumné otázce č.1.1.

V této části výzkumné práce je zahrnuta tabulka č.4., která prezentuje výsledky jednotlivých dimenzí interakčního stylu trenérů boxu v Boxingu Ostrava, Karviná a Ostrava Poruby hodnoceny z vlastního pohledu (sebereflexe) a zároveň průměry jednotlivých dimenzí u všech trenérů. Dále pak znázornění pomocí grafů (obrázky 2. až 5.) a průměr znázorněný pomocí grafu (obrázek 6.) jednotlivých dimenzí u všech trenérů.

Tabulka č. 4.

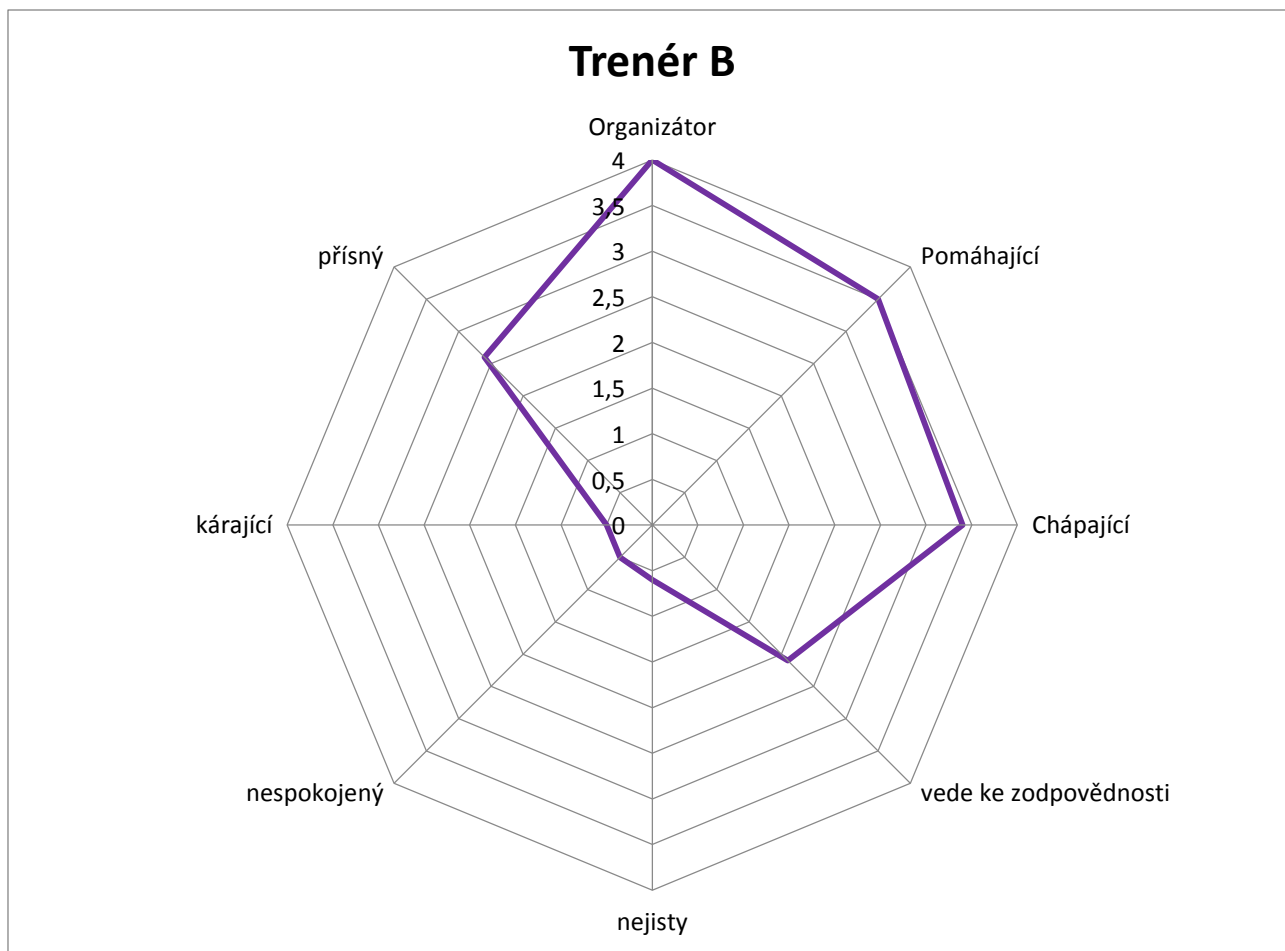
Dimenze	Trenér A	Trenér B	Trenér C	Trenér D	M
Organizátor	3,5	4	4	4	3,875
Pomáhající	4	3,5	3,5	4	3,75
Chápající	3,8	3,4	2,8	4	3,5
Vede ke zodpovědnosti	3	2,1	3,4	3	2,875
Nejistý	1	0,6	0,2	0,2	0,5
Nespokojený	1,7	0,5	1,4	0,9	1,125
Kárající	1,1	0,5	1,4	1	1
Přísný	3	2,6	3,3	2,1	2,75

Poznámka: M je průměr



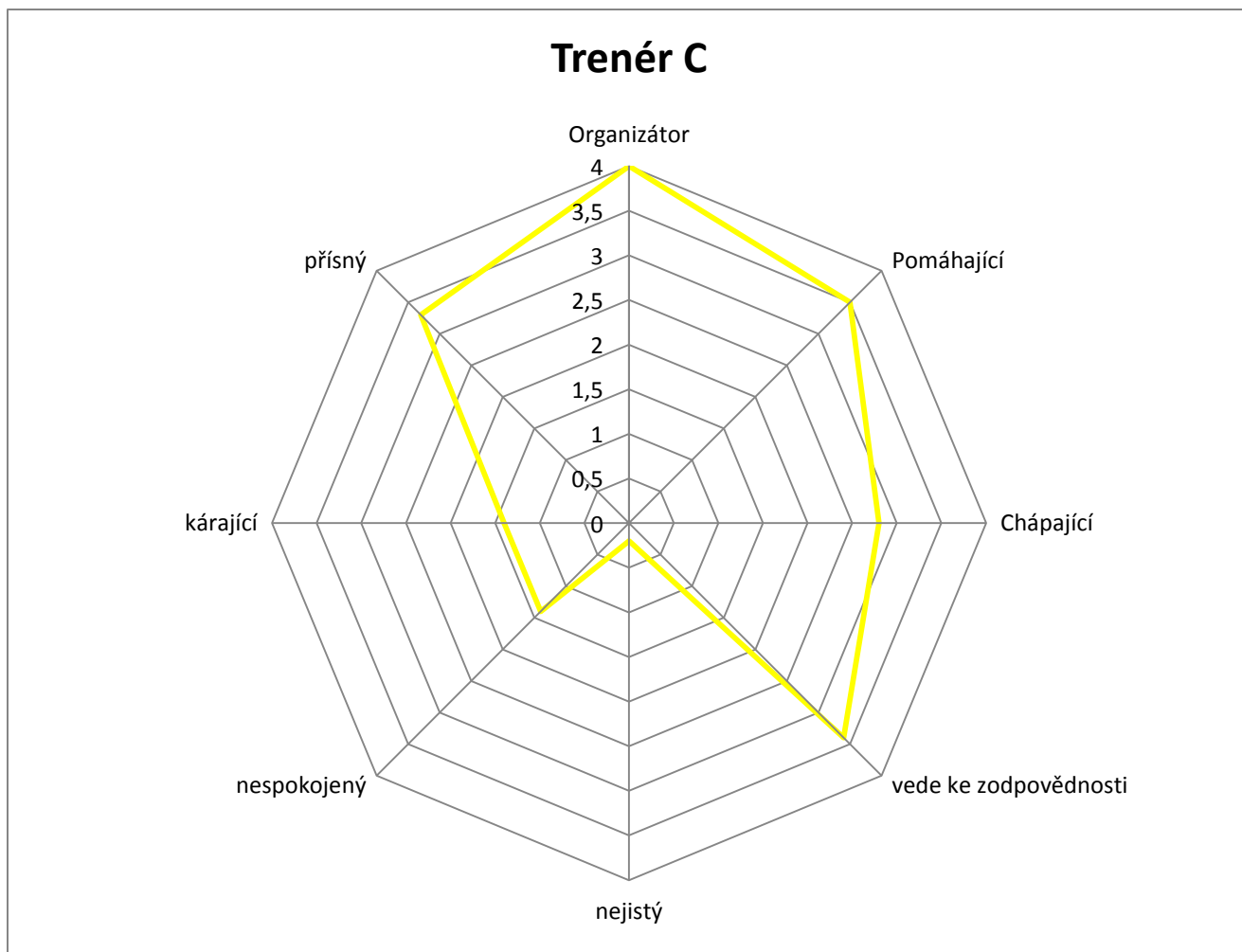
Obrázek č 2. Interakční trenérský styl trenéra A hodnocený z vlastního pohledu (sebereflexe)

Nejvyšší zastoupení v interakčním stylu je dle trenéra A dimenze *Pomáhající*, *chápaající* a *Organizátor*. V menším zastoupení trenéři hodnotí svůj vlastní interakční styl v dimenzi *Nejistý* a *Kárající*.



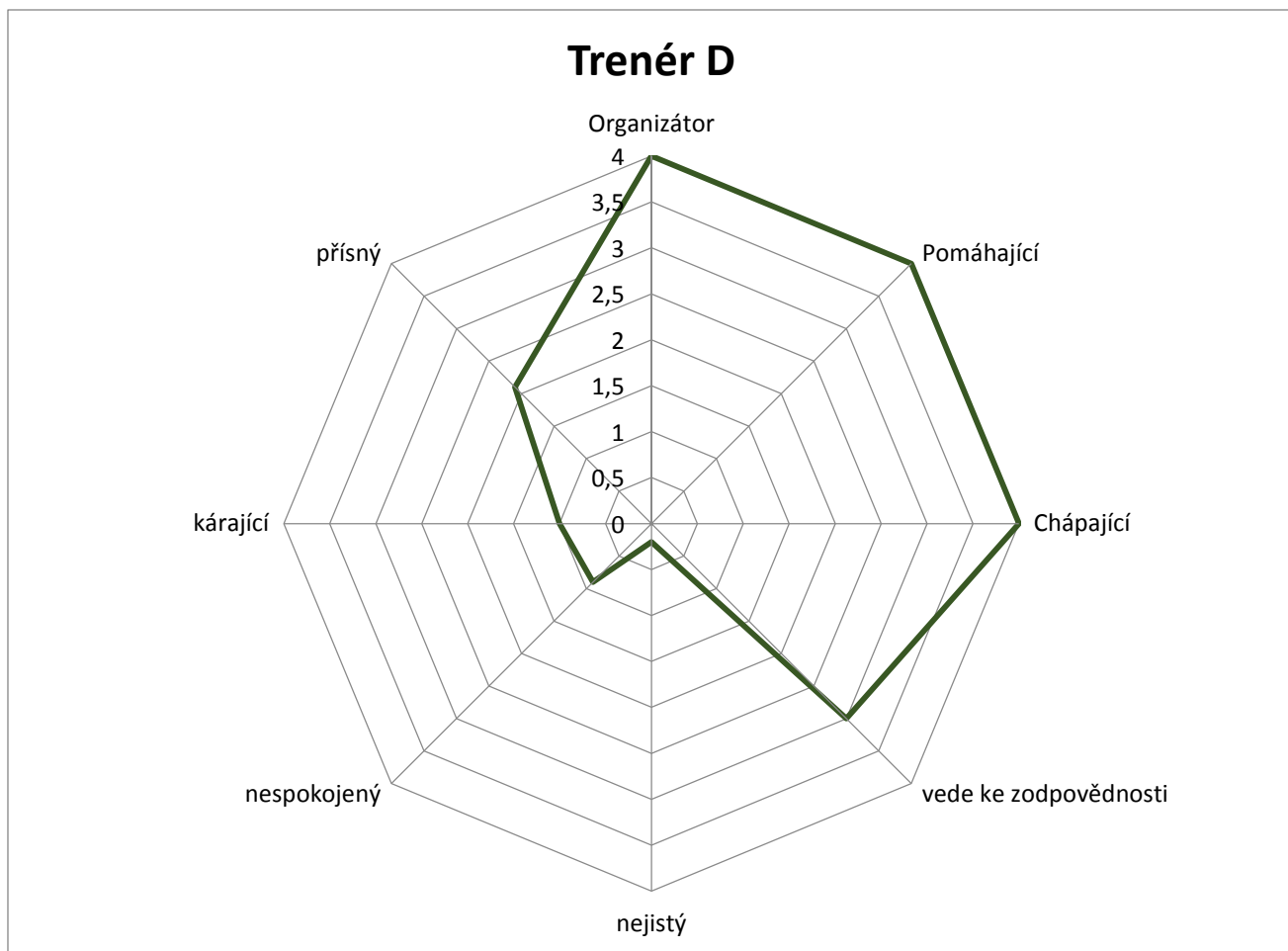
Obrázek č 3. Interakční trenérský styl trenéra **B** hodnocený z vlastního pohledu (sebereflexe)

Výsledek znázorněný v grafu interakčního stylu trenéra **B** ukazuje dominantní dimenzi *Organizátor*. Doplnují ho výraznějšími dimenzemi *Pomáhající*, *Chápající*.. V nejmenší míře je hodnotí svůj vlastní interakční styl v dimenzi *Nejistý*, *Nespokojený*.



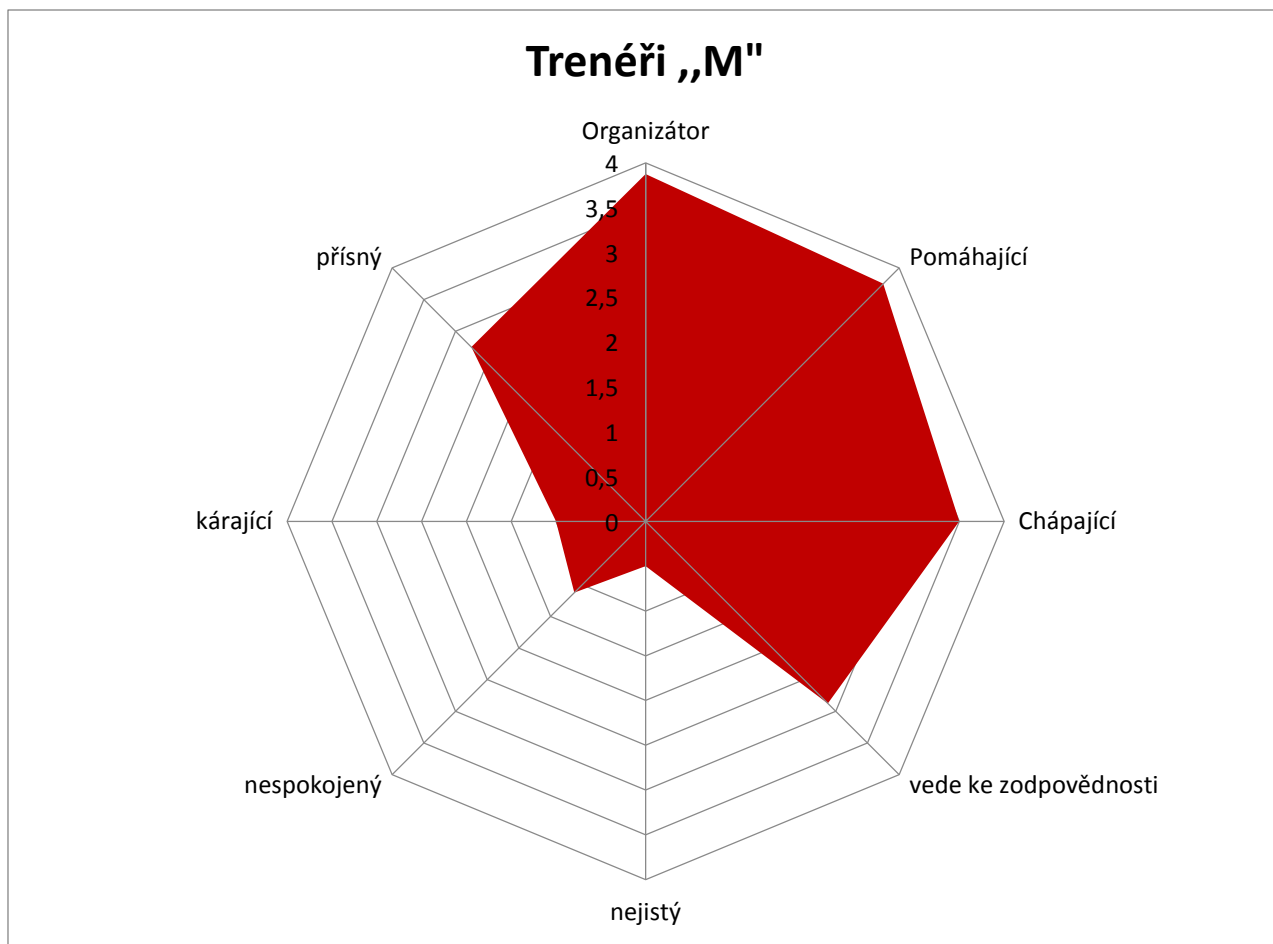
Obrázek č 4. Interakční trenérský styl trenéra C hodnocený z vlastního pohledu (sebereflexe)

Trenér na obrázku č.4. svým sebehodnocením ukazuje, že sám sebe vnímá jednoznačně jako *Organizátora*. Dalšími výraznými dimenzemi, které graf ukazuje, jsou *Pomáhající* a *Vede k zodpovědnosti* a *Přísný*. Nejmenší podíl má zastoupení dimenze *Nejistý*.



Obrázek č 5. Interakční trenérský styl trenéra **D** hodnocený z vlastního pohledu (sebereflexe)

Obrázek č.5. charakterizuje trenéra **D** ve třech dimenzích *Organizátor*, *Pomáhající* a *Chápající* v nejvyšších mírách. Nejnižší zastoupení ze všech dimenzí *Nejistý*. V menší míře interakční trenérský styl trenéra **D** je dotvářen dimenzemi *Kárající*, *Nespokojený*, *Přísný*.



Poznámka M je průměr.

Obrázek č 6. Průměr Interakčního trenérského stylu trenérů: **A, B, C, D**, z vlastního pohledu (sebereflexe).

Graf znázorňuje průměr vnímání interakčního stylu trenérů A,B,C,D, ze svého vlastního pohledu, ve kterém jsou nejvýše zastoupené dimenze *Organizátor*, *Pomáhající* a *Chápající*. Dále pak dle hodnocení *Vede k zodpovědnosti*, *Přísný* a nejméně je zastoupena dimenze *Nespokojený*, *Kárající* a *Nejistý*.

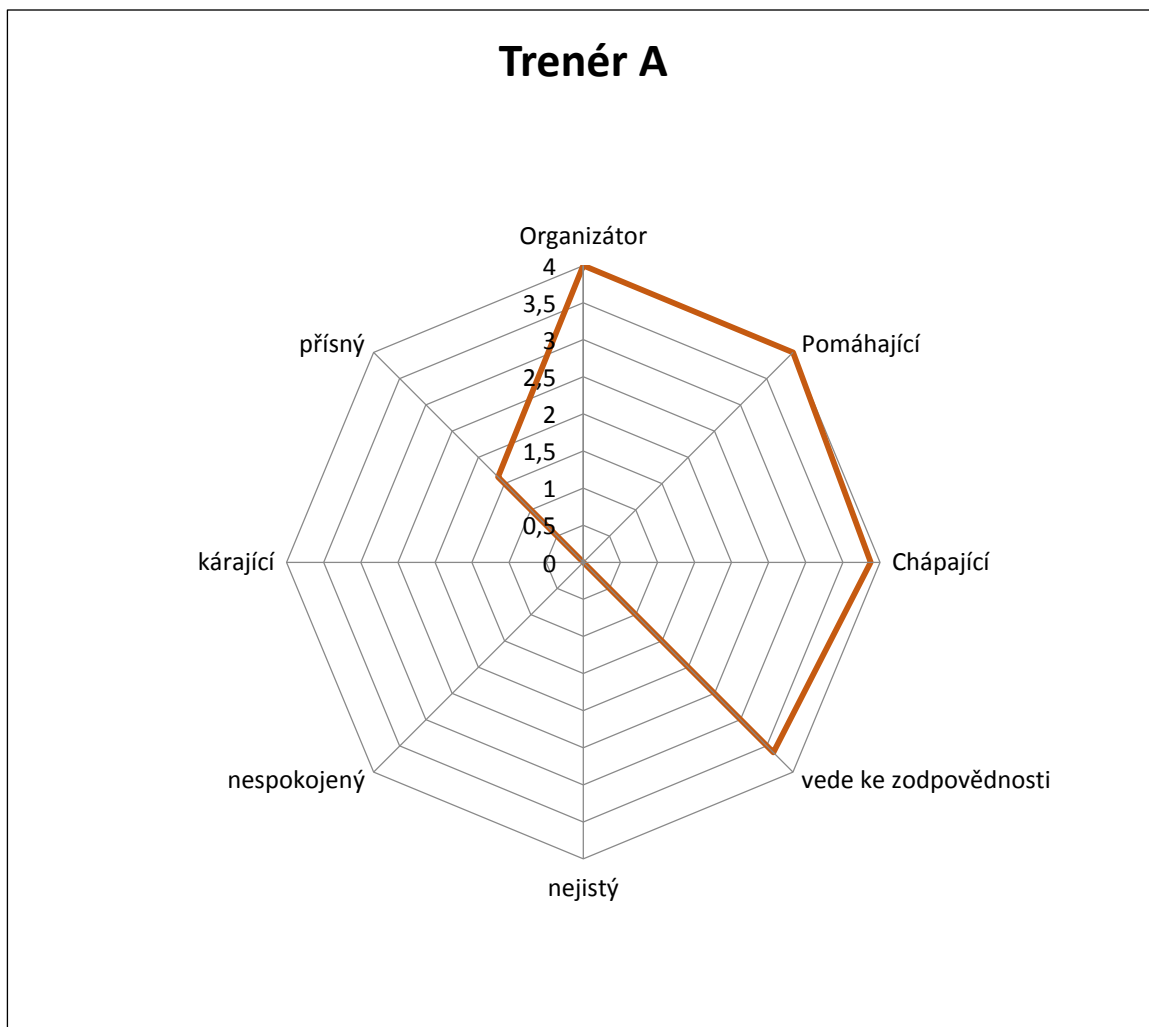
5.2 Výsledky vztahující se k výzkumné otázce č.1.2.

Udávané výsledné hodnoty týkající se této výzkumné otázky, a to jaký je náhled na „ideální“ interakční styl jednotlivých trenérů Boxingu Ostrava, Boxingu Karviná a Boxingu Poruba vybrané sportovní disciplíny, budou prezentovány v tabulce č.6.s hodnotami jednotlivých dimenzí a průměru u všech trenérů. Pro vizuální znázornění budou použity grafy (obrázek 7. až 10.) a graf s celkovou průměrnou hodnotou „ideál“ (obrázek č.11.)

Tabulka č. 6.

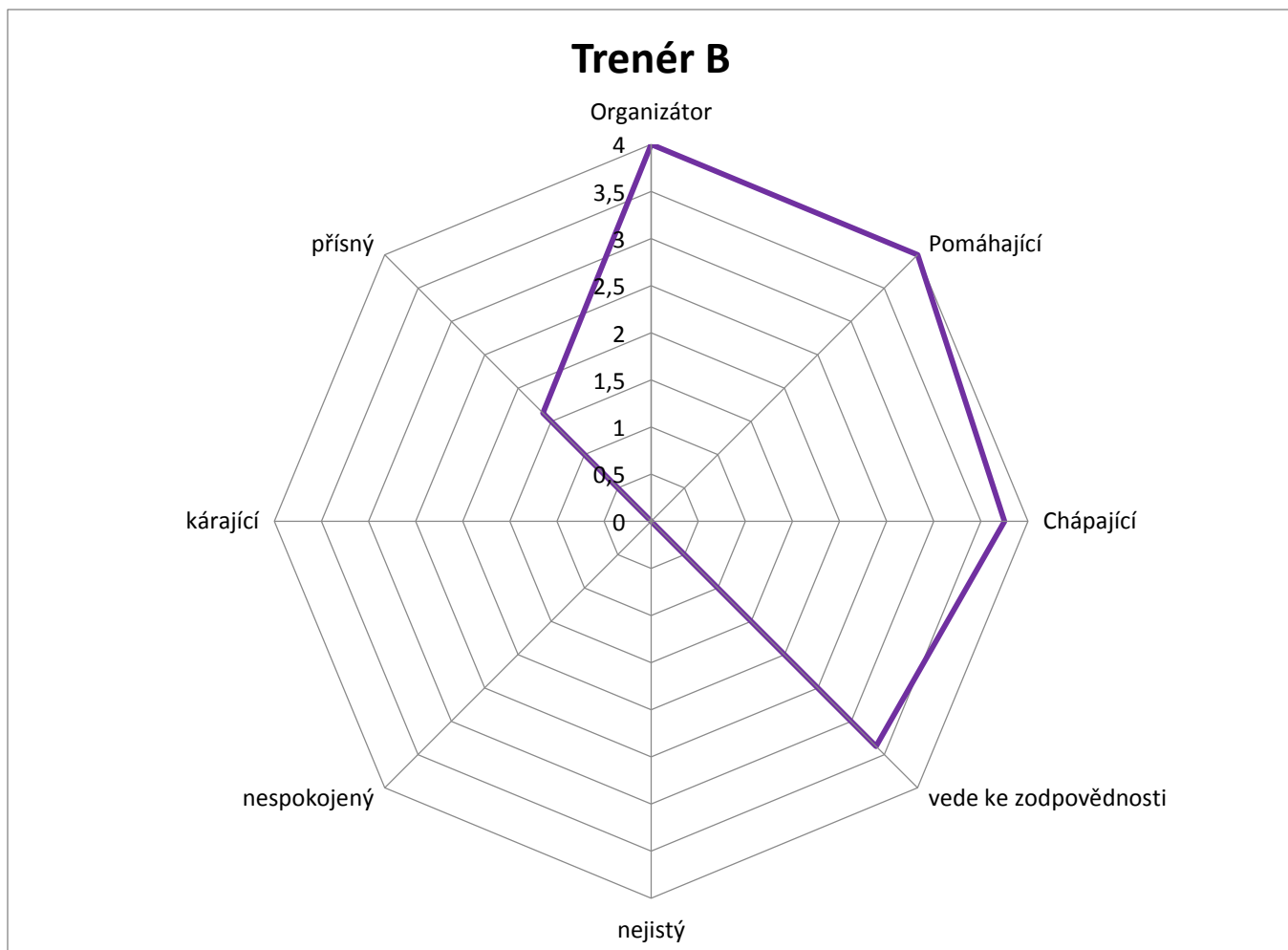
Dimenze	Trenér A	Trenér B	Trenér C	Trenér D	M
Organizátor	4	4	4	4	4
Pomáhající	4	4	4	4	4
Chápající	3,87	3,75	4	2,8	3,6
Vede ke zodpovědnosti	3,62	3,37	3,37	3,87	3,56
Nejistý	0	0	0	0	0
Nespokojený	0	0	0,5	0	0,1
Kárající	0	0	0	0	0
Přísný	1,62	1,62	2,87	1,5	1,90

Poznámka : M je průměr



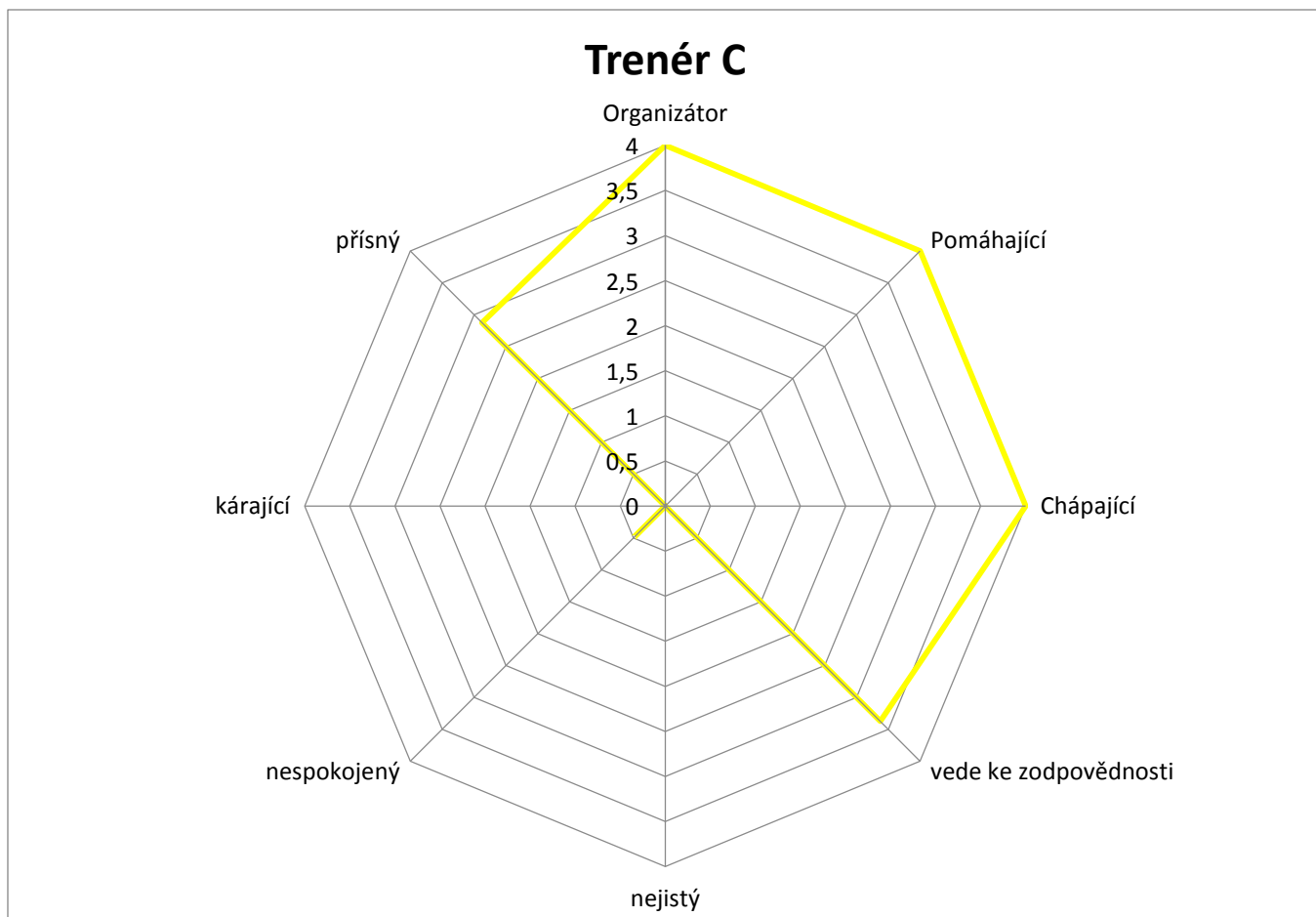
Obrázek č 7. „Ideální“ Interakční trenérský styl trenéra A hodnocený z vlastního pohledu.

Trenér A popisuje svůj ideální trenérský styl příklánějící se v dimenzích *Organizátora, Pomáhajícího, Chápajícího a o něco méně v dimenzi Vede k zodpovědnosti.* V menší míře *Přísný* a v nejmenší míře *Nejistý, Nespokojený, Kárající.*



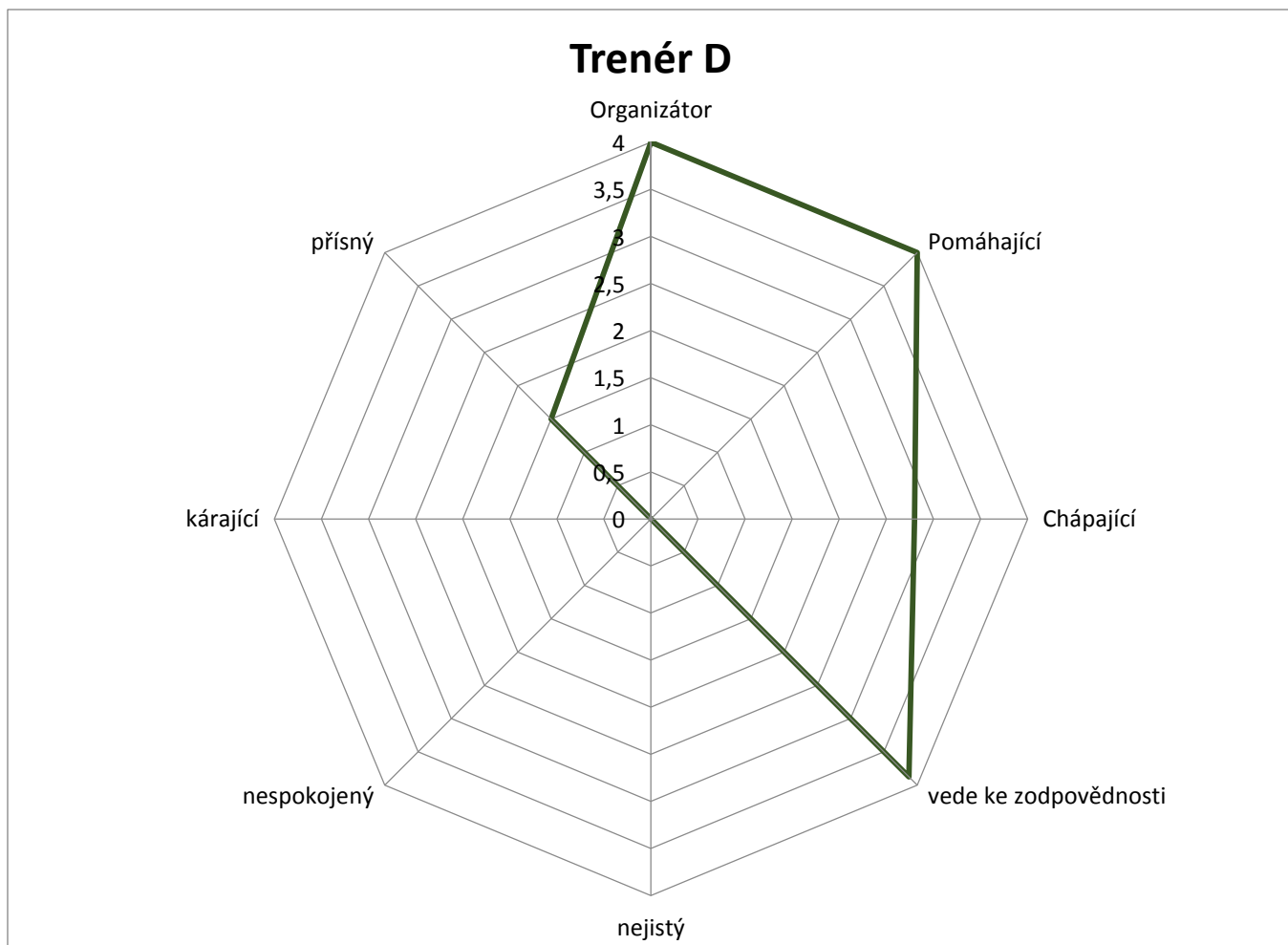
Obrázek č 8. „Ideální“ Interakční trenérský styl trenéra **B** hodnocený z vlastního pohledu.

Vizuálně je vyobrazen graf trenéra **B** s nejsilnějšími dimenzemi *Organizátora*, *Pomáhajícího*, *Chápajícího* a o něco méně v dimenzi *Vede k zodpovědnosti*. V menší míře *Přísný* a v nejmenší míře *Nejistý*, *Nespokojený*, *Kárající*.



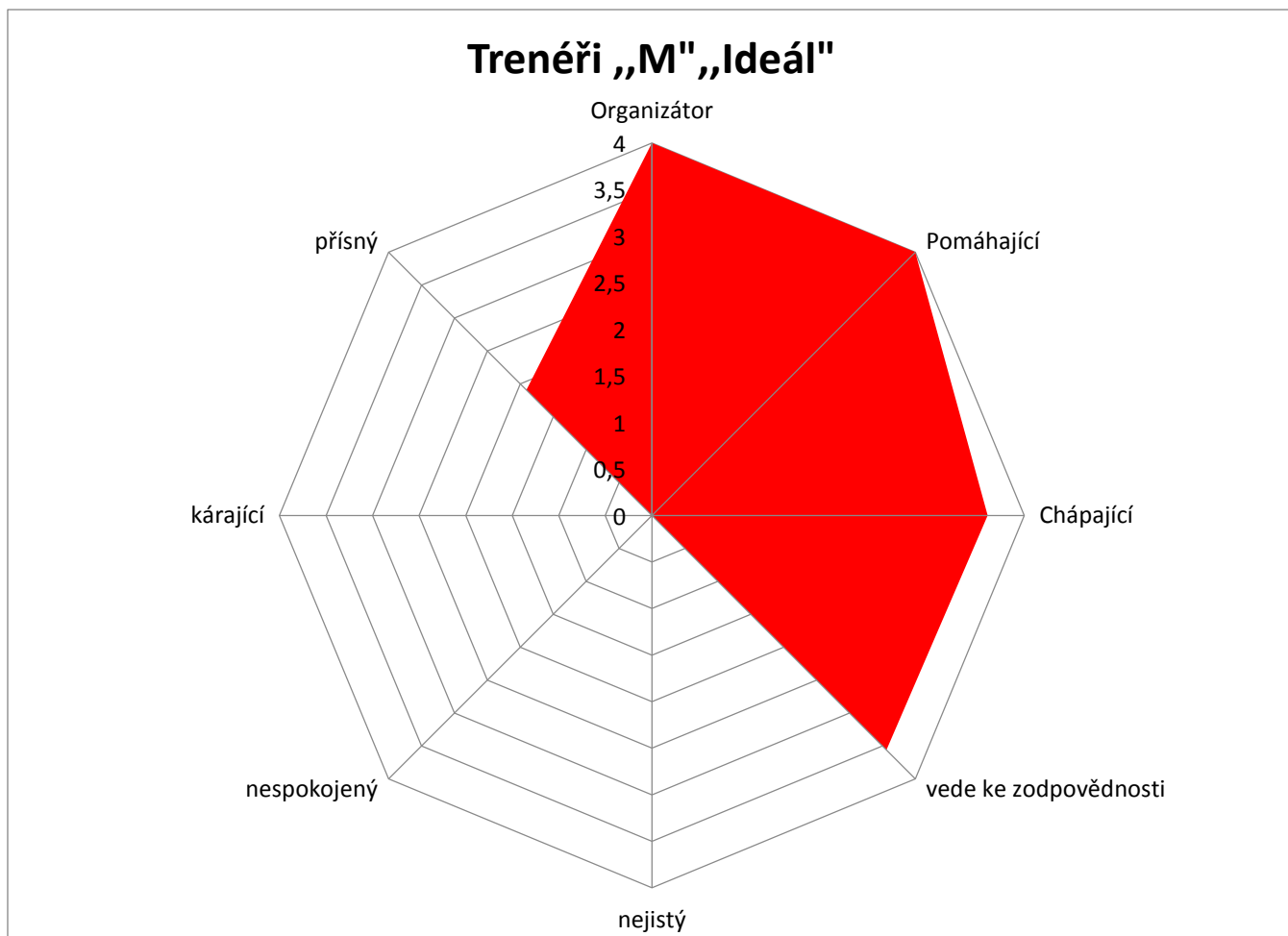
Obrázek č 9. „Ideální“ Interakční trenérský styl trenéra C hodnocený z vlastního pohledu.

V tímto trenérem se v „ideálním pojetí ztotožňují dimenze *Organizátora*, *Pomáhajícího*, *Chápajícího* a o něco méně dimenze *Vede k zodpovědnosti*. V menší míře *Přísný* a v nejmenší míře *Nejistý*, *Kárající*. Lehce je znát dimenze *Nespokojený*.



Obrázek č 10. „Ideální“ Interakční trenérský styl trenéra **D** hodnocený z vlastního pohledu.

U trenéra **D** z pohledu „ideálu“ je nejvyšší míře zastoupena dimenze *Organizátora*, *Pomáhajícího*, *Vede k zodpovědnosti*, ustupuje dimenze *Chápající* a celkem výrazná je dimenze *Přísný*, přičemž nulová je *Nespokojený*, *kárající*.



Poznámka M je průměr.

Obrázek č 11. Průměr výsledků dle „ideálního“ interakčního stylu trenérů: **A, B, C, D**, z vlastního pohledu trenérů.

Z tohoto grafu je zřejmé, že podle „ideálního“ interakčního stylu zúčastněných trenérů se trenéři přiklánějí k dimenzi *Organizátora*, *Pomáhajícího*, o něco méně k *Chápající* a k dimenzi *Vede k zodpovědnosti*. Nulová je dimenze *Kárající*, *Nejistý*, *Nespokojený*.

5.3 Výsledky vztahující se k výzkumné otázce č.2.1.

Interakční styl z pohledu sportovců bude v této kapitole zobrazen v tabulce s hodnotami, kdy bude jednotlivě každého ze čtyř trenérů hodnotit 5 sportovců (boxérů, tabulka č. 6.) ,které budou zprůměrovány do jednoho čísla a do osmi dimenzí a celkového průměru (tabulka č.7.) Dále budou hodnoty znázorněny v jednotlivých grafech (obrázky 12-15) s pohledy na interakční styl trenérů z pohledu sportovců. Poslední graf v této kapitole bude zaměřen na celkový průměr pohledu všech sportovců na interakční styl všech trenérů (obrázek č.16).

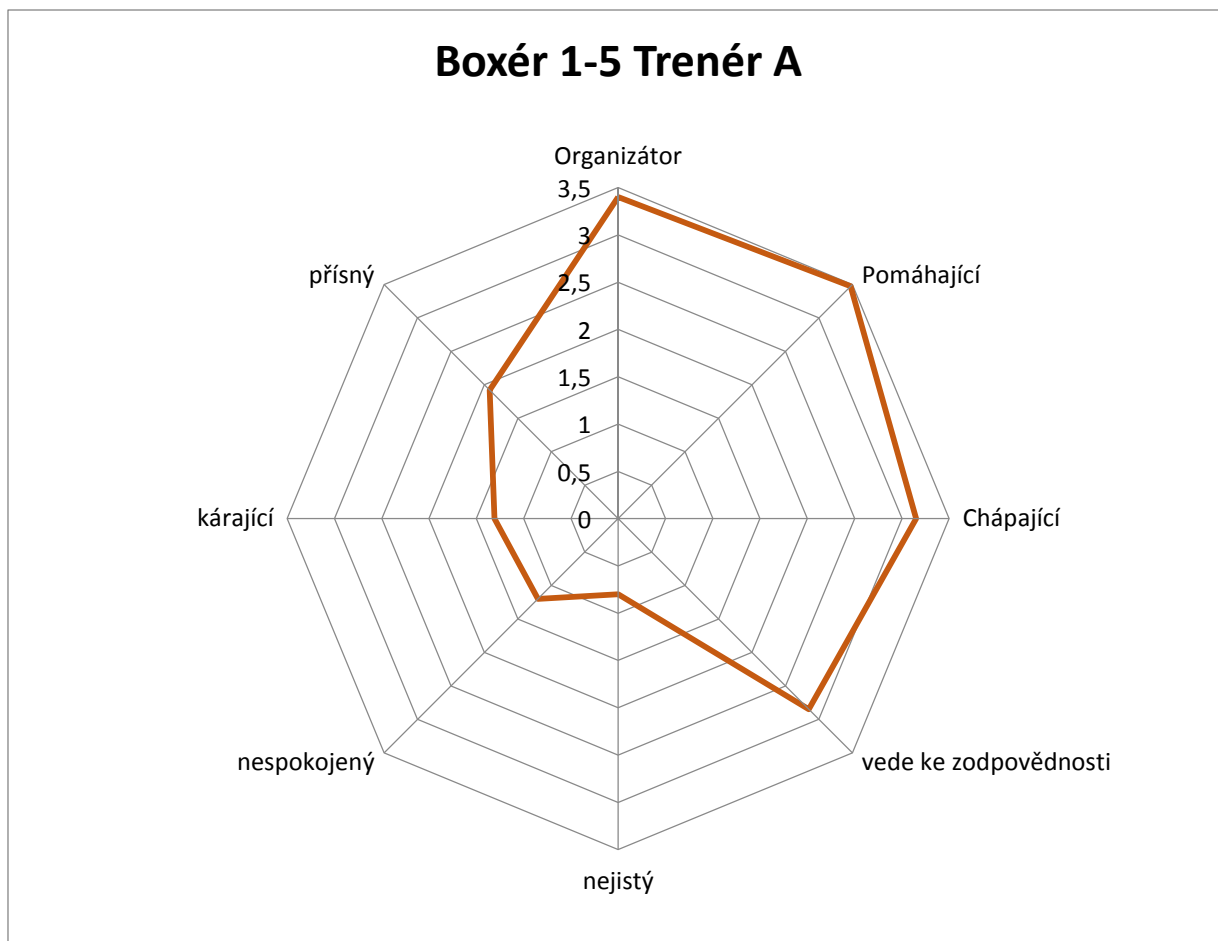
Tabulka č.6.

Trenéra A – Boxér 1 – 5	Trenéra C – Boxér 11- 15
Trenéra B – Boxér 2 – 10	Trenéra D – Boxér 16- 20

Tabulka č.7.

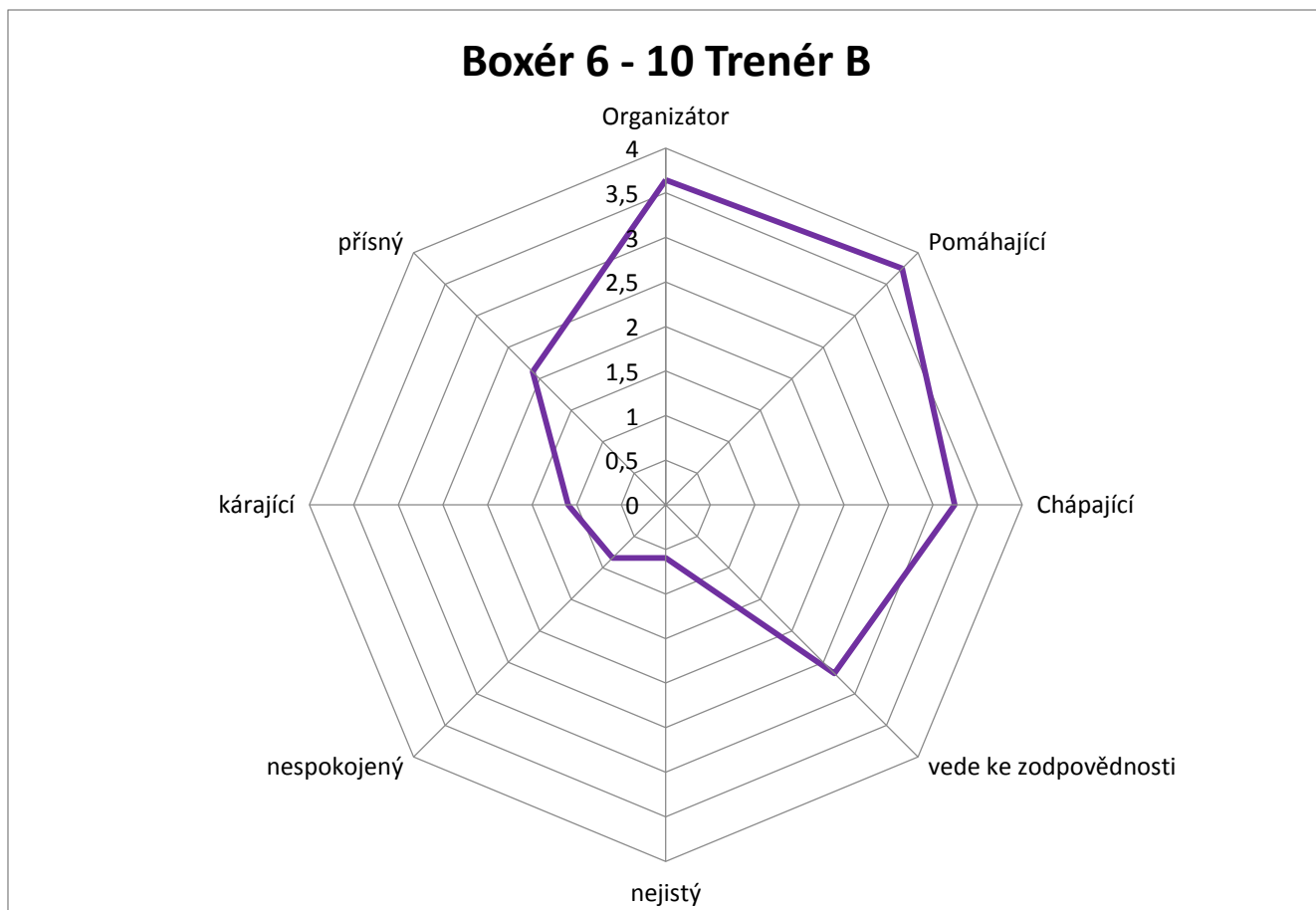
Dimenze	Trenér A Boxér 1-5	Trenér B Boxér - 10	Trenér C Boxér 11- 15	Trenér D Boxér 16-20	M
Organizátor	3,4	3,57	3,82	3,77	3,64
Pomáhající	3,47	3,77	3,85	3,9	3,75
Chápající	3,15	3,22	3,01	3,57	3,24
Vede ke zodpovědnosti	2,85	2,25	3,05	2,55	2,67
Nejistý	0,79	0,68	0,33	0,56	0,59
Nespokojený	1,2	0,42	1,32	0,42	0,84
Kárající	1,30	0,68	1,70	0,68	1,09
Přísný	1,92	1,77	3,05	1,7	2,11

Poznámka : M je průměr



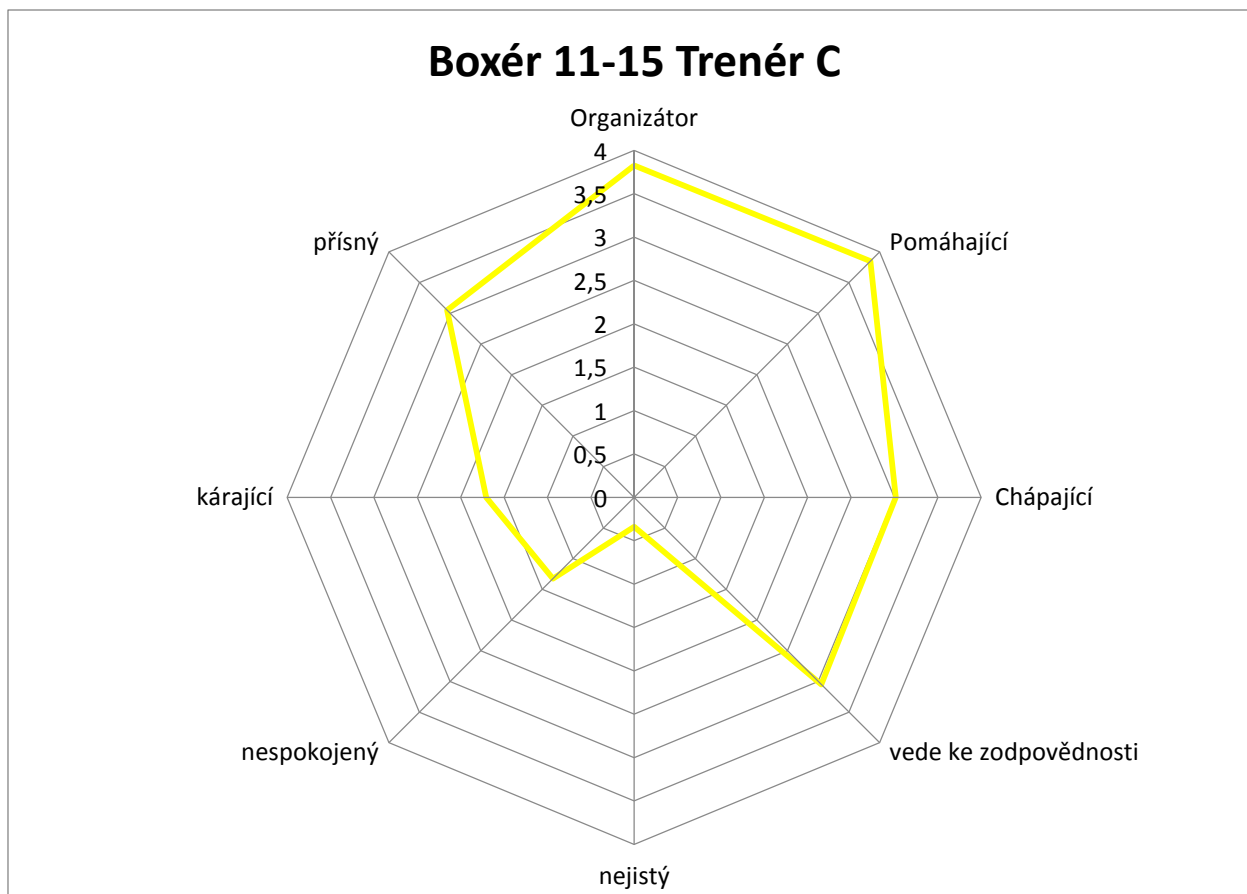
Obrázek č. 12. Interakční trenérský styl z pohledu boxérů 1- 5 hodnotící trenéra **A**.

Výsledek interakčního stylu v tomto grafu znázorňuje nejvyšší příklonění z pohledu boxérů 1-5 k dimenzím *Pomáhající*, *Organizující*, *Chápající*. O něco méně pak k dimenzi *Vede k zodpovědnosti*. Opačné hodnoty byly zjištěny *Nejistý*, *Nespokojený*, *Kárající*. Dimenze *Přísný* má v celkové škále poloviční hodnotu.



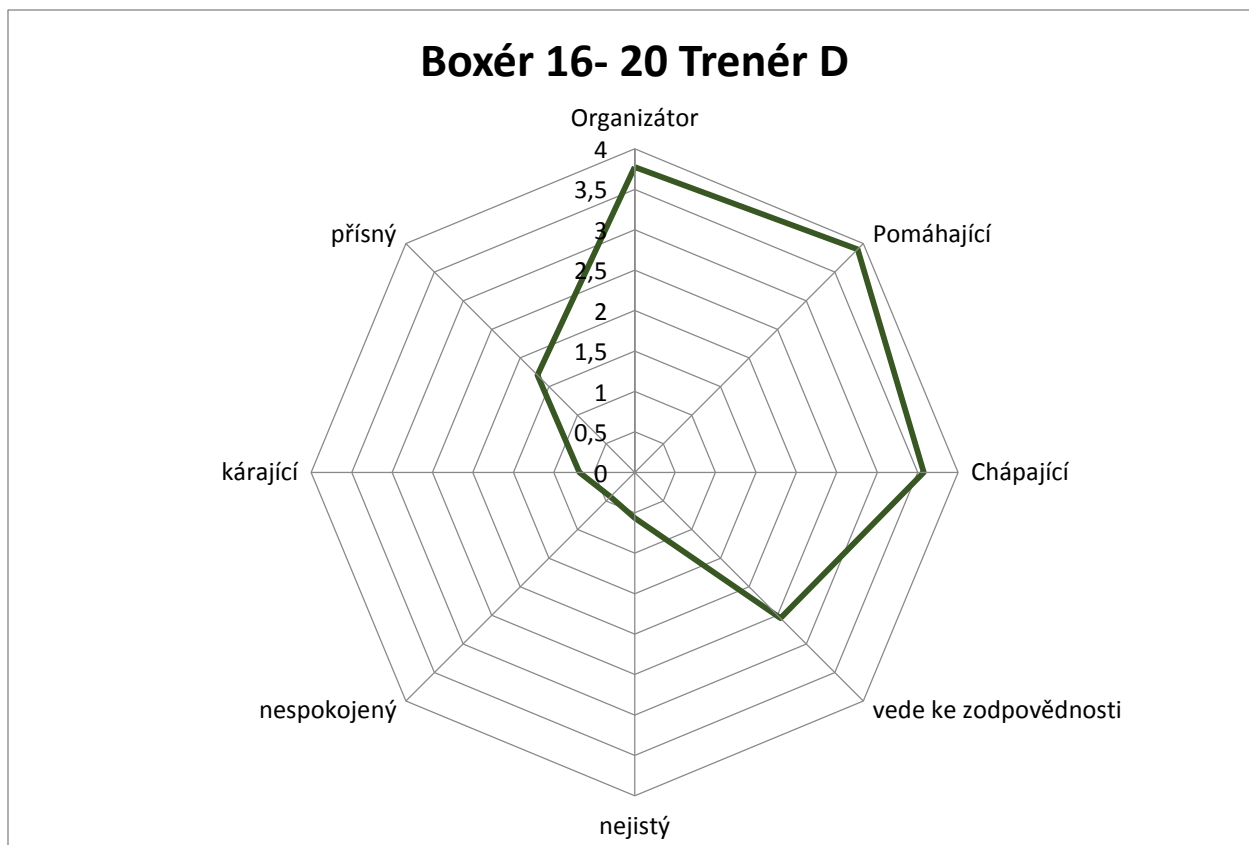
Obrázek č. 13. Interakční trenérský styl z pohledu boxérů 6- 10 hodnotící trenéra **B**.

Graf ukazuje nejvyšší přihlídnutí k zúčastněným boxérům pod čísly 6 - 10 u Trenéra **B**, v největší míře dimenze *Pomáhající*, *Organizátor*, těsně za nimi pak dimenze *Chápající* *Vede ke zodpovědnosti* a *Přísný* a nejméně zastoupená je dimenze *Nejistý*.



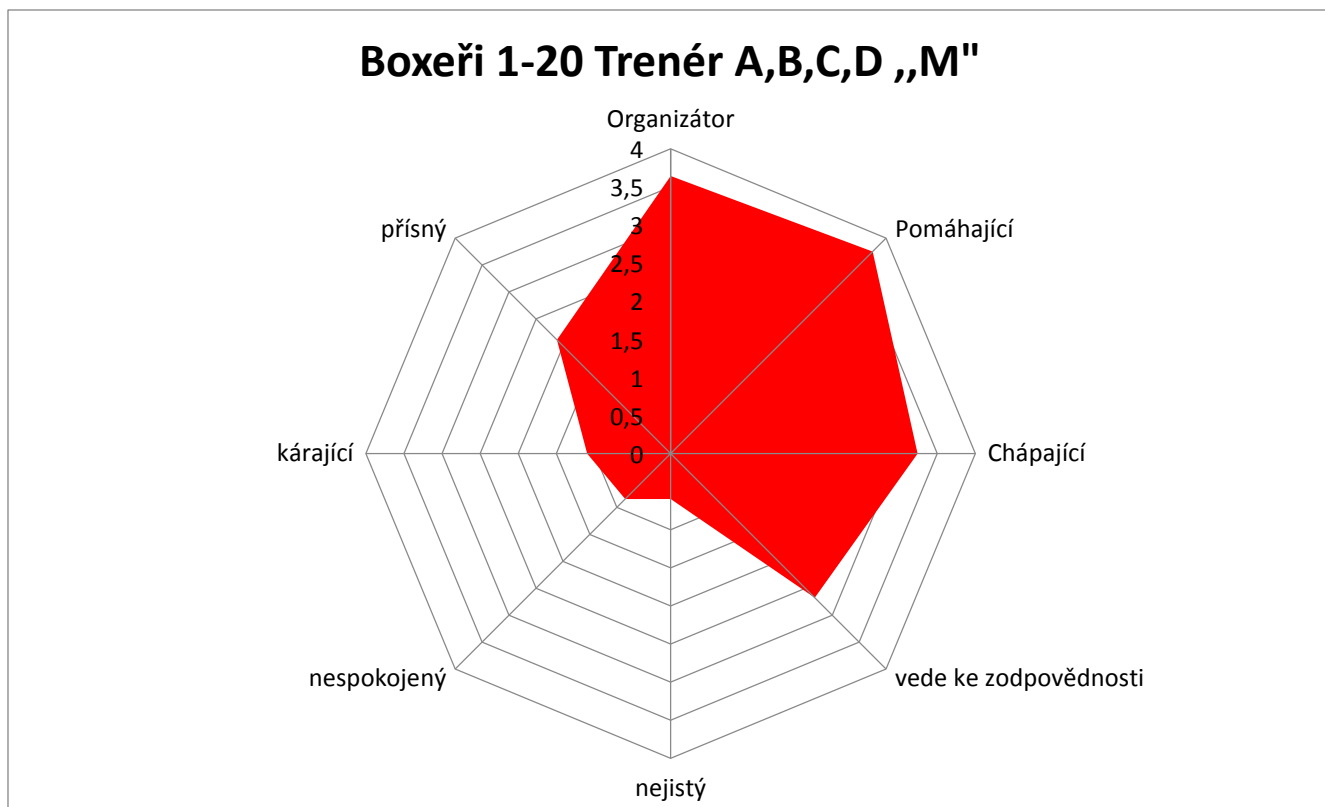
Obrázek č. 14. Interakční trenérský styl z pohledu boxérů 11- 15 hodnotící trenéra C.

Z obrázku č.13 vyplývá, že při hodnocení interakčního stylu trenéra C se boxéři 11-15 poklání k dimenzím Organizátor, Pomáhající. V posouzení nezaostávají ani dimenze Příkladný, Chápající a Vede k zodpovědnosti a nejméně posuzují Trenéra C jako nejistého.



Obrázek č. 15. Interakční trenérský styl z pohledu boxérů 16- 20 hodnotící trenéra **D**.

Boxéři 16-20 hodnotí trenéra **D** v interakčním stylu jako *Pomáhajícího*, poté téměř ve stejném průměru *Organizátor a Chápající*. V nižších sférách je hodnocení u dimenzí *Nejistý, Nespokojený, Kárající*.



Poznámka M je průměr

Obrázek č 16. Průměr Interakčního trenérského stylu trenérů: **A, B, C, D**, z pohledu boxerů 1-20.

Graf znázorňuje průměr vnímání interakčního stylu trenérů **A,B,C,D**, z pohledu všech zúčastněných 20 boxerů, ve kterém jsou nejvýše zastoupené dimenze *Pomáhající*, *Organizátor*, dále pak *Chápající*. Dále pak dle vysoce hodnocena dimenze *Vede k zodpovědnosti*, již méně *Přísný* a nejméně je zastoupena dimenze *Nespokojený*, *Kárající* a *Nejistý*.

5.4 Výsledky vztahující se k výzkumné otázce č.2.2.

Udávané výsledné hodnoty týkající se této výzkumné otázky, a to jaký je náhled na „ideální“ interakční styl jednotlivých trenérů z pohledu sportovců Boxingu Ostrava, Boxingu Karviná a Boxingu Poruba vybrané sportovní disciplíny, budou prezentovat sportovci, kdy bude jednotlivě každého ze čtyř trenérů hodnotit 5 sportovců (tabulka č.8.) Zprůměrované hodnoty a celková průměrná hodnota ve všech dimenzích je znázorněna v tabulce č. 9. Pro vizuální znázornění budou použity grafy (obrázek 17. až 20.) a graf s celkovou průměrnou hodnotou „ ideálního“ interakčního stylu z pohledu sportovců (obrázek č.21).

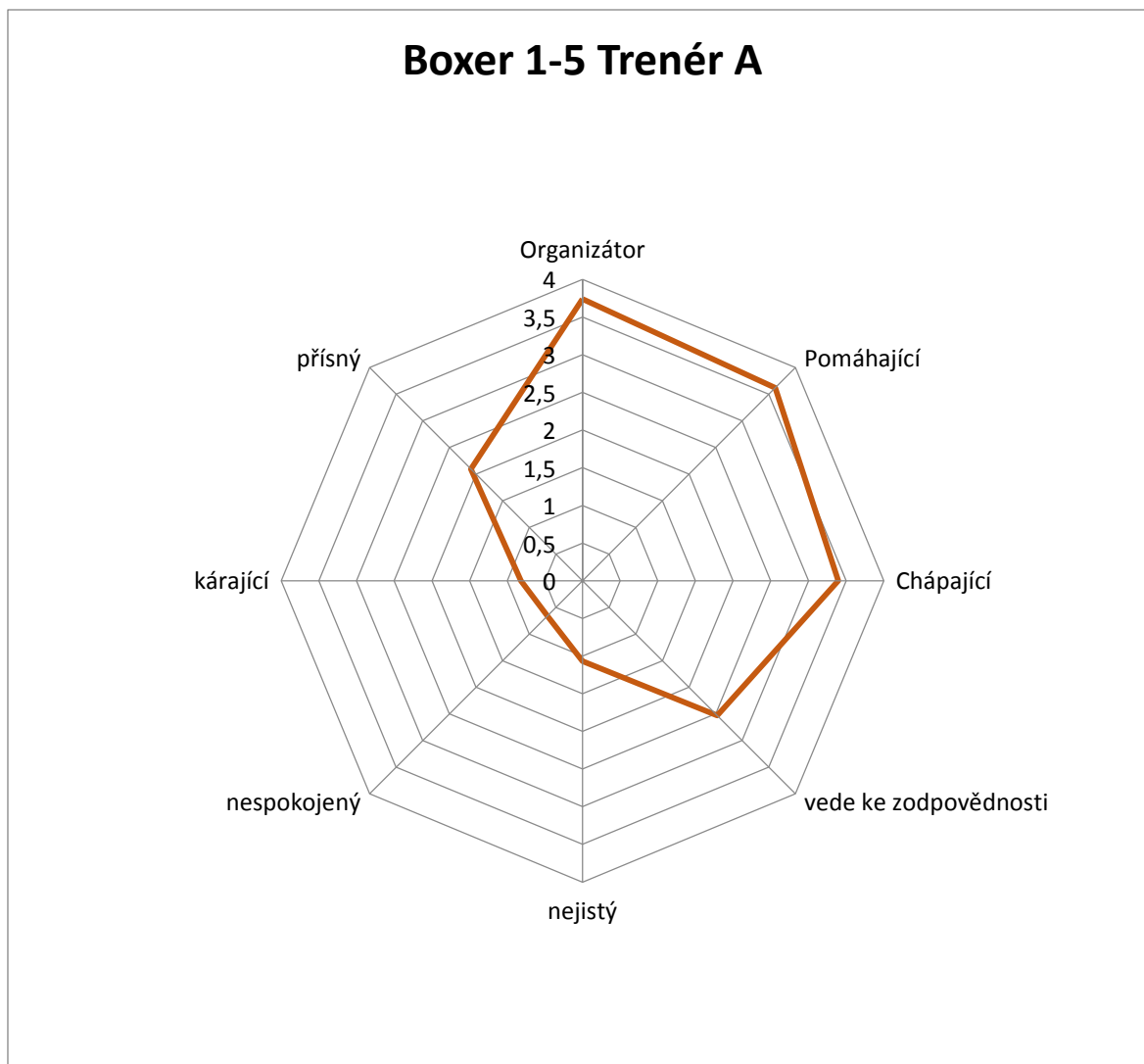
Tabulka č.8.

Trenéra A – Boxér 1 – 5	Trenéra C – Boxér 11- 15
Trenéra B – Boxér 2 – 10	Trenéra D – Boxér 16- 20

Tabulka č.9.

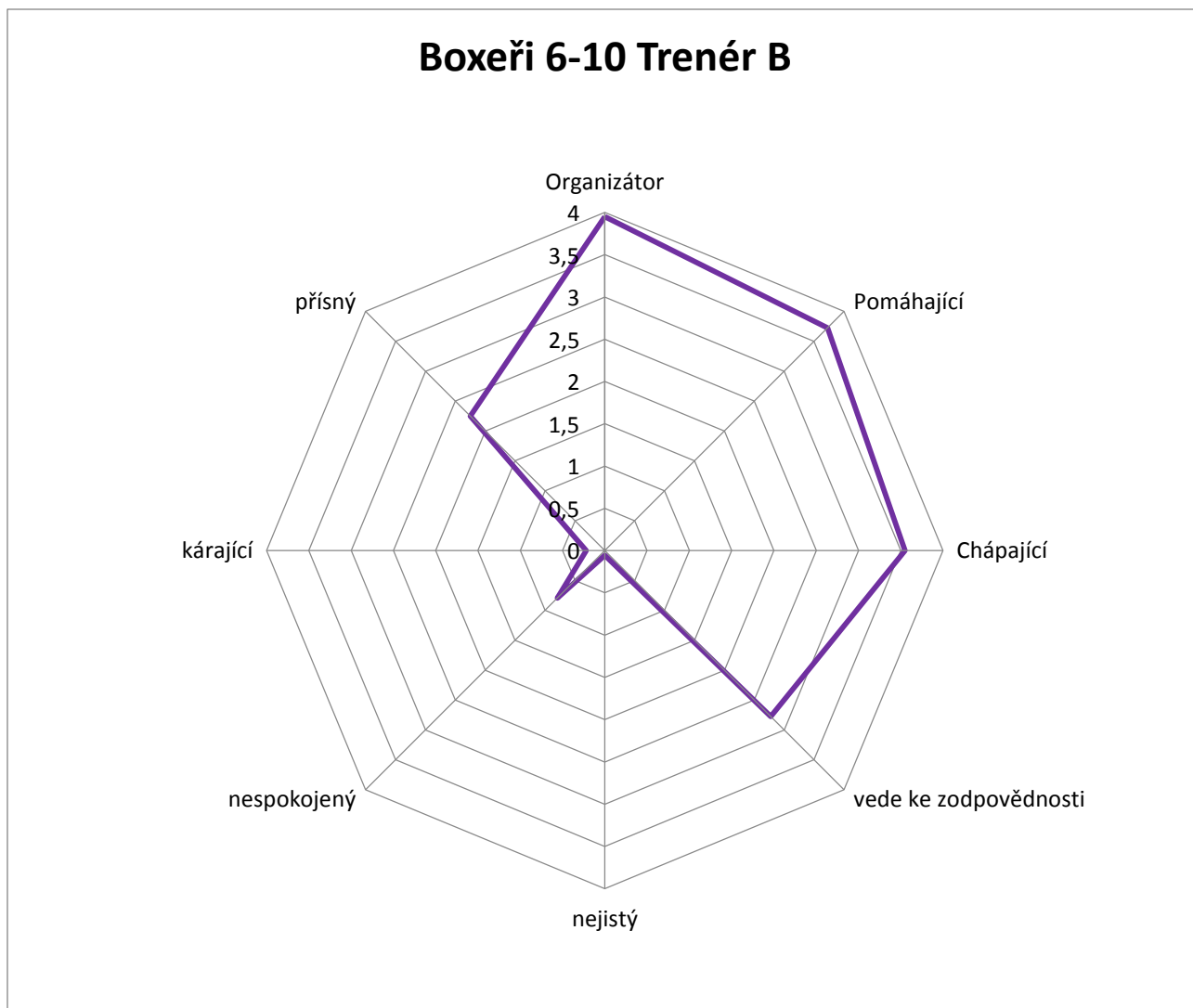
Dimenze	Trenér A Boxér 1-5	Trenér B Boxér 6- 10	Trenér C Boxér 11- 15	Trenér D Boxér 16-20	M
Organizátor	3,73	3,95	3,87	4	3,89
Pomáhající	3,62	3,72	3,92	3,92	3,79
Chápající	3,39	3,55	3,87	3,75	3,64
Vede ke zodpovědnosti	2,53	2,77	3,01	2,83	2,78
Nejistý	1,06	0,05	0,25	0,35	0,59
Nespokojený	0,66	0,79	0,44	0,35	0,56
Kárající	0,81	0,22	0,35	0,15	0,38
Přísný	2,09	2,25	1,95	1,9	2,05

Poznámka : M je průměr



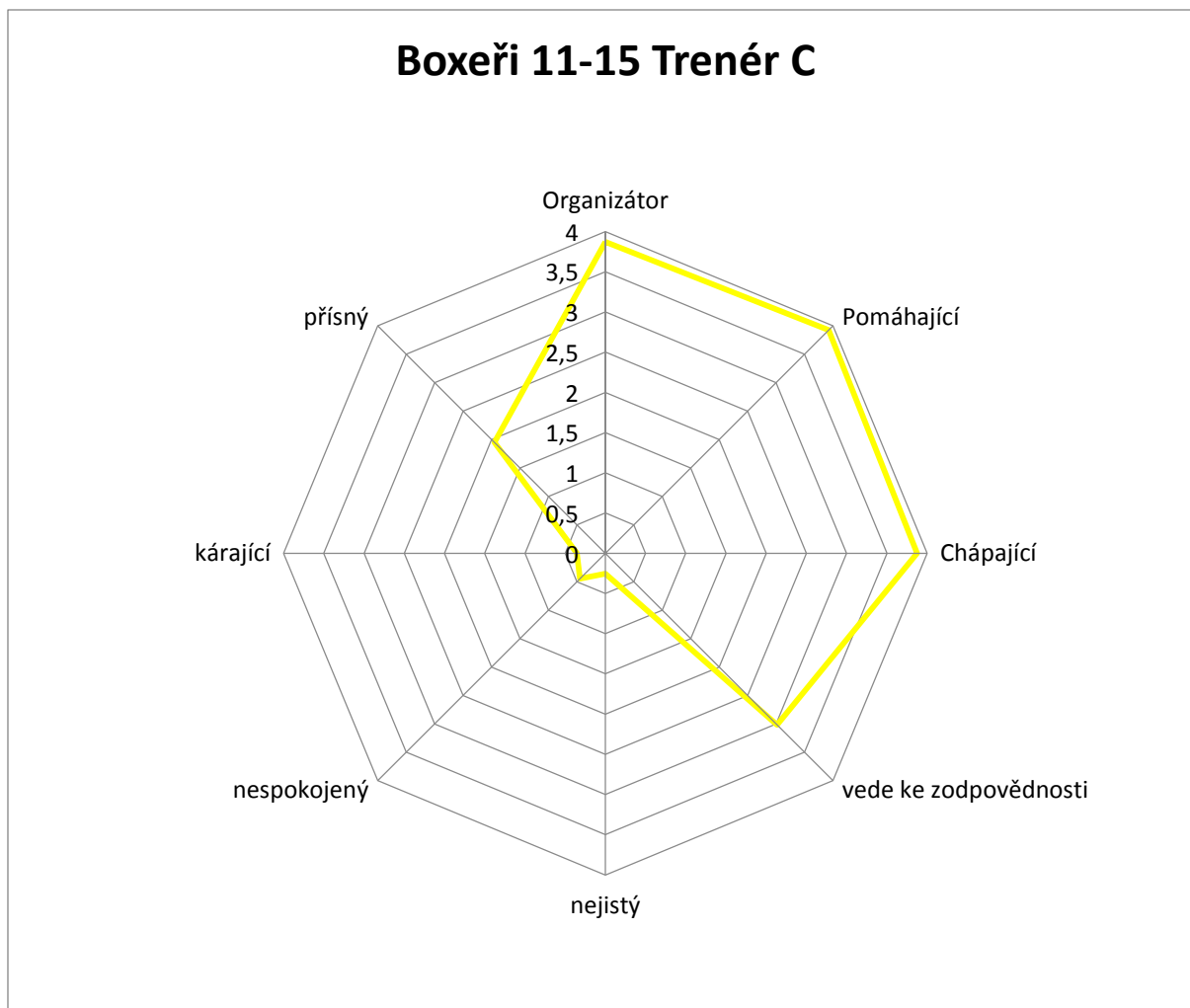
Obrázek č 17. „Ideální“ Interakční trenérský styl trenéra A hodnocený z pohledu sportovců.

Hodnoty v grafu (obrázku č. 17.) naznačují „ideální“ pohled na interakční styl, který je z pohledu sportovců (boxerů 1-5) a ve které vidí ideální přístup v dimenzích Organizátor, Pomáhající, Chápající a nejmenší hodnoty vnímají sportovci v dimenzích Nejistý a Nespokojený, Kárající. Dimenze Přísný a Vede k ke zodpovědnosti jsou v polovičním stupni škály.



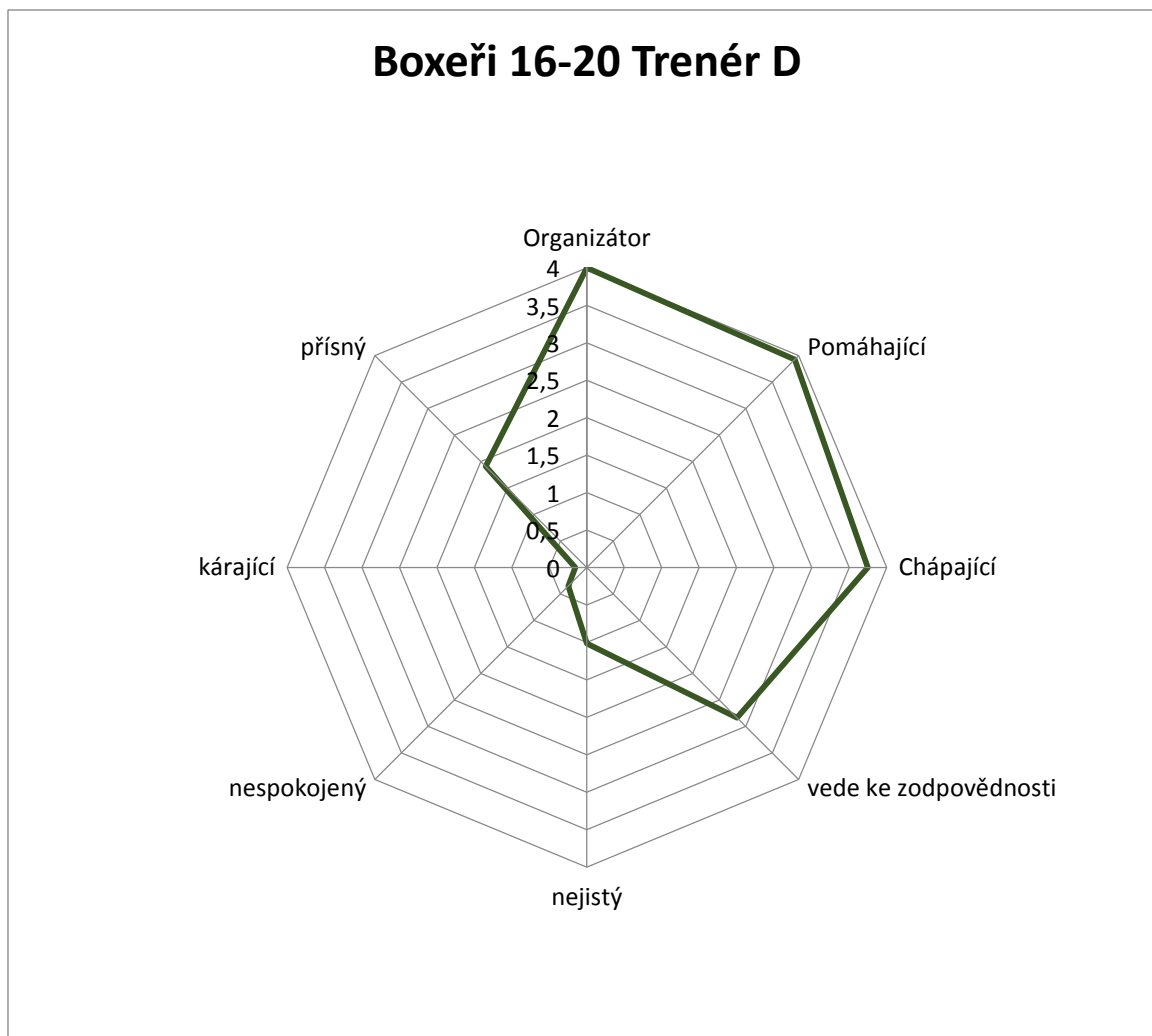
Obrázek č 18. „Ideální“ Interakční trenérský styl trenéra **B** hodnocený z pohledu sportovců.

Hodnoty v grafu (obrázku č. 18.) vyznačují „ideální“ pohled na interakční styl, který je z pohledu sportovců (boxerů 6-10) a ve které vidí ideální přístup nejvíce v dimenzích Organizátor, postupně klesajícím příkloněním k dimenzím Pomáhající, Chápající, Vede k zodpovědnosti a Přísný. Mírně se přiklání k dimenzi Nespokojený a nejméně pak k Nejistý, kárající.



Obrázek č 19. „Ideální“ Interakční trenérský styl trenéra C hodnocený z pohledu sportovců

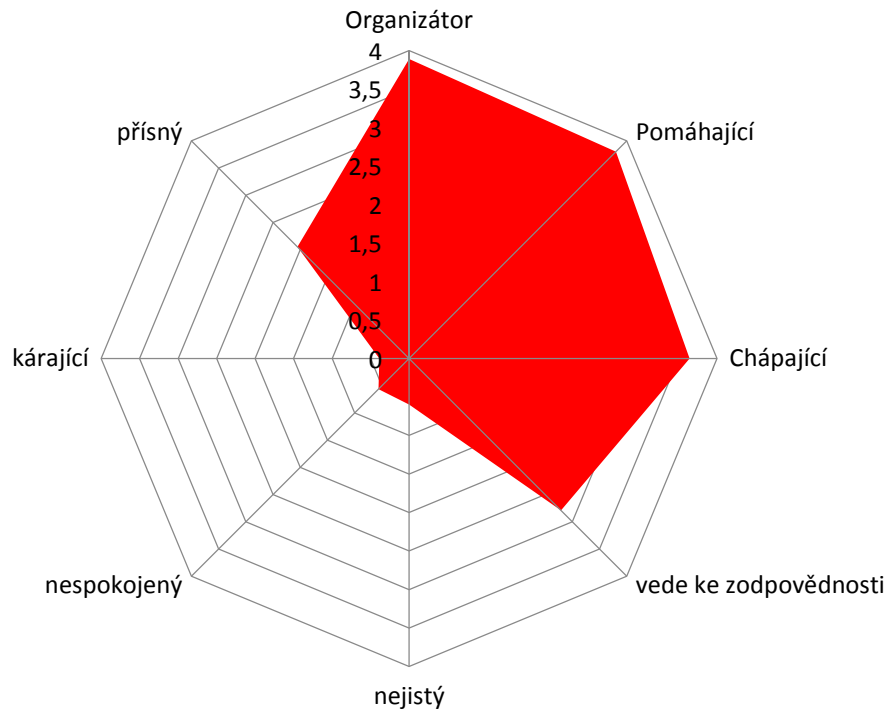
Graf s pohledem sportovců (boxerů 11-15) naznačuje téměř nejvyšší možné příklonění k dimenzím *Organizátor*, *Pomáhající*, *Chápající*. *Nejistý*, *Nespokojený*, *Kárající* je v nízkých číslech a *Přísný* by podle sportovců v tomto grafu měli trenéři být „ideálně“ někde v polovině hodnot.



Obrázek č 20. „Ideální“ Interakční trenérský styl trenéra **D** hodnocený z pohledu sportovců.

Graf s pohledem sportovců (boxerů 16-20) vykazuje podobnost s grafem předešlým, kdy je téměř nejvyšší možné přiklonění k dimenzím *Organizátor*, *Pomáhající*, *Chápající*. *Hodnota Nejistý* je v tomto případě vyšší. *Nespokojený*, *Kárající* v nízkých číslech a *Přísný* by podle sportovců v tomto grafu měli trenéři být „ideálně“ někde v polovině hodnot.

Boxeři 1-20 Trenér A,B,C,D „M“



Poznámka M je průměr.

Obrázek č 21. Průměr „ideálního“ Interakčního trenérského stylu trenérů: **A, B, C, D**, z pohledu boxerů 1-20.

V tomto vizuálním hodnocení všech trenérů A,B,C,D, všemi boxery, který je zasazeno v jednu grafu je opět znát dominance dimenze *Organizátor* s postupně upadajícími hodnotami *Chápající*, *Vede ke zodpovědnosti* a *Přísný*. Nejnížší hodnoty jsou zaznačeny u dimenzí *Nejistý*, *Nespokojený* a *Kárající*.

5.5 Výsledky vztahující se k výzkumné otázce č. 3. 1.

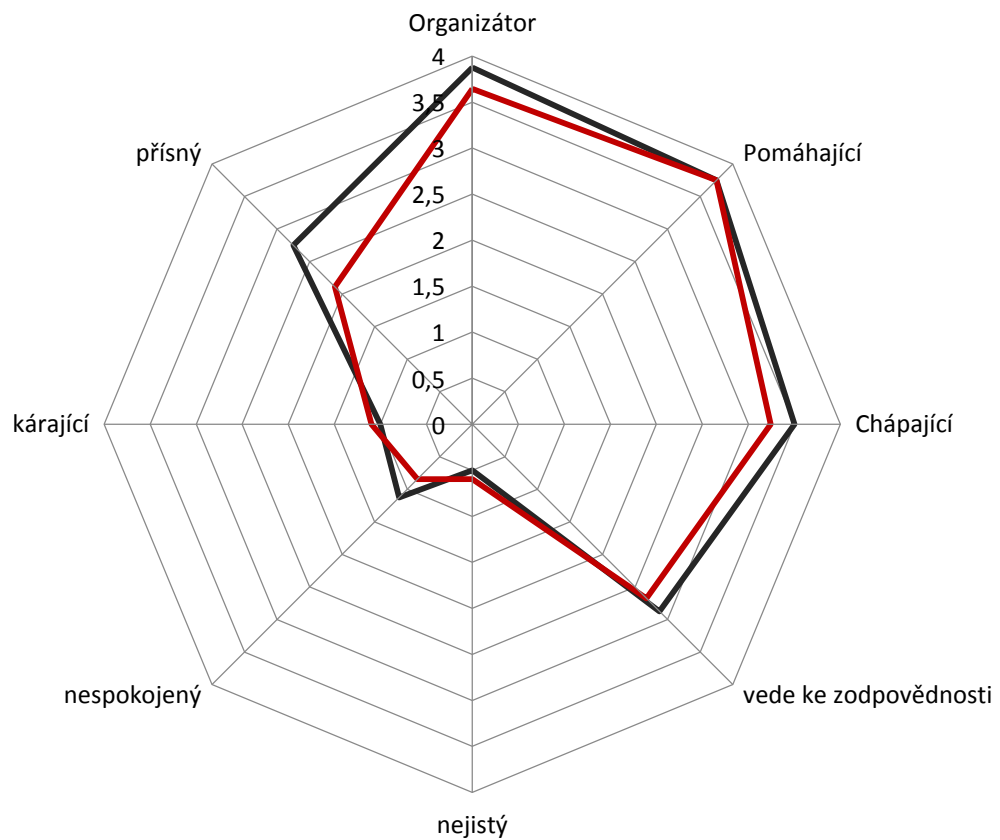
Udávané výsledné hodnoty týkající se této výzkumné otázky, a to jak se liší interakční styl všech zúčastněných trenérů s pohledem interakčního stylu na své trenéry všemi zúčastněnými boxery. Hodnoty průměrných výsledků sebereflexe trenérů A,.B,C,D a pohledu boxerů 1-20 budou vyobrazeny v tabulce č.10 a vizuálně srovnány v grafu (obrázek č.22).

Tabulka č.10.

Dimenze	Trenéři Seberefexe „M“	Boxeři 1-20 „M“
Organizátor	3,87	3,64
Pomáhající	3,75	3,75
Chápající	3,5	3,24
Vede ke zodpovědnosti	2,87	2,67
Nejistý	0,5	0,59
Nespokojený	1,12	0,84
Kárající	1	1,09
Přísný	2,75	2,11

Poznámka : M je průměr

Trenéři A,B,C,D - Boxeři 1-20



Obrázek č.22. Porovnání Interakčního trenérského stylu trenérů A,B,C,D s pohledem boxerů 1-20.

Poznámka : M je průměr

Trenéři Seberefexe „M“

Boxeři 1-20 „M“

Z grafu je zřejmé, že odlišnosti v dimenzích, které hodnotili jak Trenéři A,B,C,D ze svého pohledu a boxeři 1-20 nejsou tak znatelné. Mírné odlišnosti můžeme najít v dimenzích Přísný a nespokojený, kdy se k těmto dimenzím přiklánějí spíše v malých odlišnostech boxeři 1-20.

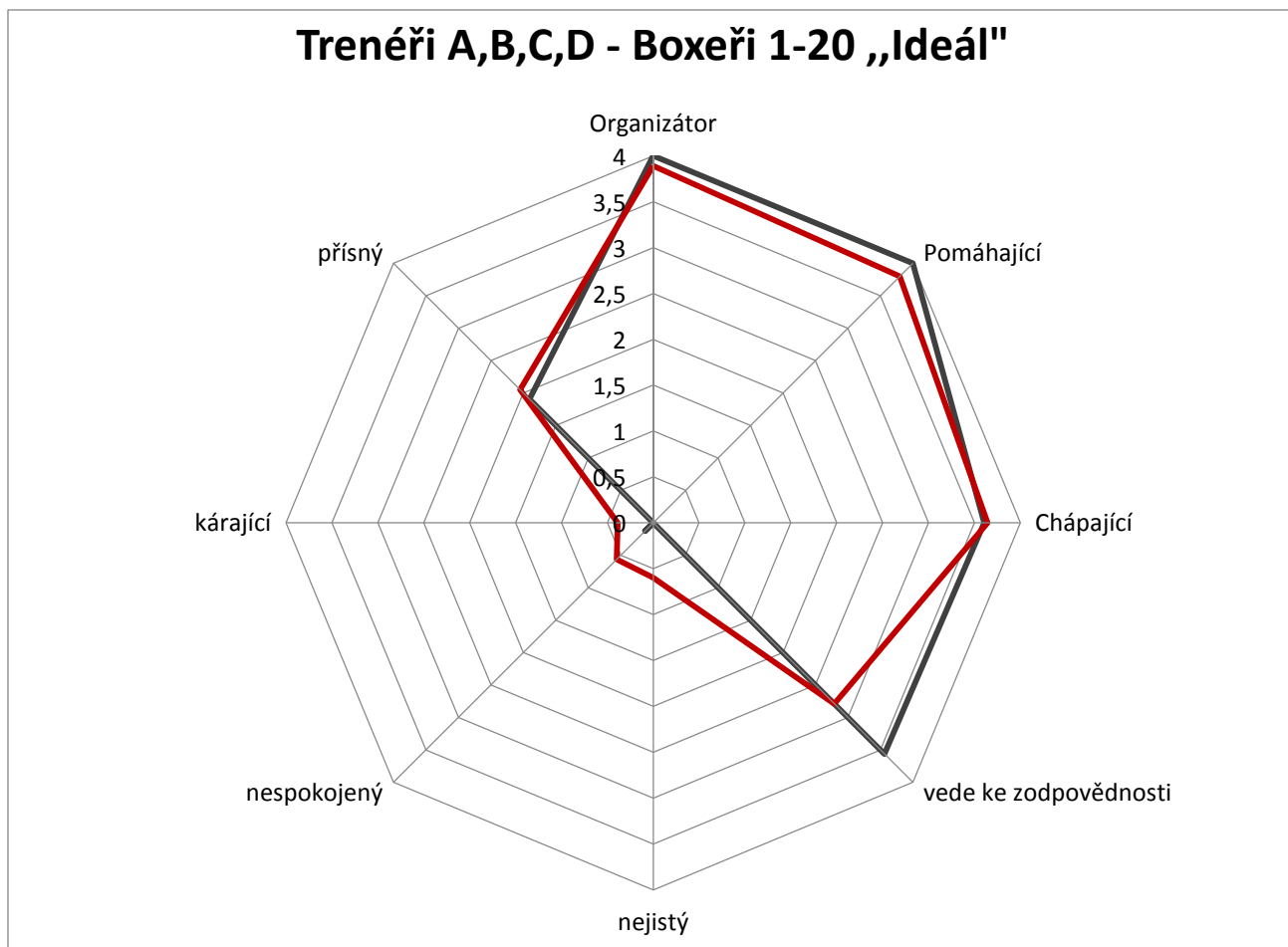
5.6 Výsledky vztahující se k výzkumné otázce č.3.2.

Výsledky poslední výzkumné otázky 3.2 bude porovnání náhledu „ideálního“ interakčního stylu zúčastněných trenérů A,B,C,D, s náhledem „ideálního“ interakčního stylu všech zúčastněných boxerů 1-20. Zobrazení průměrných výsledků bude zaznamenáno v tabulce č.11. a vizualizace v grafu (obrázek č. 23).

Tabulka č.11.

Dimenze	Trenéři Seberefexe „M“ ideál	Boxeři 1-20 „M“ Ideál
Organizátor	4	3,89
Pomáhající	4	3,79
Chápající	3,6	3,64
Vede ke zodpovědnosti	3,56	2,78
Nejistý	0	0,59
Nespokojený	0,1	0,56
Kárající	0	0,38
Přísný	1,90	2,05

Poznámka : M je průměr



Obrázek č. 22. Porovnání pohledu „ideálního interakčního trenérského stylu trenérů A,B,C,D s pohledem „ideálního“ interakčního trenérského stylu boxeřů 1-20

Trenéři Seberefexe „M“

Boxeři 1-20 „M“

Obě křivky v tomto grafu s hodnocením „ideálního“ pohledu na interakční přístup trenérů i sportovců nenaznačují žádné velké rozdíly mezi trenéry a sportovci. Viditelným rozdíle je hodnocena jen dimenze *Vede ke zodpovědnosti a Nespokojený*.

6 DISKUSE

Této práci zkoumala interakční styly trenérů boxu v ostravských a karvinského boxerského klubu. Pohledy sportovců na přístupy svých trenérů a dále se pak zabývala „ideálními“ interakčními styly z pohledu trenérů a sportovců. Přesto, že oddíl vstupuje do soutěže společně jako jeden tým, do boxerského utkání nastupuje každý boxer samostatně. Z výsledků této práce vyplynulo, že trenérské interakční styly z pohledu trenérů, sportovců a „ideální“ styly z pohledu trenérů a sportovců jsou podobné a shodují se v několika dimenzích hodnotícího osmiúhelníku. Můžeme tedy říct, že v tréninkových jednotkách jde o shodu ve vzájemné interakci mezi trenéry a sportovci. Dimenze v nejvyšších hodnotách jsou *Organizátor*, *Pomáhající*, *Chápající*. Nejnižší hodnoty jsou zaznamenány u dimenzí *Nejistý*, *Nespokojený* a *Kárající*.

Výsledky této práce můžeme porovnat s výsledky jiné práce, která se zabývá hodnocením interakčních stylů trenérů a sportovců u kolektivního sportu, kterým je basketbal. Čapková (2018) zjistila ve své diplomové práci, že trenérský interakční styl ze svého pohledu trenérů má nejvyšší hodnoty u dimenzí *Organizátora*, *Pomáhajícího*, *Chápajícího* a *Vedoucí k odpovědnosti*. Také došla ke zjištění, že hodnocení v těchto dimenzích se shoduje s pohledy na interakční styly sportovců, kteří se výzkumu zúčastnili. Nejnižší hodnoty měly dimenze *Nejistý*, *Nespokojený* a *Kárající*, kromě trenéra 4.

Dalším výzkumem, který se také zabývá stejnou problematikou v tanečním sportu je diplomová práce Němečka (2017). V této práci najdeme výsledky interakčních stylů, které jsou podobné u výzkumu individuálního sportu jakým je box. Výsledky ukazují, že přístupy ke sportovcům jsou z pohledu trenérů v nejvyšších hodnotách u dimenze *Pomáhajícího* s různými kombinacemi interakčních stylů *Chápající* a *Organizátor*.

Dle našich výsledků z výzkumného souboru, můžeme říct, že v individuálním sportu jakým je box, v porovnání s ostatními sporty, je vnímán podobný trenérský interakční styl trenérů ve výzkumech Čapkové (2018) a Němečka (2017). Rozdíl můžeme vnímat u dimenze *Vedoucí k odpovědnosti* ve výsledku Čapkové (2018).

7 ZÁVĚR

Hlavním tématem a zároveň cílem této diplomové práce bylo zjistit, jaké jsou rozdíly v interakčních stylech trenérů vybrané sportovní disciplíny v našem případě boxu a jaké interakční styly tito vybraní trenéři boxu uplatňují v rámci tréninkových jednotek z pohledu sportovců. Dalšími cíly bylo identifikovat ideální interakční styl podle trenérů a ideální interakční styl podle sportovců.

Závěry vztahující k výzkumné otázce č.1.1.

„Jaký je interakční styl jednotlivých trenérů Boxingu Ostrava, Boxingu Karviná a Boxingu Poruba vybrané sportovní disciplíny hodnocený z jejich vlastního pohledu (sebereflexe)?

Z dotazníkového šetření vyplynulo, že trenéři boxu na tréninkových jednotkách ze svého pohledu preferují interakční styl a je nejvíce zastoupena dimenze *Organizátor, Pomáhající a Chápající*. S nejvyšším počtem bodů se k dimenzi *Organizátor* přiklání trenéři **B,C,D**, k interakčnímu stylu *Pomáhající* trenéři **A, D** a k dimenzi *Chápající* trenér boxu **D**.

Závěry vztahující k výzkumné otázce č.1.2.

„Jaký je náhled na „ideální“ interakční styl jednotlivých trenérů Boxingu Ostrava, Boxingu Karviná a Boxingu Poruba vybrané sportovní disciplíny ? “

Dle výsledných grafů a zapsané tabulky dle dotazníků vyplývá, že v plném počtu bodů, škály hodnocení tzn, že se nejvíc přiklání trenéři **A,B,C,D**, v dimenzích *Organizátor, Pomáhající, Chápající*. V dimenzi *Chápající* se dostává k plnému počtu bodu škály trenér **B**.

Závěry vztahující k výzkumné otázce č.2.1.

„Jaký je interakční styl jednotlivých trenérů Boxingu Ostrava, Boxingu Karviná a Boxingu Poruba vybrané sportovní disciplíny hodnocený z pohledu sportovců?

Pokud se zaměříme na výsledek tohoto šetření, dojdeme k závěru, že Boxeři 1-5 hodnotí svého trenéra **A** dimenzemi interakčního stylu, *Organizátor, Pomáhající, Chápající*. Podle Boxerů 6 – 10 vidí svého trenéra **B** také vysoko v dimenzích *Organizátor, Pomáhající, Chápající*. Trenéra **C** vidí Boxeři 11 – 15, tak že mu přisuzují dimenze *Organizátor Pomáhající*. Trenér **D** je hodnocen svými sveřenci 16 – 20 v největší míře vlastnostmi *Organizátor, Pomáhající, Chápající*.

Závěry vztahující k výzkumné otázce č.2.2.

„Jaký je náhled na „ideální“ interakční styl jednotlivých sportovců Boxingu Ostrava, Boxingu Karviná a Boxingu Poruba vybrané sportovní disciplíny ? “

Z dotazníkového šetření vyplynulo, že při hodnocení náhledu na „ideální“ interakční styl vidí boxeři 1 – 5 v přístupech trenéra **A**, *Organizátor, Pomáhající, Chápající*. Boxeři 6 – 10 jsou o něco výš v bodech hodnocení u dimenzí trenéra **B**, a to *Organizátor*. Přístupy interakčního stylu *Pomáhající, Chápající* mají také téměř ty nejvyšší hodnoty.

Závěry vztahující k výzkumné otázce č.3.1.

„Jak se liší interakční styl všech zúčastněných trenérů hodnocený z vlastního pohledu (sebereflexe) s interakčním stylem všech zúčastněných sportovců hodnocený z jejich pohledu Boxingu Ostrava, Boxingu Karviná a Boxingu Poruba vybrané sportovní disciplíny?

V tomto závěru, které porovnává a popisuje interakční seberefektivní styly zúčastněných trenérů a pohledy na interakční styl na své trenéry zúčastněnými sportovci v tomto výzkumu vyplývá, že hodnoty se od sebe příliš neliší. Největší shoda v hodnocení obou skupin výzkumu je v dimenzi *Pomáhající*. Dimenze *Organizátor*, *Chápající*, jsou v hodnotách na nejvyšších příčkách a jen minimálně se liší seberefektivní pohledy trenérů a sportovců. Patrnější rozdíl v pohledech je jen v dimenzi *Přísný*, a to tak, že nižší hodnotu zaznamenáváme u hodnocení boxerů.

Závěry vztahující k výzkumné otázce č.3.2.

„Jak se liší náhled na „ideální“ interakční styl všech zúčastněných trenérů s „ideálním“ interakčním stylem všech zúčastněných sportovců Boxingu Ostrava, Boxingu Karviná a Boxingu Poruba vybrané sportovní disciplíny?

V hodnotící tabulce i grafu se dopátráme hodnot, které nám naznačují, že hodnoty „ideálních“ pohledů interakčních stylů trenérů boxu v porovnání s hodnotami „ideálních“ pohledů interakčních stylů jsou minimální odlišnosti s tím, že nejvyšší hodnoty můžeme nalézt v dimenzích *Organizující*, *Pomáhající*, a to jak u trenérů, tak boxerů. O něco nižší hodnoty má dimenze *Chápající*, která se téměř překrývá v hodnotách obou zúčastněných skupin výzkumu. Odlišnost najdeme v dimenzi *Vede k zodpovědnosti*, kdy hodnoty u boxerů jsou patrně nižší.

8 SOUHRN

Tato diplomová práce se zabývá interakčními styly vybrané sportovní disciplíny. Hlavním cílem bylo zjistit, jaké jsou rozdíly používaných interakčních stylů trenérů boxu (sebereflexe) v klubech Boxingu Ostrava, Boxingu Poruba a Boxingu Karviná a jaký interakční styl uplatňují trenéři v tréninkových jednotkách z pohledu sportovců. Dále se pak zabývá dílčími cíly, identifikující „ ideální “ styl podle trenérů a „ ideální “ interakční styl podle sportovců.

Diplomová práce se skládá z teoretické části a empirické části. Teoretickou část diplomové práce tvoří popis boxu, trenéra, jaké používá trenér činnosti a strategie, dále pak jaké mohou nastat zátěžové situace ve sportu, regulační techniky trenéra a co je interakční styl. V empirické části, byly pomocí tabulek a grafů, zaznamenány a popsány hodnoty, podle vyplněných dotazníků interakčního stylu trenéra, a to jaký interakční styl upřednostňují oslovení trenéři boxu v tréninkových jednotkách v rámci sebereflexe a svůj ideální interakční styl. Dále pak interakční styl z pohledu sportovců a ideální pohled na interakční styl trenérů.

Pro výzkum byla použita upravená forma dotazníku interakčního trenérského stylu (Harvanová, Štěřbová). Výzkumu se zúčastnilo celkem 20 svěřenců boxu a 4 trenéři Boxingu Ostrava, Boxingu Karviná a Boxingu Poruba označení písmeny **A,B,C,D**, kdy ke každému trenérovi je přiřazeno 5 svěřenců boxu se kterými daný trenér trénuje a používá interakční styl na tréninkových jednotkách.

Ve výsledcích výzkumu je zřejmé, že seberefektivní hodnocení interakčních stylů je zastoupena u všech trenérů dominantně u dimenzí, *Organizátor, Pomáhající, Chápající*. Hodnoty vykazující nízká čísla jsou v dimenzích *Nejistý, Nespokojený, Kárající*.

Velmi podobné je hodnocení interakčních stylů sportovců. Ti vnímají a hodnotí přístupy svých trenérů v nejvyšších hodnotách dimenze *Organizátor, Pomáhající, Chápající*. Nejméně hodnotí sportovci dimenze *Nejistý, Nespokojený, Kárající*.

U náhledu na „ideální“ interakční styl trenéra z pohledu trenérů i sportovců se v obou případech výsledky shodují v dimenzích *Organizátor, Pomáhající, Chápající*. S tím, že shoda je u nejnižších hodnocených stylů, a to *Nejistý, Nespokojený, Kárající*.

9 SUMMARY

This diploma thesis deal with interaction styles chosen sports event. The main goal was to find, what differences are between various interaction styles of boxing coaches in Boxing Ostrava, Boxing Poruba and Boxing Karviná and what kind of interaction style is put in use by coaches in training units. The next is some partial goals, which identified „ideal“ style by coaches and „ideal“ interaction style by sportsmen.

The diploma thesis has theoretical part and empirical part. Theoretical part of diploma thesis is made by descriptions of boxing, the coach, what activities and strategies the coach use, what kind of stress situation can happend in sport, regulation technic of the coach and what the interaction style is. In the empirical part, was made by using charts and graphs, recorded and describe the value, by fulfilled forms of interaction styles of the coach, and what interaction style addressed coaches prefer in training units in pursuance of selfreflection and their ideal interaction style. The next is interaction style from the view of sportsmen and ideal view on interaction style of coaches.

For the research was used adjusted version of interaction coach style (Harvanová, Štěrbová). Twenty sportsmen and four boxing coaches participate on this research from Boxing Ostrava, Boxing Karviná and Boxing Poruba. They were marked by letter **A,B,C,D**, where for every coach was assigned five charges and he use and apply interaction style in training units.

In results of this research is obvious, that selfreflection of interaction styles *Organiser*, *Helpful and Apprehend* is included by majority of coaches. Low values are found in interaction styles *Unsure*, *Unsatisfied and Reprimand*.

Very similar was the evaluation of interaction styles by sportsmen. They evaluate attitudes of their coaches in the highest value in *Organiser*, *Helpful and Apprehend*. The lowest values has *Unsure*, *Unsatisfied and Reprimand*.

From the view of coaches and sportsmen the „ideal“ interaction style is *Organiser*, *Helpful and Apprehend*. With agreement that interaction styles *Unsure*, *Unsatisfied and Reprimand* are evaluate the worst.

10 REFERENČNÍ SEZNAM

- Atkinsonova, R. L. a kol. (1995). *Psychologie*. Praha : Victoria Publishing.
- Amador, F. (1997). Clasificación de los juegos y deportes de lucha. En: El Judo y las ciencias de la educación física y el deporte. Vitoria: ivef-shee, 5-22. Retrieved 17. 3. 2021 from the World Wide Web: <https://www.cafyd.com/REVISTA/05207.pdf>
- Basiaga-Pasternak, J., Ambroży, T., Wrzeźniewski, K., & MUCHA, D.,(2017). Psychological determinants of motivation in coaches of martial arts. *Journal of Combat Sports* 8(2), 83-87. Retrieved 20. 3. 2021 from World Wide WeB:
<http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=8&sid=a534122f-155e-4e49-9d27-f6f6c3ad7e51%40sdc-v-sessmgr01>
- Boostani, A, M., & Boostani, M.,H. (2012) Investigation and comparing aggression in athletes in non- contact (swimming), limited contact (karate) and contactable (kickboxing) sport fields. *Journal of Combat Sports* [online]. 3(2), 87-89. Retrieved 21. 2. 2021 from the World Wide Web:
<https://www.semanticscholar.org/paper/Investigation-and-comparing-aggression-in-athletes-Boostani-Boostani/2139ba4f5c4281176659268f7518e75e640d05eb>
- Costa, A. (2007) The school as a home for the mind: creating mindful curriculum, instruction, and dialogue, 2nd ed. Thousand Oaks, CA: Corwin Press, Retrieved 16. 2. 2020 from World Wide WeB:
<https://eds.b.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=18&sid=da6d94ba-d992-4275-a73b-6a57f1193b71%40pdc-v-sessmgr02>
- Cynarski, W.J. (2004). Teoria i praktyka dalekowschodnich sztuk walki w perspektywie europejskiej, UR, Rzeszów, Retrieved 16. 3. 2021 from World Wide WeB: <http://imcjournal.com/images/7/7.9.pdf>
- Čapková, M. (2018). *Interakční trenérský styl trenérů basketbalu*. [Diplomová práce]. Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury.
- Čáp, J., & Mareš, J. (2007). *Psychologie pro učitele*. Praha: Portál.
- Davis P., Leithäuser R.,M., & Beneke R., (2014). The energetics of semicontact 3 × 2-

- min amateur boxing. *Performance Aspects and Physiological Responses* 9: 233–239. Retrieved 21. 3. 2021 from the World Wide Web:
https://journals.lww.com/nsca-jscr/Fulltext/2017/04000/Performance_Aspects_and_Physiological_Responses_in.33.aspx
- Deci, E. L. (1975) *Intrinsic motivation*. New York: Plenum Press. . Retrieved 21. 3. 2021 from the World Wide Web:
<https://eds.a.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=6&sid=e129d6b9-c5f2-4983-88f3-2f31ca02c127%40sessionmgr4006>
- Dyduch J. (2001). *Oyama Karate w Polsce, „Karate Kung Fu”, nr 1, 7–9.* . Retrieved 21. 3. 2021 from the World Wide Web: <http://imcjournal.com/images/7/7.9.pdf>
- Gavora, P. (2005). *Učitel a žáci v komunikaci*. Brno: Paido.
- Geist, B. (2000). *Psychologický slovník*. Praha : Vodnař,
- Hagger, M. S., & Chatzisarantis, N. L. D. (2007a). The trans-contextual model of motivation. In M. S. Hagger & N. L. D. Chatzisarantis (Eds.), *Intrinsic motivation and self-determination in exercise and sport*, 53-70. Champaign, IL: Human Kinetics. Retrieved 20. 3. 2021 from the World Wide Web:
<https://eds.a.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=6&sid=e129d6b9-c5f2-4983-88f3-2f31ca02c127%40sessionmgr4006>
- Hagger, M. S., & Chatzisarantis, N. L.D. (Eds.). (2007b). *Intrinsic motivation and self-determination theory in exercise and sport*. Champaign, IL: Human Kinetics. Retrieved 20. 3. 2021 from the World Wide Web:
<https://eds.a.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=6&sid=e129d6b9-c5f2-4983-88f3-2f31ca02c127%40sessionmgr4006>
- Halperin, I., Chapman, W., Martin, D. T., Abbiss, Ch., & Wulf, G. (2016). Coaching cues in amateur boxing: An analysis of ringside feedback provided between rounds of competition, *Psychology of Sport and Exercise*, . 44-50, Retrieved 20. 3. 2021 from the World Wide Web:
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1469029216300462>
- Harvanová, J. (2010) *Kompatibilita v partnerské dyádě a její souvislost se sportovním výkonem*. [Disertační práce]. Univerzita Palackého v Olomouci, Filozofická fakulta.

- Jowett, S. & Poczwardowski, A. (2007). Understanding the coach-athlete relationship. In Jowett, S. & Lavallee, D., *Social psychology in sport*, 3-15. Champaign, IL: Human Kinetics. Retrieved 20. 3. 2021 from the World Wide Web:
<https://cpb-eu-w2.wpmucdn.com/blogs.lincoln.ac.uk/dist/3/5895/files/2016/10/Jowett-Poczwardowski-2007-Understanding-the-Coach-Athlete-Relationship.pdf>
- Lazarová, B., & Uhlířová, V. (2006). Osobnost trenéra: k některým osobnostním požadavkům. In *Sport jako sociálně-kulturní fenomén*. 31– 48. Brno: Masarykova univerzita.
- Lopez, E. T. , Cusano, P., & Sorrentino, P. (2020). University of Naples “Parthenope”, The relationship between sports activity and emotions in the formation of cognitive processes *Journal of Physical Education and Sports.*, 2349 – 2353, Retrieved 20. 3. 2021 from the World Wide Web:
<https://efsupit.ro/images/stories/august2020/Art%20317.pdf>
- Lukas, J. (2005). Zkušenosti se zjišťováním interakčních stylů učitelů na 2. stupni ZŠ. *Novinky v pedagogické a školní psychologii 1995 – 2005*. Zlín. Retrieved 20. 3. 2021 from the World Wide Web:
http://www.jlukas.cz/doc/pedagogicka/zkusenosti_se_zjistovanim_interakcnich_stylu.pdf
- Machač, M., & Macháčová, H. (1991). *Psychické rezervy výkonnosti: Stres, hypnosugesce, autoregulace*. Praha: Univerzita Karlova
- Mika S. (1984), *Psychologia społeczna*, PWN, Warszawa. Retrieved 18. 3. 2021 from the World Wide Web: <http://imcjournal.com/images/7/7.9.pdf>
- Nassib S., Hammoudi-Nassib S., Chtara M., Mkaouer B., Maaouia G., Bezrati-Benayed I., & Chamari K.(2017). Energetics demands, and physiological responses to boxing match and subsequent recovery. *J Sports Med Phys Fitness* 57(1–2): 8–17, Retrieved 18. 3. 2021 from The World Wid Web:
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1469029216300462?via%3Dihub>
- Němeček, M. (2017). *Interakční trenérský styl trenérů tanečního sportu*. Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury.

- Parlebas, P. (2001). *Juegos, deportes y sociedad. Léxico de praxiología motriz*. Paidotribo: Barcelona. Retrieved 17. 3. 2021 from the World Wide Web:
https://journals.lww.com/nsca-jscr/Fulltext/2017/04000/Performance_Aspects_and_Physiological_Responses_in.33.aspx
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Selfdetermination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78. Retrieved 17. 3. 2021 from the World Wide Web:
<https://eds.a.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=6&sid=e129d6b9-c5f2-4983-88f3-2f31ca02c127%40sessionmgr4006>
- Sekot, A. (2008). *Sociologické problémy sportu*. Praha: Grada.
- Sirotová, M. (2000). Výskum štýlov výchovného pôsobenia pedagóga v špeciálnych výchovných zariadeniach. *Pedagogická revue*, 52(2), 115-129.
- Slaměník, I. (2011). *Emoce a interpersonální vztahy*. Praha: Grada.
- Smith, R. E., Smoll E. L., & Barnett N. (1995). Reduction of children's sport performance anxiety through social support and stress-reduction training for coaches. *J Appl Dev Psychol* 16: 125–142. Retrieved 17. 3. 2021 from the World Wide Web:
<https://eds.b.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=18&sid=da6d94ba-d992-4275-a73b-6a57f1193b71%40pdc-v-sessmgr02>
- Smith, R. E., Smoll, F. L. & Curtis, B. (1979). Coach effectiveness training: A cognitive-behavioral approach to enhancing relationship skills in youth sport coaches. *Journal of Sport Psychology*, 1, 59-75. Retrieved 20. 3. 2021 from the World Wide Web:
- Stackeová, D. (2011). *Relaxační techniky ve sportu: [autogenní trénink, dechová cvičení, svalová relaxace]*. Praha: Grada.
- Tipa, L. (2015). The primordial qualities of the coach which initiates and prepares athletes who participate in combat sports, 3-9. Retrieved 20. 3. 2021 from the World Wide Web:
<http://web.b.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=2&sid=f9c7bc7e-adaf-48d3-90bf-619ff5146b32%40pdc-v-sessmgr03>
- Vaněk, M., Hošek, V., Rychtecký, A., Slepíčka, P., & Svoboda, B. (1984). *Psychologie sportu*. Praha: SPN..

Weinberg, R.S. & Gould, D. (2011). *Foundations of sport and exercise psychology*.

Champaign, IL: Human Kinetics. . Retrieved 20. 3. 2021 from the World Wide Web:

[https://books.google.cz/books?hl=cs&lr=&id=ACBwDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR1&dq=Weinberg,+R.S.+%26+Gould,+D.+\(2011\).+Foundations+of+sport+and+exercise+psychology.+Champaign,+IL:+Human+Kinetics.&ots=l84AEnyQJB&sig=CYr-bHMfHhAbp8z5quJO9iDol_I&redir_esc=y#v=onepage&q=Weinberg%2C%20R.S.%20%26%20Gould%2C%20D.%20\(2011\).%20Foundations%20of%20sport%20and%20exercise%20psychology.%20Champaign%2C%20IL%3A%20Human%20Kinetics.&f=false](https://books.google.cz/books?hl=cs&lr=&id=ACBwDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR1&dq=Weinberg,+R.S.+%26+Gould,+D.+(2011).+Foundations+of+sport+and+exercise+psychology.+Champaign,+IL:+Human+Kinetics.&ots=l84AEnyQJB&sig=CYr-bHMfHhAbp8z5quJO9iDol_I&redir_esc=y#v=onepage&q=Weinberg%2C%20R.S.%20%26%20Gould%2C%20D.%20(2011).%20Foundations%20of%20sport%20and%20exercise%20psychology.%20Champaign%2C%20IL%3A%20Human%20Kinetics.&f=false)