

UNIVERZITA TOMÁŠE BATI VE ZLÍNĚ
FAKULTA HUMANITNÍCH STUDIÍ
Institut mezioborových studií Brno

Význam sportování ve volnočasových aktivitách mládeže

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Vedoucí bakalářské práce:

Doc. PhDr. Aleš Sekot, CSc.

Vypracoval:

Petr Macháček

Brno 2009

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma „Význam sportování ve volnočasových aktivitách mládeže“ zpracoval samostatně a použil jen literaturu uvedenou v seznamu literatury.

Babice 14. 4. 2009

.....
Petr Macháček

Poděkování

Děkuji panu Doc. PhDr. Alešovi Sekotovi, CSc. za velmi užitečnou metodickou pomoc, kterou mi poskytl při zpracování mé bakalářské práce.

Také bych chtěl poděkovat svým rodičům a sestře za veškerou podporu a pomoc, kterou mi poskytli při zpracování mé bakalářské práce, ale i během celého studia.

Obsah

Úvod.....	5
I. TEORETICKÁ ČÁST.....	6
1. Mládež a volný čas.....	6
1. 1 Co je mládež?.....	6
1. 2 Co je to volný čas?.....	7
1. 3 Způsoby trávení volného času.....	8
1. 4 Patologické jevy ve volném čase.....	10
1. 5 Dílčí závěr.....	12
2. Mládež a sportování.....	14
2. 1 Co je sport?.....	14
2. 2 Úkoly sportu.....	16
2. 3 Sport pro všechny.....	20
2. 4 Perspektivy zájmu mládeže o sportovní aktivity.....	21
2. 5 Školní tělesná výchova.....	22
2. 6 Neformální sport a formálně organizovaný sport.....	23
2. 7 Sportovní motivace mládeže.....	26
2. 8 Sedavá společnost.....	27
2. 9 Výživa a obezita mládeže.....	28
2. 10 Mládež a doping.....	29
2. 11 Perspektivy sportování mládeže.....	31
2. 12 Dílčí závěr.....	32
II. EMPIRICKÁ ČÁST.....	35
3. Provedení výzkumu dotazníkovou metodou.....	35
3. 1 Cíl výzkumu.....	35
3. 2 Postup výzkumu.....	35
3. 3 Výsledky dotazníkového výzkumu.....	36
3. 4 Shrnutí výsledků vyhodnocení hypotéz.....	53
Závěr.....	54
Resumé.....	56
Anotace.....	57
Klíčová slova.....	57
Seznam použité literatury.....	58
Přílohy.....	60

Úvod

Budoucí význam sportu v životě člověka, včetně školní tělesné výchovy, je velkým tématem současných i budoucích kinantropologických studií. Jsme totiž svědky osobnostně nesmírně stimulujících posunů a proměn v životním stylu soudobého člověka, ale čelíme i změnám ve vyživovacích zvyklostech, zhoršování životního prostředí, změn v povaze práce a proměnám hodnotových orientací (Sekot, 2006, s. 115).

Podle mého názoru je zvolené téma velmi aktuální, protože společnost prošla za poslední dvě dekády drastickou změnou životního stylu. Vlivem těchto globálních změn se mimo jiné mění i přístupy rodičů k vlastním dětem. Rodiče, zejména úspěšnější z nich, již nemohou věnovat tolik volného času svým dětem, z čehož u dětí vzniká nadměra volného času, který neřídka tráví dlouhodobým vysedáváním u televize či počítače a v adolescentním věku vysedáváním po hospodách či diskotékách. Z těchto nezdravých návyků následně pramení pestré spektrum patologických jevů, jako zvýšení obezity, horší komunikativní schopnosti, vyšší míra závislosti ať už jde o alkohol, cigarety, drogy či gemblerství. Proto zastávám názor, že sportování je velmi dobré východisko pro všechny děti různých věkových skupin.

Cílem mé bakalářské práce bude zjistit kolik času věnuje mládež ve svých volnočasových aktivitách sportování a kdo ji nejvíce podporuje ve sportu. Také chci ukázat na význam sportování u mládeže. Práce bude vycházet ze studia odborné literatury a internetu, z vlastní zkušenosti: sport mě provází od dětství jak rekreačně tak i závodně, chodil jsem na sportovní školu v Uherském Hradišti se zaměřením na fotbal a do osmnácti let jsem hrával za Uherské Hradiště 1. dorosteneckou ligu. Nosnou částí této bakalářské práce bude osobně zpracovaný a vyhodnocený výzkum mezi žáky ZŠ Babice formou anonymního dotazníku.

V teoretické části jsem se zaměřil na dvě hlavní části: 1) Mládež a volný čas 2) Mládež a sportování. V empirické části jsem zvolil kvantitativní přístup – již zmíněnou metodu dotazníku. Oslovil jsem žáky 7., 8. a 9. třídy ze ZŠ Babice. Stanovil jsem si hypotézy, které byly podle odpovědí v dotazníku falzifikovány nebo verifikovány.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1. Mládež a volný čas

1.1 Co je mládež?

Mládež je sociologicky vzato termín označující více méně nepřesně vymezenou věkovou skupinu, nebo sociální kategorii charakterizovanou specifickými biologickými, psychologickými a sociálními znaky. Příslušníky mládeže spojuje obdobný životní cyklus nazývaný mládí, a tím jsou její příslušníci součástí stejné generace. Zvláštním rysem statusu mládeže je skutečnost, že se nachází ve stadiu neúplné nebo neodložené ekonomické aktivity a profesionální přípravy, a že je sociálně a ekonomicky závislá na „světě dospělých“.

V mládí vrcholí příprava jedince na budoucí role dospělých, současně opouští role dětské a hraje role v dané kultuře typické pro mládež - student, učeň, partner apod. V našich podmínkách se za spodní věkovou hranici mládeže považuje 14-15 let, kdy končí povinná školní docházka, přitom za nejvyšší hranici lze v krajním případě považovat 30 let (zpravidla však spíše 26 či dokonce 24 let), kdy jsou zpravidla završeny dílčí procesy sociálního zrání u všech skupin mládeže. Přitom je třeba brát v úvahu, že v posledních desetiletích dochází v důsledku měnících se životních podmínek k akceleraci biologického zrání, když se naopak prodlužuje profesionální příprava.

Mládeži je věnována velká pozornost i proto, že je v mnoha ohledech považována za rizikovou populační skupinu, přičemž zdroje ohrožení nejsou biologické a lékařské, ale leží v oblasti chování, jednání a sociálních vztahů. Světová zdravotnická organizace tak hovoří o morbiditě (AIDS, alkoholismus, drogy, pohlavní choroby, trestná činnost), která je zakotvená v životním stylu prostoupeném nudou, tolerancí k násilí a drogám,

předčasnou sexualitou, masovými médii živenou touhou po stále nových zážitcích (Sekot, 2006, s. 97).

O mládeži existuje řada mýtů. Od dob Aristotela si každá starší generace stěžuje na chování mládeže a v porovnání se svým mládím vidí její zkaženost. Mládež zase vnímá starší generace jako konzervativní, nechápající ani mládež ani novou dobu.

Další mýty o úloze mladé generace ve společnosti se objevují ve společnosti po každé revoluci a převratu. Mládež je deklarována jako vyvolená skupina, která v neutěšené přítomnosti personifikuje „zářivou budoucnost“. I když si to lidé neuvědomují, tato jejich představa mládeže je projekcí dosavadní společnosti. Vývoj mladé generace je v takových vizích implicitně vnímán jako oprostěný od všech negativ, která obsahovala předcházející společnost.

Tak jako se mládež v šedesátých letech nevyvíjela v reakci na českou společnost konce války, tak se také současná mládež nevyvíjí v reakci na osmdesátá léta, ale ve svém vývoji se vyrovnává se společenskou skutečností počátku nového století. Dnešní mládež proto zákonitě nemůže být vylepšenou variantou mládeže padesátých, šedesátých či osmdesátých let. Současná generace mládeže se ve svém vývoji vyrovnává s pozitivními i negativními jevy současné společnosti, především s novými jevy, které přetvářejí společenskou skutečnost.

Na formování mládeže a vývoj osobnosti mladého člověka působí i přicházející budoucnost. Evropská integrace a utváření nové evropské identity působí na mládež jako výzva a již řadu let před naším vstupem do Evropské unie mládež anticipuje „evropskou skutečnost“ (Sak, Saková, 2004, s. 7).

1.2 Co je to volný čas?

Sociologicky významná (a zároveň rozporuplná) kategorie volný čas je zpravidla vymezována jako čas, v němž člověk nevykonává činnosti pod tlakem závazků plynoucích ze společenské dělby práce nebo z nutnosti zachování svého biofyzilogického či rodinného systému.

Čas je, při vší své naprosté exaktnosti měření, veličinou z pohledu životního stylu nesmírně relativní, či spíše možná relativizující. Jeho podíl na jednotlivých lidských činnostech se mění jak v průběhu života jedince, skupin, dobových zvláštností a historických proměn, tak v kontextu místa a celého komplexu specificky sociálně a kulturně zakotvených okolností. Víme, že pro jedny může být činností a vysoce produktivní činností naplněný čas mírou osobního sebeuspokojení a vysokého společenského ocenění, pro jiného vnucenou či dokonce proklínanou činností (Sekot, 2006, s. 168).

Volný čas lze v souhrnu definovat jako dobu, časový prostor, v němž jedinec nemá žádné povinnosti vůči sobě ani druhým lidem a v němž se pouze na základě svého vlastního svobodného rozhodnutí věnuje vybraným činnostem. Tyto činnosti ho baví, přinášejí mu radost a uspokojení a nejsou zdrojem trvalých obav či pocitů úzkosti.

Pojetí volného času jako doby, jako časového prostoru se užívá pro posuzování jeho náplně. Ta může být velice pestrá. Volný čas může být naplněn řadou činností od nicnedělání (tedy vlastně nečinnosti) a prázdného povídání přes aktivity jako je pletení, kutění, jejichž charakter je na rozmezí práce a volného času, přes poslech rádia, televize, četbu, návštěvu kina, divadla až k intenzivní aktivitě sportovní, kulturní a společenské (Slepičková, 2005, s. 14).

Volný čas a volnočasové aktivity dětí a mládeže mají svá specifika. V dětství a mládí se utváří hodnotový systém jedince a hledají se cesty jeho uplatňování a objektivizace reálným chováním a činnostmi. Dynamizace hodnotového systému a jeho promítnutí do sociálního časoprostoru můžeme považovat za základ utváření životního způsobu. Jeho významnou součástí je způsob trávení volného času a propojení pracovních volnočasových aktivit (Sak, Saková, 2004, s. 59).

1.3 Způsoby trávení volného času

Sociální pozice dětí a mládeže, pro kterou je charakteristická nízká zakotvenost systémem sociálních rolí, umožňuje mládeži oproti dospělým větší sociální flexibilitu a dynamiku. V žádném dalším životním období není jedinec schopen zajímat se o tak

široké spektrum aktivit jako v dětství a mládí. Ve srovnání s dospělostí se dětství a mládí vyznačuje větší zájmovou pluralitou. Další vývoj jde spíše cestou redukce zájmového spektra a prohlubování určitého zájmu (Sak, Saková, 2004, s. 59).

Především skupina dětí a mládeže představuje tu část populace, jíž je nutné z mnoha důvodů věnovat pozornost. V kontextu vývoje novodobé společnosti se výrazně proměňuje charakter rodiny. Život dětí a mládeže se odehrává ve značné míře mimo sféru jejího vlivu. Rodiče tráví čas mimo domov v zaměstnání. Jejich děti jsou svěřeny do péče systému školství a vedle toho vlivu jsou vystaveny i dalším jako je působení médií, komerce apod. Výchovná funkce rodiny se tak narušila. Zesílil vliv vrstevníků, party, s nimiž tráví čas jak ve škole, tak mimo ni. Zvláště adolescenti, chápaní v pojetí sociologickém ve věku v rozmezí zhruba od 11 do 20 let, tvoří výraznou věkovou skupinu se svébytnou kulturou, systémem hodnot a tudíž i specifickým způsobem trávení volného času. Pasivní a konzumní trávení volného času podpořené jeho komercializací nemůže být odpovídajícím stimulem všestranného rozvoje dětí a mládeže.

Současnou síť zájmových zařízení tvoří v resortu školství specializovaná zařízení – střediska pro volný čas dětí a mládeže, domy dětí a mládeže a stanice zájmových činností. Dále se na zajišťování volného času podílejí v době mimo vyučování školská zařízení jako jsou školní družiny, kluby, zájmové kroužky ve školách, domovech mládeže a střediscích výchovné péče a dalších výchovných zařízení. Ukazuje se však, že tato síť již není dostatečná, přestává být pro mnohé děti přímo dostupná ať už z důvodu dopravních nebo sociálních. Základní společenskou tendencí se stává rozšíření funkce školy i do oblastí naplňování volného času.

Vedle těchto zařízení funguje celá řada dobrovolných sdružení, nadací, církevních organizací a dalších forem zaměřených na práci s dětmi a mládeží ve volném čase. Zde zaujímají dlouhodobě významnou pozici v celorepublikovém měřítku sdružení jako Junák, Pionýr, Asociace turistických oddílů mládeže, Zálesák a další působící i třeba jen na regionální či místní úrovni. Sféra organizovaného sportu má dominující postavení minimálně co se týká počtu členů z řad dětí a mládeže. Organizované formy volného času dětí a mládeže mají tu výhodu, že se jedná o řízený a kontrolovaný proces s předem stanovenými cíli a postupy jejich dosažení (Slepičková, 2005, s. 22).

Volnočasová orientace žen ve srovnání s muži je introvertněji zaměřená. Psaní dopisů a deníků je u žen častější než u mužů. Ženy se více věnují kulturním aktivitám, jakými jsou divadlo, četba knih, výtvarná činnost. Ruční práce, jež jsou frekventovanější u žen, můžeme chápat jako určitou protiváhu typicky mužských činností – kutilství a sběratelství. Role ženy jako matky a pečovatelky se projevuje zřejmě i v chovu zvířat, jemuž se ženy věnují více. Ženy aktivně sportují méně než muži, ale zato překvapivě více času věnují procházkám a toulání se.

Zatímco ženy spíše „kultivují ducha“, muži častěji sportují a účastní se společenských událostí. Muži chodí více do kaváren a restaurací, na večírky nebo sportovní utkání. Sportu se neúčastní jen jako pasivní diváci, ale i jako aktivní sportovci. Významnější místo než u žen zaujímají u mužů aktivity spojené s virtuální realitou. Jde o sledování videa, hraní počítačových her nebo práci s počítačem. Dalšími aktivitami, kterým se více věnují muži, jsou tradičně mužské aktivity: kutilství, sběratelství, opravy a úprava kola, motocyklu či auta (Sak, Saková, 2004, s. 65).

Dle výzkumu v roce 2002, dominantní pozici ve volnočasových aktivitách zaujímá u mládeže a zvláště u její nejmladší skupiny sledování televize, CD, magnetofon, povídání s přáteli, potom následuje nicnedělání a PC a na závěr sportování (Sak, Saková, 2004, s. 69).

1. 4 Patologické jevy ve volném čase

Volný čas je pro člověka většinou příjemnou záležitostí. Přináší však i problémy, které se netýkají pouze jedince, ale jsou záležitostí celé společnosti. Souvisí to na jedné straně se způsobem, jakým jedinec se svým volným časem naloží nebo umí naložit, na druhé straně s podmínkami pro trávení volného času. Jak silný vliv mají výše uvedené faktory na množství a kvalitu volného času, závisí na typu společnosti a stupni jejího rozvoje.

Z hlediska věku je bezpochyby nutné věnovat zvýšenou pozornost skupině dětí a mládeže. Tato populace se pohybuje v prostředí rodiny, školy, ve skupinách svých vrstevníků. Rodina je první, která od ranného dětství na jedince uplatňuje svůj vliv.

Život současné rodiny se v porovnání s jejím životem v minulosti liší. Členové rodiny plní během pracovního týdne své pracovní povinnosti vně rodiny. Pro společný život v podstatě zbývá jen jejich volný čas. Je otázkou zda jej rodina umí trávit společně a vhodným způsobem. Mají současní rodiče vždy o zájem o to, co dělají jejich děti ve volném čase? Přitom děti a dospívající jsou ekonomicky závislí na rodičích, což ovlivňuje do značné míry i výběr aktivit, jimiž tráví svůj volný čas. K vlivům rodiny se postupem doby připojují vlivy širšího sociálního prostředí jako je škola, kamarádi, různé zájmové organizace atd. (Slepičková, 2005, s. 17).

Řada dětí dokáže svůj volný čas využívat aktivně, hodnotně a organizovaně, existují ovšem skupiny dětí, které jej plnohodnotně nevyužívají nebo to vůbec nedokážou. Často provozují činnosti živelně, v partě a jsou ohrožovány na zdraví (neorganizované aktivity, nekontrolované ze strany dospělých) nebo inklinují k sociálně patologickým jevům jako jsou záškoláctví, šikana, delikvence, kriminalita, drogy (především alkohol a tabák, ale i jiné) či propadají patologickým závislostem (např. gamblerství apod.). Příčiny vzniku mnohých negativních jevů lze spatřovat právě v modernizačních společenských procesech, především individualizace. Jedním z velmi aktuálních úkolů současné společnosti je těmto jevům zamezit, nabídnout dětem a mládeži kvalitní využívání volného času širokou nabídkou volnočasových aktivit. Současně působit na skupiny, které inklinují k těmto projevům a eliminovat je (Hodaň, 2002, s. 97).

Česká společnost je tradičně společností s velkou spotřebou alkoholu, rozšířeným nikotinismem a v posledních deseti letech se prostřednictvím mladé generace stává i zemí rozšířené nealkoholové toxikomanie. Konzumace drog je jedním z fenoménů, který odlišuje současnou mládež od předchozích generací, a společnost a stát se musí tímto problémem zabývat. Fenomén drog přímo či svými důsledky odčerpává finanční prostředky, pracovní kapacitu a ničí životy tisíců mladých lidí.

Vývoj mládeže v oblasti konzumace alkoholu, užívání drog a kouření je za posledních deset let velmi nepříznivý a má celou řadu negativních důsledků. Jedná se o zdravotní stav populace a dopad na demografický vývoj a na kvalitu nově narozené populace, protože nelze vyloučit vliv drog, alkoholu a nikotinu na genetický potenciál české společnosti (Sak, Saková, 2004, s. 80).

Významný je věk mezi 14 - 18 roky. Například na základě výzkumných dat je patrný vývoj nikotinismu a alkoholismu od 11 do 26 let. Právě mezi 15-18/19 lety je dramaticky nejvýraznější narůst jak nikotinismu, tak alkoholismu. Kdo nezačne kouřit a pít alkohol do devatenácti let, u toho je minimální pravděpodobnost, že těmto závislostem ještě podlehne. Jestliže si v tomto období osvojí pozitivní postoje a dovednosti, tak ty mu zůstanou. I z tohoto důvodu je třeba v tomto rizikovém věku věnovat mládeži citlivou společenskou i rodinou pozornost a péči (www. Sak P.).

Dříve se soudilo, že jsou osobnosti, které jsou více zranitelné obecně a také ve vztahu k drogám, že jsou někteří lidé handicapováni tím, že nemohou, nechtějí nebo neumějí zvládat problémy svého života a uchylují se k zdánlivému ulehčení jejich řešení pomocí drog, a soudili jsme, že ti, kteří drogy nejvíce oceňují, kterým zpočátku nejvíce pomáhají, se současně opakováním více učí žít s drogou, že jsou tudíž návykem a závislostí nejvíce ohroženi. Dnes víme, že drogy zneužívají zcela normální a nehandicapovaní mladiství z důvodů jiných než psychogenních, a víme s jistotou, že čím dříve mladí lidé začínají drogy zneužívat, tím více jsou ohroženi. Mezi odborníky spíše převládá názor, že jakákoliv osoba se může stát závislou na droze, jestliže ji zneužívá často (Riesel, 1999, s. 19).

Pokud má volný čas pozitivně přispívat k životu jedince i společnosti, musí společnost věnovat těmto vlivům pozornost. Týká se to nejen vytváření podmínek (organizačních, finančních, legislativních aj.) pro smysluplné trávení volného času, ale např. i mediální politiky, neboť vliv sdělovacích prostředků v dnešní době je velmi silný (Slepičková, 2005, s. 17).

1.5 Dílčí závěr

Za stěžejní poznatek nejnovějšího vývoje mládeže lze považovat diferenciaci mládeže nad rámec její přirozené strukturace. Ve způsobu trávení volného času, v hodnotových orientacích, počítačové gramotnosti, vzdělanostní a celkové sociokulturní úrovni a podle dalších kritérií vidíme uvnitř generace ostrý předěl, který se stále prohlubuje.

Ve způsobu trávení volného času se to projevuje protikladnými trendy. Současně narůstají mezi mládeží náročně volnočasové aktivity i aktivity nízké hodnoty. Každý z obou těchto trendů je však spojen s jinou částí mladé generace a oba trendy prohlubují propast mezi částmi mladé generace. Rozlomení mladé generace se odvíjí od sociokulturní úrovně původní rodiny mladého člověka a ze schopnosti rodiny adaptovat se na nové společenské podmínky a aktivně využívat nové možnosti (Sak, Saková, 2004, s. 212).

Dnešní mládež je vystavena mnoha nástrahám, které z minulých let neznáme. Zejména mezi ně můžeme zařadit drogy, počítač, internet, výherní automaty a mobil. Tyto nástrahy na ně útočí hlavně v jejich volném čase. Toto nebezpečí je umocněno tím, že dnešní rodiče jsou zahlceni prací, přes kterou nemají dostatek času na výchovu a dozor dětí, a tak současné děti jsou ve většině případů ponechány svému osudu a vlastní aktivitě.

Nejohroženější je mládež kolem patnácti let, protože je v období puberty a pomalu se snaží vymanit z vlivu rodičů. Proto pokud ji správně nenasměrujeme, tak může lehce sklouznout k nesprávným aktivitám. Ideální věková hranice pro motivaci dítěte k pozitivnímu přístupu nejen ke sportovním, ale i jiným prospěšným volnočasovým aktivitám, je mezi osmi až desíti lety jeho života. Samozřejmě je tato hranice individuální a nedá se kategoricky přesně stanovit, nicméně kolem puberty již na „dítě“ působí celé množství velmi různorodých faktorů, které tuto činnost velmi ztěžují. Optimální variantou představuje, pokud jsou děti dobrovolně začleněny ve sportovních kroužcích či oddílech.

V těchto skupinách většinou pozitivně působí odpovědný dospělý, jenž jim poskytuje nejen nenásilný dohled, ale také v nich může vzbudit radost z pohybu, teamové spolupráci i zdravé soutěživosti. Samozřejmě ne každé dítě je sportovně nadané jako Nadal, Šebrle či Sábliková. Naštěstí sport nabízí nepřeberné množství alternativ, ne vždy záleží na rychlosti, svalech či nejpřesnějším forhendu, jsou zde i sporty jako šachy, lukostřelba, kuželky atd., které dítě mohou zaujmout svou zdánlivou nenáročností. Na druhou stranu dítě nemusí za každou cenu najít zalíbení ve sportu, ale může se stejně dobře věnovat i zájmovým kroužkům.

Proto pokud dítě není od útlého věku vedeno formou sportu či žádoucích aktivit, tak se jeho vývoj může ubírat, nesprávným směrem. Může to být například nežádoucí

vliv party, dlouhodobé vysedávání u televize, počítače nebo v restauraci, kde bude popíjet alkohol, kouřit cigarety, přes braní drog a taky nuda, z které hrozí pro mládež další hledání škodlivé zábavy.

Dříve se mládež ve volném čase bavila více kolektivně, protože neměla internet a mobil, dnes stačí vzít z kapsy mobil a zavolat nebo jít na internet na icq, a tak se pomalu vytrácí kontakt s vrstevníky. Taktéž se více věnovala sportu, protože nebylo tolik jiných možností a taky nebylo sportování tak finančně náročné jako dnes.

Musíme si uvědomit, že pokud dnešní mládeži nenabídneme nějakou plnohodnotnou zábavu v jejím volném čase, tak můžeme očekávat, že v nepřeborném množství aktivit, ze kterých si dnes mohou zvolit, si vyberou tu nejpohodlnější či nejméně vhodnou pro jejich správný vývoj.

2. Mládež a sportování

2.1 Co je sport?

Pohlédneme-li do akademického slovníku cizích slov, nalezneme u hesla sport tuto charakteristiku: „1. Pohybová činnost (tělesná cvičení, hry aj.) prováděná zpravidla soutěživou formou 2. Jiná činnost provozovaná ze záliby, pro zábavu“. Takto formulované definice zařazuje sport do širšího celku tělesné kultury, což je ostatně v souladu s filozofií a metodologií institucí, které se u nás sportem v teoretické rovině zabývají především.

Jak lze tedy definovat sport a jeho místo v lidské kultuře? Bez pochybností můžeme sport zařadit do širšího rámce her. Hra představuje bezesporu pozoruhodný, důležitý a ještě v relativně nedávné minulosti neprávem opomíjený fenomén, kterému je ovšem v poslední době věnována zasloužená pozornost (Děkanovský, 2008, s. 15, 22).

Sport, stále frekventovanější pojem v našem každodenním životě i v odborné literatuře, označuje nikoli pouze jedinečnou pohybovou aktivitu a herní situaci, nýbrž je zároveň i významným sociálním jevem. Sport patří k nejdiskutovanějším jevům

společnosti nového tisíciletí. Jeho význam je dnes umocňován svým nesporným dopadem v rovině sociální, ekonomické i kulturní. Je ztělesněním obdivovaných hodnot radosti z pohybu, výkonu, zdraví a krásy. Stejně však odráží i řadu nově vyhrocovaných problémů, kterým musí s obavami dnešní svět čelit. Bezbřehá komercializace, konzumní způsob života, drogová scéna, korupce, rasismus, násilí na stadionech – i to vše odráží svět sportu v míře odpovídající jeho virtuální přitažlivosti a mediální působivosti.

Sport je nepochybně sociologicky barvitou scénou reflektující dynamiku změn hodnotového světa, zájmů a činností současného lidstva. Je nepřehlédnutelným kulturním a sociálním jevem, který dnes svým významem překračuje kteroukoliv ze svých historických kontur. Je fenoménem, o jehož existenci jsme cíleně vedle nejdůležitějších politických událostí a počasí – mediálně, globálně informování s pravidelností skutečně železnou. Sport přitahuje pozornosti veřejnosti. Zároveň však jako masově praktická forma harmonizující pohybové aktivity ztrácí svůj původní význam a stává se spíše předmětem divácké pozornosti, než nedílnou součástí každodenních forem volnočasových aktivit.

Sport se tak stává, nikoli pouze v souladu s poslední citací, integrální součástí sociálního a kulturního světa, ve kterém žijeme. Sport je součástí kultury. Sledujeme-li studenty při basketbalu či atletickém utkání, můžeme si být jisti, že jejich sportovní aktivity mají dopad na jejich prestiž v daném okolí, na jejich míru sebevědomí, možnosti sociálních kontaktů, příležitosti na půdě vzdělání a budoucího profesního uplatnění: Na širokou škálu možností a prožitků, které nabízí život. Řečeno jinými slovy: Sport není pouze aktivní pohybová a herní aktivita, ale i sociální fenomén, jehož význam daleko překračuje dosažené výsledky či statistiky vzájemných utkání. Sport je provázán s daným sociálním a kulturním kontextem, odráží a svébytně vyjadřuje a vysvětluje tento kontext a přispívá k pochopení našich vazeb se světem okolních hodnot (Sekot, 2006, s. 7).

2.2 Úkoly sportu

Stanovené cíle a formulované funkce sportu jsou podobně jako v ostatních druzích tělocvičné aktivity uskutečňovány postupným plněním:

- a) úkolu zdravotního
- b) úkolu vzdělávacího
- c) úkolu výchovného
- d) úkolu kondičního a estetického

I když je označení jednotlivých úkolů shodné s tělesnou výchovou i tělocvičnou rekreací, dochází v oblasti sportu k výrazným specifikacím.

ad a) Úkol zdravotní

Vyjdeme-li z již známého pojetí zdraví, potom je zřejmé, že vzhledem k husté frekvenci a vysoké intenzitě sportovních (tréninkových) činností bude problém zdraví významně zdůrazněn. Je to pochopitelně způsobeno enormními nároky na organismus sportovce.

Uvedená intenzita působení má ovšem určité hranice, které významně ovlivňují konkrétní naplňování zdravotního úkolu. Za optimálních podmínek (respektování věkových zvláštností, momentálního stavu sportovce,...) můžeme souhlasit s tím, že zdravotní úkol je naplňován významněji než v ostatních druzích tělocvičné aktivity. Úroveň optimálních podmínek však přitom musí být velmi přísně kontrolována. (V každém případě je však kvalita zdraví podmínkou sportu).

V opačném případě se zdravotní úkol dostává do zcela jiné podoby a spočívá v prevenci, příp. kompenzaci a odstraňování možných deformací. Je to tehdy, když požadavek výkonu a vítězství potlačí všechny ostatní aspekty, které jsou pro sport typické. Potom se setkáváme s takovými pojmy jako je předčasná specializace, jednostrannost, neodpovídající dávkování, neléčená zranění, příp. doping apod.

Přítomnost těchto jevů ve sportu ovšem přímo zdraví sportovce ohrožuje a obsah zdravotního úkolu potom není v rozvoji zdraví, ale v jeho ochraně.

Vzhledem k náročnosti jednotlivých úrovní sportu je možno tyto negativní tendence pozorovat především v úrovni vrcholového sportu. Můžeme se však s nimi setkat i na úrovni sportu výkonnostního a dokonce i ve sportovní přípravě mládeže. Nedodržováním některých specifík sportu tedy může ztratit zdravotní úkol svůj původní obsah.

ad b) Úkol vzdělávací

Považujeme-li za základní požadavek všestrannost člověka, potom je podstata vzdělávacího úkolu ve sportu a jeho vazby na vzdělávací obecně podobná jako v tělesné výchově a tělocvičné rekreaci. Ovšem vzhledem k vyhraněnému požadavku specializace dochází k určitým odlišnostem, které se projevují v pojetí poznávací a praktické funkce realizované v oblasti všeobecného a speciálního vzdělání.

Základní rozdíl vidíme v samotném pojetí vzdělávacího úkolu. Zatímco v tělesné výchově šlo o sumu základních vědomostí a dovedností, v tělocvičné rekreaci o další zdokonalování člověka, je obsahem vzdělání v oblasti sportu suma speciálních dovedností a vědomostí, odpovídajících konkrétní disciplíně. Z hlediska maximální účinnosti specializace je nutno speciální vzdělání (včetně pohybového) stavět na ukončeném vzdělání všestranném. To ovšem s ohledem na věk začínajících sportovců není vždycky možné, takže požadovaná specializace musí být doplňována nutnou všestranností (tento požadavek se pochopitelně odráží i v oblasti zdravotní).

Existující diferenciaci jednotlivých disciplín podmiňuje také diferenciaci příslušného vzdělání, které ovšem musí mít určitý společný základ, odpovídající obecné problematice sportu.

Důležitým pro orientaci vzdělávacího úkolu ve sportu je již zmíněný poznatek, že tendence vzdělávacího úkolu vycházejí ze základních sociálních rolí, do kterých je člověk postaven. Ve sportu to tedy neznamená pouhé zaměření na obsahově omezenou sociální roli sportovce (specialisty na určitou disciplínu), ale respektování i rolí ostatních – člena určité společnosti, člena rodiny, reprezentanta státu apod.

Vzhledem k tomu, že sportovec je nejen centrem pozornosti, ale i příkladem zejména pro mládež, sehrává důležitou roli v sociálních i mezinárodních vztazích apod., je nutno vzdělávací úkol zaměřit na všechny ostatní role, které s dominantní rolí sportovce souvisí. To potom vyžaduje i určitý rozsah obecného vzdělání, kulturní úrovně, jazykových znalostí atd. Je to významná složka vzdělávacího úkolu, která je pro sport specifická. Bohužel ne vždy doceněna a realizována.

Na sportu se vedle sportovce, který je jeho realizátorem, podílí i divák, který je jeho konzumentem i tvůrcem příslušného prostředí a spolutvůrcem výkonu. Vzdělávací úkolu se tedy projevuje nejen ve vztahu ke sportovci, ale jeho prostřednictvím i ve vztahu k divákovi. Realizuje se na rozdíl od sportovce, pouze v sumě získaných vědomostí.

Do vzdělávacího úkolu tak vedle činitelů, působících na sportovce, vstupují i samotní sportovci a organizace, působící na diváka.

ad c) Úkol výchovný

I ve sportu je nutno při realizaci výchovného úkolu vycházet ze základních cílů obecné výchovy – vytváření hodnotových struktur, konkrétních mravních kvalit a způsobů chování. Jestliže v tělesné výchově šlo o navozování základních úrovní, v tělocvičné rekreaci o jejich další rozvoj a přizpůsobování měnícím se podmínkám, dostává se i ve sportu výchovný úkol do specifické funkce odpovídající náročnosti této činnosti.

Sport je svojí podstatou (časová náročnost, fyzická, psychická i sociální náročnost, konfliktnost, zodpovědnost,...) velmi náročný na morální i volní kvality sportovce. V tomto smyslu má tedy zřetelný výchovný charakter, vyplývající, přímo z mechanismu samotného sportovního procesu. Při zabezpečení optimální úrovně existujících podmínek (trenéři, funkcionáři, rozhodčí, ekonomické zabezpečení, vzájemné vztahy) je velmi intenzivním výchovným činitelem. Možnosti činnosti plánované i neplánované jsou stejné jako v tělesné výchově, přičemž v oblasti neplánované vystupují v mnohem vyhraněnější podobě. Jestliže ale dojde k jakékoli disproporci, ať už v optimalizaci podmínek nebo v neúměrném přeceňování výkonu nad ostatními aspekty sportu apod., dochází k posunu výchovného úkolu do zcela jiné úrovně (podobné s úkolem zdravotním). Výchovný úkol se potom dostává do sféry navozování mravních kvalit, do

sféry prevence, kompenzace, příp. odstraňování výchovných deformací projevujících se v záporných projevech chování sportovců. Tento aspekt výchovného úkolu je velmi vážný, poněvadž vlivem různých okolností mohou být deformativní vlivy velmi intenzivní.

Do vlastního plnění výchovného úkolu ovšem vstupuje i sportovec a dokonce i divák. Tento jejich vstup vyplývá z jejich vzájemného vztahu. Sportovec, který je pro diváka vzorem svým výkonem, zdatností apod., představuje, zejména pro mladou generaci, i vzor chování, které je napodobováno. Jakékoli záporné chování sportovce (i v soukromém životě), je velmi intenzivně vnímáno a přenášeno na diváka. Naopak divák svými reakcemi může zásadně ovlivňovat chování sportovce, projevující se v průběhu sportovního výkonu. Tato výchovná vazba sportovec – divák, která je pro sport typická.

ad d) Úkol kondiční a estetický

Jedním z nejrozšířenějších sportů, který vyzdvihuje estetiku a kondici je kulturistika. Kulturistice dal popularitu až Arnold Schwarzenegger a to zejména svým působením na filmovém plátně. Byl a je to velká osobnost. Samozřejmě nemohu nezpomenout kanadany Bena a Joa Weiderovi. Ti vymysleli vynikající strategii a marketingový plán, jak z tohoto sportu udělat sport, alespoň částečně uznávaný na celém světě a nyní i na zkoušku i na Olympijských hrách. Na tomto základě pak můžou stavět i jiné organizace či další sportovní styly fitness a wellnes.

Někteří lidé preferují krásu, souměrnost a estetiku v pohybovém pojetí, jež nyní nabízí více fitness soutěže žen a v poslední době i mužů. Ale i tady se postupně začíná stále více prosazovat svalová hmota a tím pádem hrozí, že sportovec bude vypadat jak superman, ale ve skutečnosti bude zdravotně strádat pod vlivem podpůrných prostředků a přetěžování kloubů a některých svalových partií.

V poslední době se mezi estetické a kondiční sporty prosazuje aerobic a jeho nespočet forem, spinning (hromadná jízda na kole ve studiu) a také sálové formy tenisu – badminton a squash. Je to dobře, ale postupně se zeslabuje původní trend fitnessu, kde se procvičovalo komplexně celé tělo obohacené o zdravé stravování.

Všechny uvedené úkoly, ve sportu realizované, jsou značně rozsáhlé a obsahově proti ostatním druhům tělocvičné rekreace velmi specifické. A právě v tom specifiku je

skryta nejen obtížnost splnění všech úkolů, ale i nebezpečí jejich deformace, vyplývající z negativních vlivů existujících možných podmínek (Hodaň, 1997, s. 80).

2.3 Sport pro všechny

Termín sport pro všechny se objevuje v konci šedesátých let minulého století, činnost tohoto zaměření se pěstovala např. také pod názvem pohybová rekreace, rekreační tělesná výchova, rekreační sport. Pod tímto označením se postupně zformovalo hnutí, které si klade za cíl propagovat a zpřístupňovat nejrůznější sportovní pohybové aktivity co nejširšímu okruhu lidí, tj. pro všechny bez rozdílu věku, pohlaví, speciálních předpokladů. Reagovalo tak mj. na zřetelný vývoj soutěžního sportu, kdy rostoucí úroveň výkonů zvýraznila roli talentu, motivace, zdatnosti a odolnosti i ochotu podstupovat náročný trénink. Současně bylo toto hnutí podníceno i společenským a ekonomickým rozvojem ve vyspělých zemích, v jehož důsledku se začaly objevovat negativní dopady: především nedostatek pohybu vedl ke snižování tělesné zdatnosti, nárůstu civilizačních onemocnění a celkovému zhoršení zdravotního stavu. Současně narůstající podíl volného času vytvořil prostor, jak v žádoucím směru uplatnit sportovní aktivity.

Sport pro všechny představuje okruh prostředků, které neusilují o vysoký výkon (v tomto směru pojem sport „vybočuje“ z původního pojetí sportu jako činnosti závodní, kde dominuje sportovní výkon, demonstrováný v soutěžích a podložený více nebo méně systematickou přípravou, sportovním tréninkem), ale mají přispět k regeneraci tělesných a duševních sil člověka, působit preventivně ve smyslu upevnění zdraví, zvýšit tělesnou zdatnost a výkonnost, mohou nabídnout širokou škálu nejrůznějších prožitků. K tomu se využívá nejen tzv. rekreačního sportu - neorganizovaných i organizovaných soutěží nižší výkonnostní úrovně (u nás typu Jizerská padesátka, Velká kunratická, Volejbalové Dřevěnice), ale i speciálně vytvářených programů (u nás typu Fit rodina, Sportuj s námi, Buď fit, Pohybem ke zdraví aj.) (<http://www.olympic.cz/?sec=113>).

Pochopit podstatu směřování soudobého světa, jeho dílčích společností a kultur, aniž bychom si všímali a náležitě docenili úlohu sportu, je téměř nemožné. Žijeme totiž ve světě, kde sport je mezinárodním fenoménem, je důležitý pro politiky a světové vůdce, přispívá k dynamice ekonomického rozvoje, rozšiřuje globální povědomí cestou

mezinárodních sportovních událostí, je nedílnou součástí lokálních sociálních a kulturních struktur, regionů a národů. Sport je svým potenciálem schopen přispívat i k vývoji nejhudších oblastí světa, tvoří nezastupitelnou součást masové mediální podívané, podílí se na rozvoji turistického podnikání, je různým způsobem spojován s řadou sociálních jevů a problémů, jako je zdraví, násilí, kriminalita, sociální rozdíly, pracovní migrace, ekonomický a sociální rozvoj a chudoba (Sekot, 2008, s. 7).

2. 4 Perspektivy zájmu mládeže o sportovní aktivity

Celý systém sportovní motivace dětí a mládeže by měl přispívat k získávání hluboce osobnostně zakořeněné potřeby pohybu v životě každého jedince. Vychází se přitom ze známého poznatku, že člověk již svoji biologickou podstatou potřebuje a průběžně uplatňuje jisté pohybové aktivity po celý život. Míra jejich uplatňování je dána mírou připravenosti organismu naplňovat tuto lidskou přirozenost a vyplývá i z potřeb prostředí, ve kterém se jedinec pohybuje. Školní tělesná výchova patří mezi emočně přitažlivé předměty, v nichž dochází k přirozené interakci mezi žáky a v nichž se vytvářejí meziosobní vztahy s dominujícím vlivem skupiny směrem k jedinci a zpětně jedince na skupinu včetně posilování přímého komunikativního horizontálního propojení mezi jedinci.

Odborná kinantropologická literatura, zpravidla v kontextu analýz způsobu života rodiny a ze zorného úhlu trávení volného času, často používá pojem pohybový režim. Označuje tak jednak uspořádání opakovaných pohybových činností v konkrétním časovém intervalu života člověka, a zejména poukazuje na kapacitu sportovních aktivit nezbytných pro udržení dobrého fyzického a zdravotního stavu v jednotlivých životních fázích. V tomto smyslu se při zohledňování kritéria pohlaví, zdravotního stavu, věku, kondice, postojů a zájmů jedince ukazuje, že dospělí by se měli věnovat týdně pravidelné sportovní činnosti 4 až 6 hodin, děti předškolního věku minimálně 14 až 16 hodin a děti školního věku 8 až 10 hodin. Čím mladší jedinec, tím větší podíl sportovní aktivity – s ohledem na dynamiku fyzického vývoje jedince - hrají. A to zejména z hlediska vhodných stimulů fyzického vývoje a v kontextu vytváření hluboce zakořeněných, celoživotních návyků a hodnotových směřování. Zejména pro děti předškolního věku jsou pohybové aktivity sportovní povahy, s ohledem na adekvátní

psychosomatický vývoj, nesmírně důležité a mohou časově dosahovat denní pohybové zátěže až šest hodin. Přitom je ovšem přirozené, že při volbě sportovních aktivit dětí je nutno citlivě diferencovat individuální věk, stupeň tělesného vývoje, pohybové dispozice, překonané choroby, rodinnou anamnézu a celkový individuální zdravotní stav.

Nelze však pochybovat o tom, že rodina – jako základní a výchozí socializační činitel a primární neformální skupina intimity mezilidských vztahů – hraje při utváření vztahů dětí a mládeže ke sportu významnou roli. Tím spíše, že pro utváření postojů ke sportovním aktivitám je motivačně významnou silou síla osobního příkladu a osobní zkušenosti na půdě rodiny se aktualizuje faktor emocionalita sportu, rozvíjený od radostného prožívání a vcítění všech zúčastněných prostřednictvím emocí jako je zklamání, agresivita, hněv, bezmezné nadšení nebo naopak nejhlubší smutek.

Do sportovní motivace dětí se zpravidla zapojují spíše rodiče vykazující praktické zkušenosti s minulou či současnou aktivní sportovní činností. Navíc zejména na půdě rodiny se aktualizuje emocionalita sportu, odvíjející se zde od radostného prožívání a vcítění všech zúčastněných prostřednictvím celého spektra emocí, neboť prioritou je pozitivní zážitek. Ten je totiž nejen na půdě rodiny základnou zaujímání zásadnějšího postoje k zaměření, intenzitě a trvalosti sportovních aktivit. Pochopitelně stejně jako svým opačným zaměřením i negativní zážitek (Sekot, 2006, s. 119).

2. 5 Školní tělesná výchova

Problematika historického vývoje mládežnického sportu je v naší kulturní sféře silně propojena s historií zavádění školní tělesné výchovy. Tělesná výchova je, jak ještě zdůrazníme, významově a konceptuálně provázána se základními funkcemi tělesné kultury ve smyslu uspokojování a kultivace přirozených potřeb pohybu, obnovování fyzických a psychických sil a kompenzací jednostrannosti každodenního života. Vedle zdravotních a léčebných účinků posiluje regeneraci pracovní síly, umocňuje pozitivní socializační účinky a upevňuje celkovou osobní adaptabilitu.

Současné diskuse týkající se postavení tělesné výchovy v celkovém vzdělávacím procesu oživuje i zkoumání vlivu učitele na vztah žáků k předmětu tělesná výchova. Zodpovědnost a náročnost poslání učitele v tomto případě je umocňována imperativem

vést na půdě školy svěřence k vytvoření pozitivního vztahu k osobnost rozvíjející pohybové aktivitě. Přitom i samotní učitelé si možná ne vždy bezprostředně uvědomují, že přímo či zprostředkovaně ovlivňují zdravotní stav žáků, a to nikoli pouze z čistě fyzického hlediska.

Výchova k tělocvičným a sportovní aktivitám je dnes považována za neodmyslitelnou součást imperativu všestrannosti socializačního procesu na cestě formování plnohodnotné osobnosti žáků a studentů, jejich vlastností a schopností. Má přispívat i k plnění povinností ve škole i mimo její rámec, vést k radosti ze zdraví prospěšného pohybu, být východiskem poznání vlastních volných možností a mezí, zdrojem lásky k přírodnímu prostředí, být inspirací k harmonizujícímu pěstování mezilidských vztahů. Stále silněji se důraz na sportovní aktivity aktualizuje i v rámci mimoškolních aktivit, využívání volného času, jako hráz proti nudě pouličních part, proti kouření, alkoholovým a drogovým návykům. Od pedagogů se tak žádá velice nesnadný úkol: diferencovaně vychovávat a vzdělávat a napomáhat tak i individuálně harmonizujícímu tělesnému rozvoji. Jde o úkol o to nesnadnější, že pedagog by měl být svojí vytrvalostí, svědomitostí a rozhodností pro své svěřence i osobním příkladem (Sekot, 2006, s. 101).

2. 6 Neformální sport a formálně organizovaný sport

Osobní zkušenost na půdě obou forem sportu je velice různorodá. Základní rozdíl spočívá v tom, že neformální sport je zaměřen na herní akci, zatímco organizovaný sport se opírá primárně o herní pravidla. Pokud si položíme otázku o socializačním významu těchto dvou forem sportovní zkušenosti, pak nebudeme zřejmě daleko od pravdy, když shrneme, že přinášejí jak nezastupitelné klady, tak neopominutelné problémy. Z toho pak vyplývá, že v zásadě obě zkušenosti sehrávají v osobním zrání mladého jedince důležitou roli. Běžná zkušenost však naznačuje, že lidé zpravidla přeceňují význam organizovaného sportu a naopak nedoceňují příspěvek neformálních sportovní činností.

Neformální sport posiluje rozvoj rozhodovacích schopností a přispívá k rozvoji přirozených mezilidských vztahů na bázi vrstevníků. Jedinec se zde učí herní improvizaci, principům výběru spoluhráčů, formám souhlasu či nesouhlasu s kamarády,

vytváření kompromisů, samostatnému úsudku, podrobení se autoregulačním pravidlům s cílem pokračovat ve hře. Jedná se o důležité civilizační funkce, které organizovaný sport do té míry nerozvíjí. Většina výzkumných závěrů na půdě sociologie sportu vcelku opakovaně přičítá neformálnímu sportu mládeže rozvíjení prvků spolupráce, plánování, organizování, vyjednávání, řešení problémů, flexibility a improvizace.

Formálně organizovaný sport mládeže přináší odlišný soubor zkušeností. Děti jsou při vytváření vzájemných vztahů pod dohledem autority dospělých. Učí se, že pravidla a strategické plány ve sportu jsou praktikovány i v jiných oblastech sociálního života a že tvoří principy získávání celoživotně nosného statusu. To, co se děti naučí zde, je mnohdy prakticky využitelné i v budování profesní kariéry. Organizované sportovní programy jsou záměrně orientovány na hodnoty vítězství a vynikajícího výkonu. A děti to dobře vědí. Jakmile se stanou součástí těchto programů, rychle se na tyto priority orientují. Přitom to však nemusí znamenat ztrátu smyslu pro radost ze hry.

Respekt před obecně uznávanými herními pravidly posiluje respekt před principy fungování byrokracie a týmové práce a usnadňuje přejímání modelů práce a úspěchu světa dospělých. K problematickým vlivům tohoto prostředí naopak patří nebezpečí pasivního přejímání světa, jako něčeho, co je dáno spíše než utvářeno, a co tedy nemá smysl měnit. Organizovaný sport dále tlumí v dětech zájem o sport bez jasných pravidel a jasně formulovaného cíle. O všechno se jim postarají dospělí. Děti zde nacházejí potěšení ze sportovní činnosti právě důrazem na utkání, soutěže a výsledkové tabulky. Někdy se tak zdá, že nejde v případě o vítězství hráčů samotných, ale o vítězství organizujících dospělých.

Organizovaný sport pro mládež vyžaduje čas, peníze a organizační schopnosti. Tedy předpoklady, které jsou zpravidla záležitostí rodiny. Organizovaný sport je tedy velice často rodinnou činností. Dílčí údaje týkající se dynamiky rodinných vztahů ve vztahu k organizovanému sportu naznačují, že zatímco neformální sport zpravidla rodinný život neovlivňuje, je praxe v organizovaných sportovních programech pro rytmus života rodiny často velice významný. Rodiče se mnohdy musejí přizpůsobit sportujícímu dítěti v rozvrhu jídelníčku, časovém snímku dne, organizaci víkendu, rutinních pracovních činnostech, formě trávení dovolené.

Děti většině ekonomicky vyspělých zemí vystupují na půdu organizovaného sportu již v raném věku. Blízko pravdě asi stojí četná tvrzení, že právě sportovní

programy pro mládež v posledních několika desetiletích přispěly významně ke změně rytmu rodinného života. Přitom je třeba upozornit i na další nepřímé důsledky této skutečnosti. Ačkoli totiž vztah mezi účastníky organizovaných sportovních programů a světem neformálních her není naprosto exaktně prozkoumán, a není tedy jasný, mohou děti v nežádoucí míře záviset na dospělých právě při organizaci a vedení sportovních aktivit. V tomto ohledu by měli dospělí podporovat děti v účasti jak na organizovaných, tak na neorganizovaných sportovních aktivitách. Děti a mládež by měly v zájmu komplexnosti a všestrannosti socializačních procesů projít systematickou zkušeností zprostředkované formální i bezprostřední neformální činnosti.

Alternativní sporty se dnes těší zejména mezi mládeží velké popularitě. Mnoho dětí se totiž přímo záměrně a programově vyhýbá při svých sportovních hrách přímému dohledu dospělých. Obecně fungující snaha dospělých „mít děti pod kontrolou“ vede však i k tendenci dávat neformálním sportovním činnostem pevnější organizační rámec, a zajistit si tak přehled o jejím průběhu. Stále více se však ukazuje, že více než cokoli jiného mládeži prospívá vytvoření takového prostředí, které by umožnilo spontaneitu pohybu a zajistilo i bezpečné sportovní prostředí. Před dospělými tak stojí v řadě případů nelehký úkol podporovat neformálnost her a sportování „nenápadnou radou“, která by však nebyla vnímána jako forma kontroly či „protekciónářství“. Zejména děti potřebují svůj vlastní prostor, ve kterém by byly „samy sebou“, mohly vyjádřit svoji kreativitu a spontaneitu. Dospělí by měli spíše z „povzdálí“ zajistit bezpečí a otevřenost přístupu do tohoto „hájemství“ (Sekot, 2006, s. 135).

Sportování dětí a mládeže není jen cestou zvyšování výkonnosti a přípravy na závody. Je to dlouhodobá a často velmi složitá výchovná činnost, kterou spolu ruku v ruce vykonávají trenéři, vedoucí a rodiče. Na jejím konci by měl stát vždy člověk, kterému sport dal především krásné dětství plné kamarádů, zábavy a prožitků, k nimž se přidaly i vzpomínky na úspěchy a možná i neúspěchy. Takový člověk by měl poznat a chtít respektovat určitá pravidla, ve sportu souhrnně nazývána „fair play“, tvořící mravní kodex výchovy ve sportu (Perič, 2004, s. 9).

2. 7 Sportovní motivace mládeže

Nejen v české, ale dokonce i ve světové společenskovední produkci existuje překvapivě poměrně velmi málo výzkumně podložených informací tematizujících oblast motivace dětí a mládeže ve vztahu ke světu sportu. Přitom je nutno připomenout, že lidé se liší již tím, co dělají a jaké úkony řeší, ale navíc i způsoby provádění konkrétní činnosti. Vnitřní determinanty individuálního způsobu přípravy a uskutečňování lidské činnosti jsou výrazem volných procesů. Biologické, psychologické a sociální determinanty pak dotvářejí celkovou motivační strukturu, a to i v případě pohybových aktivit sportovní povahy. Máme tak před sebou široké spektrum motivů, které se v hrubých rysech odvíjejí od:

1. Potřeby pohybu,
2. Zdravotní prevence,
3. Individuální seberealizace.

Je přirozené, že vliv těchto motivů se v závislosti na věku, pohlaví a sociálním pozadí jedince a zejména pak v kontextu různých forem sportu mění. Pokud máme před sebou směřování k trvalejším změnám v dynamice životního stylu, tedy motivaci charakteristické spíše pro dospělé jedince, můžeme hovořit o významné zdravotní funkci sportu. Pro mládež je typičtější spíše motiv přirozené potřeby pohybu a zlepšování vlastní tělesné výkonnosti. V případě vrcholového výkonnostního sportu pak výrazněji běží o motiv vyhraňující se či vyhraněné individuální seberealizace.

Výkonnostní ambice jsou pochopitelně silným motivačním faktorem u výkonnostních sportovců, zejména chlapců. Sportování se smyslu vnějších projevů je motivováno úsilím zvyšovat fyzickou kondici, a to v rostoucí míře zejména u rekreačně sportujících hochů a dále i mezi výkonnostně sportujícími dívkami, které motivuje účelovost formování pěkné postavy. Hledisko vnitřního prožívání posouvá do popředí radost z pohybu, kterou věkem motivačně postupně překonává upevňování hodnoty zdraví. Preference relaxační hodnoty sportu se s věkem zvyšuje, a to bez ohledu na formu sportovní zaměřenosti.

Vzdor skutečnosti, že kamarádké kontakty jako motiv sportování s věkem mládeže slábne, je formování pozitivních postojů ke sportu nezastupitelnou součástí

všestranného rozvoje mladého člověka, které je umocňováno i mírou sportovní asertivity jedince.

Specifické místo při zkoumání motivačních faktorů sportovních aktivit mládeže patří otázce významu a kreditu školní tělesné výchovy. Právě ona by měla účinně přispívat k motivům celoživotní sportovní aktivity jedince. Míra jejich obliby souvisí logicky vzato i s mimoškolní tělovýchovnou a sportovní angažovaností mládeže. Už z celé dnešní filozofie fungování soudobého sportu vyplývá, že učitelé tělesné výchovy se mnohdy orientují spíše na motoricky vyspělé žáky bez výraznějšího zájmu získat pro sportovní aktivity pohybově méně disponované jedince. Trenér je tedy z hlediska motivačních činitelů hodnocen pozitivně spíše u výkonnostně, respektive rekreačně sportovně aktivních chlapců (Sekot, 2006, s. 113).

2. 8 Sedavá společnost

V dnešní době jsou děti vystaveny vážným zdravotním hrozbám a celá řada rodičů a učitelů svým přístupem, přímo či nepřímo, podporuje rozvoj různých degenerativních onemocnění. Mnoho dětí v naší společnosti, nebude-li jim věnována odpovídající péče, je předurčeno k vážným zdravotním problémům, a to již ve věku rané dospělosti. Tyto zdravotní problémy jsou příčinou menších možností uplatnění a zhoršení kvality života. I v případě, že se dítě již nachází na cestě k degenerativním onemocněním, lze tento trend aktivním přístupem u většiny zvrátit.

Kvůli sedavému způsobu života a nevhodné stravě jsou dnešní děti méně zdatné a obéznější než děti všech předchozích generací v zaznamenané historii lidstva. Experti na dlouhověkost se domnívají, že generace dnešních dětí by mohla být první, která nebude žít déle než její rodiče. Další nepříjemnou okolností je fakt, že pokud dětem dovolíme sedavý způsob života, předurčujeme je tím k neúspěchům v životě. V části knihy zaměřené na nejnovější poznatky výzkumu v této oblasti je zřejmý fakt, že děti s nadváhou a sedavým životním stylem mají mnohem vyšší pravděpodobnost vzniku degenerativních onemocnění a navíc se u nich tato onemocnění vyskytují v ranějším věku. Takové děti často mívají nižší míru sebedůvěry, hůře prospívají ve škole a později jsou méně úspěšné v dospělosti. Nikdo z nás si zcela jistě nepřeje, aby se něco takového stalo dětem v jeho rodině nebo třídě (Galloway, 2007, s. 7).

Dynamika sociálních změn se zcela přirozeně odrazila i v oblasti lidského zdraví a kvalitě lidského života. Zvyšuje se objem času stráveného v dopravních zácpách při současném snižování času věnovanému přípravě domácích jídel. Vyšší konzumace polotovarů, růst spotřeby cukru a tuku přináší nadváhu dětí i dospělých. Roste kalorický přísun ve struktuře stravovacích zvyklostí při současném sedavém způsobu života. Nižší nároky na fyzicky pracovní výkon nejsou zdaleka kompenzovány přiměřeným nárůstem sportovních aktivit. Stres pracovního psychického vypětí a psychické nároky na dopravu do práce vyúsťují mnohdy v „relaxaci“ před televizní obrazovkou. Bludný kruh sedavého způsobu života – v zaměstnání, dopravě a doma je uzavřen. Sedavý způsob života se postupně stává jedním z nejvýrazněji zdraví ohrožujících faktorů příslušníků soudobé moderní společnosti.

Lékaři, sociální vědci a politikové stále častěji a naléhavěji zmiňují fyzickou nečinnost jako závažný zdravotní problém. Sedavý způsob života tak zaujímá jedno z nechvalně předních míst příčin srdečních onemocnění spolu s kouřením cigaret, vysokým krevním tlakem a vysokým obsahem cholesterolu v krvi (Sekot, 2006, s. 92).

2. 9 Výživa a obezita mládeže.

Přední český obezitolog profesor Štěpán Svačina, přednosta 3. interní kliniky Všeobecné fakultní nemocnice v Praze na Karlově náměstí, uvedl, že obezitu provází mnoho komplikací. "Obezita je vážná nemoc. Občané ji ale jako nemoc nechápou a to je vážná chyba. Vede k infarktu, mozkové mrtvici, cukrovce, vysokému krevnímu tlaku a k rakovinovým nádorům, zejména zažívacího traktu a ledvin," uvedl odborník. Dodal, že kdo má obezitu třetího stupně, tedy tu nejvyšší, většinou se nedožije ani 60let.

Přestože stát už před pěti lety přijal národní plán boje proti obezitě a vznikla k tomu národní rada, v poslední době nefunguje. Stát, jak tvrdí odborníci, tak vlastně málo dělá pro to, aby populace netloustla a více se hýbala. "Hlavní ale je uvědomit si v rodině, že obezita je nezdravá. Čekat na to, až dítě s nadváhou takřikajíc z toho vyroste, je nereálné," upozornil profesor Svačina. Přimlouvá se za to, se sportem začít již v mládí. A stejně tak se zdravou výživou (<http://www.novinky.cz/>).

Holky „ujíždějí“ na sladkostech, pizze a limonádách. Důsledky jsou vážnější než u chlapců, protože často jsou psychického původu, ale dívky se také méně pohybují. Štíhlé „puberťáčky“, ale za jakou cenu? Existuje souvislost mezi dívkami žádanou „štíhlostí“, která je získána jen za cenu souběžného nedostatku svalové hmoty. Ač se to zdá neuvěřitelné, jde o „skrytou“ obezitu, což znamená, že tělesná hmotnost sice odpovídá normálu, ale přitom množství tuku je vysoké a množství svalové hmoty podprůměrné. Motivem pro nepřirozenou štíhlost je snaha podobat se po fyzické stránce „idolům“, které prohlašují, že pro svoji krásnou postavu v podstatě nic nedělají nebo se vyjadřují opovržlivě o sportu a fyzické kondici. Dívky, které nejsou „štíhlé“, se nejprve snaží přestat jíst. Nenapadne je totiž, že by mohly sportovat. Důsledkem může být astenie (hubenost), případně se může vyvinout anorexie (chorobné odmítání potravy). Jak se stravují dívky, které se bez předchozí odborné supervize „rozhodly“, že mají nadváhu, a proto musí zhubnout? Praxe ukazuje, že základním stravovacím režimem se jim stává „tmavé“ pečivo, cereální tyčinky, pufovaný rýžový „chléb“, v nejlepším případě suché těstoviny a téměř výhradním zdrojem bílkovin netučné slazené mléčné výrobky. Důsledkem je snížení imunity a po určité době zklamání ze stagnace tělesné hmotnosti nebo dokonce jejího vzestupu. Souběžně se zhoršuje kvalita pleti a vlasů. Dívky ve věku kolem 15 let se někdy rozhodnou cvičit, což realizují návštěvou fitcentra (lákadlem je možnost okukovat kluky a navázat známost) a cvičením aerobiku. Ve většině případů je to brzy přestane bavit, protože se jedná o aktivitu časově, fyzicky i finančně náročnou a nesplňující zpravidla nereálná očekávání pubescentů.

Kluci milují omáčky, knedlíky a uzeniny. Tyto tendence jsou dány potřebou vyššího příjmu energie v průběhu růstu. Přitom chlapci hledají takové pokrmy, které by je „zasytily“, zeleninu a ovoce považují za potravu pro holky a pro králiky, cereálie za potravu pro slepice. Taková je realita. Možná existuje určitá naděje, jakési spontánní vyléčení, ke kterému může dojít v případě, že chlapec najednou zjistí, že trpí nadváhou a tak se většinou v období puberty rozhodne věnovat se sportu (Fořt, 2007, s. 301).

2. 10 Mládež a doping

Problematika vztahu dopingů ve sportu a mládeže je provázána s širším kontextem drogové scény. Specifickými dopady prostupuje společensky významné téma zdraví a

zdravého životního stylu a stává se důležitou součástí vzdělávacího obsahu na všech základních školách. Zde však tento druh výchovného působení zejména z hlediska preventivních aspektů mnohdy postrádá ucelenou koncepci. Z celospolečenského pohledu je důležité připomenout, že vláda České republiky přijala v roce 2000 Národní strategii protidrogové politiky na období 2001 – 2004, ve které Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy v tomto ohledu považuje za prvořadý úkol primární prevenci užívání drog dětmi. Tato strategie má být uskutečňována výchovou ke zdravému životnímu stylu, poskytováním informací o nebezpečí drog i nabídkami využívání volného času (Sekot, 2004, s. 85).

Doping ve sportu je z hlediska sociálního, psychologického i medicínského jako závažný společenský fenomén provázan s problematikou drogové závislosti. Drogy, jako látky vyvolávající stav tělesné či psychické závislosti u osob, které je užívají, zneužívají či nadužívají (úzus, abúzus, misúzus), cílí k útěku z reality, doping je zneužíván k „lepšímu vyrovnání se s tíživými nároky reality“, tedy v řadě ohledů k umocnění reality. Nejen pro svět sportu je alarmující skutečností, že jsme prostřednictvím rostoucího počtu empiricky podložených dat informováni o tom, že procento dětí a mládeže, která byla nabídnuta droga, s přibývajícím věkem roste, a to až nad hranici 60%. Přitom k nejčastější nabídce, zejména u příležitosti společenských událostí (zejména diskoték), dochází ve věku 17-18 let.

Navíc musíme brát v úvahu skutečnost, že sport je takový, jaká je společnost, že reflektuje její základní akcentované hodnoty a ideály. Ve společnosti kladoucí enormní důraz na výkon a úspěch, pak doping jako prostředek k dosažení těchto hodnot může ztrácet své pejorativní vymezení. Elitní sportovec neakcentuje Descartesovu ideu „myslím, tedy jsem“, nýbrž opírá se o dominantní motto „jsem úspěšný (ve sportu), tedy existuji!“. Problematika zakázaných dopingových látek mezi mládeží primárně leží v povaze hodnotového světa dané společnosti. Jejich existence a přitažlivost je dána – nejen na půdě sportu – naší posedlostí po výkonu, vítězství materiálního požitku a společenském obdivu (Sekot, 2006, s. 142, 164).

2. 11 Perspektivy sportování mládeže

Nové výzvy ve světě sportu jsou akcelerovány v programu SPRINT, jehož cílem je rozvoj sportovní legislativy, adekvátní formy financování sportu, vzdělávání sportovního managementu a podpora dobrovolných aktivit. Právě důraz na dobrovolné aktivity otevírá nové horizonty rozvoje tělovýchovných organizací jako kupříkladu Sokol, které se mohou stát nezastupitelnou integrální součástí budování, stále v mlhavém oparu našeho nejistého budoucího vývoje, občanské společnosti.

Na všech úrovních institucionalizovaného sportu v Evropě se opakovaně zdůrazňuje význam boje proti dopingu, nutnost harmonizace vztahu sportu a životního prostředí, využití sportu jako bariéry xenofobie, rasismu a nesnášenlivosti. Stále intenzivněji se diskutuje i o zásadách nepřipustnosti sexuálního obtěžování a zneužívání na půdě sportu. K neaktuálnějším úkolům evropských grémií zabývajících se směřováním sportu patří i znovuoživení sportu na školách jako jedna z cest omezení rostoucí obezity a nemocnosti mládeže. Ukazuje se totiž, že i západoevropské země snižují objem hodin tělesné výchovy ve prospěch počítačových předmětů a východoevropské země v tomto směru selhávají v poskytování sportovních objektů vzhledem na nedostatek financí. Proto se stále živěji na nejvyšší úrovni diskutuje o nutnosti vytvořit národní a mezinárodní strategii, cílící k rozšíření prostoru pro tělesnou výchovu a sport na školách, a podporovat zejména fyzickou kondici u dětí a mládeže. Tento nově oživovaný trend budoucího směřování sportovních aktivit může být jistě i základnou širšího rozvoje všech forem sportu: počínaje jeho zájmovými rekreačními formami až po vrcholový elitní sport.

Důraz na masovost sportování jako celoživotní volnočasové zájmové kondiční aktivity považujeme za nejdůležitější stránku budoucího vývoje sportu, který by měl v první řadě vycházet vstřícně z zásady všestrannosti zdravého rozvoje osobnosti jako jednoho z nezastupitelných předpokladů harmonického rozvoje společnosti (Sekot, 2008, s. 207).

2. 12 Dílčí závěr

Sport měl své nezastupitelné místo již v antickém světě a s menšími či většími výkyvy si ho zachovává i v dnešní hektické době, kdy ubývá pohybu, fyzických aktivit a jsou na nás kladeny čím dál větší nároky, ze kterých zákonitě pramení stres. Tato spojitost je zejména patrná např. v současném Japonsku, kde je životní úroveň jedna z nejvyšších na světě. Představa, že japonská mládež si užívá bezstarostného dětství v přepychu a pohodě je ovšem zjevně falešná. Na děti jsou již od útlého věku kladeny neúměrné nároky ohledně vzdělání a výchovy, z čehož pramení velmi vysoká míra dětských sebevražd. Rozhodně se nedá tvrdit, že sport by byl zázračnou formou všeléku na všechny neduhy, ale v rozumné míře je určitě velmi vhodnou alternativou při dnešní nadměrné stresové zátěži, zejména pak u dětí.

Sport má řadu pozitiv, z hlediska mládeže to je bezesporu rozvíjení fyzické zdatnosti, tedy upevňování zdraví. Dalším nezanedbatelným faktorem je, že působí jako nenásilná výchovná forma, kdy se mládež učí dodržovat určitá pravidla hry a fair play.

Sportovat může skoro každý, protože vždy se dá najít sportovní aktivita, která bude vyhovovat určitému jedinci. Ať je to z hlediska fyzické, finanční nebo časové náročnosti. Dnes je nepřeberné množství sportů, které může dnešní mládež provozovat, z kolektivních to je např.: fotbal, hokej, ragby, házená, volejbal, basketbal atd., z individuálních např.: tenis, lyžování, cyklistika, gymnastika, atletika atd.

Mnohdy stačí velmi jemný náznak či popostrčení, ať už jde o formu pochvaly, rady či motivace a lze dotyčného správně nasměrovat k tomu, aby se z anonymního sportu stal třeba jeho celoživotní koníček. V tomto hrají klíčovou roli rodiče, na kterých je hlavní zodpovědnost jak povedou své děti ke sportu. Pokud dítě nemá podporu od rodičů, tak se jen těžko může účastnit různých sportovních aktivit.

Dalším důležitým faktorem ve správném nasměrování ke sportu je školní tělesná výchova. Je velmi důležité, jak pedagog dovede zaujmout a strhnout co největší část mládeže ke sportu. Někdy se stává a to můžu říci z vlastní zkušenosti, že pedagog prosazuje jen určitý druh sportu, který zaujme jen malou část žáků a pro ten zbytek to je nuda a utrpení, než aby je rozdělil na víc skupin, kde každá skupina by dělala jiný sport, nebo aspoň, aby se věnovali více různorodým aktivitám.

Sport rozdělujeme na formálně a neformálně organizovaný sport. Obě formy jsou důležité pro správný vývoj mládeže. Protože mě sport provází od raného dětství a to jak ve složce formálně i neformálně organizovaného sportu, tak bych chtěl ukázat, jak jsou obě složky důležité a jak se vzájemně doplňují.

Výhodou neformálně organizovaného sportu je, že neurčuje žádné pravidla, a každý si může různou sportovní aktivitu upravit podle sebe. Tady se dá naučit jednání s druhými lidmi a také se tu rozvíjí organizační a kreativní schopnosti. Mládež se v této formě sportování rychle socializuje.

Naproti tomu formálně organizovaný sport má své pravidla, které se musí dodržovat. Tady se každý učí nějakému řádu. U této formy sportu je ve většině případů mládež vedena trenérem, který má zkušenosti a umí mládež vést správným směrem. Tady je hlavní výhoda ta, že je tu mládež vedena někým, kdo zná dobře určitý druh sportu, který vede a tak může svého svěřence dobře připravit a ví jak se vyvarovat určitých nástrah a chyb při dané sportovní aktivitě, na které při neformálně organizovaném sportu nikdo neupozorní.

Důležitým faktorem sportování mládeže jsou rodiče, kteří by měli své děti podporovat ne jenom finančně, ale hlavně si udělat na ně čas a chodit s nimi sportovat nebo je vozit na tréninky, ale na druhou stranu to nesmí přehánět, aby si dítě nemyslelo, že je do sportu tlačeno a neztratilo motivaci.

Motivace ke sportování je u chlapců a dívek různá, u chlapců je touha být v něčem lepší než druhý a něco dokázat. Zato u dívek nejde o výkony, ale o zábavu, při které mohou být v kontaktu se svými kamarády. Chlapce nebaví dělat nějaký sport, ve kterém nejde o body a vítězství, ale dívkám je úplně jedno, jestli třeba např. při lyžování dojedou první nebo poslední. Tady se odráží rozdílný přístup ke sportu mezi dívkami a chlapci, proto chlapci tráví sportovními aktivitami více času než dívky. A tak je třeba zkusit dívky více zapojit do sportovních aktivit.

S tím souvisí i dnešní sedavý způsob mládeže ve trávení volného času. Kdy je těžké přivést dívky, ale i chlapce ke sportu. Dnes se kolikrát místo sportu hrají počítačové hry nebo čtou na internetu. Dříve byl sport jednou s nejčastější volnočasovou aktivitou, dnes je vytlačován počítačem, televizí a DVD přehrávačem. K tomu se přidá špatné stravování, kdy se mládež zvykla stravovat v rychlých občerstveních, kde jsou hlavním jídlem nezdravé a tučné potraviny jako hranolky,

smažené maso a sladké limonády. A potom se nesmíme divit, že naše mládež trpí zvýšenou obezitou a špatnou fyzickou kondicí.

Proto by bylo potřeba se nad touto situací zamyslet a hledat řešení této neutěšené situace. Jedním ze základních řešení je snažit se mládež vést už od dětství ke sportu a zdravé výživě. Ale také jí jít příkladem a ukázat, že sport je jednou z nejlepších volnočasových aktivit.

II. EMPIRICKÁ ČÁST

3. Provedení výzkumu dotazníkovou metodou

Pro výzkumné šetření jsem si vybral kvantitativní metodu, a to metodu dotazníku.

3.1 Cíl výzkumu

Cílem výzkumu bylo zjistit, kolik času věnuje mládež ve svých volnočasových aktivitách sportu, a které aktivity u ní převládají. Výzkumným šetřením jsem se snažil ověřit následující hypotézy, které jsem si před výzkumem stanovil:

- 1) Hypotéza- Ve volném čase mládeže převažují jiné aktivity oproti sportovním.
- 2) Hypotéza- Chlapci věnují sportu více času než dívky.
- 3) Hypotéza- Největší podporu ke sportu má mládež od rodičů.

3.2 Postup výzkumu

Výzkum jsem provedl na ZŠ v Babicích u žáků 7., 8. a 9. třídy. Dotazníky v počtu 82 byly rozdány a vyplněny ve vyučování, vráceno bylo 82, z toho 44 bylo dívek a 38 chlapců. Vše proběhlo bez problémů díky vstřícnosti pana ředitele školy. Babice jsou střediskovou obcí, která má 1721 obyvatel. Do babické školy chodí i děti z okolních vesnic a to Huštěnovic, Kudlovic a Sušic.

Dotazník obsahoval 16 položek. Kromě uzavřených otázek byly některé položky formulovány polootevřené a otevřené.

3.3 Výsledky dotazníkového výzkumu

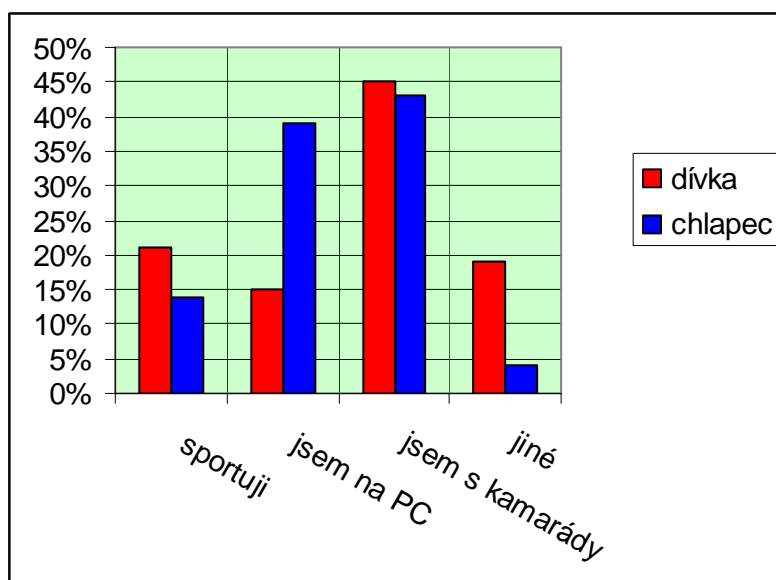
Údaje z dotazníků byly přepsány do vyhodnocovacích listů v programu Microsoft Excel. Výsledky byly interpretovány ve formě grafů, které znázorňují přehled odpovědí na každou otázku z dotazníku.

1. Co ve svém volném čase nejraději děláš?

a) sportuji b) jsem na PC c) jsem s kamarády d) jiné(vypiš)

	sportuji	jsem na PC	jsem s kamarády	jiné
dívka	21%	15%	45%	19%
chlapec	14%	39%	43%	4%

Graf č. 1.



Ze zjištěných údajů vyplývá, že mládež ve volném čase nejvíce preferuje pobyt s kamarády, a to jak u dívek, tak i u chlapců. Překvapením bylo, že sportování napsalo více dívek než chlapců. Přesto mimo sportovní aktivity převládaly u obou skupin.

Tato otázka směřovala k zjištění hypotézy č.1 :

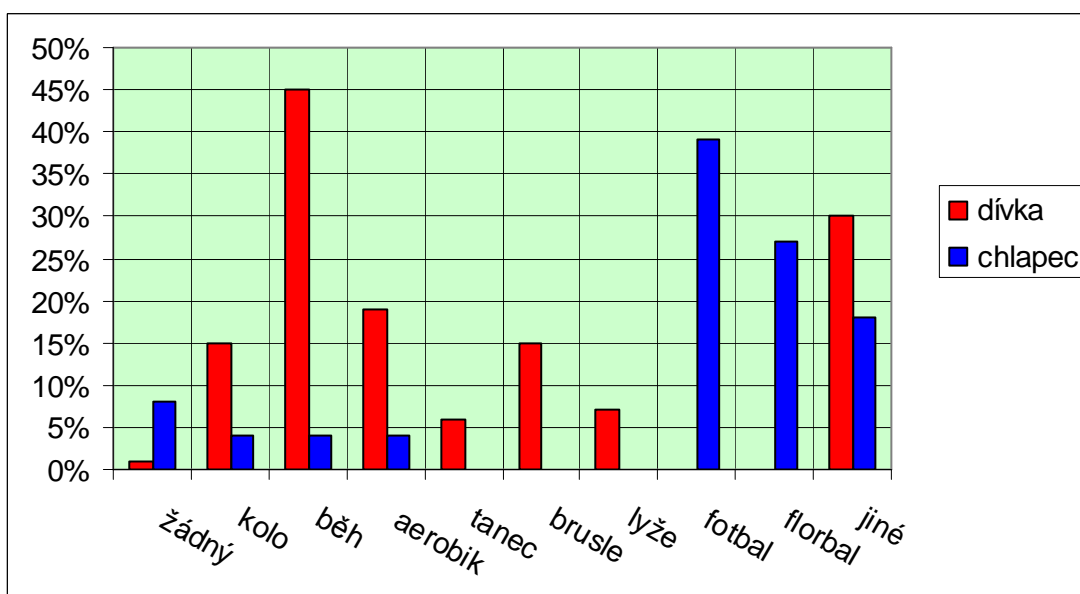
Ve volném čase mládeže převažují jiné aktivity oproti sportovním.

Podle zjištěných hodnot byla hypotéza potvrzena.

2. Který sport děláš nejčastěji?

	žádný	kolo	běh	aerobik	tanec	brusle	lyže	fotbal	florbal	jiné
dívka	1%	15%	45%	19%	6%	15%	7%			30%
chlapec	8%	4%	4%	4%				39%	27%	18%

Graf č. 2.



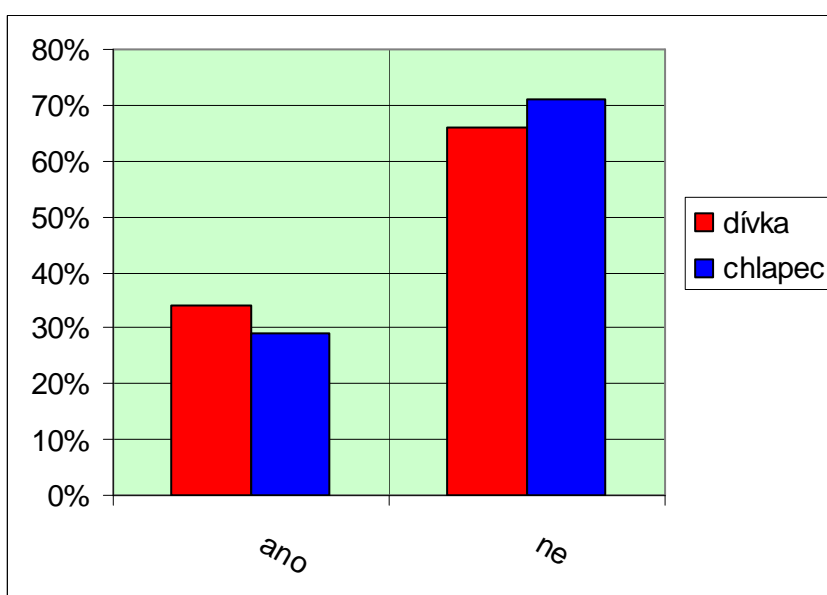
Z grafu vyplývá, že u dívek vítězí běh a u chlapců fotbal a florbal. Zarážející je nepoměrně v neprospěch chlapců, a to 8% proti 1% dívek, kteří uvedli, že neprovozují žádný sport. Odpověď nabízí předchozí otázka č. 1., kdy vysoké procento chlapců uvedlo, že tráví svůj volný čas na PC.

3. Děláš nějaký sport závodně?

a) ano b) ne

	ano	ne
dívka	34%	66%
chlapec	29%	71%

Graf č. 3.



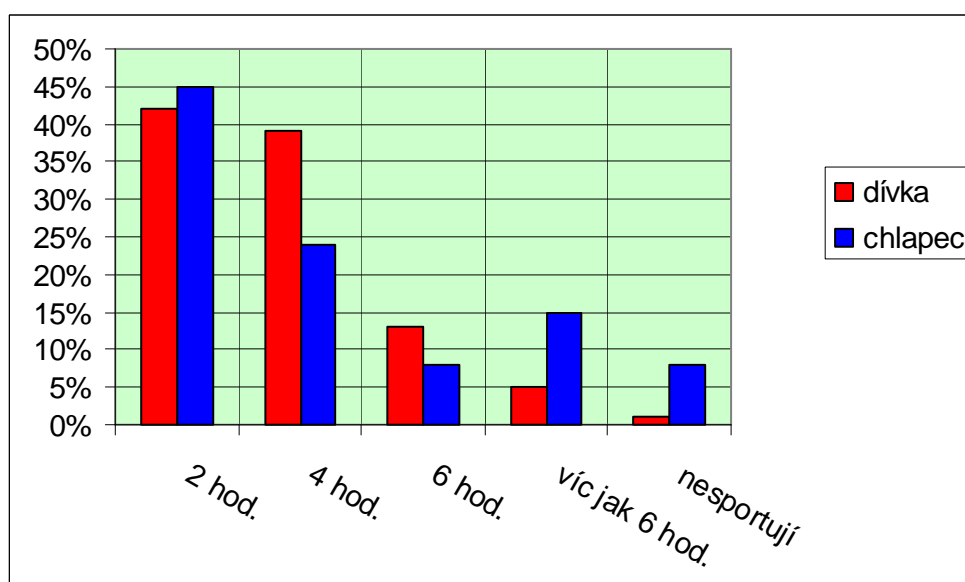
Tady graf ukazuje, že dívky se o málo více věnují sportu závodně. Bude to asi dáno tím, že v Babicích mají dívky možnost chodit do aerobiku a tanečního kroužku Kalinka, oproti chlapcům, kde je jenom fotbalový oddíl. Z toho jde usuzovat, že pokud se mládeži nabídne vhodný sportovní kroužek, tak se rozšíří počty sportující mládeže.

4. Kolik hodin týdně sportuješ (mimo tělesnou výchovu ve škole)?

a) 2 b) 4 c) 6 d) víc jak 6 hod.

	2 hod.	4 hod.	6 hod.	víc jak 6 hod.	nesportují
dívka	42%	39%	13%	5%	1%
chlapec	45%	24%	8%	15%	8%

Graf č. 4.



Z těchto dat je zřejmé, že se dívky věnují sportu častěji než chlapci, jen u více jak 6 hod. je procento chlapců vyšší, z čehož vyplývá, že někteří chlapci se dovedou sportu věnovat velmi intenzivně.

Tato otázka směřovala k zjištění hypotézy č. 2:

Chlapci věnují sportu více času než dívky.

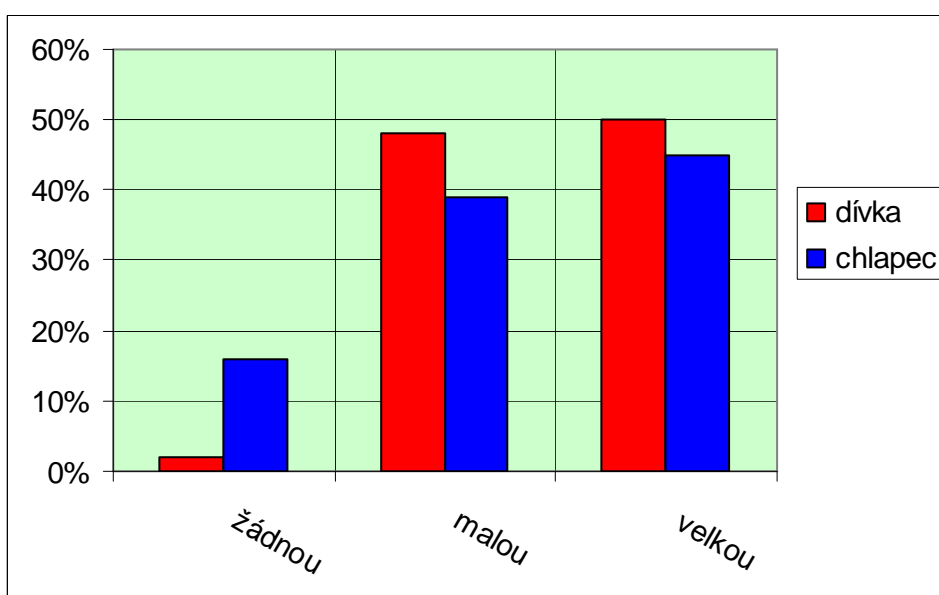
Podle zjištěných hodnot nebyla hypotéza potvrzena.

5. Jakou úlohu má sport ve tvém životě?

a) žádnou b) malou c) velkou

	žádnou	malou	velkou
dívka	2%	48%	50%
chlapec	16%	39%	45%

Graf č. 5.

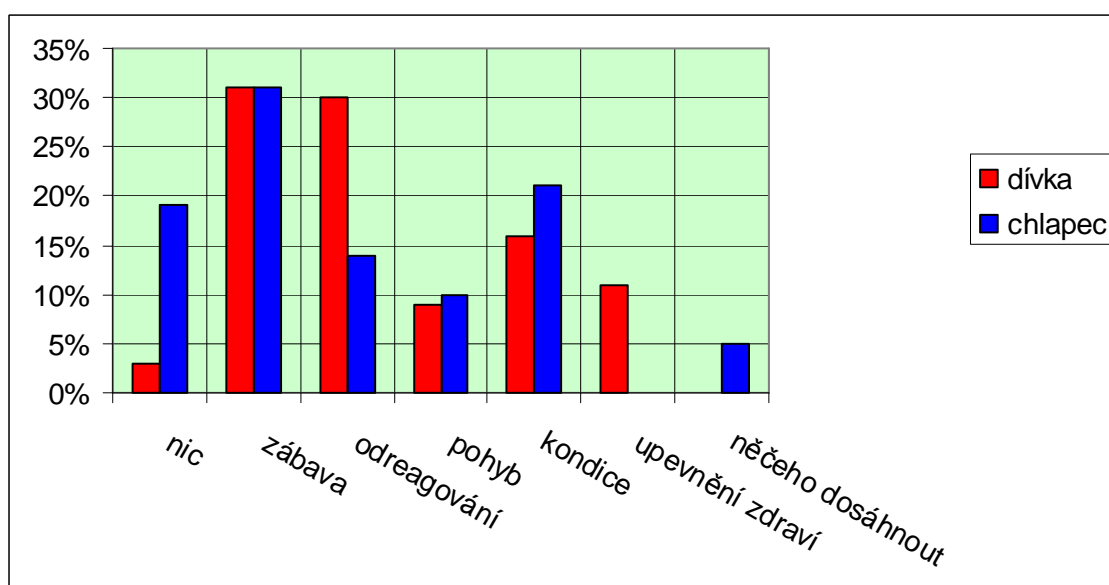


Opět se v tomto výzkumu potvrdilo, že dívky mají o něco lepší vztah ke sportu než chlapci. Potěšující je, že 50% dívek a 45% chlapců uvedlo, že sport má v jejich životě velkou úlohu.

6. Co pro tebe znamená sport?

	nic	zábava	odreagování	pohyb	kondice	upevnění zdraví	něčeho dosáhnout
dívka	3%	31%	30%	9%	16%	11%	
chlapec	19%	31%	14%	10%	21%		5%

Graf č. 6.



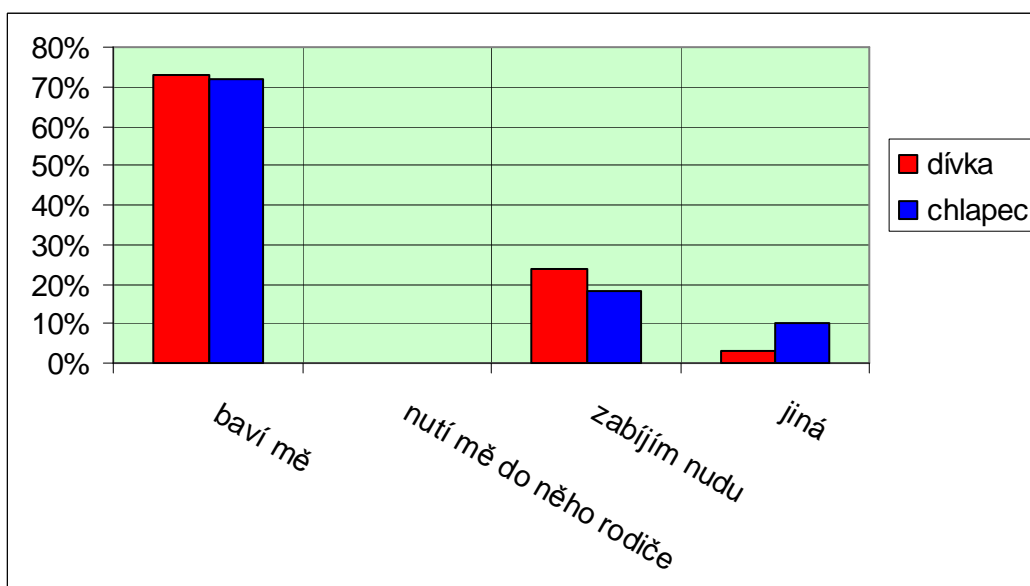
Z grafu č. 6 můžeme usuzovat, že pro mládež je sport nejčastěji zábava, a to se shodli jak dívky tak chlapci ve 31%. U dívek ještě byla z nejčastějších odpovědí odreagování, a to ve 30%. Zarážející je 19% odpovědí chlapců, že pro ně sport neznámá nic.

7. Jakou motivaci máš pro sportování?

a) baví mě b) nutí mě do něho rodiče c) zabívám nudu d) jiná(vypiš)

	baví mě	nutí mě do něho rodiče	zabívám nudu	jiná
dívka	73%	0%	24%	3%
chlapec	72%	0%	18%	10%

Graf č. 7.



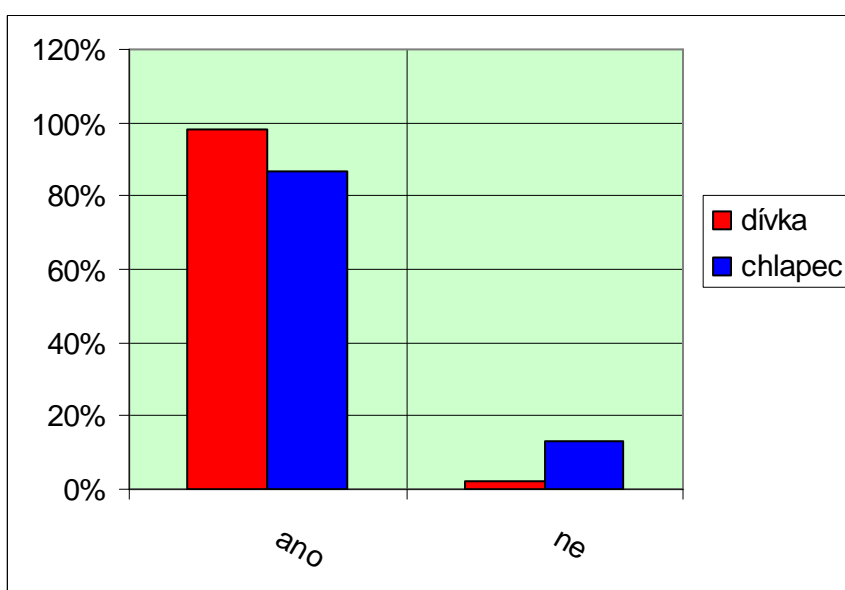
Výsledky z grafu prokazují, že pro většinu respondentů je hlavní motivace ke sportování to, že je sport baví, a to u dívek ve 73% a chlapců ve 72%. 24% dívek a 18% chlapců uvedlo, že když nemají co dělat a nudí se, tak jdou sportovat.

8. Myslíš, že je sport důležitý pro zdraví?

a) ano b) ne

	ano	ne
dívka	98%	2%
chlapec	87%	13%

Graf č. 8.



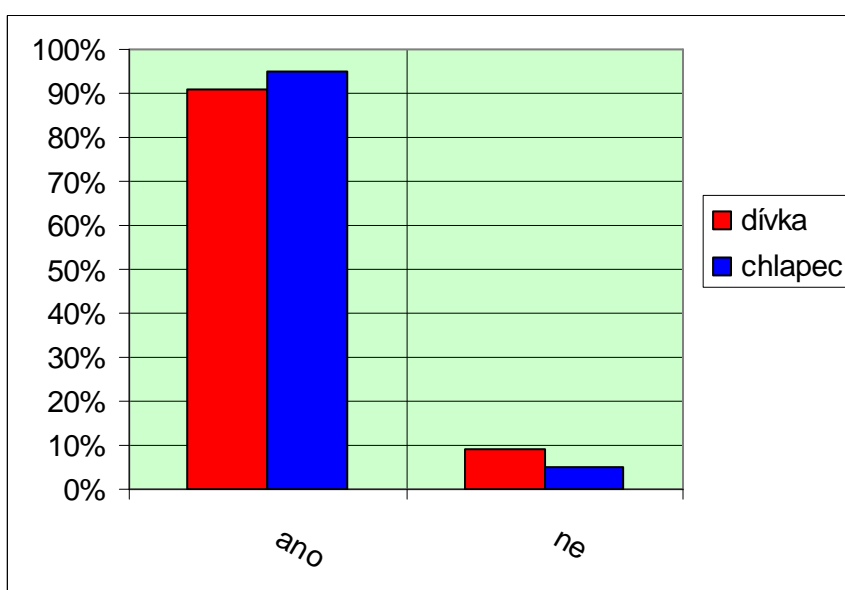
Drtivá většina dotazovaných uvedla, že sport je podle nich důležitý ke zdraví. Prokazují to získané hodnoty 98 % u dívek a 87 % u chlapců.

9. Zkusil-a jsi někdy alkohol?

a) ano b) ne

	ano	ne
dívka	91%	9%
chlapec	95%	5%

Graf č. 9.



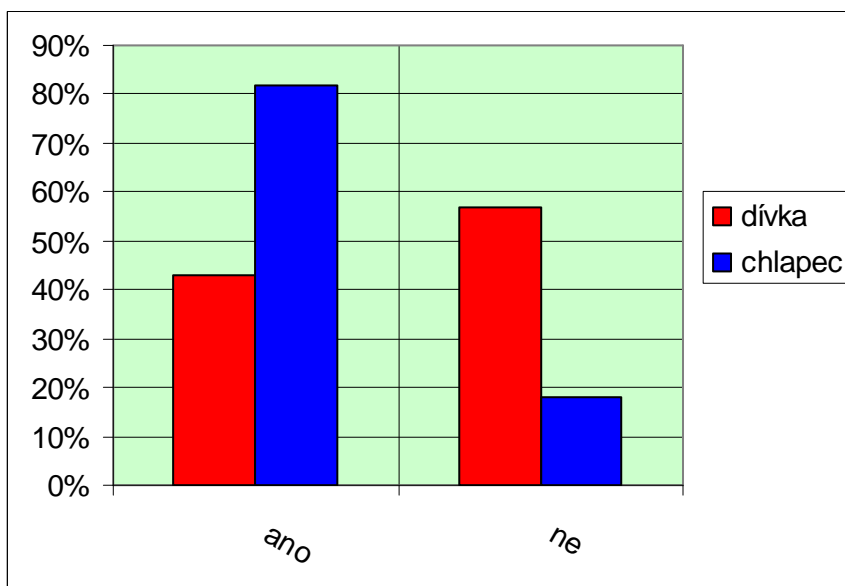
Výsledky z grafu prokazují, že většina respondentů už má nějakou zkušenost s alkoholem, a to dívky v 91% a chlapci v 95%.

10. Zkusil-a jsi někdy kouření?

a) ano b) ne

	ano	ne
dívka	43%	57%
chlapec	82%	18%

Graf č. 10.



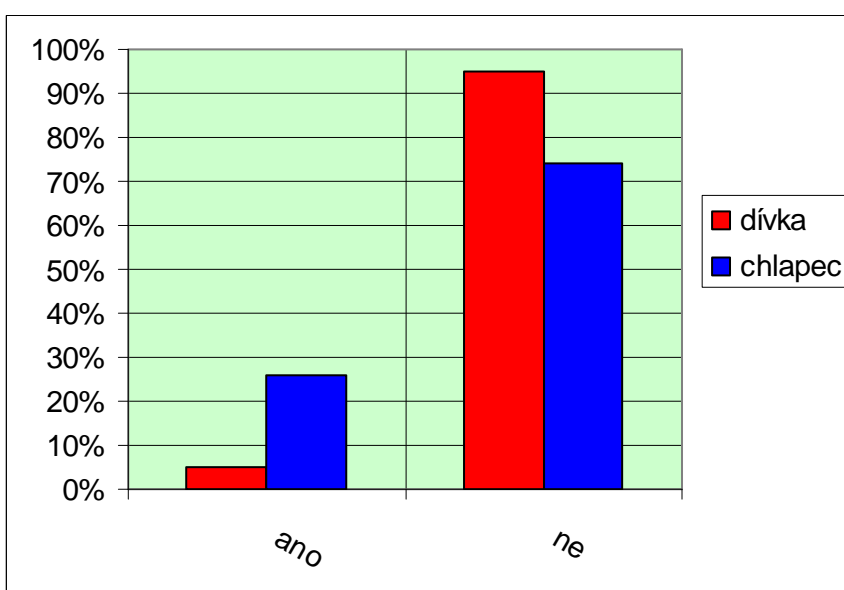
Tady graf č. 10. ukazuje, že 43% dívek a 82% chlapců zkusilo už někdy kouření. Zde se překvapivě ukázal velký nepoměr, přestože podle posledních výzkumů je v dospělé populaci, která kouří, stejné procento jak žen, tak mužů. Z toho jde usuzovat, že dívky se s kouřením setkávají později, a nebo je u nich kouření na ústupu.

11. Zkusil-a jsi někdy drogy?

a) ano b) ne

	ano	ne
dívka	5%	95%
chlapec	26%	74%

Graf č. 11.



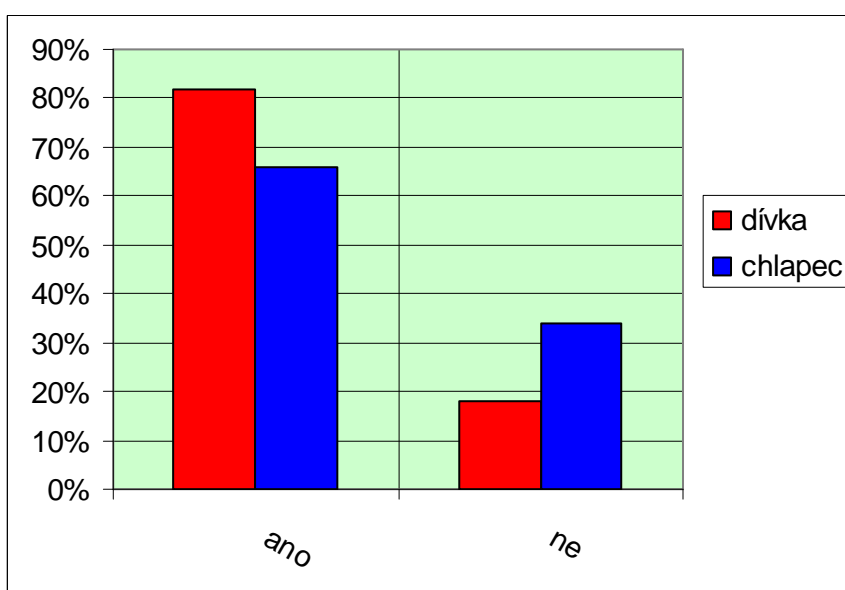
Potěšující je, že drogy zkusilo jen 5% dívek, ale u chlapců 26% moc optimistické není. Může to být tím, že chlapci v tomto věku mají větší volnost a tím větší příležitost se dostat k drogám. Nebo jak vyplývá z průzkumu, tak větší procento chlapců nesportuje a nudí se, proto může snadněji spadnout do vlivu závadové party.

12. Podporují tě rodiče ve sportování?

a) ano b) ne

	ano	ne
dívka	82%	18%
chlapec	66%	34%

Graf č. 12.



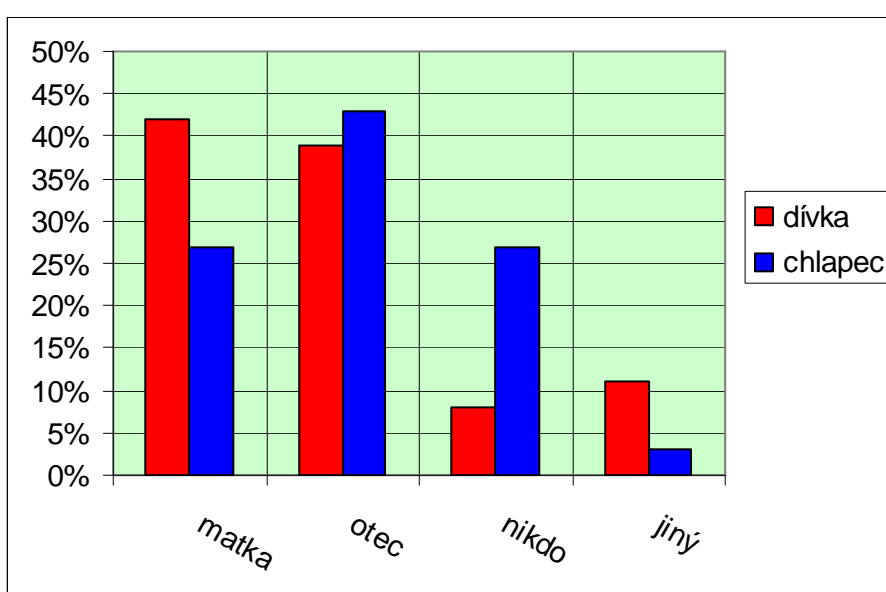
Při pohledu na graf je zřejmé, že většina rodičů podporuje své děti ke sportu. U dívek to je 82% a u chlapců 66%.

13. Kdo tě ve sportu podporuje?

a) matka b) otec c) nikdo d) jiný(vypiš)

	matka	otec	nikdo	jiný
dívka	42%	39%	8%	11%
chlapec	27%	43%	27%	3%

Graf č. 13.



Výsledky z grafu prokazují, že největší podporu ke sportu má mládež od rodičů. U dívek je podpora jak od matky tak otce přibližně stejná, ale u chlapců je už vidět nepoměr v neprospěch matky 27% ku 43% otce. Zarážející je vysoké procento chlapců, a to 27%, že je ve sportu nepodporuje nikdo.

Tato otázka spolu otázkou č. 12. směřovala k zjištění hypotézy č. 3:

Největší podporu ke sportu má mládež od rodičů.

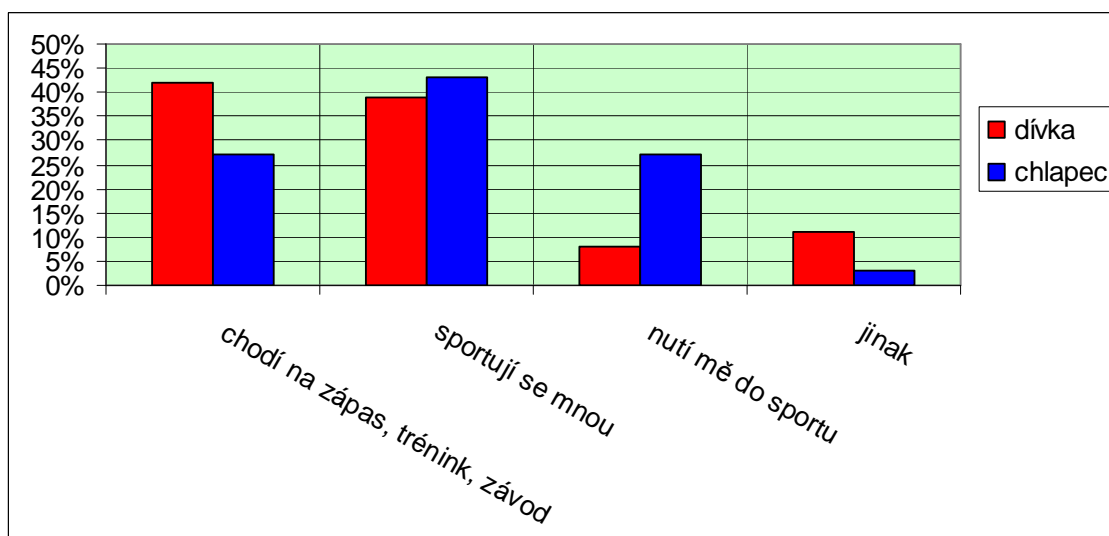
Podle zjištěných hodnot byla hypotéza potvrzena.

14. Jak tě rodiče podporují ve sportu?

- a) chodí se mnou na tréninky nebo na zápasy nebo na závody b) sportují se mnou
c) nutí mě do sportu d) jinak(vypiš)

	chodí na zápas, trénink, závod	sportují se mnou	nutí mě do sportu	jinak
dívka	42%	39%	8%	11%
chlapec	27%	43%	27%	3%

Graf č. 14.



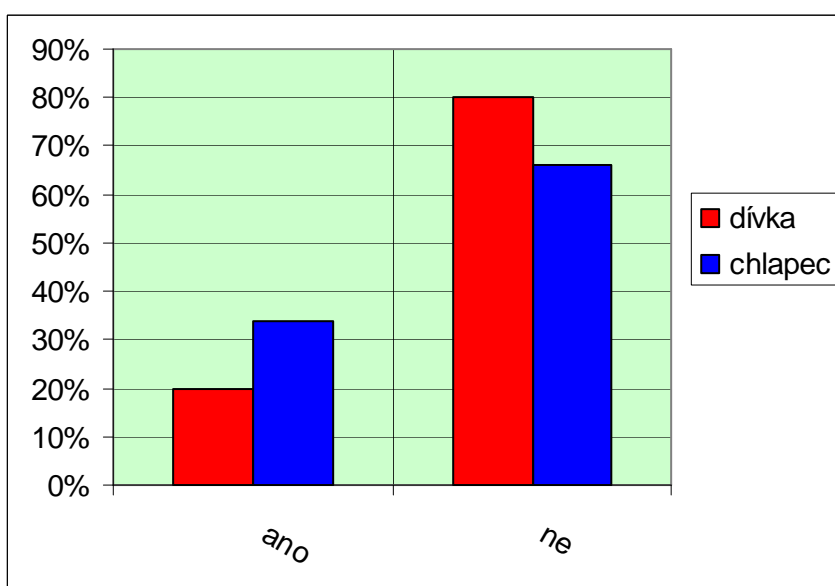
U této otázky většina respondentů uvedla, že je rodiče podporují tak, že s nimi sportují a nebo s nimi chodí na zápasy, tréninky či závody. U odpovědi jinak se nejčastěji objevovalo, že dostávají od svých rodičů materiální podporu.

15. Chceš být sportovní hvězda?

a) ano b) ne

	ano	ne
dívka	20%	80%
chlapec	34%	66%

Graf č. 15.



Na základě získaných údajů můžeme konstatovat, že většina dívek a chlapců nechce být sportovní hvězdou.

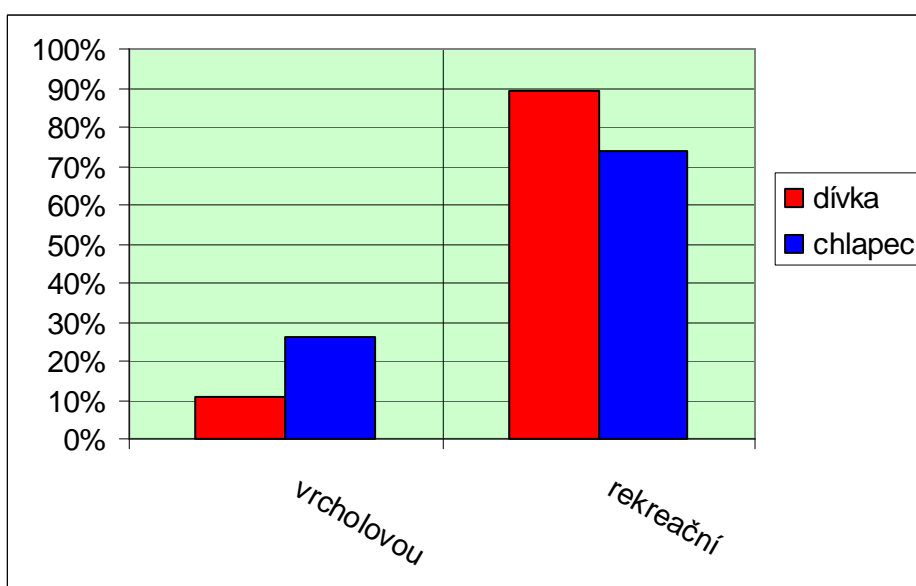
16. Jakou úroveň sportu považuješ za nejprospěšnější:

a) vrcholovou - usilující o vítězství, výkon či odměnu

b) rekreační - založenou na podpoře zdraví, kondice a pohody

	vrcholovou	rekreační
dívka	11%	89%
chlapec	26%	74%

Graf č. 16.



Z těchto dat je zřejmé, že dívky v 89% a chlapci v 74% považují rekreační úroveň sportu za nejprospěšnější.

3. 4. Shrnutí výsledků vyhodnocení hypotéz

Grafy přináší výsledky výzkumu a tedy i odpovědi na stanovené hypotézy. Shrnutí výsledky práce, mohu o hypotézách výzkumu říci:

Verifikace 1. Hypotézy:

Předpoklad, že ve volném čase mládeže převažují jiné aktivity oproti sportovním, se potvrdil.

Falzifikace 2. Hypotézy:

Předpoklad, že chlapci věnují sportu více času než dívky, nebyl potvrzen.

Verifikace 3. Hypotézy:

Předpoklad, že největší podporu ke sportu má mládež od rodičů, se potvrdil.

Závěr

V mé bakalářské práci jsem se zabýval významem sportování ve volném čase mládeže. Cílem mé práce bylo zjistit, kolik času věnuje mládež ve svých volnočasových aktivitách sportování a kdo ji nejvíce podporuje ve sportu.

V teoretické části jsem čerpal z literatury zahraničních i domácích autorů a snažil jsem se podat ucelený náhled na problematiku mládež a volný čas a mládež a sportování. Vycházel jsem i z vlastních zkušeností, kde jsem se snažil čerpat z mé dlouholeté sportovní aktivity, která začala v mých 8 letech, kdy jsem začal hrát závodně fotbal a trvá dodnes, i když jen rekreačně.

Samotný výzkum realizovaný na základní škole v Babicích formou dotazníkového šetření probíhal bez závažnějších problémů a poskytl mi zajímavé podněty a postřehy. Zde se ukázalo, že pokud má mládež podmínky a podporu ke sportování tak toho využije a ráda sportuje. Bylo to vidět u dívek, které mají v porovnání s chlapci v Babicích větší sportovní možnosti. Dívky zde mají aerobik a taneční soubor Kalinka, oba tyto kroužky jsou hodně využívané. Chlapci mají v Babicích pouze fotbalový oddíl. Ale z dotazníku také překvapivě vyplynulo, že dívky mají větší podporu rodičů ke sportu než chlapci.

Tyto důvody mají za následek, že se dívky věnují sportování více jak chlapci. Ve výzkumu se ukázalo, že chlapci tráví velké množství svého volného času před monitorem svého počítače. Zde by si měli rodiče dát pozor a sledovat, kolik času jejich dítě stráví na počítači. Dále je patrné, že nejvíce podpory ke sportu má mládež od rodičů, ale tam kde podpora schází, si mládež za svou volnočasovou aktivitu většinou najde ne zcela vhodnou aktivitu, např. zmiňovaný počítač.

Rodiče si ne vždy plně uvědomují, že pokud se dětem nebudou dostatečně věnovat, že děti si sami nenajdou v hodnou volnočasovou aktivitu, protože na dnešní mládež útočí ze všech stran různé nástrahy v podobě komerční televize, internetu, časopisů, počítačových her a DVD filmů. Proto by se jim měli věnovat a nasměrovat je správným směrem, kdy sportování se nabízí jako jedna z nejprospěšnějších volnočasových aktivit dětí a mládeže.

Na závěr můžu říci, že podle výsledků z mé bakalářské práce by se měli rodiče a společnost více snažit vést děti a mládež ke sportu, protože hrozí, a to už v blízké době, že děti propadnou sedavým a patologickým volnočasovým aktivitám, které jsou jak z hlediska fyzického a tak i psychického vývoje pro ně zcela nevhodné.

Resumé

Bakalářská práce je zaměřena na význam sportování ve volnočasových aktivitách mládeže. Cílem je zjistit kolik času věnuje mládež ve svých volnočasových aktivitách sportování a kdo ji nejvíce podporuje ve sportu.

Práce je rozdělena do dvou hlavních částí. Teoretická část, která je rozdělena na dvě kapitoly. Mládež a volný čas a mládež a sportování. A empirická část, kde je provedení výzkumu dotazníkovou metodou.

V teoretické části první kapitoly jsou vysvětleny základní pojmy mládež a volný čas. Dále jsou popsány způsoby trávení volného času mládeže a patologické jevy ve volném čase. Druhá kapitola pojednává o vztahu mládeže ke sportu, jako první je vysvětlen pojem sport, poté úkoly sportu a druhy sportů. Zde je věnováno problematice sedavá společnost, která úzce souvisí s obezitou a výživou mládeže. V závěru této kapitoly se nastiňují perspektivy sportování mládeže.

V empirické části jsou popsány metody a postupy výzkumu a je předložen přehled o získaných datech. Výzkum probíhal formou dotazníkového šetření a podává stručně hodnocení výzkumných hypotéz.

Anotace

Bakalářská práce je věnována významu sportování ve volnočasových aktivitách mládeže. Zaměřuje se především na význam sportování jako způsob trávení volného času dnešní mládeže.

Práce je rozdělena na dvě části. V první, teoretické části, jsou charakterizovány základní pojmy týkající se problematiky mládeže a volného času a mládeže a sportování. Druhá, empirická část, navazuje na část teoretickou a jejím hlavním cílem je zjistit, zda teoretické poznatky vyplývající z odborné literatury odpovídají praxi. Zkoumání významu sportování ve volnočasových aktivitách mládeže je zaměřeno na žáky ZŠ Babice.

Klíčová slova

Mládež, sport, volný čas, obezita, výživa, školní tělesná výchova, doping.

Annotatiton

The bachelor's thesis focuses on the meaning of sport in leisure time's activities of youth. It targets in particular the meaning of sport as a way of spending a leisure time of nowadays young people.

The thesis is divided into two parts. In the first, theoretic part are determined basic concepts related to problems of youth and leisure time and youth and sport. The second, empirical part concurs at the theoretic part and its main aim is to learn if the theoretic evidence consequent upon the special literature correspond to the practise. The research of the meaning of sport in leisure time's activities of youth is centred on pupils of the elementary school of Babice.

Keywords

Youth, sport, leisure time, obesity, nutrition, schoolphysical training, doping.

Seznam použité literatury

- 1) DĚKANOVSKÝ, J., Sport, média a mýty, Praha: Nakladatelství Dokořán 2008, ISBN 978-80-7363-131-4
- 2) FOŘT, P., Tak co mám jíst?, Praha: Grada Publishing 2007, ISBN 978-80-247-1459-2
- 3) GALLOWAY, J., Děti v kondici, Praha: Grada Publishing 2007, ISBN 978-80-247-2134-7
- 4) HODAŇ, B., Volný čas a jeho současné problémy, Olomouc: Hanex 2002, ISBN 80-85783-37-1
- 5) HODAŇ, B., Úvod do teorie tělesné kultury, Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého 1997, ISBN 80-7067-782-1
- 6) PERIČ, T., Sportovní příprava dětí, Praha: Grada Publishing 2004, ISBN 80-247-0683-0
- 7) RIESEL, P., Lesk a bída drog, Olomouc: Nakladatelství Votobia 1999, ISBN 80-7198-348-9
- 8) SEKOT, A., Sociologické problémy sportu, Praha: Grada Publishing 2008, ISBN 978-80-247-2562-8
- 9) SEKOT, A., LEŠKA, D., OBORNÝ, J., JŮVA, V., Sociální dimenze sportu, 1. Vydání, Brno : Masarykova univerzita v Brně, 2004, ISBN 80-210-3581-1

- 10) SEKOT, A., Sport a společnost, 1. vydání, Brno: Paido, edice pedagogické literatury, 2003, ISBN 80-7315-047-6
- 11) SEKOT, A., Sociologie sportu, Brno: Paido 2006, ISBN 80-7315-132-4
- 12) SLEPIČKOVÁ, I., Sport a volný čas, Praha: Karolinum 2005, ISBN 80-246-1039-6
- 13) SAK, P., SAKOVÁ, K., Mládež na křižovatce, Praha: Svoboda servis 2004, ISBN 80-86320-33-2
- 14) <http://knihovna.adam.cz/vyzkum99/vyzk1.htm> [4.1.2009] : Svoboda jedince, odpovědnost společnosti, PhDr.Petr Sak, CSc.
- 15) <http://www.novinky.cz/clanek/160631-cesi-stale-tloustnou-kazdy-treti-dospely-ma-nadvahu.html>-6. 2. 2009
- 16) <http://www.olympic.cz/?sec=113>-6. 2. 2009

Přílohy

DOTAZNÍK

Dotazník je anonymní.

Správnou odpověď zakroužkuj, tečkované vypiš.

Třída:

Pohlaví: dívka hoch

1. Co ve svém volném čase nejraději děláš?

a) sportuji b) jsem na PC c) jsem s kamarády d) jiné(vypiš)
.....

2. Který sport děláš nejčastěji?

.....
.....

3. Děláš nějaký sport závodně?

a) ano b) ne

4. Kolik hodin týdně sportuješ (mimo tělesnou výchovu ve škole)?

a) 2 b) 4 c) 6 d) víc jak 6 hod.

5. Jakou úlohu má sport ve tvém životě?

a) žádnou b) malou c) velkou

6. Co pro tebe znamená sport?

.....
.....

7. Jakou motivaci máš pro sportování?

a) baví mě b) nutí mě do něho rodiče c) zabírám nudu d)
jiná(vypiš).....

8. Myslíš, že je sport důležitý pro zdraví?

a) ano b) ne

9. Zkusil-a jsi někdy alkohol?

a) ano b) ne

10. Zkusil-a jsi někdy kouření?

a) ano b) ne

11. Zkusil-a jsi někdy drogy?

a) ano b) ne

12. Podporují tě rodiče ve sportování?

a) ano b) ne

13. Kdo tě ve sportu podporuje?

a) matka b) otec c) nikdo d)
jiný(vypiš).....

14. Jak tě rodiče podporují ve sportu?

a) chodí se mnou na tréninky nebo na zápasy nebo na závody b) sportují se mnou
c) nutí mě do sportu d) jinak(vypiš)
.....

15. Chceš být sportovní hvězda?

a) ano b) ne

16. Jakou úroveň sportu považuješ za nejprospěšnější:

a) vrcholovou - usilující o vítězství, výkon či odměnu
b) rekreační - založenou na podpoře zdraví, kondice a pohody