

Univerzita Palackého v Olomouci

Fakulta tělesné kultury

INTERAKČNÍ STYL TRENÉRA VOLEJBALU

Diplomová práce

(magisterská)

Autor: Bc. Veronika Kubíčková, učitelství pro střední školy,

Tělesná výchova - biologie

Vedoucí diplomové práce: Mgr. Jana Harvanová PhD.

Olomouc 2017

## **Bibliografická identifikace**

Jméno a příjmení autora: Bc. Veronika Kubíčková

Název diplomové práce: Interakční styl trenéra volejbalu

Pracoviště: Katedra společenských věd v kinantropologii

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

Rok obhajoby diplomové práce: 2017

**Abstrakt:** Diplomová práce se zabývá interakčním stylem trenérů volejbalu. Cílem práce bylo zjistit, jaký typ interakčního chování preferují trenéři volejbalu v rámci jednotlivých tréninkových jednotek. Výzkumný soubor se skládal ze 4 trenérů a 53 svěřenců z Olomouce a ze Znojma. Jako výzkumný nástroj byla užitá aplikace dotazníků QTI (Questionnaire on Teacher Interaction) s názvem Dotazník interakčního stylu. Trenéři se nejvíce hodnotili (sebereflexe) dimenzemi Organizátor, Chápající, Pomáhající a Vede k zodpovědnosti, a ve stejných dimenzích byli hodnoceni i svými svěřenci. V případě ideálního interakčního trenérského stylu trenéři volili dimenze Pomáhající, Chápající, Organizátor, Vede k zodpovědnosti a Přísný. Svěřenci opět byli ztotožnění s názory svých trenérů na ideálního trenéra, ačkoliv dimenzi Přísný hodnotili méně často.

**Klíčové slova:** volejbal, interakce, interakční styl, trenér, svěřenec

Souhlasím s půjčováním diplomové práce v rámci knihovních služeb.

## **Bibliographical identification**

Autor's first name and surname: Bc. Veronika Kubíčková

Title of the master's thesis: Interaction coaching style of coaches of volleyball

Department: Department of Social Sciences in Kinanthropology

Supervisor: Mgr. Jana Harvanová, Ph.D.

The year of presentation: 2017

**Abstract:** This diploma thesis deals with the interaction style of volleyball trainers. The aim of the thesis was to determine which kind of interaction behaviour is preferred by volleyball trainers in individual training units. The sample of research consisted of 4 trainers and 53 charges from Olomouc and Znojmo. QTI questionnaires (Questionnaire on Teacher Interaction) were used as the method of research. The trainers mainly evaluated themselves (self-evaluation) in the following dimensions: Organiser, Understanding, Helping and Leading to responsibility; in the same dimensions they were also evaluated by their charges. In case of ideal interaction style, trainers chose dimensions Helping, Understanding, Organizer, Leading to responsibility and Strict. Charges shared the notion of an ideal trainer with their trainers although they evaluated the dimension Strict less frequently

Keywords: volleyball, interaction, interaction style, trainer, gripper

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

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

V Olomouci dne 20.6.2017 .....

## Obsah

1.	ÚVOD .....	7
2.	PŘEHLED POZNATKŮ .....	9
2.1	VOLEJBAL.....	9
2.1.1	Historie volejbalu .....	9
2.1.2	Základní informace o volejbalu.....	10
2.2	TRENÉR.....	13
2.2.1	Typologie trenéra.....	13
2.4	TRÉNINKOVÁ JEDNOTKA .....	15
2.5	INTERAKCE .....	18
2.5.2	Interakční styl .....	21
2.5.3	Interakční styl trenéra .....	25
2.6	VÝVOJOVÁ SPECIFIKA OBDOBÍ DOSPÍVÁNÍ.....	26
3.	CÍL PRÁCE.....	30
3.1	DÍLČÍ CÍLE .....	30
3.2	VÝZKUMNÉ OTÁZKY .....	30
4.	METODIKA.....	31
4.1	VÝZKUMNÝ SOUBOR – CHARAKTERISTIKA .....	31
4.2	VÝZKUMNÉ METODY .....	33
5.	VÝSLEDKY .....	35
5.1	VÝSLEDKY VÝZKUMU VZTAHUJÍCÍ SE K VÝZKUMNÉ OTÁZCE Č. 1.....	35
5.2	VÝSLEDKY VÝZKUMU VZTAHUJÍCÍ SE K VÝZKUMNÉ OTÁZCE Č. 2.....	36
5.3	VÝSLEDKY VÝZKUMU VZTAHUJÍCÍ SE K VÝZKUMNÉ OTÁZCE Č. 3.....	38
5.4	VÝSLEDKY VÝZKUMU VZTAHUJÍCÍ SE K VÝZKUMNÉ OTÁZCE Č. 4.....	44
5.5	VÝSLEDKY VÝZKUMU VZTAHUJÍCÍ SE K VÝZKUMNÉ OTÁZCE Č. 5.....	45
6.	DISKUSE.....	52
7.	ZÁVĚRY.....	55
8.	SOUHRN .....	57
9.	SUMMARY .....	59

10. REFERENČNÍ SEZNAM.....	61
11. SEZNAM PŘÍLOH.....	67

## 1. Úvod

Volejbal jsem začala hrát velmi brzy, ovlivněna jsem byla i tím, že i rodiče jsou aktivní sportovci a volejbal mají rádi. Prvně jsem volejbal hrála jen tak pro radost, a čím jsem byla starší a zkušenější, vstupovala jsem do světa volejbalových soutěží, náročných tréninků a dostávala jsem se pod vedení zkušených trenérů. Nyní se opět volejbalu věnuji rekreačně, ale i tak je volejbal pro mě neodmyslitelnou součástí sama sebe.

V průběhu let mého aktivního se zapojování do systému volejbalu, jsem poznala mnoho spoluhráček, protihráček a trenérů. Každý trenér měl jiný styl svého vedení tréninkové jednotky a jiný styl přístupu ke hráčkám, jak při zápase tak v tréninku.

Vztahy mezi všemi těmito lidmi ovlivňují celý chod týmu a také celkovou komunikaci. Trenér je vedoucí složkou systému každé skupiny volejbalu, jeho vlastnosti ovlivňují pojetí tréninku a vzniká tak jedinečný interakční styl. Tento styl je tvořený samozřejmě i sportovci a jinými elementy, které působí na každého účastníka interakce individuálně.

Interakční styl mě zaujal, jak z pohledu občasného trenéra, tak i z pohledu častějšího hráče. Cílem mojí práce bylo tedy zjistit, jaký trenérský interakční styl preferují trenéři a poskytnout jim zpětnou jim zpětnou vazbu, o tom jak oni hodnotí sami sebe a jak je hodnotí jejich svěřenci. Není totiž nic lepšího, než když trenér doopravdy zjistí, jak ho vidí jeho okolí a může pak se zjištěnými daty dále pracovat a rozvíjet se.

Jako bývala i současné rekreační sportovkyně, v tomto vidím největší perspektivu zjišťování interakce ve sportu. A pokud je to sport, který je celosvětově uznávaný a vyhledávaný, vyskytuje se často i ve volnočasových aktivitách, je zřejmé, že vývoj v komunikace trenéra se svým svěřencem je čím dál tím důležitější pro úspěch, ať už se jedná o úspěchy osobní nebo úspěchy celosvětové.

I pro mě je moje diplomová práce, zajímavá právě tím, že sleduji hodnocení interakčního stylu z obou dvou stran bariéry a také to jak každý trenér má k vedení své tréninkové jednotky jiné metody a formy. A i když je pro většinu mladých sportovců interakce neznámý pojem, málokoho při objasnění problematiky, toto téma nezaujme. Názory trenérů a jejich svěřenců se často při hodnocení interakčního trenérského stylu liší a ještě častěji shodují a právě proto, bylo cílem mojí diplomové práce zjistit, jaké

interakční styly preferují trenéři, jaké svěřenci, v kterých dimenzích spolu souhlasí a v kterých naopak jsou názoru jiného.

## 2. Přehled poznatků

### 2.1 Volejbal

#### 2.1.1 Historie volejbalu

„Autorem volejbalu je ředitel Holyokské kolejí profesor tělesné výchovy W. G. Morgan. Chtěl nahradit méně emocionální gymnastická cvičení nenáročnou přitažlivou formou tělocvičné činnosti. V tělocvičně, kterou rozdělil tenisovou sítí ve výšce asi 183 cm, nechal studenty odbíjet basketbalový míč z jedné strany na druhou“ (Buchtel, 2005, 13).

Zprvu se používal pro hru basketbalový míč, který díky své váze nevyhovoval hraní volejbalu. Morgan byl první, kdo dal přímo vyrobit míč na zakázku a tím také posunul volejbal na další vývojovou úroveň.

Díky postupným vývojovým stupňům se volejbal začal hned od začátku přesouvat z tělocvičen do přírody (Buchtel, 2005).

Podle Císaře (2005) byla první pravidla zveřejněna organizací YMCA v roce 1897 a od té doby se vyvíjela až do dnes a poprvé se volejbal objevil v Tokiu roku 1964 na olympijských hrách. Zásadním mezníkem ve světovém volejbalu bylo první volejbalové utkání řízené rozhodčím v Moskvě roku 1923 (Buchtel, 2005).

V českých zemích se volejbal rozvíjí až po 1. světové válce. Během let se stává stále populárnější, vznikají různé organizace jako je například ČVBS Československý volejbalový a basketbalový svaz, ČSFV Česká a slovenská federace volejbalu, Mezinárodní volejbalové federace, FIVB Fédération Internationale de Volleyball – Mezinárodní volejbalová federace aj. (Buchtel, 2005).

„Volejbal v celosvětovém měřítku je zajišťován a organizován mezinárodní volejbalovou federací (FIVB). V současné době má FIVB 220 ([www.wikipedia.cz](http://www.wikipedia.cz), 2017) členů, v době svého založení v roce 1947 to bylo 14 států. Mezinárodní volejbalové federace pořádá vrcholné světové a evropské soutěže dospělých (ty ve spolupráci s CEV – Evropská konfederace volejbalu) v následujícím tříletém cyklu:

1. Olympijské hry,
2. Mistrovství Evropy,
3. Mistrovství světa,

#### 4. Mistrovství Evropy,

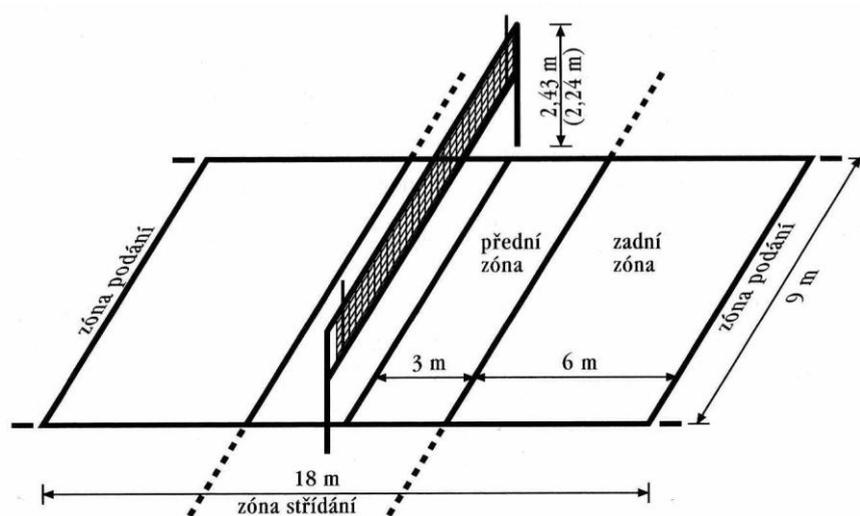
OH a cyklus se opakuje“ (Buchtel, 2005).

##### 2.1.2 Základní informace o volejbalu

Co je volejbal?

Volejbal patří mezi týmové sportovní hry, které jsou charakteristické ovládním společného předmětu – míče. Hráči se naučili tento společný předmět ovládat a spoluprací se snaží míč dopravit přes síť tak, aby jej soupeř nemohl vrátit zpět na jejich stranu. Snaží se tedy docílit bodu ve prospěch svého družstva a dosažením 25 bodů získat pro družstvo jeden set (Buchtel, 2005, 7).

Hraje se na hřišti tvaru obdélníku o rozměrech 18 x 9 metrů. Uprostřed hrací plochy se nachází síť zavěšená na kůlech ve výšce u mužů 2,43 m a u žen 2,24 m.



Obrázek 1. Hrací plocha (Táborský, 2004)

„Hřiště je obklopeno volnou zónou, která je na všech stranách minimálně široká 3 m. Volný hrací prostor je prostor nad hrací plochou, který je bez jakýchkoliv překážek. Volný hrací prostor je vysoký minimálně 7 m od povrchu hrací plochy“ (Fink, Tabara, & Škoda, 1996).

Utkání se skládá ze setů, ty jsou tvořeny rozehrami a rozehra je časový úsek od podání do chyby zapískané rozhodčím. Každý hráč má svůj vlastní volejbalový post, který si hlídá a na který se specializuje. Rozlišují se posty blokař, smečař, nahrávač, univerzál a libero. Podle postů se také vytvářejí speciální tréninkové jednotky.

Perfektním osvojením si techniky herních dovedností je podstatným předpokladem zvládnutí volejbalové hry, ale skutečným klíčem k úspěšnosti hráče je schopnost tyto dovednosti uplatnit v soutěžním utkání, a to v potřebné kvalitě a v provedení, odpovídající dané situaci. Tady nastupují další faktory, které limitují výkonnost hráče. Proto musí být i tyto nenahmatatelné složky kvalitní hry brány v potaz a měly by být součástí tréninku (Císař, 2005, 16).

Hra jako taková se skládá z určitých částí, které by měly obsahovat jisté cíle. Mezi tyto cíle patří:

1. Získat míč,
2. přihrát jej,
3. nahrát jej,
4. zaútočit na soupeře.

Hrací bloky vycházejí ze zahajovacího, neboli základního postavení, v kterém se družstvo nachází při podání i při příjmu míče (Císař, 2005).

Volejbal se člení do různých forem, rozlišených různými hledisky. „Formy můžeme charakterizovat z několika hledisek: z hlediska výkonnostní úrovně hráčů a družstev, z hlediska zdravotního stavu hráčů a z hlediska organizačního. Z výkonnostního hlediska rozlišujeme:

- a) rekreační volejbal,
- b) výkonnostní volejbal,
- c) vrcholový volejbal
- d) volejbal zdravotně postižených“ (Buchtel, 2005).

Na každou výkonnostní úroveň připadá jiná forma tréninku, který je jinak náročný, časově rozdělený a jinak vedený. I trenéři mají jiný přístup k vrcholovým sportovcům a sportovcům například na krajské úrovni.

K tréninkům volejbalu zejména patří individuální přístup k rozvoji kondičních schopností. Pokud hráč se nebude chtít zlepšovat, nemá trenér žádnou šanci s jeho kondicí pohnout dál k lepšímu výkonu. Postupující se zlepšení vychází z prvotního testování a průběžného testování jedinců (Vavák, 2011).

Další důležitou součástí tréninku, krom forem a individuálního přístupu, je kompenzace méně zapojované strany těla jednotlivých hráčů. Znamená to zaměření se na lateralitu těla. Je vhodné, aby hráč, který majoritně odbíjí a smečuje pravou rukou, v trénincích zapojoval stejnou hodnotou i rukou levou, nebo aspoň půlkou dané dávky podání, či smečářských úderů (Vavák, 2011).

Do správného tréninkového procesu patří samozřejmě pitný režim, správná výživa, správná strava, dostatečný spánek a celkově zdravý životní styl.

Tréninkový proces se dále dělí podle postů postavení jednotlivých hráčů. Souvisí to s individuálním přístupem a zároveň se schopností organizace dobrého tréninku. Nemělo by se stávat, že budou v tréninkové jednotce preferovaní hráči (tedy v očích svěřenců více důležití) a hráči opomíjení. Každý post je nedílnou součástí celku a volejbal má podle postů rozlišené a přiřazené i jednotlivé funkce, které mají svoji určitou charakteristiku. Do těchto funkcí patří:

- Podání:

Podání je odbití míče do pole soupeře způsobem předepsaným pravidly, kterým se zahajuje každá rozehra.

- Přihrávka:

Přihrávka je první odbití míče ve vlastním poli (s výjimkou té situace, kdy míč je tečován vlastním blokem). Jde o odbití míče letícího od soupeře záměrně usměrněné na spoluhráče (nebo do prostoru, kam se spoluhráč přemístí) tak, aby mohl provést nahrávku, či jinou herní činnost jednotlivce.

- Nahrávka:

Nahrávka je odbití míče letícího od spoluhráče, usměrněné na některého z dalších hráčů (nejčastěji to bývá nahrávač) tak, aby mohl provést útočný úder. Nahrávka je tedy druhým odbitím míče ve vlastním poli.

- Útočný úder:

Útočný úder je odbití míče do pole soupeře během rozehry, prováděné nejčastěji jednoruč ve výskoku s cílem znemožnit soupeři udržení míče ve hře a tak dosáhnout bodu pro své družstvo.

- Vybírání:

Vybírání je odbití nebo odražení míče jakýmkoliv způsobem dovoleným pravidly s cílem zabránit dopadu míče na zem a znemožnit tím soupeři dosáhnout bodu. Může tedy být prvním, druhým, třetím i čtvrtým (v případě teče blokem) odbitím v poli. Kromě hlavního úkolu – zabránění dopadu míče na zem, přibývá v případě, že se jedná o třetí (resp. čtvrté odbití) ještě další úkol, přehrát míč do pole soupeře.

- Blokování:

Blokování je přehrazení určitého prostoru nad sítí prováděného dvěma nebo třemi hráči přední řady (obvykle ve výskoku rukama ve vzpažení) s cílem: zabránit přeletu míče do vlastního pole, srazit míč do pole soupeře a dosáhnout bodu pro své družstvo“. A plní úkoly obrany i útoku. (Buchtel, 2005).

## 2.2 Trenér

Základní práce trenéra je podle Jansy a Dovalila (2009) vedení sportovního družstva v přípravě a v soutěžích, komunikace se sportovními kluby, zastupuje masmédiu a tak dále.

### 2.2.1 Typologie trenéra

Trenér by měl mít soubor určitých vlastností, které ho vytváří jako trenéra dokonalého, což v reálném světě ale není z praktického hlediska možné. Osobnost trenéra se může tomuto ideálu, ale přiblížit. Žádná typologie neobsahuje celou osobnost v celé její šíři a proto se obvykle trenér a jeho typologie skládá z více vlastností. Typologické přístupy jsou čím dál tím více realističtější a snaží se trenéra pojmout jako osobnost, nejenom sportovně založenou, ale i začleňující se do společnosti, která dosahuje cílů odlišnými přístupy (Jansa & Dovalil, 2009).

Jansa a Dovalil (2009) rozdělují typologii trenérů následovně:

- podle zaujímaných vztahů trenér – sportovec
  - autoritativní: uplatňuje svůj názor bez ohledu na mínění svěřenců, uzavřený, ironický, podceňuje, vyvolává konflikty;
  - sociální: sportovcům dává volnost, diskutuje s nimi, přátelský, hůře se prosazuje;

- podle zaměřenosti v pedagogických postupech
  - vědecko-systematický: teoreticky vždy na výši, přístupný novým poznatkům, postupy vždy dokonale promyšlené a systematické;
  - empirický: především praktik, podceňuje teoretickou přípravu;
- podle stylu řízení sportovců v soutěži
  - taktický: sportovce neustále řídí, velmi dobrá informovanost o soupeři;
  - emocionální: udržuje dobrou náladu družstva, úspěšně reguluje hráčské emoce, občas opomíjí rozumovou úvahu;
  - psychologický: umí sugestivně motivovat a stimulovat, zvládá náročné meziosobní situace.

Podle Martense (2006) se většina trenérů přiklání k jednomu z těchto trenérských stylů:

- Autoritativní styl – trenér – diktátor – trenér dělá rozhodnutí sám, předpokladem pro tento přístup jsou znalosti a zkušenosti z praxe;
- Submisivní styl – trenér – operátor – trenér dělá pouze nezbytná rozhodnutí, trenéři mají nedostatek schopností, řeší kázeňské přestupky, a obvykle pořádně ani nevědí jak trénovat;
- Kooperativní styl – trenér – učitel – trenéři rozhodují spolu se svými svěřenci, jsou odpovědní, snaží se utvořit v celém týmu včetně sebe rovnováhu sil.

Trenér je hlavní komunikační činitel, jak v přípravě, tak i v soutěžích, vychází z toho následující rozdělení podle Martense (2006):

- Nedůvěryhodný trenér – nepřipouští vlastní chyby, nemá u hráčů respekt, je sobecký, ve většině případů své svěřence znechutí
- Trenér-negativista – slova i jednání negativní, nepřátelský, skoupý na pochvalu, pokud řekne laskavé slovo, okamžitě se to snaží překrýt něčím negativním
- Trenér-soudce – stále hodnotí své svěřence, neinstruuje, nedává zpětnou vazbu, neumí poradit, sportovci se díky němu cítí nejistí
- Nevypočitatelný trenér – je nepředvídatelný, těkavý, velmi často se hádá s rozhodčím
- Výmluvný trenér – výřečný, stále uděluje instrukce, křičí, neposlouchá, co se mu říká
- Trenér-kamenná tvář – nikdy neprojeví své pocity, nesměje se, nemračí se, nechválí, nekritizuje, vyvolává ve sportovci stálou nejistotu

- Trenér profesor – vysvětluje věci velmi složitě, vyvolává zmatek
- Povrchní trenér – neumí najít střední cestu v pochvalách ani v trestech.

Typologie osobnosti trenéra podle temperamentu (Hippokrates):

- Sangvinik – veselý společenský, plný nadějí, žije pro daný okamžik
- Flegmatik – klidný až lhostejný, netečný, má sklon k nečinnosti, spolehlivý, rozvážný a snášenlivý, přemýšlivý
- Cholerik – impulzivní, vzteklý, snadno se rozzlobí, ale velmi rychle se uklidní, neústupný a pořádkumilovný,
- Melancholik – je pomalý a převládá u něj smutná nálada, bere vše velmi vážně a lehce se dokáže znepokojit, vztahuje nepříjemné věci ke své osobě (Pilařová, 2009).

Typologie osobnosti trenéra podle temperamentu (Jung):

- Introvert – tichý, uzavřený, má málo přátel, není impulzivní, ale spíše plánuje věci dopředu, je trpělivý a spolehlivý se sklonem k pesimismu,
- Extrovert – společenský, má rád vzrušení, brzy ztrácí náladu a trpělivost, má sklon k agresivitě, na druhou stranu má rád legraci (Pilařová, 2009).

## 2.4 Tréninková jednotka

Sportovní trénink zahrnuje přípravu jedince nebo týmu na soutěže. V minulosti tréninky probíhaly hravou formou soutěží a opakováním, později se ukázalo, že jenom tyto metody na výhry přestávají stačit a postupně došlo k rozvoji specifických tréninkových funkcí. Začaly se rozvíjet nové cvičební postupy a trenéři se učili používat odborné znalosti v praxi (Peříč & Dovalil, 2010).

Podle Jansy (2009) je sportovní trénink jako proces interakce, kdy interakce sportu zahrnuje vše, co se děje mezi sportovcem a trenérem, dalšími sportovci a účastníky. Výsledkem je chování a jednání všech účastníků.

Hlavními složkami sportovního tréninku jsou kondiční, technická, taktická, teoretická a psychologická příprava. Každá z těchto složek si vyžaduje jiný přístup, jinou časovou osu přípravy a hlavně důslednost v jejím provedení. Sportovní trénink může mít ještě další zaměření, ke kterým patří rozvoj síly, rychlosti, vytrvalosti a flexibility. Tyto složky se rozvíjí podle věkových kategorií a také podle pohlaví. Tedy o náročnosti tréninků

rozhoduje věk a pohlaví a také celková kondice svěřenců (Lehnert, Novosad, Neuls, Langer & Botek, 2010).

Tréninková jednotka je základní organizační celek tréninkového procesu a dělí se na tři části, přípravnou (úvodní a průpravná část), hlavní a závěrečnou část. Vedení jednotky může probíhat různými formami, které se dělí obvykle z hlediska sociálně interakčního a hlediska metodicko-organizačního (Lehnert, Novosad & Neuls, 2001).

Trénink je účelně organizovaný proces, kdy se rozvíjí specializovaná výkonnost sportovce v v odvětvích a disciplínách. Cílem každého tréninku je dosažení nejlepšího individuálního sportovního výkonu na základě všestranného rozvoje sportovce. K dosažení cílů dochází osvojováním si sportovních dovedností v tréninku i v soutěžních podmínkách, řeší systémově technickou a taktickou přípravu. Zasahuje do procesu ovlivnění psychiky, osobnosti a chování sportovce, s čímž je úzce spojena výchova jedince z domácí prostředí (Peříč & Dovalil, 2010).

Podle Lehnerta a spol. (2001) do přípravné části patří příprava sportovce na plnění cílů a s tím spojené zatížení v hlavní části. Trenér zahajuje TJ, seznamuje sportovce s vytyčenými cíly a motivuje je k výkonům. Dále zahrnuje rozcvičení, které má dobu trvání 15 – 45 minut, zároveň je učí koncentraci a uvědomování si průběhu pohybu a signálů vysílaných ze zatěžovaných částí těla. Část rozcvičovací se může ještě dále dělit na všeobecné a speciální rozcvičení.

V hlavní části TJ probíhá zatížení, které dosahuje z hlediska výkonnosti svého vrcholu. Vyhází majoritně s posloupností pohybových činností – koordinačně náročná cvičení – cvičení rychlostní nebo rychlostně silová – silová cvičení – vytrvalostní cvičení. Je vhodné koncipovat TJ tak, aby realizovaná cvičení představovala nároky na jeden systém energetického zabezpečení (Lehnert, Novosad & Neuls, 2001),

Závěrečná část obsahuje uklidnění, zhodnocení, které je spojené s další motivací.

Je žádoucí, aby trenér vedl sportovce k pochopení pozitivního vlivu závěrečné části na rychlost zotavovacích procesů a především vytvářením časového prostoru na konci tréninkové jednotky podporoval vznik správných návyků. Ještě závažnější je fakt, že dlouhodobé podněcování významu a zanedbávání této části TJ může vést i k závažným onemocněním nejen podpůrně-pohybového aparátu, ale i kardiovaskulárního systému (Lehnert, Novosad, & Neuls 2001, 56).

Kvalita interakce se podílí na zlepšení tréninkové jednotky a úzce souvisí s vedením a organizací. Trenéři volí jednotlivé formy tréninkové jednotky tak, aby co nejlépe plnili cíle, aby docházelo k uspokojení sportovních potřeb svěřenců a aby docházelo k zlepšení, jak po technické tak taktické stránky. Tyto formy ovlivňují interakci svým provedením, komunikací v nich a výsledky. Pokud formy budou použity správně, pravděpodobně bude v daném sportu docházet k progresu a naopak.

V předcházejícím textu jsem uvedla základní formu, které se využívá jak v tréninkových procesech, tak i ve školní tělesné výchově. K dalším formám TJ patří například tréninková soustředění, návštěvy sportovních akcí a setkávání špičkových sportovců s mladými adepty (Lehnert, Novosad & Neuls, 2001).

Tréninkové jednotky se mimo klasické již zmíněné formy organizace, mohou rozlišovat na formy:

- Sociálně interakční forma
  - Vychází ze vztahu mezi trenérem a účastníkem tréninku a ze vztahu mezi svěřenci samotnými
- Hromadná forma
  - Trenér dohlíží na celou skupiny svěřenců, kteří vykonávají stejnou formou stejnou činnost
- Skupinová forma
  - Skupina je rozdělena na menší skupiny, které vykonávají buď rozdílnou činnost, pokaždé zaměřenou na jinou věc, například podle úrovně nebo podle postů volejbalu, anebo jednotlivé skupiny konají stejnou činnost, ale jiné provedení
- Individuální forma
  - Liší se didaktickým cílem a charakterem individuální činnosti, trenér se věnuje pouze jednomu hráči v tréninku, kterému může udělovat úkoly, jak kvalitativně tak kvantitativně rozdílné
- Metodicko-organizační forma
  - Rozlišuje kruhový provoz a cvičení na stanovištích (Jansa & Dovalil, 2009).

## 2.5 Interakce

V období 50.tých letech se postupně prohlubuje zájem o projevy jedince v interpersonálních vztazích, o analýzu stabilních charakteristik jeho sociální interakce. Tento směr výzkumu vychází z předpokladu, že lidské chování v sociální interakci je determinované osobnostně, tj. studiem povahy interpersonálního chování umožňuje efektivní diagnostiku osobnosti. Interpersonální chování se zde chápe ve smyslu pozorovatelných projevů jedince ve vztahu k jiné, modální, anebo konkrétní osobě (Výrost & Slaměník, 1997, 166).

Interakce je vzájemné pozitivní nebo negativní působení jedné osoby na druhou, ke kterému dochází všude kolem nás. Jednání jedné osoby ovlivňuje chování druhé osoby, popřípadě chování přímo moje, je to teda subjektivní odpověď na nějakou reakci od jiné osoby. K sociální interakci může docházet kdekoliv, a kdykoliv, i například mezi jedincem a jedincem, jedincem a skupinou nebo skupinou a skupinou. Dochází ke koaci, kooperaci nebo k soutěžení a rivalitě. Při koaci členové skupiny pracují relativně na sobě nezávisle a bez spolupráce, na rozdíl od kooperace, kdy členové skupiny spolupracují při dosahování jednotného určitého cíle, necítí při tom rivalitu ani soutěžení, na rozdíl od kompetice. Při rivalitě dochází k soupeření o dosažení cíle, kdy soutěžení slouží jako motivace a dopomoc při organizace práce pedagoga (Čadilová, 2009).

Aby mohlo docházet k interakci, je důležité se nějakým způsobem dorozumět, neboli používat komunikaci, která je podle Výrosta a Slaměníka (1997) charakterizována jako základní společenský proces a zahrnuje své předpoklady a výsledky. Komunikace je teda specifickou formou spojování lidí a souvisí právě s interakcí, a například dále se společnou činností, kooperací a vzájemným působením. Komunikaci trenéra se sportovcem, trenéra s trenérem a sportovce s trenérem. Psychologie lidské komunikace zahrnuje vyjadřování svých představ a záměrů. Obsahuje motivaci ke komunikaci, dorozumění a nedorozumění a hlavně účinky komunikace na psychiku a projevy a vztahy jednotlivých komunikujících (Vybíral, 2005). A jelikož je současná doba považována za éru komunikace a společnost za „společnost vědění“, je nutné zkoumat komunikační dovednosti hlouběji, například komunikační metodou, která zahrnuje edukační styl pedagoga odrážející se v konkrétní interakci se svěřenci a je jeho edukačním působením žáky přijímána (Dvořák, 2016).

Interakce je zakotvena v systematickém přístupu ke komunikaci a interpersonální teorii, předpokládá dyadické interakce mezi jednotlivci. Podle interpersonální teorie může být interakce popsána dvěma dimenzemi. První je dimenze Kontroly (Control), která představuje míru vlivu, jeden krajní pól dimenze je dominantní a druhý submisivní. Druhá dimenze je Vstřícnosti (Affiliation), která popisuje míru emoční otevřenosti k lidem (Wubbels, Brok, Tartwijk & Levy, 2012).

Podle Dučaiové a Litvínové (2013) je sociální interakce vzájemné působení mezi lidmi. Je spojena nejen s komunikací, ale i se sociální percepcí, což je proces, jehož prostřednictvím lze vnímat jiného člověka, skupinu či dav, a usuzovat o motivech jeho chování.

„Cílem systému interpersonální diagnózy (Leary, 1957) je určení strategie, kterou jedinec používá v interakci se svým sociálním prostředím“ (Výrost & Slaměnik, 1997, 166).

K interakci dochází, jak v běžném životě, tak to v tom profesním jako je například škola nebo sport. Interakce probíhající ve sportu se majoritně týká trenéra a jeho svěřenců. V odborné literatuře je o interakci mluveno, spíše v souvislosti učitele a jeho žáků, ale protože je sport stejně jako škola socializační činitel, tak je trenér stejně jako učitel považován za pedagoga, a jet tedy v sociální interakci s jeho sportovními svěřenci. Z předchozího textu vyplývá, že je možné teorie o interakčním stylu také aplikovat na vztah trenéra a jeho svěřenců.

Trenér je vůdčí článek celého interakčního procesu ve sportu, a proto je pochopitelné, že osobnost trenéra určuje, jak se k němu a k sobě navzájem budou chovat jeho svěřenci. Podle Toda a spol. (2010) ale není zcela jisté, zda osobnostní vlastnosti mají nějaký konkrétní vztah se sportovním výkonem. Lidé, co se pohybují ve sportovních odvětvích, věří, že vlastnosti osobnosti přispívají ke sportovnímu výkonu, druzí nikoli.

Osobnost, jako taková má několik rysů, které tvoří celek. Tento celek predisponuje kvalitu a způsob interakce mezi jedinci. Do rysů osobnosti charakterizující interpersonální styl osobnosti patří podle Výrosta a Slaměnika (2008) kruhová struktura interpersonálních škál, která je chápána vektorově v dvojrozměrném prostoru. Vychází z Learyho DOM a LOV struktury, která po statistické analýze byla přetvořena na seznam 128 adjektiv s označením IAS (Interpersonal Adjective Scales). V dalším období ho sjednotil na 64

adjektiv IAS-R, které je rozděleno do 8 dimenzí a každá je hodnocena 16 přídavnými jmény. Osobnost je pak tvořena osmi dimenzemi, různé síly a významnosti, která má vliv na strukturu interakčního stylu.

Podle Dyrťové a Krhutové (2009) je osobnost pedagoga tvořena komplexem složek relativně na sobě nezávislých a tento kvalitativní profil osobnosti se promítá do reakcí, psychických procesů a stavů a podmiňuje interakční aktivity osobnosti.

Jak už bylo zmíněno, dochází ke vzájemným interakcím mezi trenérem a jeho svěřencem a způsob, kterým reakce probíhá v jednotlivých interakčních epizodách, je možné zachytit, pozorovat a zaznamenávat (Dyrťová & Krhutová, 2009). V posledních dvou desetiletích se vztah pedagoga a jeho svěřence, čím dál tím více zkoumal, s tím, že hlavní pozornost je více upínána právě na pedagoga samotného, s jeho přístupem k vedení výuky. Obvykle se sebehodnocení pedagoga rozmisťuje od velmi nízkých hodnot (pasivní postoj k dítěti) až po velmi vysoké hodnoty při sebehodnocení (snaží se mít silný vliv na dítě, má úplnou kontrolu nad situací bez uznávání a jakéhokoliv umožnění nezávislého příspěvku od dítěte) (Roorda, Koomen, Spilt, Thijs & Oort, 2013). Charakteristický styl interakcí mezi pedagogem a žáky označujeme jako interakční styl pedagoga, který se dá zkoumat (Dyrťová & Krhutová, 2009).

Zkoumaná složka osobnosti pedagoga je i jeho sociální chování, které Dučaiiová (2013) charakterizují vyjádřením vnějších projevů lidí, které vznikají při vzájemném styku. Podle tohoto chování je možné poznat, jaký je vztah mezi lidmi v určitých sociálních prostředích, kteří jsou ve vzájemné interakci. Chování osobnosti ve skupině je podmíněno normami a pravidly, které určují to, co je očekávané a co je nežádoucí chování.

Ve sportovním prostředí dochází k specifickému chování, které je z velké míry ovlivněno interakcí mezi trenérem a jeho svěřencem. Sport patří neodmyslitelně k společenskému životu a studium sportu jako sociálního jevu proto poskytuje informace, jak o společenských hodnotách, tak i o sociální struktuře společností a o jedinci samotném. Ze sportu lze vyvodit hodnotové orientace mladé generace a zároveň společenské hodnoty ovlivňují výběr sportů, jejich organizaci a motivaci sportovců (Slepička, Hošek & Hátlová, 2009).

### 2.5.2 Interakční styl

„Styl patří z psychologického hlediska k rysům osobnosti. Jak uvádí Čáp a Mareš (2001, 158), rys osobnosti je příznačný pro určitého jedince, odlišuje ho od ostatních. V průběhu života je rys relativně stálý. Jednotlivé rysy se však vzájemně překrývají či pronikají, kvalitativně se „zabarvují“, což vede k celistvosti osobnosti“ (Janíková, 2011).

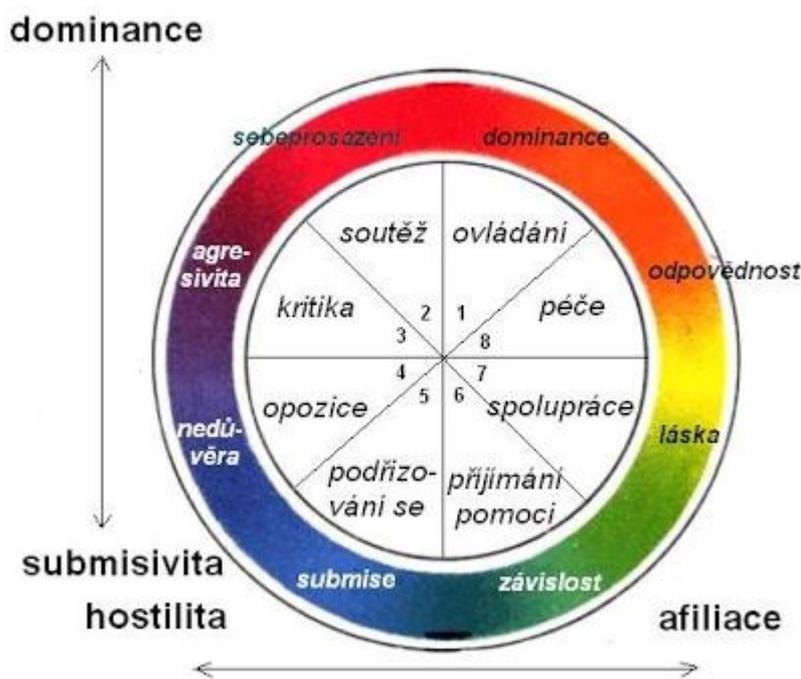
Interakční styl je založen na teorii interpersonálního chování, která pochází od amerického psychologa Timothy Learyho (Mareš & Gavora, 2004). Podle Brophyho (1984), to jak se pedagog chová, ovlivňuje úspěch jedince nebo skupiny jím vedené.

Jedincovo interpersonální chování ovlivňují dvě síly: (a) redukce strachu, kdy se jedinec snaží (vědomě či nevědomě) při komunikaci s druhým jedincem zvolit takové interpersonální chování, které mu umožní vyhnout se situacím, jež u něho vyvolávají pocit obav, strachu a úzkosti; (b) udržení sebeúcty, kdy se jedinec při interakci s jiným jedincem snaží chovat tak, aby měl sám ze sebe „dobrý pocit“, aby si zachoval takovou míru sebeúcty, která odpovídá jeho představám a požadavkům (Janíková, 2011).

A podle Sekoty a spol. (2004) je jedincovo chování, teda osobnost jedince, dána dědičností, vlivy působící na vyvíjející se zárodek, okolí porodu, atmosféra původní rodiny, vliv vrstevníků, s nimiž se setkává mimo rodinu, vliv pedagoga, charakter vzdělání, vliv vztahů ke spolupracovníkům, charakter práce a vliv vztahů v rodině.

Podle Learyho (1957), se jedinec v podobných situacích chová obdobným způsobem, avšak nemalou roli zde hrají i osobnostní zvláštnosti komunikujícího partnera. Rozdíly mezi jedinci spočívají v míře, v jaké redukuje strach a udržují si sebeúctu. Každý jedinec v dané situaci použije určitý typ chování, který má už osvědčený. Postupně se tak tvoří vzorce chování, které se promítají do charakteristik jedince a ostatní ho v daných situacích vnímají tímto způsobem. Pokud jsou vzorce stabilní, mluvíme o tzv. interakčním stylu, který se projevuje v konkrétních verbálních a neverbálních chování jedince (Janíková, 2011, 57).

Leary vytvořil nejdříve 16 typů, později 8 typů interpersonálního chování. Těchto osm typů interpersonálního chování je znázorněno výsečemi (tzv. sektory). Sektory jsou určovány dimenzemi dominance - submisivita a hostilita - afiliace.



Obrázek 2. Learyho typologie (Franče, 2007)

Na základě uvedené teorie, byl vytvořen dotazník, který diagnostikoval zvláštnosti jedincovy osobnosti, na základě jeho interpersonálního chování. Dotazník se nazývá ICL (Interpersonal Adjective Checklist). Pro pedagogické účely byl přepracován výzkumníky z holandského Utrechtu (Wubbels & Levy, 1993).

Každý pedagog tíhne k určitému způsobu interakce; ten u něho převládá v různých interakčních epizodách, takže můžeme hovořit o jeho interpersonálním chování ve výukové interakci, zkráceně o jeho interakčním stylu. Interakční styl pedagoga je relativně stabilní charakteristika pedagoga v různých situacích, v různých hodinách; můžeme říci, že vypovídá o jeho zvláštnostech, že ho reprezentuje (Mareš & Gavora, 2004).

Poprvé se interakčním stylem zabýval T. Wubbels. Dále potom P. Gavora, J. Mareš a P. D. Brok (in Dytrtová & Krhutová, 2009) popsali interakční styl (učitele) pedagoga na základě Wubbelse a aplikovanou metodou výzkumu byl dotazník QTI dotazník (Questionnaire on Teacher Interaction), jehož tvůrci se inspirovali Learyho typologií osobnosti. Interakční charakteristika je posuzována v těchto osmi dimenzích:

1. Organizátor – ví o všem, co se ve skupině děje, jasně vysvětluje požadavky, dokáže udržet pozornost sportovce;
2. Pomáhající – dokáže poradit, pomoci, tvoří příjemnou atmosféru, je důvěryhodný;
3. Chápající – je trpělivý, tolerantní a dokáže svěřence vyslechnout;

4. Vede k zodpovědnosti – nechává svěřence zasahovat do chodu TJ, je velkorysý, přijímá omluvu, pokud svěřenec uvede rozumné důvody;
5. Nejistý – bývá zmatený, maskuje, když něco neví, je snadné ho vyvést z míry;
6. Nespokojený – je podezřívavý, vyhrožuje, sportovci se mu ničím nezavděčí;
7. Kárající – lehce se rozčílí, je netrpělivý, chová se povýšeně;
8. Přísný – vyžaduje soustředění, přísně trestá, je náročný, vyžaduje poslušnost (Dytrtová & Krhutová, 2009).

Výroky, které jsou nabídnuty svěřenci k výběru, charakterizují různé styly pedagoga ve vedení. Svěřenec přiřazuje ke každému výroku bodové hodnocení 0 – 4. Nula je „nikdy“ a čtyři je „vždy“. Spočítává se dále aritmetický průměr každé dimenze podle toho, které otázka patří ke které dimenzi (Dytrtová & Krhutová, 2009).

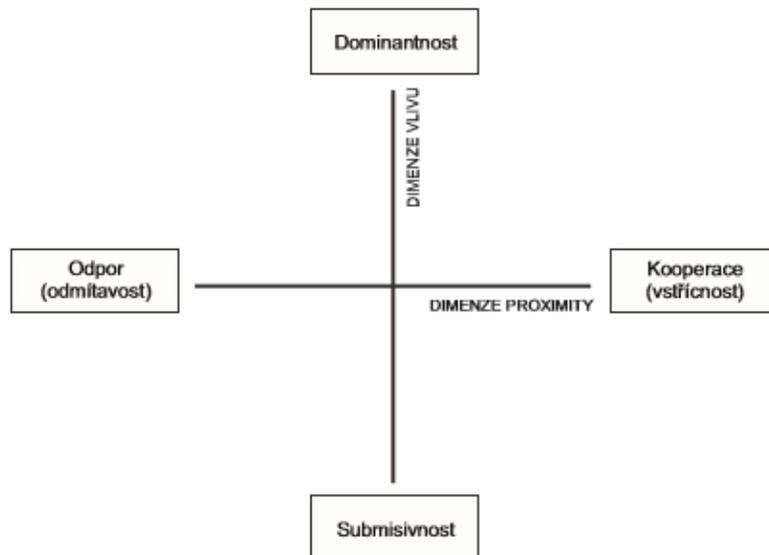
Podle Janíkové (2011) rozhodujícím činitelem v interakci a komunikaci ve výuce je pedagog a jeho chování vůči svým svěřencům. Každý pedagog inklinuje k určitému typu chování a komunikace, který u něho převládá v různých interakčních epizodách. Pedagogovo interpersonální chování je možné znázornit pomocí dvou os (obrázek 3), které představují dvě dimenze:

- Vertikální osa je označena jako vliv, jejími krajními póly jsou dominantnost a submisivnost (tolerantnost)<sup>1</sup>. Vyjadřuje, do jaké míry trenérovo chování při tréninkové interakci určuje, determinuje chování svěřenců, neboli do jaké míry si trenér v tréninkových jednotkách udržuje moc nad skupinou, nebo se této moci vzdává a ponechává svěřencům možnost více zasahovat do dění.
- Horizontální osa je označena jako proximita, jejími krajními póly jsou odpor (odmítavost) a kooperace (vstřícnost)<sup>2</sup>. Vyjadřuje, do jaké míry je trenérovo chování při výuce vůči svěřencům odmítavé, nebo naopak přátelské, se snahou o spolupráci.

---

<sup>1</sup> Označení dominantnost-submisivnost není zcela bez problémů. Mareš a Gavora (2004, 108) uvažují do budoucna o tom, že by terminologii upravili na dominantnost-tolerantnost, což by lépe vystihovalo míru, s níž učitel otevírá prostor pro žákovskou činnost. (Janíková, Interakce a komunikace učitelů tělesné výchovy, 2011)

<sup>2</sup> Mareš a Gavora (2004, 107) se při tvorbě české a slovenské verze Wubbelsovy aplikace Learyho teorie na pedagogické jevy rozhodl změnit označení krajních pólů horizontální dimenze (proximity). Místo dvojice odpor-kooperace zvolili z terminologických důvodů dvojici odmítavost-vstřícnost (Janíková, 2011).



Obrázek 3. Model učitelova interpersonálního chování v interakci se žáky (Mareš & Gavora, 2004)

Podobně jako v Learyho modelu také Wubbels (1993) se spolupracovníky jemněji rozčlenili rovinu vymezenou dvěma základními osami. Vytvořili osmiúhelník, přičemž každý z osmi „dílků“, osmi trojúhelníků (nazvali je sektory) reprezentuje jednu specifickou vlastnost trenéra, tak jak se projevuje v jeho interakci se svěřenci (Mareš & Gavora, 2004, 108).



Obrázek 4. Osm sektorů Wubbelsova modelu trenérova interpersonálního chování v interakci (Mareš & Gavora, 2004)

Tento model je vědecký nikoli normativní. Neříká tedy, jak se má pedagog chovat, nýbrž analyzuje interpersonální chování pedagogů ve výukové interakci (Mareš & Gavora, 2004). Autoři modelu tvrdí, že se pedagogové mohou zachovat kterýmkoli z osmi typů

chování a může to být chování akceptovatelné. Jsou situace, v nichž je vhodné, aby pedagog dal najevo nespokojenost nebo ukázal, že si v něčem není jistý anebo svěřence pokáral. Zdá se, že většina svěřenců používá takový styl komunikace, který zahrnuje (byť v různých proporcích) všech osm typů chování (Brok, Levy, Rodriguez & Wubbels, 2002).

Interakční styl je tvořený osobností, a osobnost ve sportu se projevuje třemi složkami: schopností – zkušeností či dovednostmi, tzn. jak je dobrý výkon; dynamickou složkou, která zahrnuje motivaci, zájmy a charakter a poslední složkou je temperament, tj. jakým způsobem činnost osobnost provádí (Sekot, Blahutková, Dvořáková & Sebera, 2004).

### **2.5.3 Interakční styl trenéra**

Zalabák a spol. (2011) tvrdí, že trenér je zároveň pedagogem a zároveň psychologem. Výrost a Slaměník (1997) říkají, že účastník interakce se chová v souladu se svými osobními cíly, kterými dosahují vlastními silami a také využitím interakčního stylu.

Pojerová (2017) prezentuje interakční styl šesti trenérů volejbalu z Olomouce a Přerova.

Všichni trenéři se hodnotili (sebereflexe) v dimenzích Organizátor, Pomáhající, Chápající a Vede k zodpovědnosti vysokými hodnotami, na rozdíl od zbylých dimenzí kromě dimenze Přísný, které byla hodnocena všemi trenéry průměrně. Pokud bychom se na hodnocení trenérů podívali z druhé strany, tedy ze strany hodnocení svěřenců, zjistili bychom, že jejich hodnocení jsou si podobná, až na jednu výjimku, a to trenéra, který se hodnotil v dimenzích jako všichni trenéři, a svými svěřenci byl hodnocen spíše v dimenzích Přísný, Kárající a Nespokojený.

Interakčnímu trenérskému stylu se dále věnuje Vindiš (2017), který hodnotí interakční trenérský styl u trenérů street dance. Podobně jako Pojerová (2017) trenéři v rámci sebehodnocení nejčastěji charakterizují své interpersonální chování v dimenzích Pomáhající a Chápající. Nejméně často se sebehodnotí v dimenzích Kárající a Nespokojený.

Interakční styl trenéra je dále možné sledovat jinými metodami například videotréninkem interakcí (VTI). Zaměřuje se na rozvoj interakcí mezi jedinci a díky ní dokážeme velmi dobře rozvíjet komunikační dovednosti, které tvoří interakci. Skládá se z natáčení, videoanalýzy a zpětnovazebného rozhovoru. VTI se zabývá principem úspěšné

komunikace, a trvá tak dlouho, dokud nedojde k dosažení cílené spolupráce. Tato metoda zjišťování a vylepšování interakčního chování se využívá při určitých situacích, do kterých patří: zadávání nového cvičení, individuální korekce ze strany trenéra a situace při probíhajícím cvičení (Baláková, 2015).

## **2.6 Vývojová specifika období dospívání**

Psychický vývoj lze charakterizovat jako proces vzniku, rozvoje a zákonitých proměn psychických procesů a vlastností, jejich diferenciaci a integraci, které se projeví v rámci celé osobnosti. Zahrnuje kvantitativní i kvalitativní změny, nárůst i úbytek různých funkcí, které se mohou rozvíjet plynule i formou vývojových skoků (Vágnerová, 2014, 11).

Psychický vývoj obsahuje několik oblastí, do kterých patří biosociální vývoj (tělesný vývoj a veškeré proměny s ním spojené), vývoj kognitivních funkcí, vývoj motivačně emočních složek a psychosociální vývoj. Vývojové oblasti probíhají v různých časových rozmezích a různě intenzivně. Období, s kterým pracuji, je období dospívání mezi dětstvím a dospělostí. V období dospívání dochází ke komplexní proměně osobnosti, mnohé změny jsou podmíněny biologicky, ale jsou výrazně ovlivněny psychickými a sociálními faktory.

Znalost charakteristik věkových skupin je důležitá proto, že v tréninkových jednotkách dospělých, dospívajících a dětí jsou velké rozdíly. Je nutné proto zvolit vhodný trenérský styl, obsah tréninkové jednotky a celkový ráz tréninku. Dobré je vnímat psychickou i fyzickou stránku sportovce,

Základní rozdíly jsou tedy anatomické, fyziologické a pedagogicko-psychologické. Do typů anatomických rozdílů patří například: užší ramena, méně svalů, níže postavené těžiště, nedovyvinuté kosti, jsou lehčí a mají kratší končetiny. Základní fyziologické vlastnosti dětí oproti dospělým jsou: menší srdce, vyšší tepová frekvence, méně se potí – špatná aklimatizace na teplo, menší objem plic a nižší aerobní předpoklady. Do kategorie odlišností v pedagogicko-psychologickém měřítku patří: citlivost ze strany trenéra, delší čas na regeneraci a větší flexibilita než u dospělých (Jansa & Dovalil, 2009).

Moje diplomová práce se věnuje kategorii dětí ve věku 11 – 19 let, nejbližší charakteristické jsou jim dvě kategorie, a to puberta (raná adolescence) a adolescence, které obě dvě patří do dorostového období.

Období dospívání se rozděluje podle Vágnerové (2014) na ranou a pozdní adolescenci.

Raná adolescence je nejvíce charakteristická tělesným dospíváním, spojeným s pohlavním dozráváním, tj. pubertou. Taktéž dochází ke změně způsobu myšlení a stimulaci změn emočního prožívání. Zdůrazněná je potřeba jistoty a přijatelné pozice ve světě (Vágnerová, 2014).

.Podle Heluse (2003) bývá pubescence „vývojá fáze také někdy označována jako střední školní věk (zdůrazňujeme tím vývoj významný přechodu dítěte na druhý stupeň základní školy, respektive nižší gymnázium), nebo raná adolescence (tím zase zdůrazňujeme, že dětství je zde překonáno nastupujícím dospíváním, jehož znakem je probouzející se sexualita).“

V období rané adolescence dochází nejenom k psychickým změnám, ale také k výrazným fyzickým změnám, mezi které patří, rychle se měnící váha, výška i tělesná stavba, dále dochází ke změně celkového vzhleu, fungování orgánů, a začínají se projevovat druhotné sexuální znaky (mutující hlas), k neposlední změně dochází v životě sexuálním, kdy si dítě (začínající dospělý jedinec) uvědomuje již i existenci druhého pohlaví a prožívá první tužby, snění a začínající životní plány (Helus, 2003). U chlapců dochází k rozvoji svalů a k rychlému růstu do výšky. U dívek je tělesné vyspívání výraznější než u mužů a rodiče často očekávají u vyspělejších děvčat brzkou sexuální aktivitu. Důležité je pro tyto dospívající to jak vypadají, s kým se baví a velmi často bývají k dospělým kritičtí a netolerantní (Vágnerová, 2014).

Další důležité faktory pro tuto část lidského období jsou sebeuvědomování, zároveň s tím spojené vztahy k opačnému pohlaví, zvyšuje se významnost vrstevnických vztahů, probouzí se zájem o svoji vlastní budoucnost a začínají si vytyčovat životní plány. K neposlednímu důležitému faktoru patří vztah k rodičům a postavení v rodině, kdy obvykle začíná docházet k prvním neshodám mezi dítětem a rodičem, zvyšuje se kritičnost ze strany pubescentů na dospělé, také jsou ale děti více zranitelní a mnoho věcí si berou více osobně (Helus, 2003). Proto by měly být všechny výchovné zásady, jak tedy ze strany rodičů, tak i právě ze strany trenéra podávány taktně, diskrétně a spravedlivě a větší přestupky by se měly řešit až po odeznění emocionálního zaujetí (Jansa & Dovalil, 2009).

„Nejčastějšími chybami výchovných pracovníků v tomto věku bývají nevšímavost, malé porozumění, nepřiměřená tvrdost výchovných sankcí, veřejné vytýkání chyb apod. (Jansa & Dovalil, 2009).

Změny spojené s dospíváním vedou ke ztrátě jistot, které ale stále dospívající potřebuje a k dalšímu osobnostnímu rozvoji je žádoucí větší svoboda v rozhodování. Další potřeba je hledání přijatelné pozice ve světě. Dospívající má pocit, že svět není dobré místo, cítí se nepochopený až neschťený. Závěrem tohoto období by mělo být dosažení nové přijatelné pozice a potvrzení určité jistoty (Vágnerová, 2014).

„Termín adolescence označujeme poslední věkové období, předcházející dospělosti“ (Helus, 2003, 72). Podle Vágnerové (2014) pozdní adolescence.

Do pozdní adolescence, která trvá od 15 do 20 let, patří komplexnější psychosociální proměny. Hlavní sociální mezník je ukončení profesní přípravy. Rozvíjejí se vztahy s vrstevníky a partnerství mezi opačným pohlavím. Jedinci hledají vlastní identitu a prožívají období volnosti. Smyslem pozdní adolescence je poskytnout jedinci dost času na poznání sám sebe, zvolení si, čeho chce dosáhnout v budoucnu a osamostatnění se od rodiny (Vágnerová, 2014).

V tomto období se jedinec, který je dospělý po fyzické stránce, učí být dospělý i po stránce psychické. Získává potřebné zkušenosti, patřičné postavení, kvalifikuje a legitimuje se jako občan.

Pokud v období předcházejícím, proběhlo vše, tak jak mělo, dochází k tomto období k uklidňování a získávání životní orientace. Člověk si přisvojuje svoje životní cesty a tvoří si ideály a vzory pro svůj budoucí život. Pokud ale rozvojové úkoly v předcházející životní kapitole zvládnuty nebyly, hrozí nebezpečí, že se veškeré problémy rané adolescence dále vyostřují a nabývají daleko větších rozměrů. Může docházet k vzniku životního období hluboké krize s dalekosáhlými negativními důsledky pro celý další život (Helus, 2003).

Co se týče biologické stránky člověka, je již od rané adolescence plně zralý a nyní hledá své vyjádření v mezilidských vztazích. K plnému poznání sebe sama z pohledu biologické stránky dochází na úrovni fyzické i psychické. Toto poznání může být velmi intenzivní jak negativního tak pozitivního rázu (Helus, 2003).

Rozumově se jedinci soustřeďují na svoje zájmy, postoje a získávají si vlastnosti a návyky, které se formují pro další životní etapu, tedy pro období dospělosti (Jansa & Dovalil, 2009). Do socializační fáze podle Vágnerové (2014) patří ukončení školní docházky, získání občanského průkazu, příprava na profesní roli, vstup do různých sociálních skupin aj.

Sportovec v období adolescence bývá na svém vrcholu dovedností, trenér a sport (soutěže, tréninky apod.) jsou většinou na prvním místě před školou a jinými věcmi. Obvykle zásah do sportovního růstu bývají první lásky nebo pak také výběr špatné skupiny lidí, s kterými se daný jedinec schází. A protože období adolescence je období, kdy dítě už není dítě, ale ještě ani dospělý, je na trenérech, rodičích a učitelích, aby dopomohly nasměřovat žáka, syna, dceru nebo svého sportovního svěřence tou správnou životní cestou.

Rozvíjí se vlastní identita, projevuje se to větší snahou o sebepoznání, to je uskutečňováno v rámci vrstevnické skupiny. Do sebeidentifikace zahrnujeme i experimentování v partnerských vztazích, seberealizaci a vědomí možnosti ovládat vlastní život. S tím souvisí zacházení do extrémního chování a hledání různých životních alternativ. Občas se stává, že se jedinec nechce přesunout z tohoto období do období dospělosti a považuje dospělost za omezující stereotyp (Vágnerová, 2014).

### **3. Cíl práce**

Cílem práce je zjistit, jaké jsou rozdíly v interakčních stylech trenérů volejbalu (Olomouc, Znojmo) a jaký interakční styl tyto trenéři uplatňují v rámci jednotlivých tréninkových jednotek z pohledu sportovců.

#### **3.1 Dílčí cíle**

1. Identifikovat interakční styl trenérů volejbalu hodnocený z jejich vlastního pohledu (sebereflexe).
2. Identifikovat interakční styl trenérů volejbalu hodnocený z pohledů sportovců.
3. Identifikace „ideálního“ interakčního stylu trenéra volejbalu z pohledu sportovců a z pohledu trenérů

#### **3.2 Výzkumné otázky**

1. Jaký je interakční styl trenérů volejbalu hodnocený z jejich vlastního pohledu (sebereflexe)?
2. Jaký je interakční trenérský styl trenérů volejbalu hodnocený z pohledu jejich svěřenců?
3. V jakých dimenzích se liší interakční styl trenérů volejbalu s hodnocením jejich svěřenců?
4. Jak se liší pohled svěřenců na interakční trenérský styl jednotlivých trenérů volejbalu v závislosti na věkovém složení skupiny svěřenců?
5. Jaký je „ideální“ interakční trenérský styl trenérů volejbalu hodnocený z pohledu svěřenců a trenérů?

## 4. Metodika

### 4.1 Výzkumný soubor – charakteristika

Výzkum se uskutečnil v březnu až dubnu roku 2017 v zájmových kroužcích volejbalu volejbalových klubů měst Znojma a Olomouce.

Výzkumný soubor tvořili 4 trenéry a 53 svěřenců z čtyř volejbalových skupin, rozdílného věku, mladší svěřenci v rozmezí 11 – 15 let starší svěřenci, kteří se pohybovali ve věku 16 – 19 let. Trenéři i jejich svěřenci podepsali informovaný souhlas o dobrovolné účasti na tomto výzkumu. Pokud vyplňoval dotazník nezletilý respondent, informovaný souhlas za něho vyplnili a podepsali jeho rodiče.

Trenérům byla nabídnuta zpětná vazba, o kterou byl následně projeven zájem, nejenom ze strany trenérů, ale i jejich svěřenců. Hlavní zájem je o porovnání výsledků v rámci trenérů samotných a výsledků, které vyplnili jejich svěřenci o jednotlivých trenérech.

Výzkum probíhal vždy na začátku tréninkové jednotky, kdy všem byl vysvětlen cíl výzkumu (o ty byl nejvíce zájem ze strany rodičů nezletilých svěřenců). Následně při vyplňování měli vždy k dispozici dostatek psacích potřeb a také prostoru k vyplnění v podobě celé hrací plochy volejbalu. Vždy při nejasnostech jsem se snažila vysvětlit vzniklý problém. Častá potíž spočívala v neznalosti určitých pojmů slov. Všem bylo umožněno mít dostatek času i prostoru na vyplnění obou dvou dotazníků.

Celý výzkum byl schválen Etickou komisí FTK UP dne 24. 11. 2015 pod číslem 33/2015.

Dotazované můžeme rozdělit do dvou hlavních skupin:

1. Trenéři
2. Svěřenci
  - a. Mladší věk – 11-15 let
  - b. Starší věk – 16 – 19 let

Tabulka 1. Charakteristika trenérů

Trenér	Věk (v letech)	Pohlaví	Vzdělání	Kvalifikace	Délka praxe (v letech)
A	51	muž	VŠ	II.	15
B	24	žena	VŠ	III.	3
C	51	muž	VŠ	II.	20
D	-	žena	SŠ	II.	-

V tabulce souhrnně informuje o všech trenérech, kteří se účastnili výzkumu (o jejich věku, pohlaví, vzdělání, trenérské kvalifikaci a jejich délce praxi v daném oboru trenérství). Trenéři byli celkem čtyři, z toho dva muži a dvě ženy. Věkem a trenérskou kvalifikací se tři trenéři velmi podobají a jedna trenérka je mladší s nižší kvalifikací.

Tabulka 2. Charakteristika svěřenců

	Věk (v letech)	Pohlaví	Počet	Vzdělání	Soutěžní výkonnost
SA	11 – 15 Mladší	Ženy	22	ZŠ	Mladší a starší žákyně
SB	12 – 15 Mladší	Muži	12	ZŠ	Krajská přebor, Český pohár
SC	16 – 19 Starší	Muži	10	SŠ	Juniorská liga
SD	16 – 19 Starší	Ženy	9	SŠ	Juniorská liga

Vysvětlivky: SA – svěřenci trenéra A, SB – svěřenci trenéra B, SC – svěřenci trenéra C, SD – svěřenci trenéra D

Popis celkové charakteristiky všech svěřenců je v tabulce a obsahuje jejich věk, pohlaví, počet v jednotlivých skupinách, vzdělání (míněno i neukončené) a jejich soutěžní výkonnost. Skupiny SA a SB jsou si věkově a výkonnostně podobné. Skupiny SC a SD jsou si naprosto totožné kromě pohlaví. Zmínila bych ještě, že skupiny SA, SC a SD jsou

ze Znojma, na rozdíl od skupiny SB, která je z Olomouce a také má nejmladší trenérku. Početně se skupiny až na SB příliš neliší, a důvodem vysokého počtu ve skupině SB je větší počet trenéru v této skupině, ale aby byla data od skupiny SB použitelná, všichni respondenti skupiny SB hodnotili pouze jednu trenérku, která se nakonec zúčastnila výzkumu.

## 4.2 Výzkumné metody

Pro tento projekt byl použit dotazník Interakční styl sportovního trenéra zpracovaný Mgr. Janou Harvanovou, Ph.D. a Doc. PhDr. Danou Štěrbovou, Ph.D. Výchozím dotazníkem byl anglický Questionnaire on Teacher Interaction – QTI pro učitele a jejich žáky.

Dotazník se skládá z 64 otázek. Každý tázaný vyplňoval dva typy dotazníků. Oba dva dotazníky měly stejný obsah, ale první typ „A“ byl o konkrétním trenérovi a typ „B“ byl o trenérovi ideálním. Každý vyplňující měl na výběr z odpovědí 0 – 4. S tím, že pokud výrok nepopisoval charakteristiku trenéra, odpověděl svěřenec 0, a naopak pokud o trenérovi vypovídal, odpověděl svěřenec 4.

Pro lepší orientaci tázaných, jsem vždy dotazníky spojila v tom pořadí, v jakém měly být vyplněny, tedy první dotazník „A“ druhý dotazník „B“.

Přesně jsem pracovala s těmito variantami dotazníků:

- dotazník interakčního stylu trenéra/trenérky (A) – adaptace pro trenéry Harvanová, Štěrbová (in press),
- dotazník interakčního stylu trenéra/trenérky (B) – adaptace pro trenéry Harvanová, Štěrbová (in press),
- dotazník interakčního stylu trenéra/trenérky (A) – adaptace pro sportovce Harvanová, Štěrbová (in press),
- dotazník interakčního stylu trenéra/trenérky (B) – adaptace pro sportovce Harvanová, Štěrbová (in press).

Každý vyplněný dotazník lze zaznamenat do grafu ve tvaru osmiúhelníku, kdy každá výseč charakterizuje jednotlivé dimenze. Každá dimenze je dána jednotlivými

otázkami z dotazníku, následující tabulka ukazuje, která dimenze je jakou otázkou charakterizována.

Tabulka 3. Dimenze interakčního stylu

Dimenze interakční stylu	Otázky 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	13, 15, 19, 28, 41, 44, 51, 52

Z tabulky č. 3. vychází všech pět mých výzkumných otázek zabývajících se interakčním trenérským stylem. Výsledky, týkající se otázek 3 až 5, byly statisticky testovány v programu STATISTIKA 12cz. Jejich vzájemný vztah byl testován neparametrickým testem statistiky, neboli Wilcoxonovým párovým testem. Hladina statistické významnosti byla stanovena na 5% což je  $p < 0,05$ .

## 5. Výsledky

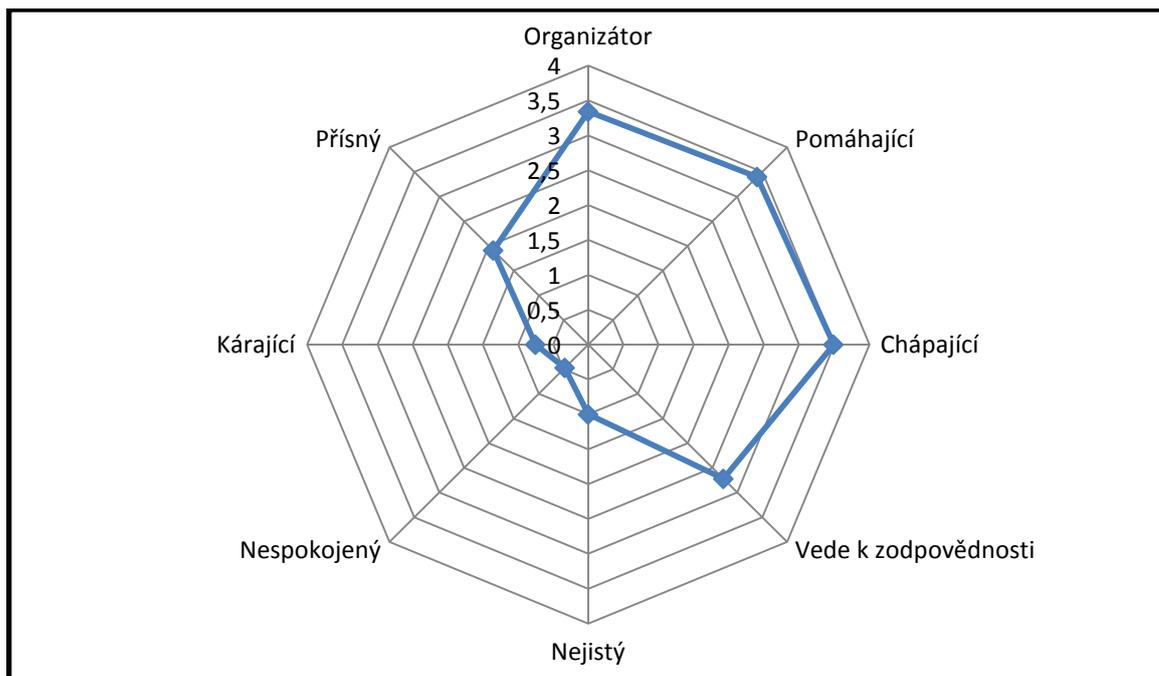
Výsledky výzkumu jsou prezentovány tabulkami a grafy s detailním popisem a vysvětlením. Pořadí výsledků výzkumu souhlasí s pořadím výzkumných otázek v předcházející kapitole.

### 5.1 Výsledky výzkumu vztahující se k výzkumné otázce č. 1

V této části jsou popsány výsledky interakčního trenérského stylu všech trenérů z jejich vlastního pohledu (sebereflexe). Hodnoty všech čtyř trenérů byly zprůměrovány a zaneseny pro přehlednost do tabulky a následně do grafu.

Tabulka 4. Hodnocení trenérského interakčního stylu všech trenérů volejbalu z jejich vlastního pohledu (sebereflexe)

Dimenze	Sebehodnocení trenérů (průměrné hodnoty)
<i>Organizátor</i>	3,34
<i>Pomáhající</i>	3,40
<i>Chápající</i>	3,49
<i>Vede k zodpovědnosti</i>	2,72
<i>Nejistý</i>	1,00
<i>Nespokojený</i>	0,47
<i>Kárající</i>	0,75
<i>Přísný</i>	1,91



Vysvětlivky : ■ Souhrn interakčních trenérských stylů trenérů volejbalu z jejich vlastního pohledu (sebereflexe)

Obrázek 5. Grafické znázornění interakčního stylu trenérů volejbalu z jejich vlastního hodnocení (sebereflexe)

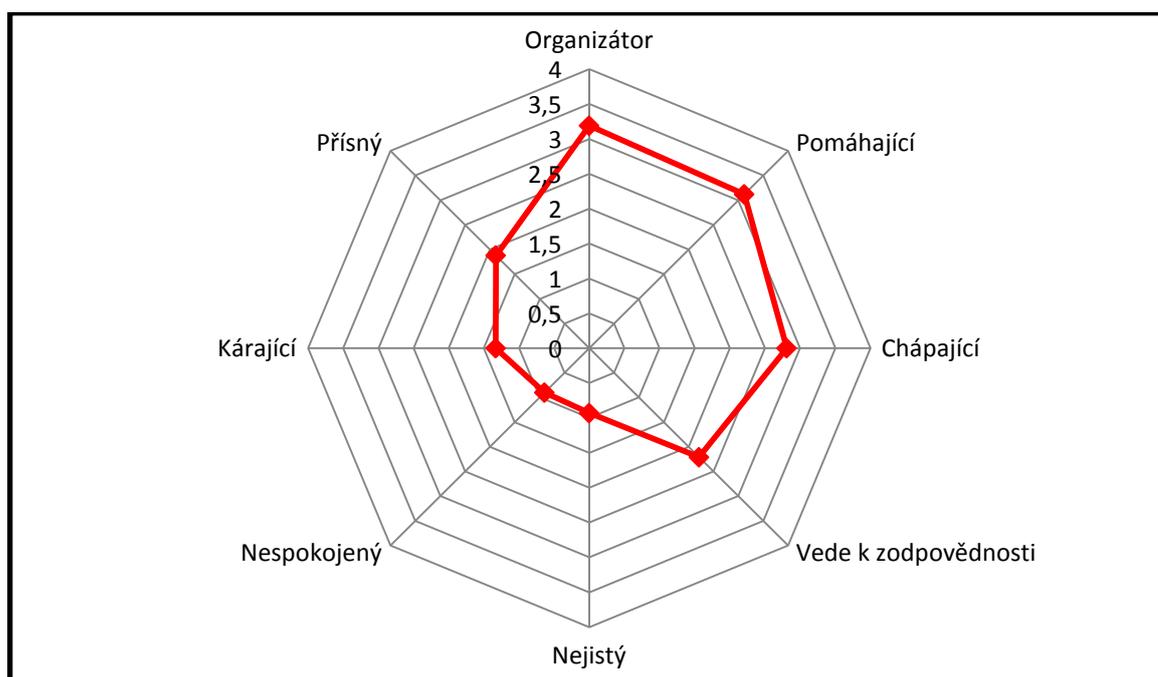
U trenérů volejbalu převažoval interakční styl z pohledu sebereflexe *Organizátor*, *Pomáhající*, *Chápající* a o něco méně, ale přece výrazně se projevila dimenze *Vede k zodpovědnosti* a *Přísný*.

## 5.2 Výsledky výzkumu vztahující se k výzkumné otázce č. 2

Druhá výzkumná otázka líčí pohled svěřenců na interakční styl vlastního trenéra volejbalu. Změřená data zaznamenává tabulka i graf.

Tabulka 5. Hodnocení interakčního trenérského stylu všech trenérů z pohledu jejich svěřenců

Dimenze	Hodnocení trenéra svěřenci (průměrné hodnoty)
<i>Organizátor</i>	3,19
<i>Pomáhající</i>	3,12
<i>Chápající</i>	2,81
<i>Vede k zodpovědnosti</i>	2,22
<i>Nejistý</i>	0,93
<i>Nespokojený</i>	0,90
<i>Kárající</i>	1,33
<i>Přísný</i>	1,88



Vysvětlivky: ■ Souhrn interakčního trenérského stylu všech trenérů z pohledu jejich svěřenců

Obrázek 6. Grafické znázornění souhrn interakčního trenérského stylu všech trenérů z pohledu jejich svěřenců

Svěřenci nejčastěji hodnotili své trenéry dimenzemi *Organizátor, Pomáhající, Chápající, Vede k zodpovědnosti a Přísný*.

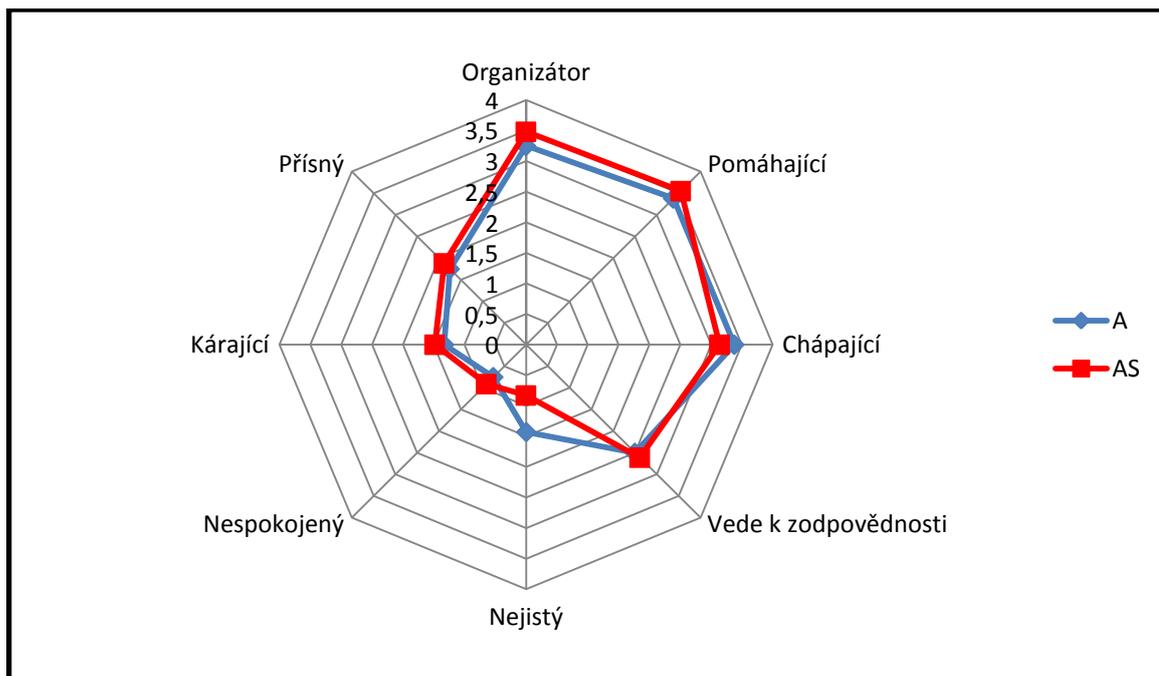
### 5.3 Výsledky výzkumu vztahující se k výzkumné otázce č. 3

Třetí výzkumná otázka řeší lišící se dimenze interakčního trenérského stylu volejbalu jednotlivých trenérů z pohledu svého vlastního a jejich svěřenců. K ověření statistické významnosti byl použit Wilcoxonův test. Každý trenér a jeho svěřenci byli charakterizováni v jednotlivých grafech a tabulkách, přičemž závěrečný graf s tabulkou popisuje všechny trenéry v konfrontaci se všemi svěřenci.

Tabulka 6. Souhrn výsledků sebehodnocení trenéra A a hodnocení trenéra jeho svěřenci AS

	D1	D2	D3	D4	D5	D6	D7	D8
A	3,25	3,38	3,38	2,50	1,43	0,75	1,33	1,75
AS	3,48	3,55	3,14	2,61	0,83	0,91	1,48	1,89

Vysvětlivky: A – trenér A, AS – svěřenci trenéra A



Vysvětlivky : ■ Hodnocení trenéra A, ■ Hodnocení svěřenců AS

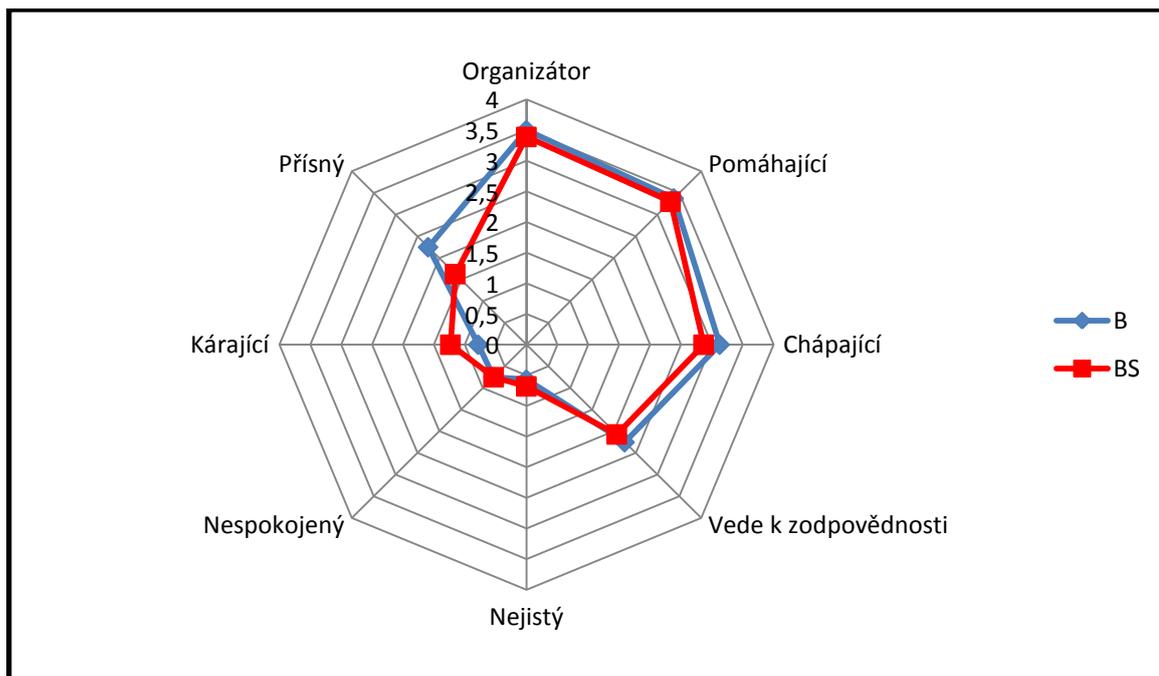
Obrázek 7. Interakční trenérský styl trenéra A – sebehodnocení a interakční trenérský styl trenéra A – hodnocení svěřenci AS

Trenér A v rámci svého trenérského interakčního stylu nejčastěji užívá interakčního chování Organizátor, Pomáhající, Chápající a Vede k zodpovědnosti. Velice podobně ho charakterizují jeho svěřenci, přičemž k drobným odlišnostem dochází v dimenzi *Nejistý* ( $p = 0,0125$ ).

Tabulka 7. Souhrn výsledků sebehodnocení trenéra B a hodnocení trenéra jeho svěřenci BS

	D1	D2	D3	D4	D5	D6	D7	D8
B	3,50	3,38	3,13	2,25	0,57	0,75	0,78	2,25
BS	3,39	3,30	2,87	2,07	0,68	0,75	1,24	1,63

Vysvětlivky: B – trenér B, BS – Svěřenci trenéra B



Vysvětlivky: ■ Hodnocení trenéra B, ■ Hodnocení svěřenců BS

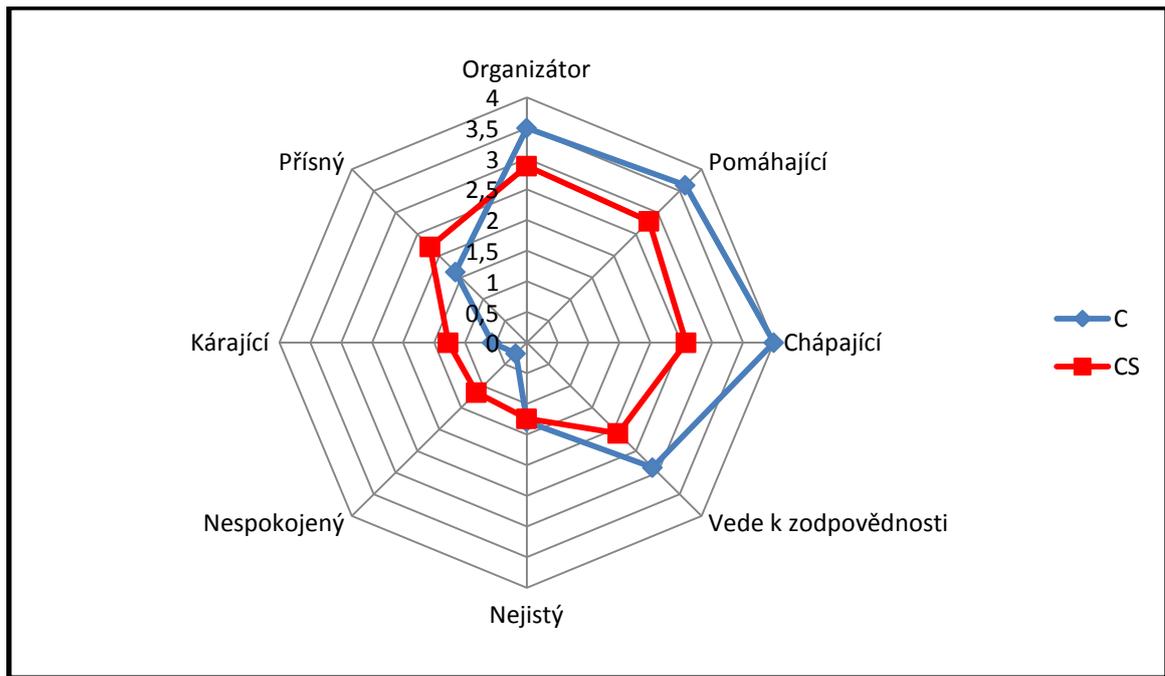
Obrázek 8. Interakční trenérský styl trenéra B – sebehodnocení a interakční styl trenéra B – hodnocení svěřenci BS

Trenér B v rámci svého interakčního stylu používá dimenze Organizátor, Pomáhající, Chápající, Vede k zodpovědnosti a v malé míře Kárající. Svěřenci ho vnímají velmi podobně a s trenérem B se v hodnocení liší v dimenzích *Kárající* ( $p = 0,0047$ ), a za více kárajícího považují svěřenci trenéra, než on sám sebe. A druhá dimenze, která je statisticky odlišně významná ( $p = 0,0010$ ) je dimenze *Přísný*, kdy naopak svěřenci hodnotí trenéra méně přísně, než hodnotí on sám sebe.

Tabulka 8. Souhrn výsledků sebehodnocení trenéra C a hodnocení trenéra jeho svěřenci CS

	D1	D2	D3	D4	D5	D6	D7	D8
C	3,50	3,63	4,00	2,88	1,27	0,25	0,56	1,63
CS	2,88	2,80	2,58	2,09	1,24	1,15	1,27	2,21

Vysvětlivky: C – trenér C, CS – svěřenci trenéra C



Vysvětlivky: ■ Hodnocení trenéra C, ■ Hodnocení trenéra svěřenci CS

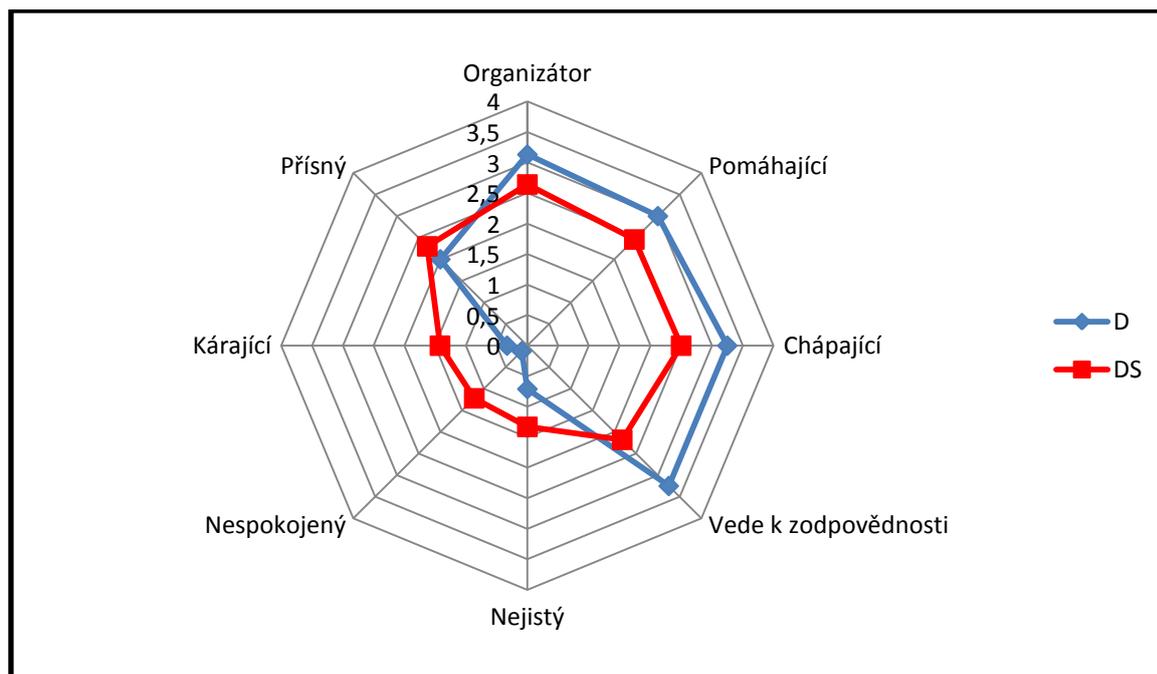
Obrázek 9. Interakční trenérský styl trenéra C – sebehodnocení a interakční styl trenéra C – hodnocení svěřenci CS

Trenér C využívá interakční trenérský styl charakterizovaný dimenzemi Organizátor, Pomáhající, Chápající, Vede k zodpovědnosti, méně často využívá dimenze Přísný a Nejistý, oproti tomu jeho svěřenci CS ho vnímají více v dimenzích právě Přísný a Nejistý a méně v dimenzích Pomáhající, Organizátor, Chápající a Vede k zodpovědnosti. Skupina trenéra C, se liší ve všech dimenzích kromě dimenze Nejistý, kde se svěřenci i trenér shodli na stejném hodnocení. Rozdílně hodnocené jsou dimenze *Chápající* ( $p = 0,0076$ ), *Vede k zodpovědnosti* ( $p = 0,0381$ ) a *Nespokojený* ( $p = 0,0357$ ). V dimenzích 1 - 4 se trenér hodnotí blíže k 4 a naopak v dimenzích 6 – 8 se k hodnotám 4 přibližují více svěřenci.

Tabulka 9. Souhrn výsledků sebehodnocení trenéra D a hodnocení trenéra jeho svěřenci DS

	D1	D2	D3	D4	D5	D6	D7	D8
D	3,13	3,00	3,25	3,25	0,71	0,13	0,33	2,00
DS	2,64	2,46	2,50	2,18	1,33	1,22	1,42	2,30

Vysvětlivky: D – trenér D, DS – svěřenci trenéra D



Vysvětlivky: ■ Hodnocení trenéra D, ■ Hodnocení trenéra svěřenci DS

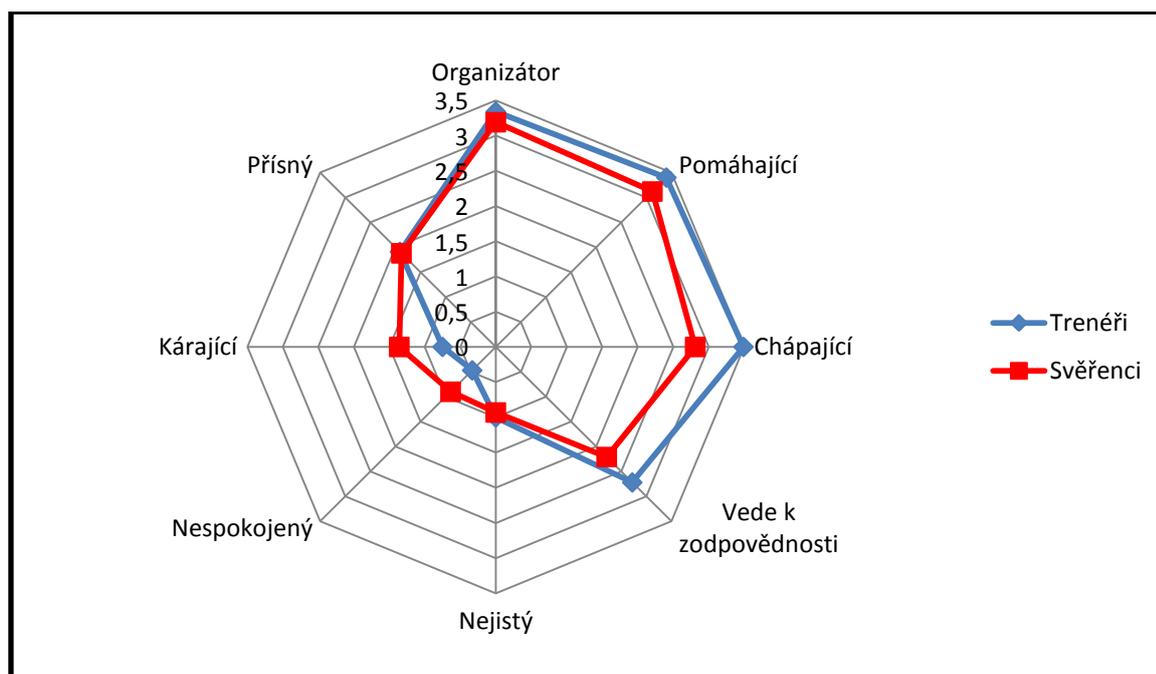
Obrázek 10. Interakční trenérský styl trenéra D – sebehodnocení a interakční styl trenéra D – hodnocení svěřenci DS

Trenér D se vnímá dimenzemi Organizátor, Pomáhající, Chápající, Vede k zodpovědnosti a Přísný, Jeho svěřenci DS ho vnímají podobnými dimenzemi, ale né tak intenzivně jako on sám sebe. Rozdílnosti hodnocení jsou v dimenzích *Organizátor* ( $p = 0,0244$ ), *Vede k zodpovědnosti* ( $p = 0,0077$ ), *Nejistý* ( $p = 0,01796$ ), *Nespokojený* ( $p = 0,0209$ ) a *Kárající* ( $p = 0,03815$ ). S porovnáním s ostatníma skupinami se nejvíce výsledkem podle grafů podobá skupině trenéra C.

Tabulka 10. Souhrn výsledků sebehodnocení všech trenérů a jejich svěřenců

	D1	D2	D3	D4	D5	D6	D7	D8
T	3,34	3,40	3,49	2,72	1,00	0,47	0,75	1,91
S	3,19	3,11	2,81	2,21	0,93	0,90	1,36	1,88

Vysvětlivky: T – trenéři , S - svěřenci



Vysvětlivky: ■ Trenéři, ■ Svěřenci

Obrázek 11. Interakční trenérský styl trenérů T – sebehodnocení a interakční styl trenérů T – hodnocení svěřenci S

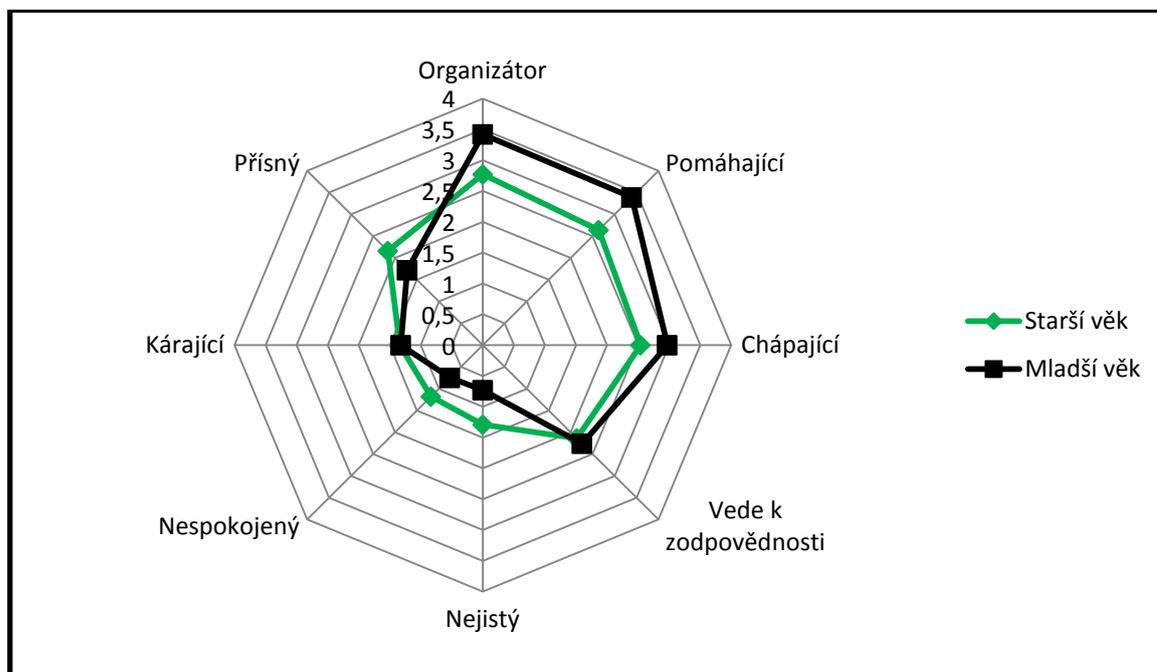
V posledním grafu výzkumné otázky č. 3, jsem zprůměrovala hodnoty dotazníků všech svěřenců (hodnocení svého trenéra) a všech trenérů (sebehodnocení). Všichni trenéři se hodnotili dimenzemi Organizátor, Pomáhající, Chápající, Vede k zodpovědnosti a Přísný, jejich svěřenci je těmito dimenzemi hodnotili také, ale v menší míře. Vnímání trenérského interakčního stylu se mezi trenéry a jejich svěřenci liší v dimenzích *Pomáhající* ( $p = 0,0363$ ), *Chápající* ( $p = 0,0000$ ), *Vede k zodpovědnosti* ( $p = 0,0001$ ), *Nespokojený* ( $p = 0,0003$ ) a *Kárající* ( $p = 0,0001$ ).

## 5.4 Výsledky výzkumu vztahující se k výzkumné otázce č. 4

V následující kapitole bude popsána rozdílnost pohledů na interakční styl trenéra volejbalu v závislosti na věkové struktuře svěřenců. Porovnány budou dvě skupiny svěřenců ve věku 11 – 15 let (mladší svěřenci) a 16 – 19 let (starší svěřenci).

Tabulka 11. Souhrn výsledků dvou věkových kategorií svěřenců

	D1	D2	D3	D4	D5	D6	D7	D8
Mladší svěřenci	3,42	3,39	2,97	2,26	0,73	0,75	1,32	1,72
Starší svěřenci	2,77	2,64	2,54	2,14	1,29	1,18	1,34	2,16



Vysvětlivky: ■ Starší věk, ■ Mladší věk

Obrázek 12. Interakční trenérský styl z pohledu mladšího a staršího věku

Mladší svěřenci vidí své trenéry jako organizátory, pomocníky, chápající a trochu kárající osoby. Jejich starší vrstevníci vnímají své trenéry ve stejných dimenzích jen o něco méně intenzivně. Pohled všech svěřenců na interakční styl trenéra v závislosti na věku se

statisticky liší ve třech dimenzích v *Organizátor* ( $p = 0,0004$ ), *Pomáhající* ( $p = 0,0038$ ) a *Nejistý* ( $p = 0,0261$ ).

Jsem si vědoma, že omezení věku je dáno i tím, že svěřenci popisují buď jen A a B anebo C a D a výsledky pak mají nižší vypovídací hodnotu, ale myslím si, že mohou výsledky přispět ke komparaci s jinými trenéry. Mohlo by se zdát, že výsledky spíše vypovídají o trenérovi, než o tom jak se mění náhled na trenérský interakční styl s měnícím se věkem.

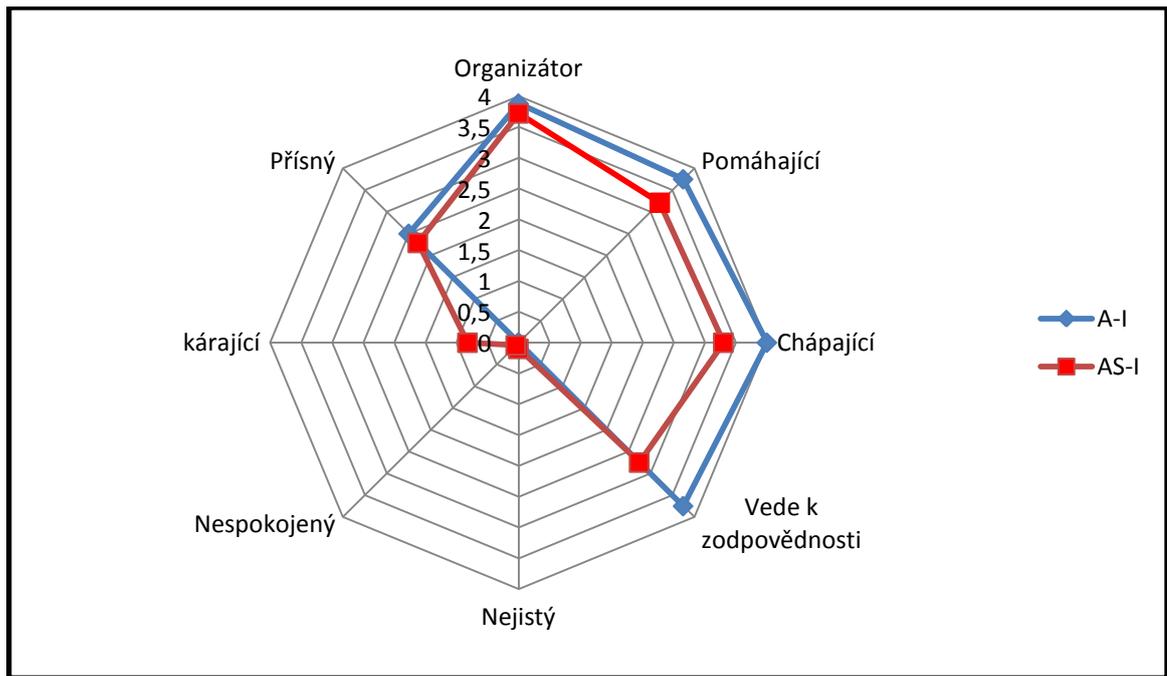
### 5.5 Výsledky výzkumu vztahující se k výzkumné otázce č. 5

V poslední závěrečné otázce se zabývám rozdílným pohledem na „ideálního“ trenéra hodnoceného jak trenéry, tak i jejich svěřenci.

Tabulka 12. Souhrn výsledků „ideálního“ trenéra hodnoceného z pohledu trenéra A-I a jeho svěřenců AS-I

	D1	D2	D3	D4	D5	D6	D7	D8
A-I	3,86	3,75	4,00	3,75	0,00	0,00	0,00	2,50
AS-I	3,72	3,21	3,30	2,75	0,10	0,06	0,82	2,29

Vysvětlivky: A-I – Hodnocení „ideálního“ trenéra trenérem A, AS-I – Hodnocení „ideálního“ trenéra svěřenci trenéra A



Vysvětlivky: ■ Hodnocení trenéra A-I, ■ Hodnocení svěřenců AS-I

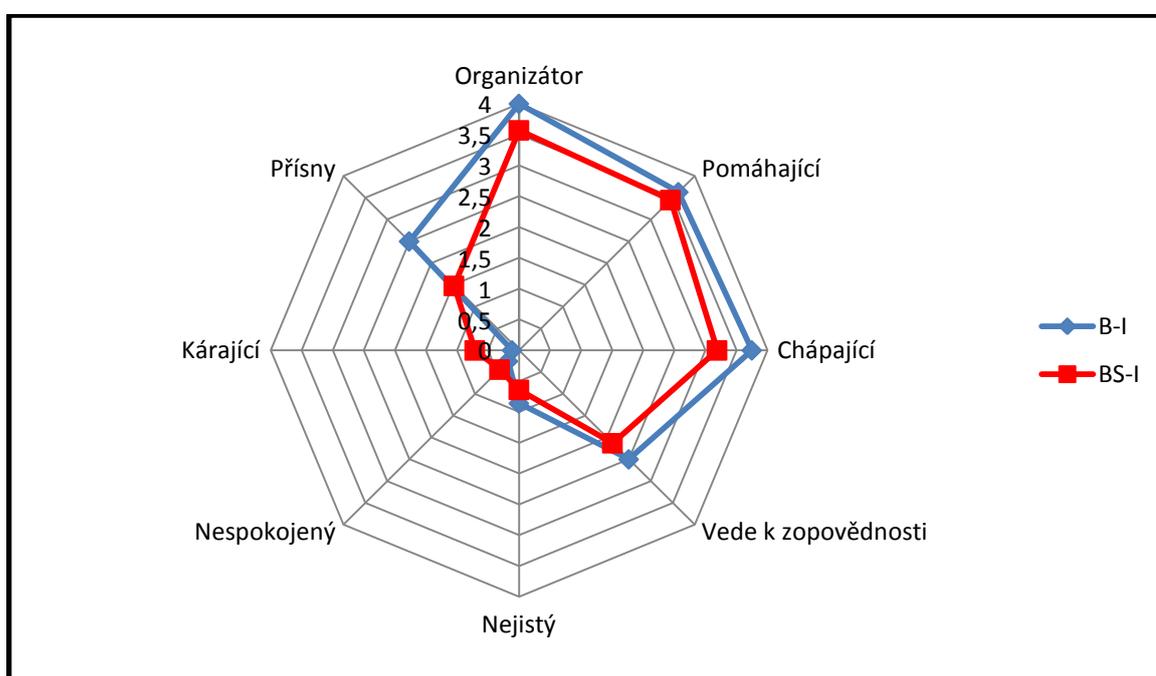
Obrázek 13. Interakční „ideální“ trenérský styl trenéra A-I a interakční „ideální“ trenérský styl svěřenců AS-I

Trenér A si představuje svého „ideálního“ trenéra jako organizátora, který dokáže pomoci, pochopí své svěřence a vede je k zodpovědnosti. Důležitou dimenzí je pro něho také přísnost, s kterou souhlasí v podobné míře i svěřenci trenéra A. Ti svého „ideálního“ trenéra vidí velmi podobně, jen se liší intenzita hodnocení. Ve skupině hodnocené trenérem A a jeho svěřenci je statistický rozdíl v hodnocení „ideálního“ trenéra v dimenzích *Pomáhající*, *Chápající*, *Vede k zodpovědnosti*, *Nejistý*, *Nespokojený* a *Kárající*. V druhé dimenzi  $p = 0,0251$ , v třetí dimenzi  $p = 0,0033$ , ve čtvrté dimenzi  $p = 0,0037$ , v páté dimenzi  $p = 0,0051$ , v šesté dimenzi  $p = 0,0051$  a v předposlední sedmé dimenzi  $p = 0,0051$ .

Tabulka 13. Souhrn výsledků „ideálního“ trenéra hodnoceného z pohledu trenéra B-I a jeho svěřenců BS-I

	D1	D2	D3	D4	D5	D6	D7	D8
B-I	4,00	3,63	3,75	2,50	0,86	0,25	0,11	2,50
BS-I	3,57	3,41	3,19	2,12	0,64	0,44	0,71	1,48

Vysvětlivky: B-I – Hodnocení „ideálního“ trenéra trenérem B, BS-I – Hodnocení „ideálního“ trenéra svěřenci trenéra B



Vysvětlivky: ■ Hodnocení trenéra B, ■ Hodnocení svěřenců BS

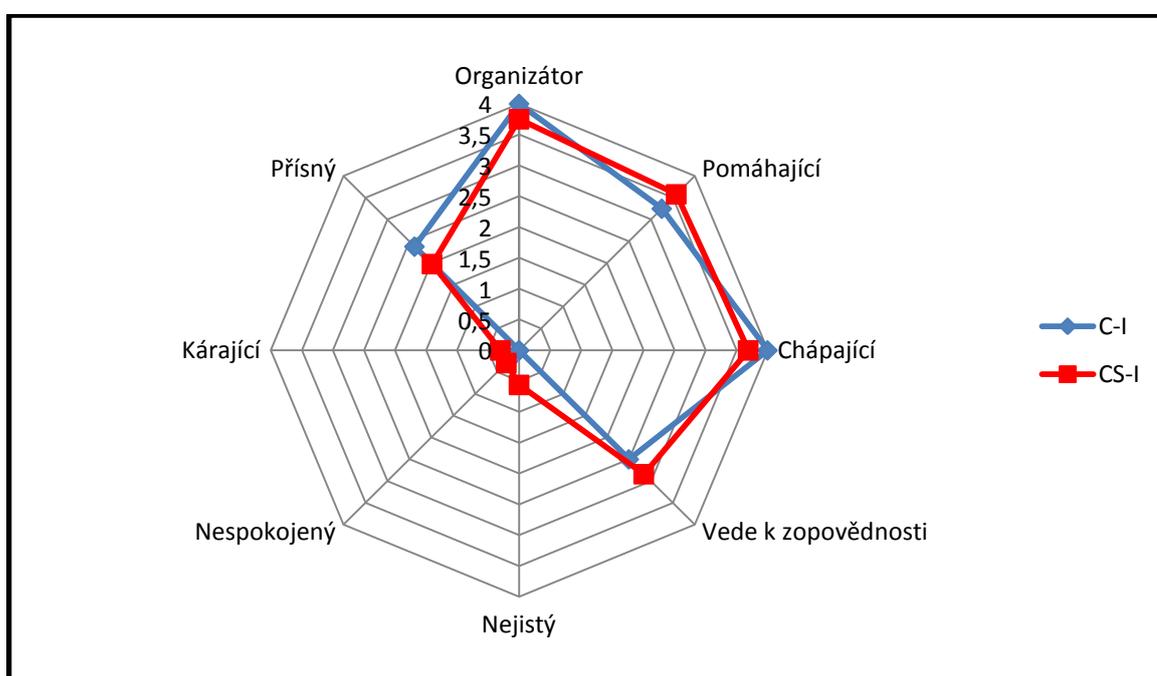
Obrázek 14. Interakční „ideální“ trenérský styl trenéra B-I a interakční „ideální“ trenérský styl svěřenců BS-I

Trenér B si „ideálního trenéra“ představuje přísného, organizačně schopného, pomáhajícího, chápajícího a vedoucího k zodpovědnosti, jeho svěřenci s tímto hodnocením souhlasí, jen nižší intenzitě. Statisticky významná rozdílnost mezi hodnocením „ideálního“ trenéra trenérem B a jeho svěřenci se nachází v dimenzích *Organizátor* ( $p = 0,0001$ ), *Chápající* ( $p = 0,0003$ ), *Kárající* ( $p = 0,0005$ ) a *Přísný* ( $p = 0,0001$ ).

Tabulka 14. Souhrn výsledků „ideálního“ trenéra hodnoceného z pohledu trenéra C-I a jeho svěřenců CS-I

	D1	D2	D3	D4	D5	D6	D7	D8
C-I	4,00	3,25	4,00	2,50	0,00	0,25	0,00	2,38
CS-I	3,75	3,58	3,69	2,84	0,56	0,29	0,30	1,98

Vysvětlivky: C-I – Hodnocení „ideálního“ trenéra trenérem C, CS-I – Hodnocení „ideálního“ trenéra svěřenci trenéra C



Vysvětlivky: ■ Hodnocení trenéra C, ■ Hodnocení svěřenců CS

Obrázek 15. Interakční „ideální“ trenérský styl trenéra C-I a interakční „ideální“ trenérský styl svěřenců CS-I

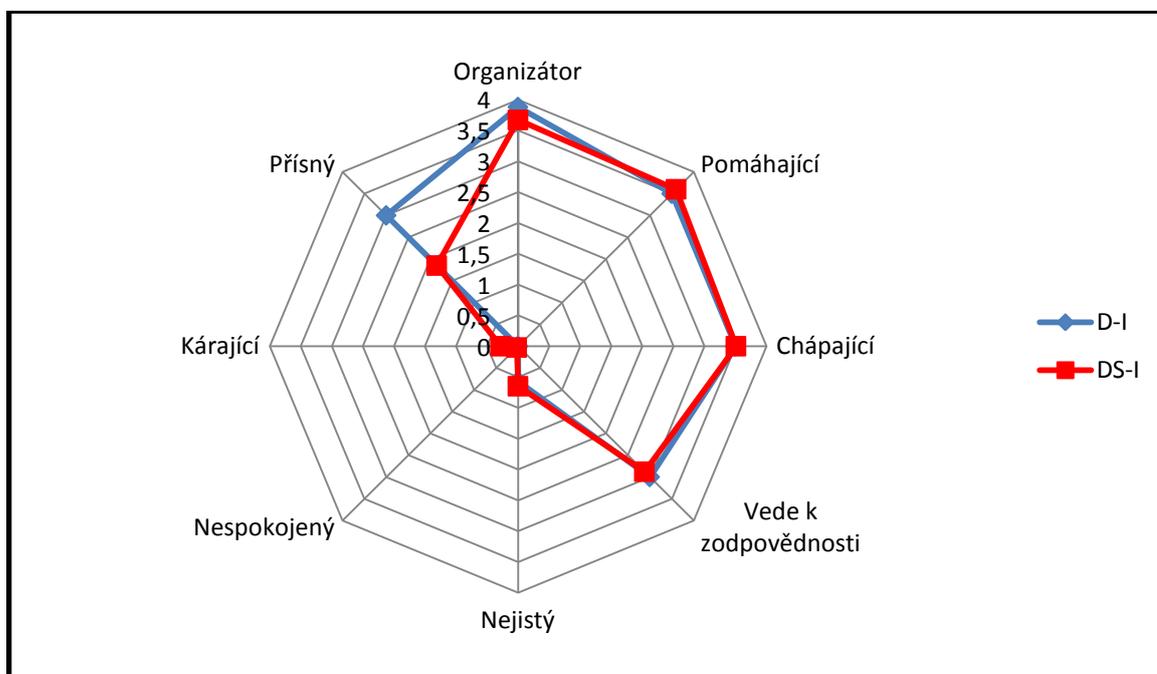
Skupina trenéra C, je zajímavá tím, že až na jednu dimenzi konkrétně dimenzi *Nespokojený* se trenér C a jeho svěřenci statisticky od sebe názory liší. Trenér C vidí „ideálního“ trenéra organizačně schopného, vedoucího k zodpovědnosti, chápající a pomáhající, na druhé straně dostatečně přísného. Z grafu se dá předpokládat, že svěřenci by měli raději za „ideálního“ trenéra někoho méně suverénního a snad i více

přátelského, na rozdíl od trenéra C, který vyžaduje naprostou jistotu v chování trenéra ideálních hodnot.

Tabulka 15. Souhrn výsledků „ideálního“ trenéra hodnoceného z pohledu trenéra D-I a jeho svěřenců DS-I

	D1	D2	D3	D4	D5	D6	D7	D8
D-I	3,88	3,50	3,50	3,00	0,57	0,00	0,00	3,00
DS-I	3,67	3,60	3,51	2,88	0,65	0,02	0,28	1,85

Vysvětlivky: D-I – Hodnocení „ideálního“ trenéra trenérem D, DS-I – Hodnocení „ideálního“ trenéra svěřenci trenéra D



Vysvětlivky: ■ Hodnocení trenéra D, ■ Hodnocení svěřenců DS

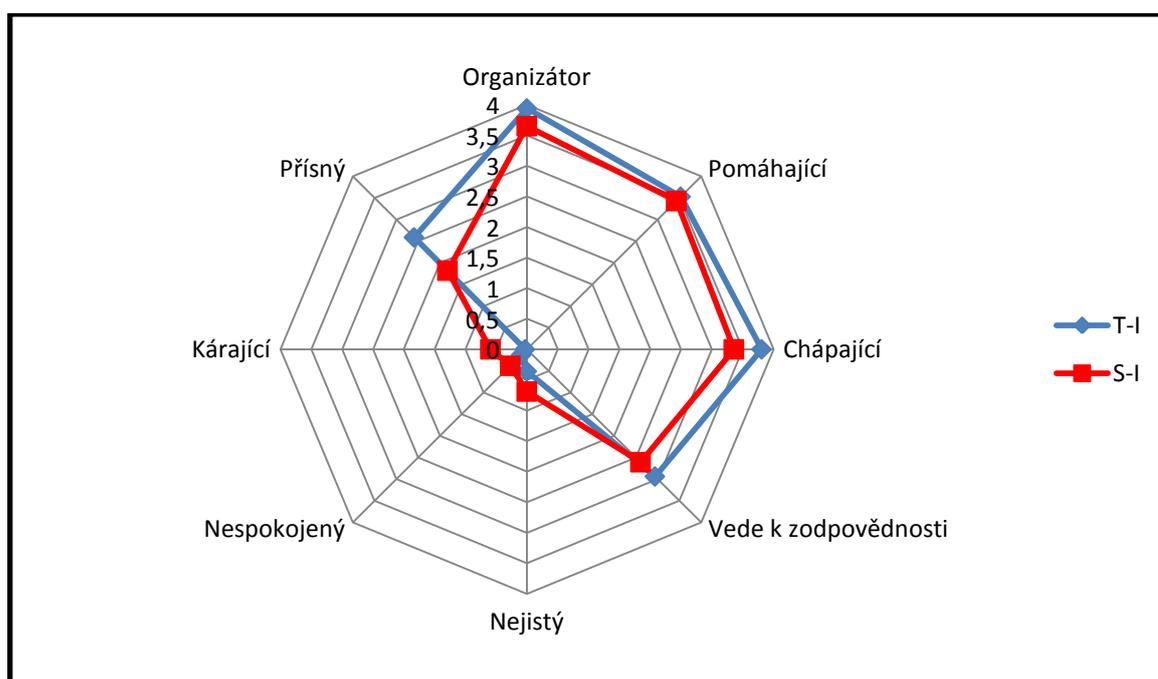
Obrázek 16. Interakční „ideální“ trenérský styl trenéra D-I a interakční „ideální“ trenérský styl svěřenců DS-I

Trenér D a jeho svěřenci mají stejný názor na „ideálního“ trenéra, představují si ho jako organizátor, pomáhajícího, chápajícího, vedoucího k zodpovědnosti. Liší se v názoru na dimenze *Přísný*, kde byla statisticky naměřená hodnota  $p = 0,0077$  a *Kárající* se statisticky významnou hodnotou  $p = 0,0280$ .

Tabulka 16. Souhrn výsledků „ideálního“ trenéra hodnoceného z pohledu všech trenérů a všech jejich svěřenců

	D1	D2	D3	D4	D5	D6	D7	D8
T-I	3,94	3,53	3,81	2,94	0,36	0,13	0,02	2,59
S-I	3,65	3,43	3,36	2,61	0,69	0,38	0,59	1,82

Vysvětlivky: T-I trenéři ideál, S-I svěřenci všichni ideál



Vysvětlivky: ■ Hodnocení všech trenérů, ■ Hodnocení všech svěřenců

Obrázek 17 Interakční „ideální“ trenérský styl trenérů T-I a interakční „ideální“ trenérský styl svěřenců S-I

Závěrečný graf ukazuje čtyři skupiny trenérů jako celek a porovnává všechny trenéry a jejich svěřence, jak hodnotí „ideálního“ trenéra. Všichni trenéři jsou za jedno, že by „ideální“ trenér měl mít organizátorské schopnosti, měl by být pomáhající, chápající a přísný, a v neposlední řadě by měl vést k zodpovědnosti. Jejich svěřenci, hodnotí „ideálního trenéra“ obdobně, jen méně intenzivně. Statisticky významná hodnota byla naměřena v sedmi dimenzích, tedy kromě dimenze *Pomáhající* se jejich názor na „ideálního“ trenéra statisticky liší. Například dimenze *Vede k zodpovědnosti*  $p = 0,0004$ .

Celkově lze říci, že trenéři všeobecně kladou vyšší nároky na typ „ideálního“ trenéra než všichni jejich svěřenci.

## 6. Diskuse

Volejbal, tak jako každý sport, je založen na komunikaci a vztazích mezi trenéry a jejich svěřenci, a mezi svěřenci navzájem. To, jak se trenér chová a jak ho vnímají sportovci, ovlivňuje celý tým. Interpersonální chování a komunikace je podmíněno interakčním trenérským stylem. A jak už bylo řečeno a potvrzuje to i Jůva (2009), je sportovní trenér odborník ve sportovním tréninku a zároveň pedagog. Interakční styl a jeho teorie, které jsou majoritně věnovány vztahu mezi pedagogem a žákem, se proto mohou aplikovat i na vztah mezi trenérem a jeho svěřenci.

Podle Mareše a Gavory (2004) je interakční styl psychologickou teorií, která předpokládá, že způsoby, jimiž jedinec komunikuje s druhými lidmi, vypovídá o jeho osobnosti a že je vhodná i pro využití v pedagogické praxi. Cílem diplomové práce bylo tedy zjistit a popsat jaký interakční trenérský styl uplatňují trenéři v rámci svých tréninkových jednotek, jak z pohledu svého, tak z pohledu jejich svěřenců. Další cíl pak byl, jaký je „ideální“ interakční styl trenéra, opět z obou dvou pohledů.

V rámci řešení první výzkumné otázky, bylo zjištěno, že trenéři volejbalu svůj trenérský interakční styl nejčastěji sebehodnotí v dimenzích *Organizátor*, *Pomáhající*, *Chápající* a *Vede k zodpovědnosti*. I podle Hanuse (2015), který zkoumal dvacet fotbalových trenérů, je sebehodnocení trenéra nejčastěji směřováno do dimenzí *Organizátor*, *Pomáhající* a *Chápající*. Stejně tak při řešení druhé výzkumné otázky, jaký je interakční trenérský styl trenérů volejbalu hodnocený z pohledu jejich svěřenců, sportovci nejčastěji hodnotili interakční trenérský styl svých trenérů v dimenzích *Organizátor*, *Pomáhající*, *Chápající*, *Vede k zodpovědnosti* a *Přísný*. Tyto výsledky jsou v souladu s Dobrovolskou (2015), která při hodnocení učitelů tělesné výchovy jejich žáky, došla k podobným závěrům – a nejčastěji užívané interpersonální chování v dimenzích *Organizátor*, méně však *Pomáhající* a *Chápající*.

Z výsledků první a druhé výzkumné otázky můžeme předpokládat, že trenérský interakční styl, který bychom mohli charakterizovat dimenzemi *Nejistý*, *Nespokojený*, *Kárající* a v menší míře i *Přísný*, trenéři volejbalu používají v minimální míře. Toto je v souladu i s Janouškem (2007), který říká, že pozitivní působení zaměřené na interpersonální vztah vede ke zlepšování celkového vztahu a označuje se jako užitečnost. Usuzujeme z toho, že dimenze *Organizátor*, *Pomáhající*, *Chápající* a *Vede k zodpovědnosti*, jsou užitečné pro vedení sportovního týmu.

Třetí výzkumná otázka se zabývá, jakými dimenzemi se liší hodnocení interakčního trenérského stylu z pohledu trenérů a jejich svěřenců. Výsledky ukazují, že trenéři i jejich svěřenci hodnotí interakční trenérský styl ve stejných dimenzích, pouze se jejich hodnocení liší intenzitou. Rozdíly v míře hodnocení byly zaznamenány v dimenzích *Organizátor*, *Pomáhající*, *Chápající*, *Vede k zodpovědnosti*, *Nespokojený* a *Kárající*. První čtyři dimenze intenzivněji hodnotili trenéři (sebepercepce), další dvě dimenze byly více hodnoceny jejich svěřenci. Takto stejně prezentuje výsledky studie trenérek synchronizovaného plavání a jejich svěřenkyň Schinerová (2016), která uvádí shodu stejných dimenzí mezi trenérkami a svěřenkyněmi s rozdílem intenzity hodnocení. Opět svěřenkyně hodnotí svoje trenérky v dimenzích *Organizátor*, *Pomáhající*, *Chápající* méně intenzivně, než ony samy sebe. Lze z toho vyvodit, že míru intenzity hodnocení jednotlivých dimenzí určuje charakter osobnosti trenéra, a právě síla hodnocení určuje rozdílnosti mezi hodnocením trenérů a jejich svěřenců.

Další výzkumná otázka řeší rozdíly náhledu na interakční trenérský styl s měnícím se věkem svěřenců neboli to, jak se liší interakční styl trenérů v závislosti na věkovém složení hodnotící skupiny. Výsledky ukazují, že rozdílnost je zřejmá v dimenzích *Organizátor*, *Pomáhající* a *Nejistý*. Podobně Vindiš (2017) dochází k závěru, že existují rozdíly v pohledu odlišných věkových skupin na interakční trenérský styl. Vzhledem ke struktuře výzkumného souboru (nízký počet respondentů atd.), však naměřené výsledky interpretujeme s rezervou, neboť není jednoznačně zřejmé, zda rozdíly mezi sebehodnocením trenérů svého trenérského interakčního stylu a pohledu jejich svěřenců na ně ve vztahu k věku, nejsou ovlivněny spíše postoji svěřenců ke svým trenérům. Dokládaly by to i interpersonální epizody, jak uvádí Miková (2006), které ovlivňují účastníky komunikace, v našem případě tréninku a způsoby jakými trenér reaguje na tyto epizody, jsou individuální a odráží se v tom, jak ho pak svěřenci vnímají. Zároveň podle Mareše a Křivohlavého (1995) je nemožné, aby si svěřenci, pokud dojde ke změně komunikace, toho nevšimli a nereagovali na to. Proto je i možné, že hodnocení trenérů je ovlivněno právě daným okamžikem a současnou komunikací, která panuje mezi jednotlivými trenéry a jejich svěřenci.

Závěrečná výzkumná otázka se věnuje „ideálnímu“ trenérskému interakčnímu stylu, který je hodnocen jak svěřencem, tak jeho trenérem. Hlavní otázkou je, jaký je ideální trenér podle trenéra a jaký podle svěřence. Trenéři svého „ideálního“ trenéra hodnotí jako organizačně schopného, pomáhajícího, chápajícího a vedoucího

k zodpovědnosti. Jejich svěřenci se stejně jako ve třetí výzkumné otázce s hodnocením dimenzí shodují, jen jejich intenzita hodnocení se liší. Zajímavé je, že i svěřenci i trenéři preferují dimenzi *Přísný*. Je tedy pravděpodobné, že určitá dávka přísnosti je v interakčním trenérském stylu vyžadována. Potvrzuje to Svoboda (2007), který říká, že trenér by měl být pro všechny sportovce modelem, nic nepředstírat, být ochotný naslouchat, zároveň být přísný a mít schopnost sebepoznání a regulace.

## 7. Závěry

V mé diplomové práci jsem si položila pět výzkumných otázek. Cílem mé diplomové práce bylo zjistit, jaké jsou rozdíly v interakčních trenérských stylech trenérů volejbalu a jaký interakční trenérský styl tyto trenéři uplatňují ve svých tréninkových jednotkách z pohledu svěřenců. Další cíl bylo zjistit, jaký interakční trenérský styl by měl mít „ideální“ trenér.

*Závěry týkající se výzkumné otázky č. 1 „Jaký je interakční trenérský styl trenérů volejbalu hodnocený z jejich vlastního pohledu (sebereflexe)?“*

Užívají chování, které by odpovídalo dimenzím *Organizátor, Pomáhající, Chápající a vede k zodpovědnosti*, naproti tomu méně často byla zastoupena dimenze *Přísný*. Ačkoliv se výsledky jednotlivých trenérů liší, ze souborného grafu je vidět, že se trenéři hodnotili známkami blíže 4 v dimenzích *Organizátor, Pomáhající, Chápající a vede k zodpovědnosti*. A o něco nižší známkou, ale přesto výraznou dimenzí byla ohodnocena dimenze *Přísný*.

*Závěry týkající se výzkumné otázky č. 2 „Jaký je interakční trenérský styl trenérů volejbalu hodnocený z pohledu jejich svěřenců?“*

Své trenéry svěřenci hodnotili jako *Pomáhající, Chápající, Vede k zodpovědnosti*, ale také *Kárající a Přísný*. Nízké známky se objevili u dimenzí *Nespokojený a Nejistý*, a v těchto hodnotách se svěřenci a trenéři průměrově shodují.

*Závěry týkající se výzkumné otázky č. 3 „V jakých dimenzích se liší interakční styl trenérů volejbalu s hodnocením jejich svěřenců?“*

Interakční trenérský styl trenérů volejbalu trenéra A se s hodnocením jejich svěřenců liší dimenzemi *Organizátor, Pomáhající, Chápající a Nejistý*. Ve skupině trenéra B se názor svěřenců a jejich trenéra liší dimenzemi *Kárající a přísný*. Třetí skupina trenéra C se neshoduje v nejvíce dimenzích v této výzkumné otázce. Jejich pohled se liší v dimenzích *Organizátor, Pomáhající, Chápající, Vede k zodpovědnosti, Nespokojený, Kárající a Přísný*. Poslední skupina trenéra D má neshodující se dimenze *Organizátor, vede k zodpovědnosti, Nejistý, Nespokojený a Kárající*.

*Závěry týkající se výzkumné otázky č. 4 „Jak se liší pohled svěřenců na interakční trenérský styl jednotlivých trenérů volejbalu v závislosti na věkovém složení skupiny svěřenců?“*

Při porovnání hodnocení trenérského interakčního stylu v závislosti na věku mladšího a staršího, vyšel rozdílný pohled v dimenzích *Organizátor, Pomáhající a Nejistý*. Mladší svěřenci viděli svého trenéra intenzivněji v dimenzích *Organizátor, Pomáhající? Chápající, Vede k zodpovědnosti a Kárající*, kdežto starší svěřenci hodnotili své trenéry méně intenzivně a na rozdíl od mladších svěřenců viděli své trenéry jako více přísné.

Při interpretaci těchto výsledků je třeba zohlednit, že všichni respondenti nehodnotili všechny trenéry, ale vždy jen svého trenéra. Do výsledků vztahujících se k věku respondentů, se tedy patrně promítá spíše osobnost jednotlivých trenérů a postoj jejich svěřenců k nim, než věková specifika.

*Závěry týkají se výzkumné otázky č. 5 „Jaký je „ideální“ interakční trenérský styl trenérů volejbalu hodnocený z pohledu svěřenců a trenérů?“*

Ideální interakční styl z pohledu trenérů je v dimenzích *Organizátor, Pomáhající, Chápající, Vede k zodpovědnosti a Přísný*. Jejich svěřenci hodnotí „ideálního“ trenéra stejně, ale v menší intenzitě.

Ideální interakční styl trenéra A a jeho svěřenců se liší v dimenzích *Pomáhající, Chápající, Vede k zodpovědnosti, Nejistý, Nespokojený a Kárající*. Ve skupině trenéra B se trenér a jeho svěřenci neshodli v dimenzích *Organizátor, Chápající, Kárající a Přísný*. Trenér C a jeho svěřenci se neshodnout na sedmi z osmi dimenzí, pouze dimenze *Nespokojený*, je souhlasně hodnocena jak trenérem, tak i svěřenci. Trenér D a jeho svěřenci se neshodují v dimenzích *Kárající a Přísný*.

Celkově se všichni trenéři a jejich svěřenci neshodnou v dimenzích *Organizátor, Chápající, Vede k zodpovědnosti, Nejistý, nespokojený, Kárající a Přísný*. Dimenze *Pomáhající* je jedinou, kterou hodnotí svěřenci i trenéři stejně.

## 8. Souhrn

Moje diplomová práce se věnuje interakčnímu trenérskému stylu trenérů volejbalu. Obsahuje dvě hlavní části, část teoretickou a praktickou. Teoretická část je rozdělena do více kapitol.

V kapitole přehled poznatků jsou vysvětleny pojmy volejbal – základní informace a historie volejbalu. Další kapitolou je trenér a jeho činnost, tréninková jednotka a sportovní trénink. Poslední kapitoly jsou věnovány interakci, její historii, QTI dotazníku, interakčnímu stylu a interakčnímu stylu trenéra.

Výzkum byl proveden formou dotazníkového šetření pomocí dotazníku interakčního stylu trenéra/trenérky. Můj výzkumný soubor tvořilo 53 svěřenců a čtyři trenéři. Výsledkem bylo zjištění interakčního stylu každého trenéra z pohledu jeho svěřence a pohledu svého vlastního (sebehodnocení). Nejvyšších hodnot dosahovali trenéři v dimenzích *Organizátor*, *Pomáhající*, *Chápající*, *Vede k zodpovědnosti* a *Přísný*. Svěřenci své trenéry vidí ve stejných dimenzích, ale jejich hodnocení je méně intenzivní, jak sebehodnocení trenérů. Statisticky významné rozdíly se nejčastěji jevily ve stejných dimenzích.

Ve čtvrté výzkumné otázce jsem se zabývala porovnáním hodnocení trenérů mladšími a staršími svěřenci. Zjišťovala jsem trenérský interakční styl, z pohledu svěřenců, který se mění věkem, a zároveň jsem pozorovala rozdíly mezi tím, jak vidí své trenéry mladší jedinci a jak starší jedinci.

Výsledkem bylo zjištění, že v dimenzích *Organizátor*, *Pomáhající*, *Chápající* a *Vede k zodpovědnosti*, se víceméně shodují, jen pouze se liší mírně intenzita. A v dimenzích *Kárající* a *Přísný* se liší zcela.

V poslední páté výzkumné otázce se zabývám tím, jaký je „ideální“ trenérský interakční styl z pohledu trenéra a jejich svěřenců. Trenéři vnímají „ideálního“ trenéra jako osobnost pomáhající, chápající, organizačně schopnou, vedoucí k zodpovědnosti a z určité části i přísnou.

Jejich svěřenci jsou na tom obdobně s hodnocením „ideálního“ trenérského stylu, jen jejich nároky na „ideálního“ trenéra jsou nižší, míněno tak, že se shodují s trenéry v hodnocení dimenzí, ale s nižší intenzitou.

Z výsledků, které jsem uvedla ve své diplomové práci, můžeme vyčíst, že interakční trenérský styl volejbalu se nejčastěji nachází v dimenzích *Organizátor*, *Pomáhající*, *Chápající*, *Vede k zodpovědnosti a Přísný*. Poznatky z výsledků „ideálního trenéra“ nám ukazují, že právě tyto charakteristiky jsou od trenéra vyžadovány. Mnou získané poznatky mohou trenérům napomoci při práci se svými svěřenci, mohou porovnat jejich hodnocení s hodnocením svých svěřenců. Zjistit, kde se by měli v trenérství přidat a kde naopak by měli zvolnit. Volejbaloví trenéři mohou tyto dotazníky využívat jako jednu z metod k získání zpětné vazby.

## 9. Summary

My diploma thesis deals with the interaction style of volleyball trainers. It contains two main parts – theoretical and practical. The theoretical part is divided into several chapters.

The chapter overview of knowledge explains the terms volleyball – basic information and history of volleyball. Another chapter is the trainers and their activity, training unit and sports training. The last chapters deal with interaction, its history, the QTI questionnaire, interaction style and interaction style of the trainer.

The research was conducted in form of questionnaire survey about the interaction style of the trainer. My sample of research consisted of 53 charges and 4 trainers. The aim was to explore the interaction style of every individual trainer from the viewpoint of their charges and also from their own viewpoint (self-evaluation). The highest score was reached by trainers in dimension Organiser, Helping, Understanding, Leading to responsibility and Strict. The charges see their trainers in the same dimensions, but their evaluation is less intensive than the self-evaluation of the trainers. Statistically important differences appeared in the same dimensions.

In the fourth question of my evaluation I compared the evaluations of trainers given by younger and older charges. I observed the interaction style of the trainers from the viewpoint of their charges, the age of who changes, and simultaneously I also observed the differences in how trainers are evaluated by younger and by older charges. I came to the conclusion that the results in the dimensions Organiser, Helping and Leading to responsibility are almost the same; however, the intensity is slightly different. In dimensions Reprimanding and Strict they were completely different.

In the last, fifth, question of my evaluation I concern myself with the “ideal” training interaction style from the viewpoint of the trainer and their charges. Trainers consider an “ideal” trainer to be a helping personality, organizationally capable, leading to responsibility and partly also strict. Their charges’ notion of an “ideal” training style is similar, only their requirements are lower in the sense that they share the the evaluation with their trainers in the dimensions, but with lower intensity.

From the results that I stated in my diploma thesis we can see that the interaction training style in volleyball is most frequently found in the dimensions Organiser, Helping,

Understanding, Leading to responsibility and Strict. The results of “the ideal trainer” show us that such characteristics are exactly required from a trainer. The information which I obtained may help trainers in their work with their charges; they may compare their evaluation with the evaluation from their charges. They may also find out who should increase or decrease their training requirements. Volleyball trainers may use such questionnaires as one of the methods to get feedback.

## 10. Referenční seznam

- Baláková, V. (2015). Případová studie - rozvoj komunikačních dovedností trenéra pomocí metody videotrénink interakcí. *Psychologie - elektronický časopis ČMPS*, 9(2), 51-62.
- Bennett, S. N. (1975). *Teaching styles: A Typological Approach*. Windsor: NFER.
- Brok, P. D., Levy, J., Rodriguez, R., & Wubbels, T. (2002). Perceptions of Asian-American and Hispan-American Teachers and their Students on Teacher Interpersonal Communication Style. *Teaching and Teacher Education*, 18(4), 447-467. Retrieved 17.6.2017 from ScienceDirect on the World Wide Web:  
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0742051X02000094>
- Brophy, J. E., & Good, T. L. (1984). Teacher-student relationships: causes and consequences. *This Week's Citation Classic*, 200(20), 400. Retrieved 17.6.2017 from the World Wide Web:  
<http://garfield.library.upenn.edu/classics1984/A1984SP75300001.pdf>
- Buchtel, J. (2005). *Teorie a didaktika volejbalu*. Praha: Karolinum.
- Císař, V. (2005). *Volejbal*. Praha: Grada.
- Clark, C. M., & Peterson, P. L. (1986). *Teacher's Thought Processes*. New York: MacMillan Publishing Comp.
- Curtner-Smith, M. D., Kerr, I. D., Kuesel, K., & Curtner-Smith, M. E. (1995). Pupil behaviours in British physical education classes: A descriptive-analytic study. *International Journal of Physical Education*, 32(1), 16-23.
- Čadilová, O. (2009). Psychologie a komunikace. *Sociální interakce*. Retrieved 19.6.2017 from World Wide Web:  
[http://www.szsemb.cz/admin/upload/sekce\\_materialy/SOCI%C3%81LN%C3%8D\\_\\_IN\\_TERAKCE.pdf](http://www.szsemb.cz/admin/upload/sekce_materialy/SOCI%C3%81LN%C3%8D__IN_TERAKCE.pdf)

Čáp, J., & Mareš, J. (2001). *Psychologie pro učitele*. Praha: Portál.

Dobrovolská, M. (2015). *Interakční styly učitelů tělesné výchovy na druhém stupni základní školy*. Diplomová práce, Univerzita Palackého, Fakulta tělesné kultury, Olomouc.

Dobrý, L., Svatoň, V., & Šafaříková, J. (1984). *Deskripce a analýza didaktické interakce*. Praha: UK.

Dučaiová, J., & Litvínová, B. (2013). Sestra. *Interpersonální vztahy a jejich možnosti jejich zkvalitňování*, 12, 30+. Retrieved 19.6.2017 from World Wide Web:  
<http://zdravi.euro.cz/clanek/sestra/interpersonalni-vztahy-a-moznosti-jejich-zkvalitnovani-473280>

Dvořák, P. (2016). Sociální dovednosti učitele jako důležité determinanty efektivní interakce učitel-žák ve výuce angličtiny na střední škole. *Psychologie pro praxi*, 1-2(51), 21-33.

Dytrtová, R., & Krhutová, M. (2009). *Učitel Příprava na profesi*. Praha: Grada.

Fink, T., Tabara, V., & Škoda, Z. (1996). *Mezinárodní pravidla volejbalu 1997 - 2000*. Přerov: Tabara.

Franče, V. (2007). Grafologie a Psychologie. *Learyho interpersonální typologie*. Retrieved 10.6.2017 from the World Wide Web: [www.ografologii.blogspot.cz](http://ografologii.blogspot.cz):  
<http://ografologii.blogspot.cz/2009/05/learyho-interpersonalni-typologie.html>

Hanus, J. (2015). *Interakční styl fotbalového trenéra*. Diplomová práce, Univerzita Palackého, Fakulta tělesné kultury, Olomouc.

Helus, Z. (2003). *Osobnost a její vývoj*. Praha: Univerzita Karlova v Praze - Pedagogická fakulta.

Janíková, M. (2011). *Interakce a komunikace učitelů tělesné výchovy*. Brno: Paido.

Janíková, M., Janík, T., Mužik, V., & Kundera, V. (2008). CPV videostudie tělesné výchovy: Sběr dat a zamýšlené analýzy. *Orbis Schola*, 2(1), 93-114.

Janoušek, J. (2007). *Verbální komunikace a lidská psychika*. Praha: Grada.

Jansa, P., & Dovalil, J. e. (2009). *Sportovní příprava*. Praha: Q-art.

Jůva, V. (2009). *Sportovní trenér jako pedagog*. Retrieved 19.6.2017 from the World Wide Web: <http://www.ped.muni.cz/weduresearch/texty/podnety/010.pdf>

Kerlinger, F. N. (1972). *Základy výzkumu chování*. Praha: Academie.

Leary, T. (1957). *Interpersonal diagnosis of personality; a functional theory and methodology for personality evaluation*. New York: Ronald Press Co.

Lehnert, M., Novosad, J., & Neuls, F. (2001). *Základy sportovního tréninku I*. Olomouc: Hanex Olomouc.

Lehnert, M., Novosad, J., Neuls, F., Langer, F., & Botek, M. (2010). *Trénink kondice ve sportu*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci Fakulta tělesné kultury.

Mareš, J., & Gavora, P. (2004). Interpersonální styl učitelů: teorie, diagnostika a výsledky výzkumu. *Pedagogika*, 54, 101-128.

Mareš, J., & Křivohlavý, J. (1995). *Komunikace ve škole*. Brno: Masarykova univerzita.

Martens, R. (2006). *Úspěšný trenér*. Praha: Grada.

Mezinárodní volejbalová federace (2017). Retrieved 16.6.2017 from the World Wide Web: [https://cs.wikipedia.org/wiki/Mezin%C3%A1rodn%C3%AD\\_volejbalov%C3%A1\\_federace](https://cs.wikipedia.org/wiki/Mezin%C3%A1rodn%C3%AD_volejbalov%C3%A1_federace)

Miková, M. (2006). Typologie budoucích učitelů v závislosti na jejich interakci a komunikaci. Brno: Masarykova Univerzita.

Mosston, M., & Ashworth, S. (2002). *Teaching physical education*. San Francisco: Benjamin Cummings.

Jansa, P. (1987). Deskripce a analýza činnosti učitelů a žáků I. stupně základní školy. *Tělovýchovný sborník*, 175-198.

Peříč, T., & Dovalil, J. (2010). *Sportovní trénink*. Praha: Grada.

Piéron, M. (2005). Research on teaching physical activities and sport: paradigms and selected results. *Italian Journal of Sport Science*, 12(1), 4-17.

Pilařová, H. (2009). *Metodický porátl inspirace a zkušenosti učitelů*. Retrieved 10.6.2017 from the Worl Wide Web:

[http://wiki.rvp.cz/Kabinet/Ucebni\\_texty/Psychologie\\_pro\\_st%C5%99edn%C3%AD\\_%C5%A1koly/Osobnost\\_2.\\_-\\_temperament\\_-\\_definice%2C\\_typologie%2C\\_ovlivn%C4%9Bn%C3%AD\\_projev%C5%AF\\_temperamentu](http://wiki.rvp.cz/Kabinet/Ucebni_texty/Psychologie_pro_st%C5%99edn%C3%AD_%C5%A1koly/Osobnost_2._-_temperament_-_definice%2C_typologie%2C_ovlivn%C4%9Bn%C3%AD_projev%C5%AF_temperamentu)

Pojerová, M. (2017). *Interakční trenérský styl volejbalu*. Univerzita Diplomová práce, Palackého, Fakulta tělesné kultury, Olomouc.

Roorda, D. L., Koomen, H. M., Spilt, J. L., Thijs, J. T., & Oort, F. J. (2013).

Interpersonal behaviors and complementarity in interactions between teachers and kindergartners with a variety of bexternalizing and internalizing behaviors. *Journal of School Psychology*, 51(1), 143-158. Retrieved 16.6.2017 from the World Wide Web: <file:///C:/Users/Po%C4%8D%C3%ADta%C4%8D/Desktop/DP/clanky/1-s2.0-S0022440512001082-main.pdf>

Sekot, A., Blahutková, M., Dvořáková, Š., & Sebera, M. (2004). *Kapitoly ze sportu*. Brno: Masarykova univerzita v Brně.

Schinerová, A. (2016). *Interakční styl trenérek synchronizovaného plavání*. Diplomová práce, Univerzita Palackého, Faluta tělesné kultury, Olomouc.

Slepička, P., Hošek, V., & Hátlová, B. (2009). *Psychologie sportu*. Praha: Univerzita Karlova v Praze.

Svoboda, B. (2007). *Pedagogika sportu*. Praha: Univerzita Karlova v Praze.

Svoboda, B., & Kocourek, J. (1987). Výzkum osobnosti a vyučovací činnosti učitele tělesné výchovy. *Tělovýchovný sborník*, 48-74.

Táborský, F. (2004). *Sportovní hry*. Praha: Grada.

Tod, D., Thatcher, J., & Rahman, R. (2010). *Psychologie sportu*. Praha: Grada.

Vágnerová, M. (2014). *Vývojová psychologie*. Praha: Karolinum.

Vavák, M. (2011). *Volejbal kondiční příprava*. Praha: Grada.

Vindiš, J. (2017). *Interakční trenérský styl trenérů taneční skupiny 23*. Diplomová práce, Univerzita Palackého, Fakulta tělesné kultury, Olomouc.

Vybíral, Z. (2005). *Psychologie komunikace*. Praha: Portál s.r.o.

Výrost, J., & Slaměník, I. (1997). *Sociální psychologie*. Praha: ISV.

Výrost, J., & Slaměník, I. (2008). *Sociální psychologie*. Praha: Grada.

Wubbels, T., & Levy, J. (1993). *Do you know what you look like? Interpersonal relationships in education*. London: The Falmer Press. Retrieved 16.6.2017 from World Wide Web: <https://www.sensepublishers.com/media/1407-interpersonal-relationships-in-education2.pdf>

Wubbels, T., Brok, P. d., Tartwijk, J. v., & Levy, J. (2012). *Interpersonal Relationships in Education An Overview of Contemporary Research*. The Netherlands: Sense Publishers.

Zalabák, J., Vojtík, J., Bursová, M., Šrámková, P., & Pech, J. (2011). *Fotbalový trenér: základní průvodce tréninkem*. Praha: Grada.

## **11. Seznam příloh**

Seznam příloh:

1. Informovaný souhlas pro zletilé účastníky výzkumného šetření
2. Informovaný souhlas pro nezletilé účastníky výzkumného šetření
3. Vyjádření Etické komise FTK UP
4. Seznam tabulek
5. Seznam obrázků

## **Příloha č. 1: Souhlas s výzkumem**

### Informovaný souhlas

#### **Název studie (projektu): Interakční styl sportovního trenéra**

Jméno:

Datum narození:

Účastník byl do studie zařazen pod číslem:

1. Já, níže podepsaný souhlasím s mou účastí ve studii. Je mi více než 18 let.
2. Byl (a) jsem podrobně informován (a) o cíli studie, o jejích postupech, a o tom, co se ode mě očekává. Beru na vědomí, že prováděná studie je výzkumnou činností.
3. Porozuměl (a) jsem tomu, že svou účast ve studii mohu kdykoliv přerušit či odstoupit. Moje účast ve studii je dobrovolná.
4. Při zařazení do studie budou moje osobní data uchována s plnou ochranou důvěrnosti dle platných zákonů ČR. Je zaručena ochrana důvěrnosti mých osobních dat. Při vlastním provádění studie mohou být osobní údaje poskytnuty jiným než výše uvedeným subjektům pouze bez identifikačních údajů, tzn. anonymní data pod číselným kódem. Rovněž pro výzkumné a vědecké účely mohou být moje osobní údaje poskytnuty pouze bez identifikačních údajů (anonymní data) nebo s mým výslovným souhlasem.
5. Porozuměl jsem tomu, že mé jméno se nebude nikdy vyskytovat v referátech o této studii. Já naopak nebudu proti použití výsledků z této studie.

Podpis účastníka:

Datum:

## **Příloha č. 2: Souhlas s výzkumem**

Informovaný souhlas

### **Název studie (projektu): Interakční styl sportovního trenéra**

Jméno:

Datum narození:

Účastník byl do studie zařazen pod číslem:

1. Já, níže podepsaný(á) zákonný zástupce souhlasím účastí mého syna/dcery  
..... ve studii.

2. Byl (a) jsem podrobně informován (a) o cíli studie a o jejich postupech. Beru na vědomí, že prováděná studie je výzkumnou činností.

3. Porozuměl (a) jsem tomu, že účast dítěte ve studii mohu kdykoliv přerušit či ukončit.

4. Při zařazení do studie budou osobní data uchována s plnou ochranou důvěrnosti dle platných zákonů ČR. Je zaručena ochrana důvěrnosti osobních dat. Při vlastním provádění studie mohou být osobní údaje poskytnuty jiným než výše uvedeným subjektům pouze bez identifikačních údajů, tzn. anonymní data pod číselným kódem. Rovněž pro výzkumné a vědecké účely mohou být osobní údaje poskytnuty pouze bez identifikačních údajů (anonymní data) nebo s mým výslovným souhlasem.

5. Porozuměl jsem tomu, že jméno dítěte se nebude nikdy vyskytovat v referátech o této studii. Já naopak nebudu proti použití výsledků z této studie.

Podpis zákonného zástupce:

Datum:

### Příloha č. 3: Vyjádření etické komise FTK UP

 **Fakulta  
tělesné kultury**

**Vyjádření Etické komise FTK UP**

**Složení komise:**

- doc. PhDr. Dana Štěrbová, Ph.D. – předsedkyně
- Mgr. Ondřej Ješina, Ph.D.
- doc. MUDr. Pavel Maňák, CSc.
- Mgr. Filip Neuls, Ph.D.
- Mgr. Michal Kudláček, Ph.D.
- doc. Mgr. Erik Sigmund, Ph.D.
- Mgr. Zdeněk Svoboda, Ph.D.

Na základě žádosti ze dne 21.10.2015 byl projekt výzkumné práce/aplikovaného výzkumu

autorek Mgr. Jany Harvanové, Ph.D., Doc. PhDr. Dany Štěrbové, Ph.D.  
(spoluřešitelé: studenti zpracovávající dané téma v Bc. a Mgr. závěrečných pracích)

s názvem **Interakční styl sportovního trenéra**

schválen Etickou komisí FTK UP pod jednacím číslem: 33/2015  
dne: 24.11.2015

Etická komise FTK UP zhodnotila předložený projekt a **neshledala žádné rozpory** s platnými zásadami, předpisy a mezinárodními směnicemi pro výzkum zahrnující lidské účastníky.

**Řešitelky projektu splnily podmínky nutné k získání souhlasu etické komise.**

Univerzita Palackého v Olomouci  
Fakulta tělesné kultury  
Komise etická  
třída Miru 117 | 771 11 Olomouc

za EK FTK UP  
doc. PhDr. Dana Štěrbová, Ph.D.  
předsedkyně

Fakulta tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci  
třída Miru 117 | 771 11 Olomouc | T: +420 585 636 009  
www.ftk.upol.cz

#### **Příloha č. 4: Seznam tabulek**

Tabulka 1. Charakteristika trenérů .....	32
Tabulka 2. Charakteristika svěřenců .....	32
Tabulka 3. Dimenze interakčního stylu.....	34
Tabulka 4. Hodnocení trenérského interakčního stylu všech trenérů volejbalu z jejich vlastního pohledu (sebereflexe) .....	35
Tabulka 5. Hodnocení interakčního trenérského stylu všech trenérů z pohledu jejich svěřenců .....	37
Tabulka 6. Souhrn výsledků sebehodnocení trenéra A a hodnocení trenéra jeho svěřenci AS	38
Tabulka 7. Souhrn výsledků sebehodnocení trenéra B a hodnocení trenéra jeho svěřenci BS	39
Tabulka 8. Souhrn výsledků sebehodnocení trenéra C a hodnocení trenéra jeho svěřenci CS	40
Tabulka 9. Souhrn výsledků sebehodnocení trenéra D a hodnocení trenéra jeho svěřenci DS	42
Tabulka 10. Souhrn výsledků sebehodnocení všech trenérů a jejich svěřenců.....	43
Tabulka 11. Souhrn výsledků dvou věkových kategorií svěřenců.....	44
Tabulka 12. Souhrn výsledků „ideálního“ trenéra hodnoceného z pohledu trenéra A-I a jeho svěřenců AS-I.....	45
Tabulka 13. Souhrn výsledků „ideálního“ trenéra hodnoceného z pohledu trenéra B-I a jeho svěřenců BS-I .....	47
Tabulka 14. Souhrn výsledků „ideálního“ trenéra hodnoceného z pohledu trenéra C-I a jeho svěřenců CS-I .....	48

Tabulka 15. Souhrn výsledků „ideálního“ trenéra hodnoceného z pohledu trenéra D-I a jeho svěřenců DS-I..... 49

Tabulka 16. Souhrn výsledků „ideálního“ trenéra hodnoceného z pohledu všech trenérů a všech jejich svěřenců..... 50

## Příloha č. 5: Seznam Obrázků

Obrázek 1. Hrací plocha (Táborský, 2004) .....	10
Obrázek 2. Learyho typologie (Franče, 2007) .....	22
Obrázek 3. Model učitelova interpersonálního chování v interakci se žáky (Mareš & Gavora, 2004).....	24
Obrázek 4. Osm sektorů Wubbelsova modelu trenérova interpersonálního chování v interakci (Mareš & Gavora, 2004) .....	24
Obrázek 5. Grafické znázornění interakčního stylu trenérů volejbalu z jejich vlastního hodnocení (sebereflexe) .....	36
Obrázek 6. Grafické znázornění souhrn interakčního trenérského stylu všech trenérů z pohledu jejich svěřenců .....	37
Obrázek 7. Interakční trenérský styl trenéra A – sebehodnocení a interakční trenérský styl trenéra A – hodnocení svěřenci AS .....	39
Obrázek 8. Interakční trenérský styl trenéra B – sebehodnocení a interakční styl trenéra B – hodnocení svěřenci BS .....	40
Obrázek 9. Interakční trenérský styl trenéra C – sebehodnocení a interakční styl trenéra C – hodnocení svěřenci CS .....	41
Obrázek 10. Interakční trenérský styl trenéra D – sebehodnocení a interakční styl trenéra D – hodnocení svěřenci DS .....	42
Obrázek 11. Interakční trenérský styl trenérů T – sebehodnocení a interakční styl trenérů T – hodnocení svěřenci S.....	43

Obrázek 12. Interakční trenérský styl z pohledu mladšího a staršího věku .....	44
Obrázek 13. Interakční „ideální“ trenérský styl trenéra A-I a interakční „ideální“ trenérský styl svěřenců AS-I.....	46
Obrázek 14. Interakční „ideální“ trenérský styl trenéra B-I a interakční „ideální“ trenérský styl svěřenců BS-I.....	47
Obrázek 15. Interakční „ideální“ trenérský styl trenéra C-I a interakční „ideální“ trenérský styl svěřenců CS-I.....	48
Obrázek 16. Interakční „ideální“ trenérský styl trenéra D-I a interakční „ideální“ trenérský styl svěřenců DS-I.....	49
Obrázek 17 Interakční „ideální“ trenérský styl trenérů T-I a interakční „ideální“ trenérský styl svěřenců S-I.....	50