

Univerzita Pardubice  
Fakulta filozofická

Etika ve sportu  
Bakalářská práce

**Věnování:**

Tuto bakalářskou práci věnuji bývalé biatlonistce Gabriele Soukalové jako uznání nejen její sportovní kariéry, ale i odvahy otevírat témata, která přesahují samotné závodění a dotýkají se etiky ve vrcholovém sportu. Její upřímnost a odhodlání byly významnou inspirací pro vznik této práce.

Univerzita Pardubice  
Fakulta filozofická  
Akademický rok: 2023/2024

# ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení: Klára Sýkorová  
Osobní číslo: H22213  
Studijní program: B0288A250002 Humanitní studia  
Specializace: Humanitní studia – Specializace v pedagogických vědách  
Téma práce: Etika ve sportu  
Zadávací katedra: Katedra věd o výchově

## Zásady pro vypracování

Tématem bakalářské práce je etika sportu se zaměřením na biatlon. Práce popisuje historii etiky, etiku ve sportu a etické problémy, které se vztahují k sociálním aspektům, které působí na jedince. Autorka se v práci zabývá prostředím biatlonu, kde zjišťuje, jaký má na mladé sportovce vliv socializace, rodina, přátelé a další mezilidské působení. Dále zjišťuje, jak o rozdílných přístupech rozhoduje pohlaví dítěte, nebo jestli je sport prováděn na volnočasové nebo profesionální úrovni. Pomocí kvantitativní šetření, konkrétně dotazníku, autorka zjišťuje pohled dětí z klubů biatlonu v České republice na působení mezilidských vztahů v jejich sportovním životě. Cílem práce je porozumění etice vztahů v biatlonu z hlediska dětí.

Rozsah pracovní zprávy:  
Rozsah grafických prací:  
Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná/elektronická**

**Seznam doporučené literatury:**

Etika a sport, HOGENOVÁ Anna, ISBN 80-7184-499-3  
Aréte – základ olympijské filozofie, HOGENOVÁ Anna, ISBN 80-246-0046-3  
Biatlon 1923-2014 – Od vojenských hlídek k biatlonu, TROJAN Josef, ISBN 978-80-905700-0-9  
Úvod do etiky, GLUCHMAN Vasil, ISBN 9788026300267  
Pedagogika sportu, SVOBODA Bohumil, ISBN 978-80-246-1358-1  
Sociologické problémy sportu, SEKOT Aleš, ISBN 978-80-247-2562-8  
Sport a společnost, SEKOT Aleš, ISBN 80-7315-047-6

Vedoucí bakalářské práce: **PhDr. Mgr. Ilona Ďatko, Ph.D.**  
Katedra věd o výchově

Datum zadání bakalářské práce: **30. března 2024**  
Termín odevzdání bakalářské práce: **30. března 2025**

---

**doc. Mgr. Jiří Kubeš, Ph.D.**  
děkan

---

**Ing. Jaroslav Myslivec, Ph.D.**  
vedoucí katedry

V Pardubicích dne 30. listopadu 2024

Prohlašuji:

Práci s názvem Etika ve sportu jsem vypracovala samostatně. Veškeré literární prameny a informace, které jsem v práci využila, jsou uvedeny v seznamu použité literatury.

Byla jsem seznámena s tím, že se na moji práci vztahují práva a povinnosti vyplývající ze zákona č. 121/2000 Sb., o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon), ve znění pozdějších předpisů, zejména se skutečností, že Univerzita Pardubice má právo na uzavření licenční smlouvy a o užití této práce jako školního díla podle § 60 odst. 1 autorského zákona, a s tím, že pokud dojde k užití této práce mnou nebo bude poskytnuta licence o užití jinému subjektu, je Univerzita Pardubice oprávněna ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložila, a to podle okolností až do jejich skutečné výše.

Beru na vědomí, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb., o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších předpisů, a směrnicí Univerzity Pardubice č. 7/2019 Pravidla pro odevzdávání, zveřejňování a formální úpravu závěrečných prací, ve znění pozdějších dodatků, bude práce zveřejněna prostřednictvím Digitální knihovny Univerzity Pardubice

V Pardubicích dne 30. března 2025

Klára Sýkorová

**Poděkování:**

Ráda bych vyjádřila své upřímné poděkování vedoucí mé bakalářské práce, paní PhDr. Mgr. Iloně Ďatko, Ph.D., za odborné vedení, cenné rady, trpělivost a podporu, které mi během zpracování práce poskytla. Mé poděkování patří také panu Ing. Jaroslavu Myslivcovi, Ph.D., za ochotu a pomoc při konzultaci statistického zpracování dat. Velké díky vyjadřuji své rodině a blízkým za jejich neustálou podporu. V neposlední řadě děkuji všem respondentům, kteří mi svou ochotou a účastí pomohli při sběru dat pro tuto práci.

## **ANOTACE**

Bakalářská práce se zabývá problematikou etiky ve sportu, se zaměřením na její význam v prostředí mládežnického sportu, konkrétně v biatlonu. Teoretická část se věnuje základním etickým pojmům, historii a vývoji etiky a sportovní etiky a dále rozebírá vybrané etické problémy spojené se sportovním prostředím, jako jsou agrese, šikana, doping či poruchy příjmu potravy. Důraz je kladen také na faktory ovlivňující sportovní socializaci mládeže, včetně role rodiny, trenéra a motivace. Praktická část práce se zaměřuje na zkoumání psychosociálních aspektů biatlonového prostředí u mládeže prostřednictvím dotazníkového šetření. Cílem práce je poukázat na význam etiky ve sportu dětí a mládeže a zmapovat, jaké etické problémy se objevují v biatlonovém prostředí a jak jsou vnímány mladými sportovci.

## **KLÍČOVÁ SLOVA**

etika, sport, sportovní etika, děti a mládež, biatlon, sociální faktory, etické problémy

## **TITLE**

Ethics and Sport

## **ANNOTATION**

The bachelor thesis deals with issue of ethics in sport, focusing on its importance in the context of youth sports, specifically in biathlon. The theoretical part addresses basic ethical concepts, the history and development of ethics and sports ethics, and further discusses selected ethical issues related to the sports environment, such as aggression, bullying, doping, or eating disorders. Emphasis is also placed on the factors influencing the sports socialization of youth, including the role of family, coaches, and motivation. The practical part of the thesis focuses on examining the psychosocial aspects of the youth biathlon environment through a questionnaire survey. The aim of the thesis is to highlight the importance of ethics in children's and youth sports and to map the ethical issues that arise in the biathlon environment and how they are perceived by young athletes.

## **KEYWORDS**

ethics, sport, sports ethics, children and youth, biathlon, social factors, ethical issues

# OBSAH

SEZNAM GRAFŮ A TABULEK .....	10
Seznam grafů.....	10
Seznam tabulek .....	10
ÚVOD .....	12
1. Etika.....	14
1.1 Historie a vývoj etiky .....	15
2. Etika sportu.....	17
2.1 Historie etiky sportu.....	18
2.2 Olympismus .....	19
2.3 Vybrané etické problémy ve sportu.....	20
2.3.1 Agrese .....	20
2.3.2 Násilí .....	22
2.3.3 Šikana.....	22
2.3.4 Doping.....	22
2.3.5 Poruchy příjmu potravy.....	23
3. Sport .....	25
3.1 Dělení sportu .....	25
3.2 Historie sportu.....	26
3.3 Rozdělení rekreačního a výkonnostního sportu .....	28
4. Biatlon .....	31
4.1 Historie biatlonu.....	31
4.2 Vývoj biatlonu v České republice .....	32
4.3 Novodobý a současný biatlon v České republice.....	33
5. Faktory ovlivňující sportování mládeže .....	35
5.1 Socializace.....	35
5.1.1 Socializace ve sportovním klubu.....	35
5.1.2 Socializace v rámci zájmového rekreačního a výkonnostního vrcholového sportu .....	35
5.1.3 Socializační rozdíly týkající se sportujících a nesportujících.....	37
5.1.4 Význam aktivního sportu pro děti a mládež.....	37
5.2 Rodina .....	38
5.2.1 Pohled rodiny na sportování jednotlivých pohlaví.....	38
5.3 Trenér .....	39
5.3.1 Úkoly a funkce trenéra .....	39
5.3.2 Typologie trenéra.....	40

5.3.3	Trenér a svěřenec.....	40
5.3.4	Trenér a rodič .....	41
5.4	Motivace.....	41
6.	Volnočasový a profesionální sport u dětí a mládeže.....	43
7.	Rozdílné faktory a přístupy dívek a chlapců ke sportu.....	45
8.	Výzkumné šetření.....	47
8.1	Cíl výzkumného šetření.....	47
8.2	Hlavní výzkumná otázka.....	47
8.3	Formulace výzkumných otázek.....	47
8.4	Formulace hypotéz.....	48
8.5	Metoda sběru dat .....	49
8.6	Výzkumný soubor .....	49
8.7	Předvýzkum.....	49
8.8	Realizace výzkumu .....	50
8.9	Etické aspekty studie.....	50
9.	Vyhodnocení dat a interpretace výsledků z výzkumného šetření .....	51
9.1	Statistické ověření hypotéz.....	78
9.2	Limity studie .....	88
9.3	Interpretace výsledků .....	89
	ZÁVĚR .....	93
	SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY .....	95
	Tištěné zdroje: .....	95
	Elektronické zdroje: .....	96
	PŘÍLOHY .....	97

# SEZNAM GRAFŮ A TABULEK

## Seznam grafů

Graf č. 1 Pohlaví respondentů.....	51
Graf č. 2 Věk respondentů.....	52
Graf č. 3 Délka věnování se biatlonu .....	53
Graf č. 4 Výskyt fyzického agresivního chování během závodu .....	54
Graf č. 5 Výskyt verbálního agresivního chování .....	55
Graf č. 6 Výskyt sebetrestání po špatném výkonu .....	56
Graf č. 7 Výskyt šikany v biatlonových klubech .....	57
Graf č. 8 Výskyt zesměšňování, urážení a slovního ponižování.....	58
Graf č. 9 Výskyt tlaků na změnu hmotnosti u biatlonistů.....	60
Graf č. 10 Výskyt pocitu méněcennosti nebo nespokojenosti oproti ostatním .....	61
Graf č. 11 Vliv biatlonu na volný čas respondentů .....	62
Graf č. 12 Vnímání uznání a respektu díky sportu.....	63
Graf č. 13 Sociální začlenění v biatlonovém klubu.....	64
Graf č. 14 Priorita mezi výkonem a týmovou pohodou v biatlonových klubech.....	65
Graf č. 15 Vliv trenéra na motivaci k lepším výkonům .....	67
Graf č. 16 Hodnocení trenéra očima respondentů.....	68
Graf č. 17 Důvěra sportovců ve svého trenéra .....	69
Graf č. 18 Respektování rozhodnutí trenéra ze strany rodičů .....	70
Graf č. 19 Faktory motivace k tréninku biatlonu .....	72
Graf č. 20 Vliv sportovních vzorů na motivaci sportovců .....	73
Graf č. 21 Vnímání soutěživosti mezi chlapci a dívkami v biatlonu.....	74
Graf č. 22 Vnímání role pohlaví v řešení vztahů a atmosféry v týmu.....	75

## Seznam tabulek

Tabulka č. 1 Pohlaví respondentů .....	51
Tabulka č. 2 Věk respondentů .....	52
Tabulka č. 3 Délka věnování se biatlonu.....	53
Tabulka č. 4 Výskyt fyzického agresivního chování během závodu.....	54
Tabulka č. 5 Výskyt verbálního agresivního chování .....	55
Tabulka č. 6 Výskyt sebetrestání po špatném výkonu.....	56
Tabulka č. 7 Výskyt šikany v biatlonových klubech.....	57
Tabulka č. 8 Výskyt zesměšňování, urážení a slovního ponižování .....	58
Tabulka č. 9 Výskyt tlaků na změnu hmotnosti u biatlonistů.....	59
Tabulka č. 10 Výskyt pocitu méněcennosti nebo nespokojenosti oproti ostatním .....	60
Tabulka č. 11 Vliv biatlonu na volný čas respondentů.....	62

Tabulka č. 12 Vnímání uznání a respektu díky sportu .....	63
Tabulka č. 13 Sociální začlenění v biatlonovém klubu .....	64
Tabulka č. 14 Priorita mezi výkonem a týmovou pohodou v biatlonových klubech .....	65
Tabulka č. 15 Vliv trenéra na motivaci k lepším výkonům.....	66
Tabulka č. 16 Hodnocení trenéra očima respondentů .....	68
Tabulka č. 17 Důvěra sportovců ve svého trenéra.....	69
Tabulka č. 18 Respektování rozhodnutí trenéra ze strany rodičů.....	70
Tabulka č. 19 Faktory motivace k tréninku biatlonu.....	71
Tabulka č. 20 Vliv sportovních vzorů na motivaci sportovců.....	73
Tabulka č. 21 Vnímání soutěživosti mezi chlapci a dívkami v biatlonu .....	74
Tabulka č. 22 Vnímání role pohlaví v řešení vztahů a atmosféry v týmu .....	75
Tabulka č. 23 Empirické četnosti H1 .....	80
Tabulka č. 24 Teoretické četnosti H1 .....	81
Tabulka č. 25 Testové kritérium H1 .....	81
Tabulka č. 26 Empirické četnosti H2 .....	82
Tabulka č. 27 Teoretické četnosti H2 .....	82
Tabulka č. 28 Testové kritérium H2 (Yatesova korekce).....	82
Tabulka č. 29 Empirické četnosti H6 .....	85
Tabulka č. 30 Teoretické četnosti H6 .....	85
Tabulka č. 31 Testové kritérium H6 (Yatesova korekce).....	86
Tabulka č. 32 Empirické četnosti H7 .....	86
Tabulka č. 33 Teoretické četnosti H7 .....	87
Tabulka č. 34 Testové kritérium H7 .....	87
Tabulka č. 35 Empirické četnosti H8 .....	88
Tabulka č. 36 Teoretické četnosti H8 .....	88
Tabulka č. 37 Testové kritérium H8 .....	88

## ÚVOD

*Etika ve sportu* je téma, které si zaslouží hlubší pozornost. Sport není jen fyzickou aktivitou, ale i prostředím, kde se formují hodnoty, osobnost a sociální vztahy sportovců. I když by měl být sport založený na principech fair play, respektu a zdravé soutěživosti, realita je často složitější.

Tato bakalářská práce se zaměřuje konkrétně na vnímání sportovní etiky v biatlonovém prostředí. Sama se tomuto sportu věnuji již téměř osm let, přičemž jsem během této sportovní kariéry, ale i v předchozích sportovních odvětvích, prošla různými prostředími. V některých z nich jsem se setkala se situacemi, které mě přiměly přemýšlet nad etickými problémy ve sportu a někdy i nad tím, zda ve sportovní činnosti pokračovat. Motivací k výběru tématu byla i kauza bývalé české biatlonistky Gabriely Soukalové, která měla během své kariéry zažít složité vztahy s kolegyní a trenérem, přičemž vše vyvrcholilo poruchami příjmu potravy, k nimž přispěl nejen tlak na výkon a její vlastní sebehodnocení, ale i komentáře trenéra ohledně její tělesné hmotnosti. U dětí a mládeže, které se nacházejí ve vývojově citlivém období, může nevhodné sportovní prostředí negativně ovlivnit psychický vývoj a vztah ke sportu. Naopak zdravé a podporující podmínky mohou přispět k celkovému rozvoji a zdravému vnímání sportu.

Práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část. Teoretická část je členěna do sedmi kapitol. První kapitola se věnuje obecné etice a jejím historickým základům. Druhá kapitola se již zaměřuje konkrétně na etiku ve sportu, sleduje její historický kontext, zásady olympismu a vybrané etické problémy, se kterými se sportovci mohou setkat. Třetí kapitola se věnuje charakteristice sportu jako takového, jeho dělení na rekreační a výkonnostní úroveň a historii sportování obecně. Čtvrtá kapitola podrobně představuje biatlon, jeho vývoj v mezinárodním i českém kontextu a současnou situaci. V páté kapitole jsou rozebrány faktory ovlivňující sportování mládeže, především role socializace, rodinného zázemí, trenérského vedení a motivace. Šestá kapitola se zabývá rozdíly mezi mladými sportovci, kteří se věnují biatlonu výkonnostně, a těmi, kteří ho provozují pouze jako volnočasovou aktivitu. Poslední, sedmá kapitola, se zaměřuje na genderové rozdíly v přístupu ke sportu, zkoumá specifické faktory ovlivňující sportování dívek a chlapců. Praktická část práce je založena na kvantitativním výzkumu a využívá dotazníkové šetření mezi mladými biatlonisty. Cílem této práce je prozkoumat, jaké sociální, psychologické a etické faktory ovlivňují mladé biatlonisty a jak formují

jejich vztah ke sportu. Sportovní prostředí může být pro mladého sportovce zdrojem radosti a seberealizace, ale také místem, kde se setkává s neetickým chováním. Správné pochopení těchto vlivů může pomoci nejen trenérům a sportovním organizacím, ale i rodičům a blízkým.

# TEORETICKÁ ČÁST

## 1. Etika

Etika je disciplína zkoumající lidskou morálku, její původ, vývoj a vliv na lidské jednání a svědomí (Hartl, Hartlová, 2009, s. 144). Samotný překlad slova etika znamená mravověda, či mravouka. Pojem pochází ze starořeckého slova *éthos*, které má tři významy. Prvním je místo k životu, domov nebo vlast. Druhým zvyk, tradice a způsob života. Třetím charakter, morální zásady a mravnost (Bláha, Dytrt, 2003, s. 15). Též se dá hovořit o tom, že zcela původní význam slova *éthos* souvisí se vztahem mezi lidmi, kteří sdílejí společný životní prostor. Dále se v počátcích lidské historie mravní principy, *éthos* a morálka soustředily především na zvyky a praktické normy chování, které byly nezbytné pro fungování společenství. Tyto normy vycházely spíše z objektivních potřeb společenského života než z individuálních, subjektivně prožívaných hodnot. Zrod *éthosu* tak vyplývá z univerzální vzájemné závislosti mezi lidmi a jejich nutnosti spoléhat jeden na druhého (Semrádová, 2009, s. 6). Obecně lze říci, že etika stanovuje, co je morálně správné a co naopak nemorální, přičemž se někdy běžně přijímané morální názory mohou lišit od těch, které jsou skutečně správné. V tomto ohledu má normativní charakter, protože stanovuje pravidla a určuje rozsah platnosti etických zákonů (Bláha, Dytrt, 2003, s. 16–33). Někdy bývá definována jako disciplína zabývající se rozlišováním mezi dobrým a špatným, případně pravdou a lží, nebo spravedlností a nespravedlností. Pojem dobro má více významů a může označovat něco vhodného, schopného nebo způsobitelného, naopak zlo má být odsouzeno. Historie lidstva ukazuje, že dobro představuje život, mír, lásku, péči a harmonii, zatímco zlo se projevuje ubližováním, touhou po neomezené moci, svévolným ničením a kořistnictvím. Důležité je si však uvědomit, že absolutní dobro neexistuje.

Etika a morálka tvoří vzájemně propojené celky, které zahrnují hodnotící kritéria pro lidské jednání. Je tedy teoretickým zkoumáním mravnosti a jako koncept stojí nad morálkou. Zabývá se studiem principů a pravidel, které ovlivňují morální jednání jednotlivců i celých společností (Haškovcová, 2015, s. 13). Slovo morálka pochází z latinského termínu *mos*, což se překládá jako mrav, norma, charakter nebo také způsob chování (Bláha, Dytrt, 2003, s. 15). Morálka zahrnuje jak popisný, tak normativní rozměr mravnosti. Tento pojem obvykle označuje soubor zásad a pravidel, kterými se lidé řídí a podle nichž jednají (Haškovcová, 2015, s. 14). Vymezuje společensky uznávané psané

i nepsané normy, které představují souhrn pravidel a očekávání týkajících se lidského chování (Kořenek, 2004, s. 13–33). V širším smyslu zahrnuje mravní ideje a přesvědčení, postoje, zvyklosti a normy, stejně jako etické standardy chování a samotné morální jednání. Stanovuje společensky přijatelné a nepřijatelné jednání, čímž ovlivňuje a usměrňuje chování jednotlivce ve společnosti. Morální norma je vnímána jako zásada či pokyn, který ovlivňuje a řídí chování jednotlivce v rámci společnosti (Bláha, Dytrt, 2003, s. 19). Každá lidská činnost se řídí vlastními etickými zásadami a pravidly chování – platí to tedy i pro sport, včetně biatlonu (Haškovcová, 2015, s. 13).

## 1.1 Historie a vývoj etiky

*Démokritos* (460–370 př. n. l.) odvozoval morální principy z přirozené podstaty člověka. Věřil, že klíčem k lidskému štěstí jsou přátelské vztahy, láska k ostatním, umírněnost a moudrost (Semrádová, 2009, s. 28–33). Až Sofisté byli první, kdo se systematicky věnoval otázkám etiky v jejím nejhlubším významu.

*Aischylos* (525–456 př. n. l.), jako dramatik předsofistického období, se ve svých dílech soustředil na osvobození člověka od determinace<sup>1</sup> osudem a na překonání konceptu trestu a odplaty.

*Sofoklés* (496–406 př. n. l.) představuje další fázi emancipace<sup>2</sup>, již ovlivněnou sofistickou. Společně s Euripidem (480–406 př. n. l.), který byl také žákem sofistů, zdůrazňuje práva jednotlivce a jeho osobní sklony.

Důležitý je příchod *Sókrata* (469–399 př. n. l.). Díky němu se filozofie zaměřuje na etiku, přičemž opouští přírodní otázky a politiku převádí do morální sféry. Zastává názor, že normy jednání lze zdůvodnit rozumovým uvažováním, přičemž správně chápané štěstí jednotlivce je v souladu se zájmy společnosti. Ctnost vnímá jako pravé poznání, které se lze naučit, a následně podle něj také jednat.

*Platón* (427–347 př. n. l.) vychází ze sokratovského etického intelektualismu, dále formuluje koncept světa idejí jako dokonalé reality, kde nejvyšší postavení zaujímá idea dobra. Nakonec dochází k závěru, že dobro patří ke složitějším skutečnostem a nelze jej

---

<sup>1</sup> Determinace znamená stanovení klíčových znaků určitého jevu a jeho odlišení od jiných jevů (Hartl, Hartlová, 2009, s. 109)

<sup>2</sup> Emancipace znamená dosažení rovného postavení a osvobození od závislosti či podřízenosti (Hartl, Hartlová, 2009, s. 137)

uchopit jediným pohledem. Naopak jeho podstata spočívá v propojení míry, krásy a pravdy.

*Aristotelés* (384–322 př. n. l.) byl prvním, kdo systematicky uspořádal etické učení. Od něj pochází pojem etika a samotná filozofická disciplína, kterou označuje (Kořenek, 2004, s. 13–22). Řecký filozof rozlišoval teoretickou a praktickou činnost. Teoretickou vnímal jako poznání a praktickou, kterou zahrnuje jednání a tvořivost, označoval jako konání. Vzhledem k tomu, že se etika zabývá praktickou činností, lze ji považovat za součást praktické filozofie. Etika se dle něj zaměřuje na hledání nejvyššího dobra jako konečného cíle lidského snažení a na určení jednotlivých ctností jako prostředků k jeho dosažení. *Aristotelés* také považuje za nezbytné rozlišit mezi dobrovolným a nedobrovolným jednáním (Semrádová, 2009, s. 33–49).

Dochází k uvědomění, že etika usiluje o nejvyšší blaho jednotlivce, zatímco politika se zaměřuje na nejvyšší blaho společnosti. Obě oblasti jsou však úzce propojené. Středověké etické teorie v Evropě vycházejí především z křesťanského učení, které tvoří jejich základ. Etické normy, obzvláště ty obsažené v Desateru, odrážejí základní principy lidského svědomí. Bible hovoří o mnoha ctnostech i neřestech. Ctnostný život spočívá v neustálém a hlubokém vztahu k Bohu. Renesanční etika kladla důraz na emancipaci člověka a jeho poznání. Základním východiskem tohoto procesu byl návrat k hodnotám antické kultury a filozofie. Renesanční morálka vyzdvihuje soulad s přírodou, lidskou přirozeností a plností pozemského života. Významným rysem tohoto období je také důraz na individualismus, který podtrhuje jedinečnost člověka. Lidské poznání je považováno za klíčovou etickou hodnotu. Reformační etika se zrodila v rámci obnovy křesťanství a odloučení od katolické církve. Její základy vycházejí z aktivit lidových sekt a rozsáhlých sociálních hnutí. K jejím představitelům patřil například Jan Hus.

## 2. Etika sportu

Sportovní etika neovlivňuje pouze samotné sportovce, ale zahrnuje celé sportovní prostředí, včetně trenérů, rozhodčích, rodičů nebo organizátorů. Tuto etiku můžeme chápat dvěma různými způsoby. Zaprvé jako přímé rozšíření obecných etických principů, zadruhé jako soubor specifických pravidel vytvořených sportovními organizacemi a funkcionáři. Za základní otázku sportovní etiky tedy můžeme považovat, zda by měla vycházet z obecných etických principů, nebo zda sportovní prostředí potřebuje vlastní specifická pravidla, která se od obecné etiky mohou lišit. Sportovní etika, podobně jako sportovní pravidla, představuje soubor vlastních psaných i nepsaných zásad (Jansa a kol., 2020, s. 116).

Při překročení psaných i nepsaných pravidel dochází k sociálně patologickým jevům. Ty ve sportu a jeho okolí zahrnují chování, které je nemorální, nevhodné pro sportovní prostředí i celou společnost. Patří sem nebezpečné, nebo dokonce deviantní jednání sportovců. Ve sportovním prostředí se sociálně patologické chování často projevuje hrubým porušováním principů fair play, bývá agresivní, někdy i nezákonné a bohužel velmi často tolerované, nebo dokonce záměrně podporované. Oběťmi takového jednání bývají především jedinci s určitým handicapem, kteří se stávají terčem ponižování ze strany silnějších či úspěšnějších hráčů. Tento proces může být poháněn pocitem nadřazenosti a sportovní žárlivostí (Sekot, 2008, s. 131–134). O předcházení sociálně patologickému chování usiluje právě sportovní etika se souborem pravidel a zásad, které jsou obecně uznávané v rekreačním i výkonnostním sportu. Slouží nejen jako prostředek k dosažení maximálního úspěchu, ale také jako způsob, jak se sportovec ztotožňuje s hodnotami výkonu, vítězství a odměny, kterým je zcela oddán. Zahrnuje tedy odmítání podvodů, dopingu, fyzického i slovního násilí a nespravedlivých podmínek, které by narušovaly rovné šance ve sportu. Za základní listinu, která se zabývá etikou sportu, můžeme považovat *Kodex sportovní etiky* vydaný Radou Evropy. *Kodex* zdůrazňuje, že etické principy a fair play (v překladu poctivá hra) nejsou jen volitelnou součástí sportu, ale tvoří jeho základ. Platí pro všechny oblasti sportu, včetně jeho řízení a organizace, a vztahuje se na všechny, od rekreačních sportovců až po vrcholové závodníky. Klade důraz na rozvoj fair play u dětí a mladých sportovců, kteří se v budoucnu stanou dospělými sportovci a možná i „hvězdami“. Zároveň se obrací na instituce a dospělé, kteří mají vliv na zapojení mládeže do sportu a jejich přístup ke sportovní etice (Rada Evropy, 1992).

**Fair play** je základem etiky sportu. Tento výraz pochází z Velké Británie z dvanáctého století a původně označoval správné a čestné chování obecně. Ve sportu se začal používat v Anglii během osmnáctého a devatenáctého století jako zásada respektování pravidel hry. Fair play neznamená jen dodržování pravidel, ale zahrnuje i přátelství, respekt a čestné jednání ve sportu. Není to jen způsob chování, ale i způsob myšlení. Jeho cílem je zamezit podvádění, doping, násilí, nerovnosti atd. (Svoboda, 1996, s. 56). Zároveň usnadňuje pochopení a přijetí obecných etických zásad, které se uplatňují i mimo sportovní prostředí (Jansa a kol., 2020, s. 115). Zahrnuje i nepsaná pravidla slušného chování, která odrážejí obecné morální hodnoty (Sekot, 2008, s. 134). V České republice se problematice nejvíce věnuje Český klub fair play, který má vypracované *Zásady chování fair play*. Do výčtu zásad patří: čestný boj podle pravidel, uznání lepšího soupeře i poraženého, vítězství bez nadřazenosti, rovné podmínky souboje atd. (Jansa a kol., 2020, s. 117).

## 2.1 Historie etiky sportu

V historii proběhlo několik mezníků, které ovlivnily a naznačily dnešní etiku sportu. K prvnímu došlo v antickém Řecku. Zatímco u jiných starověkých národů se sportovní aktivity objevovaly spíše jednotlivě a nesystematicky, Řekové je rozvinuli a začlenili do výchovného systému, který se opíral o ideál kalokagathie. Pojem **kalokagathia**, odvozený z řeckých slov *kalos* (v překladu krásný) a *agathos* (ušlechtilý), byl v antickém Řecku chápán jako ideál harmonického spojení fyzické i duševní krásy. Pod pojmem duševní krása si Řekové představovali především ušlechtilost charakteru a vysoké morální zásady (Grexa, Strachová, 2016, s. 28–72; Hogenová, 2000, str. 92–93). Tento výchovný ideál se tedy uskutečňoval prostřednictvím dvou hlavních oblastí péče – o tělesnou i duševní stránku člověka. Obojí mělo vést k dosažení nejvyšší etické ctnosti, nazývané areté. **Areté** představovala pro staré Řeky souhrn hodnot, mezi něž patřily zdraví, síla, odvaha, statečnost v boji, spravedlnost, velkorysost, ušlechtilost a vzdělanost.

Podstatné byly olympijské hry v Olympii, které byly současně vnímané nejen jako sportovní a umělecké soutěže, ale také náboženské. V době konání her docházelo k dalšímu důležitému mezníku, kterým bylo vyhlášení posvátného míru **ekecheiriá**, což znamenalo ruce pryč od zbraní. Tento mír trval od příjezdu prvního závodníka do odjezdu posledního, tudíž jeden celý měsíc. Při samotné soutěži se oceňovalo pouze vítězství, které proběhlo čestným způsobem a při kterém získal vítěz olivový věnec. Jedinec, který porušil etické normy, utrpěl potupu a postihl ho trest. Především uměřenost, harmonie

a kalokagathia, která je odrazem a projekcí ideálu míru, jsou nejdůležitější hodnoty a současně normy antického myšlení, jednání a snažení. Olympijské hry překročily hranice svého původu a jejich hodnoty se dnes staly majetkem celého světa. Novodobé olympijské hnutí navazuje na staletími prověřené ideály kalokagathie, ekecheirie a férového sportovního klání.

Dalším zásadním mezníkem byl středověk a s ním spojená **rytířská výchova**. Tělesná cvičení byla vyřazena z výchovy i společnosti, zachovala se jen část určená pro vojáky a rytíře. Proto byl ve vrcholném středověku přidán **ideál „tělesného“ rytíře**. Základem rytířského ideálu byl šlechtický původ, kodex ctnosti, kult hrdinství, soutěživost, oddanost a poslušnost pánovi a církvi a také morální ctnosti. Výchova rytíře probíhala v několika fázích, nejprve jako mladík sloužil v pozici pážete u jiného feudála, později jako panoš u lenního pána a aby mohl být pasován na rytíře, musel ovládat nejen etické, ale i vojenské ctnosti a další dovednosti. Do etických ctností patří zbožnost, statečnost, pomoc slabším, velkorysost, věrnost králi a věrnost dámě. Do vojenských následně jízda, šerm a zápas, plavání, lukostřelba, lov, šach a veršování.

Třetím mezníkem je vznikající moderní sport, který se začal rozvíjet koncem osmnáctého a začátkem devatenáctého století. Samotné formování vycházelo z již zmíněného rytířského sportu. Ve školním prostředí byl sport vnímán jako „gentlemanská záležitost“, která se stala základem amatérského sportu. Právě v tomto období se formovala sportovní filozofie zdůrazňující fair play, rovné podmínky pro všechny, dodržování pravidel a čestné jednání.

## **2.2 Olympismus**

Představuje univerzální společenskou filozofii, která klade důraz na význam sportu v osobním rozvoji jednotlivce, podporuje mezinárodní porozumění, mírové soužití a přispívá k sociální i morální výchově na celosvětové úrovni (Dovalil a kol., 2004, s. 8–28). Samotný vznik olympismu se dá připisovat ke konci devatenáctého století. K počátku nepochybně patří francouzský pedagog Pierre de Coubertin. Právě ten koncem devatenáctého století a v první třetině dvacátého století vytvořil ideový základ novodobému olympismu. Přišel s vizí, že filozofie olympismu není určena pouze vrcholovým sportovcům, ale všem lidem, a to nejen na určité období, ale na celý život. Nezaměřuje se pouze na soutěžení a vítězství, ale především na hodnoty spojené s účastí a spoluprací. Sport zde není vnímán jen jako

fyzická aktivita, ale také jako důležitý prvek přispívající ke vzdělání, výchově a celkovému rozvoji jedince, jeho osobnosti i sociálního života.

Moderní olympismus je ovlivněn historickým kontextem, společenským vývojem i proměnami samotného sportu. Základem olympismu se stal ideál kalokagathie (pocházející z antického Řecka), který Coubertin rozvinul jako vědomé formování osobnosti sportovce. Tento koncept zdůrazňuje harmonický rozvoj jeho fyzických, duševních, morálních i sociálních schopností. Cílem bylo, aby účast stála výše než samotné vítězství, aby místo válek mezi národy panoval mír bez ohledu na rasovou, politickou nebo náboženskou příslušnost. Nejde tedy především o možnost zisku, ale o solidaritu doprovázenou společenským úsilím všech národů. Olympijské hry jsou základem olympismu. Konají se každé čtyři roky a utkávají se na nich sportovci mnoha zemí. I tak chtěl Coubertin, aby především pramenily ze setkání sportovců rozdílné barvy pleti, různých názorů a museli se navzájem respektovat, čímž by přispívali k aktivnímu úsilí o mír. Souvisejícím a důležitým pojmem je *universalismus*. Ten je vnímán jako princip univerzální platnosti a srozumitelnosti olympismu pro všechny, bez ohledu na národnost, rasu, pohlaví, sociální postavení, náboženské vyznání nebo ideologické přesvědčení. Právě v olympismu jdou praktikovat hodnoty jako rovnost, spravedlnost nebo tolerance. Hlavním důvodem je spojení tří oblastí, kterými jsou sport, výchova a kultura, ale také jeho globální rozšíření a vnímání jako základní filozofie novodobého sportu. Sport nesmí být prázdný, bez hodnot, sobecký ani jednostranně zaměřený. I přes zásadní roli soutěže a konkurence je nezbytné důsledně prosazovat fair play, porozumění, solidaritu a toleranci. Zároveň sport nepřímou přenáší poselství míru, princip rovnosti a odmítání jakékoli formy diskriminace. OH (olympijské hry) se podílejí na spoluvytváření dlouhodobých sportovních, výchovných i kulturních hodnot, účastní se demokratizace mezinárodní politiky a napomáhají odbourávání rasové i sociální nesnášenlivosti. Bezpochyby jsou nejdůležitějším a nejsledovanějším festivalem sportu, ale zároveň i kultury, umění, míru a přátelství. Olympionik pak není jen závodník, ale také sportovní a kulturní reprezentant své země.

## **2.3 Vybrané etické problémy ve sportu**

### **2.3.1 Agrese**

Cílem agresivního projevození jedinců je zranit druhého, vyřadit ho ze zápasu či závodu nebo získat výhodu k dosažení svého úspěchu. Lze jej charakterizovat jako soubor aktivit vedoucích k nepříjemným a nežádoucím důsledkům pro druhou osobu.

Za agresivní chování lze považovat jak verbální vyjadřování, tak i fyzické násilí (Slepička, Hošek, Hátlová, 2009, s. 63–174). Agrese, která se vyskytuje v sociálních interakcích, může být rozdělena do osmi druhů: 1. fyzická aktivní přímá, 2. fyzická aktivní nepřímá, 3. fyzická pasivní přímá, 4. fyzická pasivní nepřímá, 5. verbální aktivní přímá, 6. verbální aktivní nepřímá, 7. verbální pasivní přímá, 8. verbální pasivní nepřímá.

Každý sport umožňuje tím, do jaké míry je individuální či kolektivní, možnosti agresivního chování. Proto je důležité si vymežit skupiny sportu podle možné agrese. První skupinou jsou sporty, kde je agrese vyžadována, příkladem může být judo. Do druhé skupiny spadá například hokej, kde agresivita není základem, ale předpokládá se vzhledem k přímému fyzickému kontaktu. Biatlon je sport, který patří do třetí skupiny, zvýšená míra agrese se zde nepředpokládá, ale může se vyskytovat v situacích, kde jsou jedinci v přímém souboji a využívají „tvrdé lokty“ – například při souboji v závěru závodu. Čtvrtá skupina sportů neumožňuje přímý fyzický kontakt, a tak jde častěji o verbální agresi, příkladem může být tenis, kde jsou sportovci odděleni sítí. Poslední skupinu tvoří sporty, jako je gymnastika, kde se soutěžící prakticky nesetkávají, a tak dochází spíše k agresi směřované k rozhodčím ve formě obviňování za špatné rozhodnutí.

V každém sportu se tedy může vyskytovat takzvaná heteroagrese, směřující vůči druhé osobě, ale i autoagrese, namířená proti sobě samému. Existují ale i projevy agrese, které ke sportu svým způsobem patří a jsou přijímány. Vždy jde o snahu přemoci druhého sportovce, k čemuž je určitá míra agrese vyžadována a lze ji považovat za určitou podstatu sportu. Jde o agresi, která je tolerovatelná a jejím smyslem je sebeprosazení. Neexistují tedy pouze projevy agrese, které překračují oficiální pravidla sportu, ale jsou i takové projevy, které jsou v souladu s pravidly daného sportu i s obecně platnými sociálními normami. Také neúspěch může vyvolávat smutek, který má z psychologického hlediska charakter frustrace – tedy pocit zmaření, z důvodu zablokování postupu k požadovanému cíli. Frustrace pak může u sportovce vyvolat reakci, jako je vztek z nezdaru. Tento stav může vést k agresivnímu chování nebo ke zvýšení motivace k dalšímu výkonu. Agresivita je pak vnímána jako strategie, jak se vyrovnat s dlouhodobě neuspokojenými potřebami, nedosahováním cílů nebo z opakovaných neúspěchů (Jansa a kol., 2020, s. 112–113). Jako prevence může v mladším školním věku, kdy bývá chování dětí obvykle upřímné a nezákladné, působit vliv autorit. Je důležité zaměřit se především na osobní rozvoj a zlepšení dítěte, nikoliv na podněcování nepřátelství vůči soupeřům nebo vnímání vítězství za každou cenu jako hlavního cíle.

### 2.3.2 Násilí

S agresí úzce souvisí násilí, jelikož ho lze považovat za její konkrétní formu. Násilí můžeme charakterizovat jako nadměrné použití fyzické síly, které může vést k poškození zdraví nebo způsobení škody druhému jedinci. Může se projevovat verbálním i fyzickým chováním, které vede k ovládnutí, řízení nebo zranění druhé osoby. Do této kategorie spadá i zastrašování, kterým se rozumí použití či zneužití slov, gest, mimiky, činů, jimiž jedinec hrozí budoucím násilím nebo agresí. Projevy hostility<sup>3</sup> odrážejí dlouhodobou tendenci k nepřátelskému myšlení a chování, které může eskalovat až k násilným činům (Sekot, 2008, s. 122).

### 2.3.3 Šikana

Šikana je charakterizována jako fyzické, psychické nebo kombinované ponižování či týrání jednotlivců jinými, obvykle v rámci vrstevnických skupin. Často ji páchají jedinci, kteří mají fyzickou převahu, jsou starší, vyspělejší nebo početně silnější (Hartl, Hartlová, 2009, s. 591). U dětí často není agresivní chování záměrné, ale spíše spontánní, a bývá značně podporováno názory rodičů (Jansa a kol., 2020, s. 111–112). Častým důvodem agresivnějšího chování u dětí bývá také emoční nestabilita, které pramení z nedostatku citu od blízkých dítěte, jako jsou rodiče. U dospívající mládeže pomalu mizí vliv rodičů na jejich chování a častěji a více napodobují chování svých sociálních skupin. Věk dospívajícího jedince je zásadní v budování jeho sebevědomí a sebeprosazování. Pak právě především ve sportu, ale i ve školním prostředí dochází ve skupinách ke štěpení na starší a mladší, na členy základní sestavy a náhradníky. Právě starší nebo „lepší“, kteří jsou v základních sestavách, se cítí v pomyslné nadvládě, což často vede k vzniku šikany. Chování mládeže je na rozdíl od dětí vědomé a záměrné. Šikana může mít opět podobu verbálního chování, ale i fyzického násilí.

### 2.3.4 Doping

Doping je charakterizován jako užívání drog, narkotik nebo jiných prostředků ke zvýšení výkonu. Může zahrnovat podávání či užívání chemických látek nebo jiné metody, jako je sugesce, s cílem podpořit fyzickou či psychickou výkonnost jedince (Hartl, Hartlová, 2009, s. 120–198). Problematika dopingu tedy úzce souvisí s problematikou drog a jejich šíření ve společnosti. Rodiče, učitelé a trenéři hrají klíčovou úlohu při utváření postojů sportující mládeže k dopingu. Opakované neúspěchy

---

<sup>3</sup> Hostilita představuje nepřátelské naladění nebo negativní postoj vůči sobě samému či ostatním (Hartl, Hartlová, 2009, s. 195)

a neschopnost dosáhnout cílů, které často určují rodiče či trenéři bez ohledu na skutečné schopnosti dítěte, mohou narušit jeho vnímání vlastních možností. To vede k psychicky náročné situaci, kterou dále zhoršují výčitky a tlak z okolí. V důsledku toho se mladý sportovec snaží zoufale najít řešení a pod vlivem informací od vrstevníků může být náchylný k užívání podpůrných látek. Opakované neúspěchy tedy mohou vést k frustraci a snaze najít východisko. Empirické zkušenosti i výzkumy také ukazují, že k porušování zásady fair play mají větší sklon zejména jedinci, kteří nedosahují požadované výkonnostní úrovně. K takovému jednání je vede snaha vyhnout se sociálnímu tlaku a negativním důsledkům spojeným s neúspěchem.

### **2.3.5 Poruchy příjmu potravy**

Poruchy příjmu potravy znamenají využívání jídla jako způsobu řešení emocionálních obtíží. Myšlenky a obavy týkající se stravy, diety či tělesné hmotnosti postupně nabývají na důležitosti a převládají nad všemi ostatními aspekty života (Hartl, Hartlová, 2009, s. 432). V dnešní době bylo u mnoha sportovkyň zjištěno, že mají snížené sebevědomí a jsou vystaveny zvýšenému riziku vzniku poruch příjmu potravy (Štěrbová, Pernicová, Krol, Šafář, 2022, s. 70). Poruchy příjmu potravy představují riziko pro sportovce, u kterých je strava úzce spjata s vnímáním tělesného vzhledu v daném sportu (příkladem může být tanec nebo gymnastika) se snahou o zlepšení výkonu a se sociokulturním tlakem na dosažení „ideálního těla“ (Štěrbová, Pernicová, Krol, Šafář, 2022, s. 1–75). Právě biatlon je sport, kde jsou klíčové pohyby v horizontální či vertikální rovině, a nadměrné množství tukové hmoty je vnímáno jako nevýhoda.

Poruchy příjmu potravy a jídelního chování se projevují dlouhodobými odchylkami ve stravování nebo chování spojeném s jídlem, což vede ke změně stravovacích návyků a následně k negativnímu dopadu na fyzické zdraví i sociální vztahy. Mentální anorexie je porucha, která se projevuje úmyslným snižováním tělesné hmotnosti, jež si jedinec sám navozuje a následně ji udržuje. Mentální bulimie se vyznačuje opakujícími se epizodami přejídání, doprovázenými nadměrnou starostí o kontrolu tělesné hmotnosti, což vede k následnému vyvolávání zvracení nebo užívání projímadel. Touto poruchou si z biatlonového prostředí prošla například česká závodnice Gabriela Soukalová nebo Švýcarka Lena Hacki-Gross. Mezi další poruchy příjmu potravy patří například orthorexie nebo muskulární dysmorfie.

Velkou roli při vzniku těchto nemocí hrají trenéři. Způsob, jakým trenéři komunikují o hmotnosti a vedou diskuzi na toto téma, ovlivňuje vnímání sportovců. Pokud trenér klade důraz na redukci tělesné hmotnosti a diety, může docházet k nevhodným stravovacím návykům u sportovců, a to ve snaze vyhovět jeho požadavkům. Trenér také hraje klíčovou roli při utváření vnímání normality a určování jejích hranic v oblasti duševního zdraví. V trenéřské roli je proto důležité dávat pozor na výroky typu: „Zhubni, měl bys dát tři kila dolů.“

Tato slova, stejně jako ironické poznámky nebo posměšné úšklebky, mohou pocházet nejen od trenérů, ale i od okolí a negativně ovlivnit vnímání vlastního těla a duševní pohodu sportovce. V anamnéze poruch příjmu potravy se téměř vždy objevuje nespokojenost s vlastním tělem a frustrace z jeho vzhledu, často doprovázená posměchem či negativními komentáři ze strany okolí. V největším ohrožení jsou tedy mladí sportovci, na jejichž výkonnost a postavu je kladen velký důraz.

### 3. Sport

Sekot (2003, s. 15) uvádí: „*Sport jako institucionalizovaná pohybová aktivita vyžadující systematické fyzické úsilí účastníků motivovaných zvýšením celkové kondice, osobním prožitkem či cíleným výsledkem nebo výkonem.*“ Podle jiných definic můžeme za sport považovat veškeré způsoby na úrovni pohybové činnosti, které přináší pozitivní účinky po tělesné i duševní stránce člověka, ať už prostřednictvím organizovaného sportu, nebo v rámci vlastního volného času. Vede k rozvoji společenských a mezilidských vztahů. Sportem lze vnímat každou hru, ať už jde o zápas se sebou samým, nebo o zápas s někým jiným. Sport může být přesně strukturovaný, dle daných pravidel a zásad fair play, ale i nahodilý, kdy člověk provádí aktivity, které sám uzná za vhodné. Výstupem sportovní aktivity není pouhé zdánlivé vítězství, ale pocit štěstí z pohybu, radosti ze setkání s přáteli, posílení sebe samého po zdravotní stránce, zocelení fyzické a psychické odolnosti nebo příjemný pocit únavy, který přichází po samotném výkonu (Sekot, 2003, s. 10–20). Sport se dá z určitého pohledu vnímat jako sociální fenomén, který ukazuje strukturu a fungování vztahů sociálního života v daném státě, společnosti a době. Existuje široká škála možností sportovního zařazení – od sportů, kdy sportovci bojují nepřímě a o jejich výsledku rozhoduje bodování, jako například ve skocích na lyžích, dále sporty, kdy jedinci bojují proti sobě, ale ne v přímém boji, jako v biatlonu, ale také sportovní boje, kde proti sobě stojí sportovci v přímém styku, příkladem může být lední hokej. Lze jej považovat za jedinečnou a zároveň specifickou lidskou aktivitu, v které je od ostatních činností velmi podstatná sociální dynamika prolínající se se sociálními důsledky. Na jedné straně tedy stojí institucionalizovaná pohybová aktivita, která vede k vylepšení celkové kondice, na druhé straně pak osobní prožitek sdílený s ostatními sportovci.

#### 3.1 Dělení sportu

Sport lze dělit podle různých hledisek, která odrážejí jeho charakter, organizaci, cílovou skupinu či společenskou funkci. Níže jsou uvedena nejčastější rozdělení sportu podle vybraných kritérií:

- rekreační x výkonnostní x vrcholový x elitní
- soutěžní x nesoutěžní
- masový x alternativní
- divácky populární x stojící na okraji diváckého zájmu
- silně medializovaný x slabě medializovaný

- mužský x ženský
- prestižní x neprestižní
- vysoce materiálně výnosný x nevýnosný
- profesionální x amatérský x poloprofesionální
- individuální x týmový
- olympijský x neolympijský
- silový x vytrvalostní
- kontaktní x branný x technický
- intelektuální x silový
- dlouhodobě pěstovaný x časově omezeně pěstovaný (Sekot, 2003, s. 16)

### **3.2 Historie sportu**

#### Pravěk (cca. 2,5 mil. let – cca. 4000 let př. n. l.)

Pohyb byl a stále je nedílnou součástí lidské existence a kvalita života byla zcela závislá na úrovni pohybových schopností jedince. Individuální nedostatky ho přirozeně nutily ke spoléhání se na ostatní a vytváření kolektivních skupin (Grexa, Strachová, 2016, s. 17–21). V rámci antroposociogeneze probíhal vývoj člověka především jako přírodní proces současně s procesem sociálně-kulturním. Tento vývoj se v různých částech světa odehrával odlišným způsobem. Vznik tělesných aktivit byl ovlivněn třemi propojenými faktory, přirozenými instinkty, prací a intelektem. Tělesná cvičení pak byla podmíněna dalšími třemi hlavními faktory, cíleným vykonáváním pohybů nezbytných k přežití, jejich následnou abstrakcí a postupnou kultivací v rámci volnočasových a nepracovních aktivit. Především tělesné herní rituály zastávaly socializační funkci. Do tělesných aktivit v pravěku se řadí chůze, běhy, skoky, hody, vrhy, plavání, zápasy nebo tance, které byly prakticky vždy s něčím spojené (obřadní, lovecké, válečné, plodnosti). Zcela nejzásadnější je ale pro toto období pohyb realizovaný v rámci snahy o přežití, který tvoří základní předpoklad vzniku tělesných cvičení.

#### Starověk (4000 př. n. l. – 476 n. l.)

Na rozdíl od pravěku nebyla tělesná cvičení, soutěže, hry a tanec dostupné všem. Přístup k nim byl omezen a probíhala jistá diskriminace – zejména pro otrocky, neplnoprávné občany a ve většině případů i pro ženy. Důležitou roli v tomto období sehrávala vojenská příprava, hlavním cílem bylo vycvičit fyzicky zdatné vojáky, kteří uměli efektivně zacházet se zbraněmi. K tomuto období patří také pravděpodobně první

sport, kterým byl zápas (Grexa, Strachová, 2016, s. 24–49). Vznikaly první teorie sportu se systematickými výchovnými a gymnastickými systémy, které byly zaváděny i do školní výchovy, zároveň se pořádaly pravidelné soutěže (nej důležitější byly olympijské hry), budovaly se sportovní objekty, jako stadiony nebo amfiteátry. Snad nejvýznamnějšími byli starověcí Řekové. Ti uvedli sport na systémovou součást života. Přišli s ideálem kalokagathie, který ve starověkém Řecku symbolizoval ideál dokonalé harmonie mezi tělesnou a duševní krásou.

#### Středověk (476 – 1640)

V tomto období se společnost skládala z feudálů, měšťanů a prostého lidu, přičemž každá z těchto vrstev měla svou specifickou kulturu, včetně odlišných forem tělesné výchovy a pohybových aktivit. Tělesná cvičení, hry a zábavy probíhaly ve třech hlavních rovinách: vojenské, která se týkala šlechty a měšťanů, zábavně-herní, zaměřené na volnočasové aktivity, a pracovní, které se věnovali poddaní a měšťanský lid. Rozvoj tělesné výchovy a sportu byl především ovlivněn negativním postojem křesťanské církve, ale také přirozenou lidskou potřebou pohybových aktivit. Nejvíce systematická tělesná příprava ve středověku probíhala u feudálních bojovníků v rámci rytířské výchovy, která se však zaměřovala především na fyzickou zdatnost a opomíjela rozumový rozvoj. V pozdním středověku došlo k obnovení školské tělesné výchovy, rozvoji teorie sportu a formování moderních sportovních disciplín a her (Grexa, Strachová, 2016, s. 66).

#### Novověk (1640 – současnost)

Moderní sport se začal formovat na přelomu osmnáctého a devatenáctého století především v anglických internátních středních a vysokých školách (Grexa, Strachová, 2016, s. 72–128). Nejprve kladlo osvětenství důraz na vzdělání a výchovu, v které dominovala i pravidelná tělesná výchova. Později, v období kapitalismu, vznikaly tělovýchovné systémy nejen v Anglii, ale také v Německu, Švédsku nebo Francii. Funkce tělesné výchovy a sportu se rozšířily o zdravotní, ekonomické a politické principy, přičemž výrazně vzrostl význam jejich výchovné a vzdělávací role. Do škol byla zavedena povinná tělesná výchova a začaly vznikat první specializované tělovýchovné organizace zaměřené na mládež, ženy a dělnickou třídu.

V následujícím období v důsledku technického a civilizačního pokroku, vojenských konfliktů a mezinárodního napětí, nabývalo vzdělání a výchova, včetně té

tělesné, na stále větším významu. Sport pokračoval v dynamickém rozvoji a postupně se stal významným ekonomickým faktorem. Vše, včetně začlenění sportovních her do školních osnov tělesné výchovy, vyústilo v obnovení OH jako nejprestižnější světové sportovní události. Kromě školní tělovýchovy přibývaly i autonomní mládežnické organizace. Pokračoval také rozvoj sportovních věd – už na konci devatenáctého století vznikaly první vysoké školy zaměřené na tělovýchovu.

Další vývoj na nějakou dobu zpomalila válečná a meziválečná období. Po roce 1946 začalo období studené války, charakterizované soupeřením dvou odlišných politických systémů: kapitalistického a socialistického. Toto napětí přetrvalo až do roku 1989. Vše vedlo ke znevýhodnění některých států, které se následně nemohly zúčastnit OH. S rokem 1989 se sport definitivně etabloval jako součást ekonomiky a sportovní činnost se stala plnohodnotným povoláním. Zároveň výrazně vzrostla úroveň státních zásahů a podpory v oblasti sportu. Od tohoto roku do současnosti řeší sportovní, ale především mezinárodní olympijské hnutí mnoho zásadních problémů, jako jsou doping, korupce nebo hrozby teroristických útoků.

### **3.3 Rozdělení rekreačního a výkonnostního sportu**

#### Rekreační sport

Běžně dostupný a rozmanitý, zahrnuje širokou škálu různých pohybových činností (Dovalil a kol., 2004, s. 14–15). Mnoho aktivit dokonce nesplňuje požadavky na sportovní činnosti. Rekreačního sportu se účastní lidé všech společenských vrstev a věkových kategorií. Jedná se o volnočasovou aktivitu, která je spontánní a může mít různou míru systematičnosti. Obvykle rekreační sportovci neusilují o významné sportovní výkony ani o společenské uplatnění skrze sport (Čechák, Linhart, 1986, s. 101–104). Motivem ke sportování totiž často není dosažení konkrétního výkonu, ale spíše snaha osvojit si či naučit se specifickou sportovní dovednost. Tudíž je v popředí především radost z pohybu a zábava v příjemném přírodním a sociálním prostředí.

Dalším důvodem může být také snaha o udržení nebo zlepšení fyzického i psychického zdraví a celkové kondice (Dovalil a kol., 2004, s. 15). Dále rekreační sport napomáhá rozvíjet sociální vztahy, posilovat vůli a přispívat k celkovému osobnostnímu rozvoji. Právě sociální vztahy jsou v rekreačním sportu zásadní, jelikož funguje jako prostředek k navazování společenských kontaktů a zároveň jako součást relaxace, zábavy

a odreagování (Čechák, Linhart, 1986, s. 101–102). S rostoucí intenzitou rekreačního sportování se obvykle prohlubují také přátelské vztahy mezi sportovci. Taktéž přispívá ke zdravému způsobu života.

Rekreační sport probíhá často v rámci organizovaných klubových forem, ale i komerčně poskytovanými službami a neformálními, individuálními aktivitami. Vzhledem k společenskému významu tohoto druhu sportovního vyžití se na zajištění podmínek podílí nejen stát, ale také samosprávné orgány, občanská sdružení, sponzoři a další subjekty na místní úrovni (Dovalil a kol., 2004, s. 15). Člověk věnující se rekreačnímu sportu obvykle tráví volný čas i dalšími nespportovními aktivitami. Jeho časové možnosti mu umožňují aktivně se zapojovat i do jiných zájmových činností (Čechák, Linhart, 1986, s. 124).

### Výkonnostní sport

Jedná se o zájmovou aktivitu ve sportovních klubech, která je víceméně přístupná všem, často ve volném čase. Je charakteristická organizovaností a pravidelnými soutěžemi, které jsou řízeny sportovními svazy. Svým obsahem a formou nejlépe splňuje kritéria definující sportovní činnosti (Dovalil a kol., 2004, s. 15). Klade výrazně vyšší časové, materiální i finanční nároky než rekreační sporty (Čechák, Linhart, 1986, s. 112–124). Výkonnostní sport by měl být dominantní zájmovou činností v životě jedince. Svou funkcí patří k nejefektivnějším způsobům formování člověka, vyznačuje se vědomou snahou o sebezdokonalování, rozvoj fyzických i duševních schopností a zvyšování výkonnosti v konkrétním sportu (Dovalil a kol., 2004, s. 15). Oproti rekreačnímu sportu zásadně ovlivňuje celý způsob života (Čechák, Linhart, 1986, s. 112–123), napomáhá utvářet morálně volní vlastnosti, jako například vytrvalost, systematičnost nebo cílevědomost, které jsou následně předpokladem pro řešení sportovních, ale zároveň i pracovních či běžných životních situací.

Zvláštní význam má především rozvoj výkonnostního sportu u mládeže. Výkonnostní sport tak slouží jako významný nástroj, často klíčový, nebo dokonce rozhodující, při formování mladého jedince. Organizuje se do věkových a výkonnostních kategorií, přičemž postup do vyšší úrovně odpovídá motivaci sportovců neustále zlepšovat své výkony, jak v rámci tréninku, tak v rámci účasti na soutěžích (Dovalil a kol., 2004, s. 15). Výkonnostní sport je úzce spjatý s následující vyšší sportovní úrovní, kterou je sport vrcholový, jemuž připravuje zázemí

(Čechák, Linhart, 1986, s. 112). Ten je považován za nejvyšší úroveň výkonnostního sportu. Představuje přirozené vyvrcholení a pokračování všech předchozích etap výkonnostního sportu. Jedná se o činnost, která přesahuje rámec volnočasové aktivity a je selektivní na základě talentu a tréninkových možností. Ve vrcholovém sportu jsou sportovci pečlivě vybíráni, jejich režim se přizpůsobuje nárokům sportu a tréninku a jsou pro ně vytvořeny speciální podmínky i specifický společenský status (Dovalil a kol., 2004, s. 15).

## 4. Biatlon

### 4.1 Historie biatlonu

Úplné počátky biatlonu vycházejí ze zajištění přežití, konkrétně z lovu a vojenské činnosti. Při těchto aktivitách byl prakticky vždy v přírodních podmínkách využíván běh či jiná forma pohybu, po němž následovala střelba v rámci fyzického zatížení. K tomu, aby se propojení těchto dvou činností začalo vnímat jako sportovní disciplína, došlo až na přelomu devatenáctého a dvacátého století. Mezi první náznaky biatlonu patří takzvané závody vojenských hlídek, které se konaly na hranicích Norska (Kašper, 2006, s. 7). Tyto závody byly úzce spjaty s vojenstvím a ochranou státních hranic (Trojan, 2014, s. 5). Předchůdcem biatlonu byly rovněž například branné závody. Je možné rozlišit dvě vývojové fáze tohoto sportovního odvětví – první představoval velkorázný biatlon, druhou pak biatlon malorázný.

Velkorázný biatlon byl výrazně odlišný od jeho současné podoby. Střílelo se na čtyři různé vzdálenosti, a každé závodíště tak muselo být vybaveno čtyřmi typy střelnic (Kašper, 2006, s. 9). Střelba probíhala na sklopné figuríny, nafukovací balonky či papírové terče (Trojan, 2014 s. 10). Závody vojenských hlídek byly součástí Zimních olympijských her již v roce 1924 v Chamonix, avšak pouze jako neoficiální doprovodný program (Cícha, 2016, s. 6). Oficiální vznik biatlonu se datuje k roku 1958, kdy se uskutečnilo první mistrovství světa v rakouském Saalfeldenu (Kašper, 2006, s. 8). Olympijský debut biatlonu následoval v roce 1960 na Zimních olympijských hrách ve Squaw (Cícha, 2016, s. 6). V této době se stále jednalo o první vývojovou fázi se zaměřením na velkoráznou zbraň, která zvýhodňovala závodníky z řad ozbrojených složek, například závodníky z armády, policisty nebo celní strážníky. Pro civilního člověka byl tento sport nedostupný a už vůbec nebyl konstruovaný pro ženské závodnice (Kašper, 2006, s. 10).

Velkorázný biatlon stál u zrodu několika disciplín, tou první byl vytrvalostní závod, hovoříme o něm také jako o závodě individuálním. Druhou vzniklou disciplínou byl štafetový závod. Následně přibyla třetí disciplína, a to rychlostní závod neboli sprint. Postupně přibývaly požadavky na změnu velkorázného biatlonu na malorázný. Na mistrovství světa v italské Anterselvě v roce 1975 se konal kongres Mezinárodní federace moderního pětiboje a biatlonu, který se zaměřil právě na otázku ráže zbraně. Přejít na maloráznou zbraň by umožnil širší mezinárodní rozvoj biatlonu

(Trojan, 2014, s. 54–57). Významným mezníkem byly Zimní olympijské hry v rakouském Innsbrucku v roce 1976, kde kongres většinově rozhodl o přechodu na malorážný biatlon. V roce 1977 velkorážný biatlon oficiálně skončil.

Malorážný biatlon přinesl řadu změn a postupně se vyvíjel do své současné podoby. V roce 1978 vznikl Světový pohár v biatlonu, který funguje dodnes (Kašper, 2006, s. 28). V roce 1984 se v rámci mistrovství světa v Chamonix začaly účastnit i ženy a ve stejném roce byly zavedeny kovové mechanické terče. Významným mezníkem byl rok 1993, kdy byla založena Mezinárodní unie biatlonu (IBU). Pokračoval také vývoj disciplín, tentokrát to byla disciplína navazující na tu předchozí, stíhací závod. O rok později byl program rozšířen o závod s hromadným startem. V novodobé historii byly přidány další disciplíny, jednou z nich byla smíšená štafeta, druhou pak závod smíšených dvojic.

## **4.2 Vývoj biatlonu v České republice**

Za základem biatlonu v českém prostředí stojí Karel Buchta, který se po návratu z první světové války začal věnovat organizaci zimních lyžařských výcviků. Ty se konaly například ve Vysokých Tatrách, na Šumavě nebo ve Vysokém nad Jizerou. V těchto místech se také objevovali první českoslovenští závodníci v takzvaných závodech vojenských hlídek (Trojan, 2014, s. 9–29). Biatlon byl na území naší republiky oficiálně uznán v roce 1960, kdy byl Svazarmem přijat pod jeho záštitu a zařazen mezi masové branné sporty. V témže roce se konaly první závody označované jako biatlon na Pradědu v Jeseníkách (Cícha, 2016, s. 9–11).

Češi usilovali o mezinárodní prosazení střelby z malorážné zbraně, účasti žen v soutěžích, které se biatlonu v českém prostředí věnovaly již od stejné doby jako muži, a stejně tak i o zavedení žákovských, dorosteneckých a juniorských kategorií. Průkopníkem těchto snah byl Zdeněk Kašpera, jehož zásluhou se v Československu začalo střílet s malorážnou zbraní již od roku 1967, přibližně o deset let dříve než v zahraničí. V roce 1965 se poprvé českoslovenští muži zúčastnili mistrovství světa ve velkorážném biatlonu, i když bez výraznějších výsledků (Trojan, 2014, s. 37–87). První medaili pro československý biatlon získal Jan Matouš ve vytrvalostním závodě na mistrovství světa v americkém Lake Placid, jednalo se o bronzový cenný kov. Nebyl to jeho jediný úspěch, z mistrovství světa v roce 1990 získali stříbrnou medaili ze závodu družstev společně se svými kolegy (Cícha, 2016, s. 9). Další významný úspěch následoval brzy a tentokrát se

o něj postarala žena. Jiřina Adamičková v témže roce zvítězila opakovaně v závodech světového poháru a stala se jeho celkovou vítězkou (Trojan, 2014, s. 90–95). O tři roky později nastal další významný mezník. Na mistrovství světa v bulharském Borovci získala česká ženská štafeta zlatou medaili. Šlo o vůbec první zlatou medaili z mistrovství světa pro český biatlon.

### **4.3 Novodobý a současný biatlon v České republice**

Ačkoliv došlo k dalším sportovním úspěchům, jako například ke stříbrné medaili Zdeňka Vítka na mistrovství světa v roce 2003, v témže roce ke zlaté a bronzové medaili Kateřiny Holubcové (Trojan, 2014, s. 119–136), ke zlaté medaili Romana Dostála a také úspěchům Michala Šlesingera a Jaroslava Soukupa na pozdějších mistrovstvích světa, zásadní zlom v českém biatlonu nastal až díky mistrovství světa v roce 2013, které se konalo v novoměstské Vysočina Aréně a které bylo pro český tým velmi úspěšné, co do sportovní výkonnosti i vysoké divácké účasti (Cícha, 2016, s. 5).

Nejlepší výsledek nastal již v první závodní den, kdy smíšená štafeta ve složení Veronika Vítková, Gabriela Soukalová, Jaroslav Soukup a Ondřej Moravec získala bronzovou medaili (Trojan, 2014, s. 137). Druhý velký milník nastal ve dnech od 7. - 23. února 2014 v ruském Soči. Tyto dny se výrazně zapsaly do historie českého biatlonu. Historicky první českou olympijskou medaili získal pro český biatlon hned druhý závodní den Jaroslav Soukup, který ve sprintu získal bronzový cenný kov. Další medaili, tentokrát stříbrnou, vybojoval Ondřej Moravec ve stíhacím závodě. Stejný závodník rozšířil svou sbírku i o bronzovou medaili v závodě s hromadným startem. Ženy se své medaile dočkaly až v posledním individuálním závodě, tedy v závodě s hromadným startem, kde stříbrnou medaili získala Gabriela Soukalová.

S největšími očekáváními odjížděla na olympijské hry smíšená štafeta, která ve složení Veronika Vítková, Gabriela Soukalová, Jaroslav Soukup a Ondřej Moravec tato očekávání naplnila a získala stříbrnou medaili. Následně byla ženské štafetě přiznána bronzová medaile z důvodu dopingu ruských závodnic. Z této olympiády Česká republika získala tři stříbrné a tři bronzové medaile. Mezi klíčové postavy tohoto úspěchu patřili Gabriela Soukalová, Veronika Vítková, Jaroslav Soukup, Ondřej Moravec a také trenéři reprezentace Jindřich Šikola a Ondřej Rybář (Trojan, 2014, s. 147–152).

Po olympijských úspěších přicházela řada dalších významných umístění, která ukazovala, že Česká republika patří mezi biatlonovou elitu. Tím největším se stal zisk

Velkého křišťálového glóbu pro vítězku celkového pořadí světového poháru, který v sezóně 2015/16 získala Gabriela Soukalová. Česká výprava rozšířila svou medailovou sbírku i na mistrovství světa ve finském Kontiolahti v roce 2015 (jednu zlatou, dvě stříbrné, jednu bronzovou medaili), a rovněž na mistrovství světa v rakouském Hochfilzenu v roce 2017 (jednu zlatou, dvě stříbrné, jednu bronzovou medaili). Po vydařených mistrovstvích světa se po čtyřletém cyklu opakovaly v roce 2018 zimní olympijské hry, tentokrát v Pchjongčchangu, a i zde česká biatlonová výprava získala cenné kovy (jedno stříbro, jeden bronz). Po této zlaté éře českého biatlonu nastal menší útlum, ale i přesto jsme se v biatlonovém světě neztratili. Důkazem je mistrovství světa v roce 2020 v italské Anterselvě, kde získala svou první velkou medaili Lucie Charvátová, ke které se později přidal úspěch smíšené štafety. O získání cenného kovu na mistrovství světa 2021 v ruském Ľumeni se postarala Markéta Davidová, která získala zlatou medaili. Posledním velkým úspěchem týmu na mistrovství světa byla stříbrná medaile smíšené štafety ve švýcarském Lenzerheide v sezóně 2024/2025.

## **5. Faktory ovlivňující sportování mládeže**

Sport plní v lidském životě klíčovou roli a přispívá k rozvoji osobnostních vlastností a celkového životního stylu (Sekot, 2003, s. 57).

### **5.1 Socializace**

Socializace sama o sobě je procesem, kdy si jedinec osvojuje postoje, hodnoty a způsoby chování, které odpovídají kultuře, ve které se pohybuje. Jedná se o aktivní proces vývoje jedince v rámci výchovy, vzdělávání a sociálního rozvoje, během kterého přebírá sociální role. Tento proces probíhá po celý život – začíná osvojováním základních hodnot, pokračuje vytvářením pevných sociálních vztahů a přejímáním nových životních vzorů.

V rámci sportu se nedá opomíjet pohlaví dítěte. U chlapců se až na výjimky očekává mužský ráz, který bude naplňován tvrdostí, vytrvalostí, ale i určitou chladnokrevností v rámci sportovního boje. Chlapci, kteří vykonávají sport, získávají ve svém okolí vysoký osobní kredit. Už z historie lze sport v případě chlapců obecně považovat za neopomenutelnou součást vývoje dozrávání v muže. Dívky mají převážně opačný úděl – při sportování se očekává něžnější chování. Nedostává se jim ani tak vysokého osobního kreditu jako v případě chlapců. Své uznání získávají častěji díky stránce sociálních dovedností a školního prospěchu (Sekot, 2003, s. 57–61). Nevýhodou a určitým problémem v socializaci v rámci sportu je fakt, že přechod ke sportovní specializaci přináší dětem pocity profesionálního přístupu, kdy se od brzkého věku soustřeďuje především na své výkony a touží po vítězství, což může vést k opomíjení principů fair play a radosti ze samotného sportování.

#### **5.1.1 Socializace ve sportovním klubu**

Sportovní klub nebo kterékoliv jiné místo, kde se jedinec schází se zbytkem kolektivu se stejným zájmem, je důležitým místem pro proces socializace. Ta je zde často orientována na výchovu, navazování mezilidských vztahů a rozvoj schopností, které sportovci využijí jak na sportovní scéně, tak i v běžném životě. Velmi často se zde budují silné sociální vztahy a vazby (Sekot, 2003, s. 70).

#### **5.1.2 Socializace v rámci zájmového rekreačního a výkonnostního vrcholového sportu**

V socializaci, která probíhá v rámci rekreačního sportu a výkonnostního vrcholového sportu, jsou viditelné odlišnosti. Obě varianty sportování poskytují rozdílné zkušenosti, ale i praktické dopady v rámci běžného života.

**Výkonností vrcholový sport** je založený na výkonu, který se chápe jako využití veškerých sil, rychlosti, překonání soupeře, posouvání svých osobních hranic, čímž mohou být osobní rekordy, a hranic lidských možností, jako jsou rekordy v rámci klubového, republikového nebo světového měřítka. Výsledkem má být zisk úspěchu, kterým je vítězství závodu, soutěže nebo mistrovský titul. K dosažení takových výsledků musí jedinec vytrvale systematicky tvrdě trénovat, být připravený na možnou bolest a narušení psychického i fyzického zdraví, ale také musí být schopen obětovat své ostatní aktivity a zájmy. Lidské tělo je považováno jako prostředek k výkonům, které budou vytvářet a překonávat stávající rekordy. Ve výkonnostních klubech se více než na mezilidské vztahy klade důraz na hierarchickou, autoritativní strukturu, v níž jsou všichni sportovci na stejné úrovni podřízeni svým trenérům, kteří se dále zodpovídají majitelům sportovních klubů. Mezi hlavní zásady patří fakt, že všichni sportovní soupeři jsou vnímáni jako nepřátelé, které je zapotřebí překonat.

**Zájmový rekreační sport** si klade za cíl zcela jiné výstupy. Je soustředěn především na aktivity ve volném čase jedince, do lidského života vnáší odpočinek, radost, zábavu, rozvoj mezilidských vztahů (Sekot, 2003, s. 62–64). Účast není určena pravidelnými tréninky, kde je vynechání jistým způsobem trestáno, ale je zcela dobrovolná. Je vnímán jako aktivita volného času, při které se schází lidé, kteří mají zájem o stejnou fyzickou aktivitu a navazují vzájemné mezilidské vztahy společně se zapojením vlastního těla. V tomto sportovním odvětví nejde ani tak o výsledek, jako spíše o radost, která je s danou činností spojená. Důkladnost je přikládána především osobnímu projevu, prožitku, zlepšování zdravotního a fyzického stavu nebo vzájemnému pochopení mezilidských vztahů, které spočívají především v podpoře hráčů svého i druhého týmu. Interpersonální vztahy, tedy vztahy mezi lidmi, jsou v rekreačním sportu založené na soutěžení, při němž protihráči nejsou vnímáni jako soupeři, které je nutné porazit, ale spíše jako partneři umožňující vzájemné otestování vlastních schopností a dovedností. V jistých okamžicích může mít náznaky soutěživosti a boje, ale hlavním záměrem jsou pozitivní mezilidské vztahy a radost, které přichází v průběhu a po sportovních aktivitách. Za nejlepší výsledek se nepovažuje výhra a zisk titulu, ale tělesné aktivity, které dodávají jednotlivci štěstí, jež se projevuje v pocitu pohody po tělesné i duševní stránce. Rekreační sport není založený na autoritativním přístupu, dochází k demokratickému přístupu, kdy mezi skupinou nastává vzájemná kooperace a jedinci jsou si rovni.

### **5.1.3 Socializační rozdíly týkající se sportujících a nespportujících**

Samotný sport je prostorem, kde dochází k socializačním zkušenostem, je tomu tak díky možným různostem, které přináší, a dochází tak k variabilitě socializačních procesů. K socializaci dochází především v týmových sportech, kdy mezi sebou jednotlivý hráči musí kooperovat, ale i v klubech, které jsou založené na výkonech jednotlivce, jelikož musí v rámci tréninků respektovat své trenéry a ostatní členy (Sekot, 2003, s. 58–63).

Sport buduje v jednotlivci vlastní sebedůvěru. Aktivní sportování je především pro děti a dospívající určitou potřebnou jistotou, která se mění v průběhu lidského života s příchodem pracovních příležitostí nebo zakládání vlastní rodiny. Zároveň učí člověka prožívat sociální mezilidské vztahy, které jsou ovlivněny i sociálními a kulturními aspekty sportovní participace neboli zapojením jednotlivce do skupiny. Osoby, které začínají sportovat nebo už sportují, jsou od počátku svou povahou odlišní od osob, které nespportují, z toho důvodu je velmi obtížné nalézt charakterové rysy, které by byly budovány až při samotném sportování. Samotný sport tedy není důvodem zvláštních odchylek v povahových rysech, postojích nebo chování. I v jiných odvětvích, kterými může jednatlivec trávit například svůj volný čas, můžeme nalézat podobné socializační rysy jako ve sportu.

### **5.1.4 Význam aktivního sportu pro děti a mládež**

Pro děti a dospívající je sportovní činnost důležitým aspektem v jejich životě, jelikož díky silným socializačním účinkům dodává každému jedinci mnoho osobních a společenských přínosů. K formování sportovní orientace dítěte je ale bezpodmínečně nutné působení sociálního prostředí. Prvotním prostředím je rodina, která by měla být správně fungující a úplná. Právě v rodinném prostředí často dochází k prvním sportovním zkušenostem.

Ideálním věkem po začátek systematické sportovní činnosti je věk kolem osmého až desátého roku života. Důležité jsou ale i sportovní okamžiky v letech předchozích, kdy rodiče učí dítě mít vztah ke sportu a budují v dítěti pocit toho, že je sportování užitečnou činností. Čím větší mají rodiče zájem o sport, tím více chápou sport jako důležitou a hodnotnou činnost dětí. Raná fáze jedincova života by tedy měla být soustředěna především na budování sportovní všestrannosti. Až v budoucích letech se pak formuje jednostranná sportovní specializace. Rodina by měla také navazovat na práci sportovního klubu a pomáhat umocňovat v dítěti jeho sportovní aktivitu a zájem. Ať už aktivním způsobem, kdy s dítětem vykonává sportovní činnosti, nebo pasivním způsobem, kdy

dítěti plní jeho sportovní přání v rámci návštěvy sportovních událostí jeho vzoru či oblíbeného týmu nebo nákupem jeho vysněné výbavy (Sekot, 2003, s. 99).

## **5.2 Rodina**

Rodina je klíčovou a primární složkou v budování vztahu dítěte ke sportu, protože její podpora, motivace a zapojení do sportovních aktivit vytváří základ pro pozitivní vnímání pohybových aktivit a rozvoj sportovních dovedností. Celá participace neboli zapojení dětí a mládeže je velmi formována oporou blízkých, jako jsou právě rodinní příslušníci, ale i přátelé, nebo životní sportovní vzory, ve kterých se jedinec zhlíží (Sekot, 2003, s. 57–95). Rodiče jsou ti, kteří pomáhají budovat postoje ke sportovním aktivitám, také se podílejí na aktualizaci emocionality ve sportu, čímž se rozumí veškeré pozitivní prožívání, jako je radost, i negativní prožívání, mezi které patří umět se vcítit do emocí, kterými je smutek, zklamání, agresivita, hněv. V budování vztahu ke sportu je důležité vzdělání rodičů dítěte, a také to, jestli oni samotní vykazují aktivní sportovní zkušenosti.

### **5.2.1 Pohled rodiny na sportování jednotlivých pohlaví**

V rámci rodiny jsou ve sportovních činnostech děvčata výrazně více usměrňována a rodiče na ně více dohlížejí. Nedá se ale říct, že by dívkám sport zakazovali. Spíše nad nimi mají „ochranářskou ruku“, která v určitém ohledu dívky v jejich aktivitách omezuje. V prvotních momentech se od děvčat neočekává možná budoucí profesní kariéra, také nejsou vnímány tak silné socializační významy. Chlapci jsou v mnohem větším měřítku ve vykonávání sportovních aktivit a fyzické samostatnosti podporováni (Sekot, 2003, s. 58–94). Především synové jsou povzbuzováni v tom, aby se ztotožňovali s populárními profesionálními sportovci, kteří jsou medializováni. Do aktivní sportovní činnosti pronikají v mnohem útlejším věku než dívky, s přibývajícím věkem pak sami poznávají výhody, které sportovní činnost přináší. Ve sportu jsou podporováni v rámci rodiny, kamarádů a trenérů. V případě chlapců je sport chápán jako nedílná součást vývoje, kdy se chlapci stávají muži. Pohlaví tedy hraje ve vnímání sportovní aktivity důležitou roli z pohledu rodičů. Je tomu tak ale i u samotných dětí, kdy můžeme vidět odlišné faktory u každého pohlaví. Chlapci velmi často inklinují ke sportu ve chvíli, kdy jsou sportovně aktivní oba rodiče, především ale vzhlíží k otci. Otec je tedy často prvním jedincem, který chlapce po sportovní stránce ovlivňuje. Druhotnými jsou pak především jejich vrstevníci. I v rámci dospívání jsou chlapci ti, kterým vykonávání sportovní činnosti zvedá určitý sociální status. V případě dívek se větší pozornost vztahuje k jejich

matkách, v kterých vidí své první vzory. Dívky bývají mnohem častěji ovlivněny názory svých vrstevníků, jak ve škole, tak ve sportovním klubu a až s rostoucím věkem se dokážou více samy rozhodovat o zapojení se do sportovních aktivit. V dalších obdobích jejich sportovní směřování v obou případech formují životní vzory, které hledají v celebritách a ve svém okolí, ale i trenéři, kteří je často směřují v jejich budoucnosti. Celkově rodina, především rodiče, výraznějším způsobem projevují pozornost k rekreačnímu sportu. U výkonnostního sportu přichází v prvotních okamžicích nadšení nejprve nejčastěji od otců nebo dědečků, kteří většinou sami vyzkoušeli sport na vyšší než rekreační úrovni.

### **5.3 Trenér**

Role trenéra spočívá v organizaci a vedení celého tréninkového procesu sportovce (Jansa a kol., 2020, s. 165–166). Jeho činnost není pouze činností praktickou, i když interakce trenéra se svými svěřenci je zásadní, musí také splňovat činnost teoretickou. Nejdůležitější v teoretické části je trenérovo vzdělání, zkušenosti a schopnosti. Po důležitosti teoretických znalostí z konkrétního sportu by měl ovládat na dostatečné úrovni sociální schopnosti (Adam, 2019, s. 110). Trenérství obdobně jako učitelství tělocviku plní úlohu vyučovacího procesu, kdy má trenér na starosti oblast vzdělávací spojenou s výchovnými úkoly (Jansa a kol., 2020, s. 167).

#### **5.3.1 Úkoly a funkce trenéra**

Mezi nejzákladnější úlohu trenérské činnosti patří rozvoj fyzické zdatnosti svých svěřenců. Důležitý je také teoretický rozvoj, pod který spadá rozšiřování vědomostí o sportu a sportovním životě (Jansa a kol., 2020, s. 168–169). Vede jedince k utváření potřebných návyků, jako je například životospráva, nebo usměrňuje mezilidské vztahy v dané sportovní skupině (Jansa a kol., 2020, s. 169). V kolektivu by díky němu měla být příjemná atmosféra, vzájemné porozumění a pochopení (Perič, 2008, s. 107).

Pro zahájení trenérské kariéry nestačí pouze pozitivní vztah k sportovním činnostem ani absolvování krátkodobého kvalifikačního školení. Dobrého trenéra dělá především vlastní zkušenost se sportem a zájem o obor. Podstatné je to, aby měl budoucí trenér vysokou úroveň v interakčních aktivitách, protože jde především o práci s lidmi. Měl by umět dominovat v schopnosti své svěřence poznávat, vést s nimi rozhovory, řídit jejich činnost a vést je konkrétním sportem. Obecně by ho práce založená na lidských

vztazích a nekonečných interakcích neměla znepokojovat nebo stresovat, ale naopak mu přinášet uspokojení a práce by ho měla bavit (Jansa a kol., 2020, s. 171–173).

Neplní pouze roli trenéra, ale také roli instrukční, která spočívá ve vedení tréninku, roli стратега obsahující doporučení taktik, roli terapeuta, která ovlivňuje tělesnou i psychickou stránku člověka, roli důvěrníka, v níž by měl chápat osobní radosti a problémy svěřenců, roli motivátora, kdy průběžně burcuje k vyšším výkonům, roli vychovatele, kdy je schopen ovlivňovat názory, postoje a zájmy jedince. Konečný výčet těchto rolí je mnohem obsáhlejší.

### **5.3.2 Typologie trenéra**

Každý trenér se vyznačuje specifickým stylem vedení. Obvykle se rozlišují tři hlavní styly vedení trenéra: autoritativní, demokratický a liberální (Perič, 2008, s. 108). V samotném tréninku by se měl vyskytovat především styl autoritativní a demokratický. Tutko a Richards (1971) vypracovali obsáhlejší typologii trenérů, která je rozlišena do pěti typů: 1. trenér autoritářský, pro kterého je důležitá poslušnost, nenavazuje přátelské vztahy, často trestá. Jeho styl vedení díky vyžadování precizního plnění úkolů přináší úspěchy, ale často není oblíbený (Svoboda, 1996, s. 65–66); 2. trenér přátelský, který je úplným opakem prvního typu. Inklinuje spíše k demokratickému stylu vedení, a proto bývá oblíbený; 3. trenér intenzivní, který by se dal považovat za podtyp prvního typu, přičemž se liší vyšší emocionalitou a méně častým trestáním. Často si vše bere příliš osobně a po svých svěřencích chce nereálné výkony; 4. trenér snadný, který vede tréninky pomocí improvizace a z ničeho nedělá problémy. Sportovci cítí volnost, nezávislost, ale často trénink není příliš efektivní; 5. trenér chladný počtář, který má vše vypočítané, je vzdělaný, ale osobně chladný, což vede k nedostatečnému zlidšťujícími vztahu k činnosti i sportovci.

### **5.3.3 Trenér a svěřenec**

K dobrému vztahu se svými svěřenci je nezbytné, aby byl trenér plný životní energie, optimismu, aby uměl dělat vstřícné kroky, byl zodpovědný, emočně stabilní a dokázal vést a motivovat. Naopak není žádoucí, aby působil přezíravě a chladně, nedokázal přijmout kritiku na svoji osobu, nedokázal být objektivní a ironizoval (Jansa a kol., 2020, s. 171). Trenér dokáže být vzor a lídr zároveň, tudíž působí na psychickou stránku člověka. Má vysokou moc motivovat, ale bohužel i demotivovat svým jednáním (Adam, 2019, s. 110–130). Upevňuje vztah jedince ke sportu, ale i vztah jedince k sobě samému, což souvisí například se sebedůvěrou a sebekontrolou. Především

díky trenérské zpětné vazbě může docházet ke kritickému prvku při budování jedincova sebevědomí. Nevhodně podaná zpětná vazba může mít nenávratné následky nejenom v daném sportu, ale také v celkovém vztahu k sportovním činnostem a především ve vztahu k sobě samému. Musí umět pomáhat a radit i v jiných oblastech než v konkrétním sportu. Často se na něj jedinci obrací například kvůli škole, vztahům mezi kamarády nebo osobním problémům. Trenér nemá neustále křičet a negativně hodnotit, naopak se má stát partnerem, který dokáže pomoci v překonávání problémů (Perič, 2008, s. 109).

#### **5.3.4 Trenér a rodič**

Po zásadním vztahu trenéra a svěřence je nesmírně důležitý i vztah trenéra a rodiče. Trenér by měl rodiče chápat jako své partnery, stejně jako rodiče trenéra (Perič, 2008, s. 109). Rodič by neměl podrážet autoritu trenéra a před dítětem zpochybňovat jeho rozhodnutí nebo přístupy. Šance na to, aby fungoval vztah trenéra se svěřencem je pak velice nízká. Rodiče by měli naopak projevovat před dítětem trenérovi důvěru a v případě nespokojeností se vždy obracet přímo na trenéra a problémy řešit jen s ním. Především v mládežnickém sportu by měli rodiče s trenéry inklinovat ke stejným cílům (Petráš, 2024, s. 114).

### **5.4 Motivace**

Motivace je vnímána jako proces určující sílu, směr a délku chování, přičemž motivace často souvisí s nedostatkem označovaným jako potřeba. Motivace obecně spočívá v maximalizaci příjemného, minimalizaci nepříjemného a udržování psychické rovnováhy (Adam, 2019, s. 8–19). Motivace působí ve třech rovinách: 1. směr, který určuje, co člověka motivuje a kam jeho činnost směřuje, 2. intenzita, která vyjadřuje sílu motivace a úsilí o dosažení cíle, 3. stálost, která odráží schopnost překonávat překážky.

Motivaci také můžeme dělit na vnější a vnitřní. Vnější motivace vychází z odměn či trestů (např. peníze, pochvala), zatímco vnitřní pramení z radosti z činnosti samotné. U lidí není vnitřní motivace jediná, ale je klíčová a neoddělitelná. Kromě vnitřní a vnější motivace existuje i pozitivní a negativní. Pozitivní motivace spočívá ve vytváření kladných zkušeností, které vedou k opakování odměněného chování. Negativní motivace naopak odrazuje od chování, které vedlo k postihu. Ve sportu zahrnuje například trenérovy tresty nebo snahu vyhnout se neúspěchu. Do vnější pozitivní motivace patří pochvala, finanční či materiální odměny, naopak do vnější negativní motivace tresty,

pokuty, urážky, vyloučení z týmu. Vnitřní pozitivní motivace plní zájem, spokojenost, odhodlání, naopak vnitřní negativní motivace obsahuje strach, vztek, nudu. Sebmotivace je schopnost motivovat sebe sama, přičemž klíčovou roli hraje vnitřní motivace. Čím více jedinec do činnosti investoval (čas, peníze), tím spíše v ní setrvá. Klíčové je emoční propojení s touto obětí. Pozitivní zpětná vazba (pochvala, uznání) pak efekt ještě posiluje. Chování řídí hlavně podvědomí.

## 6. Volnočasový a profesionální sport u dětí a mládeže

Přechod z volnočasového sportu na sport profesionální s sebou nese spoustu nových překážek a pro jedince může být velmi náročný, protože je plný nevyhnutelných změn. V dávné minulosti byl sport vnímán jen jako činnost doplňková nad rámec veškerých povinností. V dnešní době tomu tak není. Jedinec, který se rozhodne sport provozovat díky svým předpokladům na profesionální úrovni je za své výkony placen jako ve standardním zaměstnání a už samotnou vidinou peněžních zisků stoupá atraktivita této profese.

Celá sportovní kariéra se dá rozdělit do čtyř etap v daném procesu: 1. fáze evoluční, 2. fáze kulminační, 3. fáze involuční, 4. fáze adaptační. Pro okamžik, kdy dochází k rozhodování se v přestupu z rekreačního sportu na sport výkonnostně profesionální je nejdůležitější přechod z fáze první do fáze druhé. V tomto přechodu se jedinec už přímo věnuje pouze sportu, nebo se na tuto variantu do budoucna připravuje (Svoboda, 1996, s. 51–52). V evoluční fázi se jedinec s budoucími předpoklady tedy snaží o růst své výkonnosti, aby se mohl rozhodnout plně věnovat sportu ve fázi kulminační, kde usiluje o co nejdelší udržení. Jedinec, který se rozhodne sport provozovat dál na rekreační úrovni, může nadále studovat, věnovat se jiným zájmům, ale sport pro něj nikdy nebude profesí. Naopak jedinec, který směřuje ke sportu jako povolání, musí předpokládat, že se mu omezí čas na jiné činnosti, které jsou klasickou denní náplní jeho vrstevníků. Tuto krátkodobou profesi může také často vykonávat na úkor budoucího dlouhodobého zaměstnání. Fakt, že je sport pouze krátkodobou kariérou si právě mladí adolescenti rozhodující se o svých budoucích cestách často neuvědomují. Spousta z nich vidí pouze vysoký sociální status, finanční odměny, ale přehlíží vzdálenou budoucnost nebo možnost zranění. Rozhodnutí věnovat se konkrétnímu sportu profesionálně je rozhodnutím celoživotním, nikoliv pouze pro období aktivního sportování. S tvorbou identity vrcholového sportovce ale nadále neoddělitelně souvisí přirozený vývoj jedince, který je specifiky vrcholového a výkonnostního sportu ovlivněn. Jedinec tráví čas odlišným způsobem než jeho vrstevníci – ať už v rámci vzdělávání a školních povinností, kdy má často individuální studijní plány, tak i z hlediska skupiny lidí, kteří ho obklopují, protože na rozdíl od ostatních tráví většinu času pouze v dané sportovní skupině (Štěrbová, Pernicová, Krol, Šafář, 2022, s. 22). Celý tento proces je pro mladého sportovce velmi náročný, protože často přichází v mladém věku, kdy na takovou

psychickou i fyzickou zátěž nemusí být zcela připraven. Proto je důležitá podpora a ujištění od rodiny, blízkých nebo trenéra.

Konkrétně v českém biatlonovém světě se biatlonisté snaží skloubit aktivní sportovní kariéru s budoucím životem, tudíž většina našich reprezentantů úspěšně studuje na vysokých školách. Ideálním příkladem je biatlonistka Markéta Davidová, která má kromě několika sportovních vítězství i dva magisterské tituly. Existují tedy i sportovci, kteří své působení ve sportu plní zároveň s přípravou na celoživotní povolání (Svoboda, 1996, s. 51–53). Jedinci, kteří svoji sportovní kariéru udržují na rekreační úrovni, často tuto cestu volí z nedostatku vůle k vyšším výkonům nebo z prostého důvodu – vzdělání a osobní život jim přijde zásadnější. Častým důvodem bývá uvědomění, že každodenní několikahodinové tréninkové úsilí by jim vzalo veškerou lásku a potěšení z dané sportovní činnosti. Jsou tedy i nadějní sportovci, kteří přechod k výkonnostnímu a vrcholovému sportu odmítnou a dále se věnují osobnímu životu a vzdělání.

## 7. Rozdílné faktory a přístupy dívek a chlapců ke sportu

Dívky i chlapci toho mají spoustu společného. Sportují především kvůli radosti ze soutěžení a pohybu, to ovšem s přibývajícím věkem klesá a do popředí se u obou pohlaví dostává například hodnota zdraví (Sekot, 2015, s. 69). U dívek i chlapců autorita vychovatelů, učitelů a rodičů postupně slábne. Děti a mládež se častěji inspirují životními vzory, které je ovlivňují jak ve sportu, tak v osobním životě. V dnešní době je znají především prostřednictvím televizních obrazovek nebo sociálních sítí (Adam, 2019, s. 32).

Období puberty a rané adolescence je ale charakteristické výrazným odlišováním mezi dívkami a chlapci (Jansa a kol., 2020, s. 24–25). Zvýšená tělesná výkonnost vede u chlapců k intenzivnějšímu zájmu o sportovní aktivity. Vyhledávají soutěže a rádi se předvádějí před svým okolím. S přibývajícím věkem u chlapců dochází k přirozenému ústupu vlivu rodiny, zatímco roste význam skupiny vrstevníků v procesu socializace (Sekot, 2015, s. 74). Sebehodnocení chlapců je úzce spojeno s maskulinitou, která zahrnuje hodnoty, jako jsou úspěch, vítězství a vůdčí postavení. Naopak neinklinují k dietám nebo vykonávání aktivit kvůli svému zevnějšku (Adam, 2019, s. 35–37). Chlapci se zapojují do sportu z následujících důvodů: na prvním místě převyšuje zábava, dále věnovat se činnosti, ve které jsou dobří, zdokonalovat své schopnosti, přijmout výzvu a soutěžit, zlepšovat fyzickou kondici a vzhled, učit se něčemu novému, být součástí skupiny a tvořit nové vztahy.

U dívek spatřujeme zcela jinou posloupnost. Na prvním místě mají nejčastěji zábavu, poté zlepšování fyzické kondice a vzhledu, zdokonalování schopností, věnování se činnosti, ve které jsou dobré, učení se něčemu novému, být součástí skupiny a tvořit nové vztahy, výzvy a soutěžení. Už z tohoto výčtu vyplývá, že dívky mají menší potřebu porážet své soupeře v přímé konfrontaci než opačné pohlaví. Chlapci často sportují s vidinou zvýšení jejich fyzické kondice, zato u děvčat převažuje touha po formování hezké postavy (Sekot, 2015, s. 69). Dívky často hodnotí svůj vzhled kriticky, protože jsou citlivé na jakékoli negativní poznámky týkající se jejich tělesné stránky. Tyto pocity nejvíce vystupují do popředí od rané adolescence, kdy většina dívek prožívá nespokojenost se svou postavou a vnímá hubnutí jako nutnost (Adam, 2019, s. 35). Obzvláště u dívek nabývá skupina vrstevníků na důležitosti. Vytvářejí se blízká přátelství, často spojená s prvními láskami. Kamarádské vztahy mohou procházet krizovými

obdobími, ale i tak nabírají na důležitosti názory vrstevníků a ustupuje závislost na rodičích (Jansa a kol., 2020, s. 25).

# PRAKTICKÁ ČÁST

Pro praktickou část bylo zásadní šetření na základě kvantitativního výzkumu, který byl vykonán pomocí dotazníkového šetření vytvořeného v Google Forms, což umožnilo snadnou distribuci a automatizované zpracování odpovědí. Kvantitativní výzkum se zaměřuje na práci s číselnými daty. Jeho cílem je zjistit množství, rozsah nebo frekvenci výskytu určitých jevů a jejich intenzitu. Tato data lze poté matematicky analyzovat, mohou být sčítána, zprůměrována, vyjádřena v procentech nebo zpracována pomocí různých statistických metod (Gavora, 2010, s. 35). Konkrétně dotazník pak slouží k hromadnému sběru dat, což znamená získávání informací od velkého počtu respondentů. Umožňuje shromáždit rozsáhlé množství údajů s minimální časovou náročností (Gavora, 2010, s. 121).

## 8. Výzkumné šetření

### 8.1 Cíl výzkumného šetření

Hlavním cílem tohoto výzkumného šetření bylo porozumět tomu, jak prostředí biatlonu ovlivňuje mladé sportovce v rámci sociálních, ale i psychologických faktorů. Výsledkem má být hlubší vhled do jejich zkušeností, vztahů a motivace. Výzkum se zaměřuje na faktory, které mohou formovat jejich přístup ke sportu a vnímání biatlonového kolektivu. Zároveň usiluje o posouzení, zda lze biatlon a jeho prostředí vnímat jako zdravé či nezdravé z hlediska etických principů, jako jsou fair play, vzájemný respekt a tlak na výkon.

Na základě cílů tohoto výzkumu byla určena hlavní výzkumná otázka a pro kvantitativní šetření byly také stanoveny a následně ověřeny hypotézy.

### 8.2 Hlavní výzkumná otázka

Jak prostředí biatlonu ovlivňuje mladé sportovce z hlediska sociálních, psychologických a etických faktorů?

### 8.3 Formulace výzkumných otázek

Bylo stanoveno pět výzkumných otázek. Každá výzkumná otázka se vztahuje k některé ze sekcí dotazníkového šetření. K otázkám byly stanoveny hypotézy.

VO1: Jak se liší projevy agrese a sebetrestání mezi dívkami a chlapci v biatlonovém prostředí?

VO2: Jaký vliv má tlak na tělesnou hmotnost v biatlonovém prostředí na vnímání vlastního těla sportovců?

VO3: Jak se promítá zapojení do biatlonu v sociálním životě mladých sportovců a jejich volnočasového chování?

VO4: Jaký styl vedení trenéra ovlivňuje motivaci sportovců v biatlonovém prostředí?

VO5: Liší se motivace k biatlonu mezi dívkami a chlapci?

## **8.4 Formulace hypotéz**

Pro kvantitativní výzkum byly stanoveny tyto hypotézy:

**H1: Dívky častěji projevují sebetrestající chování než chlapci.**

H1o: Pohlaví nemá žádný vliv na to, jak často se jedinci sebetrestají.

**H2: Chlapci častěji zažívají fyzickou agresi než dívky.**

H2o: Pohlaví nemá žádný vliv na to, jak často jedinci zažívají fyzickou agresi.

**H3: Biatlonisti, kteří byli vyzváni ke změně své hmotnosti trenérem nebo členy klubu, častěji pocít'ují nespokojenost se svým tělem ve srovnání s ostatními než ti, kteří tento tlak nezažili.**

H3o: Tlak na změnu hmotnosti od trenéra nebo členů klubu nemá vliv na nespokojenost biatlonistů se svým tělem.

**H4: Dlouhodobě aktivní biatlonisté pocít'ují vyšší sociální integraci v klubu než ti s kratší historií.**

H4o: Doba, kterou se jednotlivci věnují biatlonu, nemá žádný vliv na pocit sociální integrace v klubu.

**H5: Dlouhodobě aktivní biatlonisté mají omezenější volný čas kvůli tréninkům a závodům.**

H5o: Doba, kterou se jednotlivci věnují biatlonu nemá žádný vliv na jejich volný čas.

**H6: Sportovci, kteří vnímají trenéra jako přátelského, mají vyšší motivaci k výkonu než ti, kteří ho vnímají jako přísného.**

H6o: Vnímání trenéra nemá vliv na motivaci sportovce.

**H7: Dívky jsou častěji motivovány vzhledem (hezkou postavou) než chlapci.**

H7o: Pohlaví nemá vliv na to, zda sportovce motivuje vzhled.

**H8: Chlapci jsou častěji motivováni touhou být nejlepší a vítězit.**

H8o: Pohlaví nemá vliv na to, zda sportovce motivuje touha být nejlepší.

## **8.5 Metoda sběru dat**

Jak už bylo zmíněno, tak sběr dat probíhal metodou dotazníkového šetření, které je velmi frekventovaným způsobem získávání dat v kvantitativním výzkumu. Jedná se o metodu, při které jsou otázky kladeny písemnou formou a odpovědi jsou rovněž získávány písemně (Gavora, 2010, s. 121). Byla využita možnost elektronických odpovědí vzhledem k rozmístění biatlonových klubů po celé republice, což ulehčilo dostupnost respondentů. Vzhledem k tomu, že část dotazovaných ještě nenabyla plnoletosti, byl zároveň po této skupině vyžadován elektronický souhlas rodičů, po kterém byli odkázáni na samotný dotazník. Dotazník proběhl zcela anonymně, nejprve obsahoval krátký souhlas s jeho vyplněním, po kterém následovalo dvacet tři otázek rozdělených do šesti tematických sekcí. Otázky byly zvoleny z většiny uzavřené, z toho devatenáct jich bylo s výběrem jedné odpovědi a jedna s výběrem více možných odpovědí. Další dvě otázky proběhly pomocí škálování a na závěr měli zúčastnění možnost vyjádřit své názory v otevřené otázce.

## **8.6 Výzkumný soubor**

Jako výzkumný soubor byli zvoleni mladé biatlonistky a biatlonisté z českých klubů ve věku třináct až osmnáct let, kteří se nacházejí v žákovských a dorosteneckých kategoriích. Důležité je zmínit, že nebylo hleděno na to, jestli jsou to sportovci rekreační či výkonnostní, nebo dokonce vrcholové úrovně. Z dotazníku bylo vyřazeno celkem jedenáct respondentů. První čtyři byli odstraněni hned v předvýzkumu. Dalších sedm respondentů muselo být odstraněno z toho důvodu, že nebyli plnoletí a neměli vyplněný souhlas zákonných zástupců. Výzkumného šetření se tedy zúčastnilo celkem sto respondentů, jejichž odpovědi jsou platné.

## **8.7 Předvýzkum**

Cílem předvýzkumného šetření bylo ověřit, zda dotazník splňuje požadované formální i obsahové náležitosti a zda je pro respondenty srozumitelný. Nejprve jsem dotazník

vyplnila sama, abych zkontrolovala případné chyby. Následně byli požádáni tři biatlonisté o jeho vyplnění a o zpětnou vazbu v případě nejasností. Na základě provedeného předvýzkumu došlo k úpravě drobných chyb, na které upozornili zkušební respondenti. Obsahová ani formální struktura dotazníku nemusela být dále upravována.

## **8.8 Realizace výzkumu**

Dotazníkové šetření bylo realizováno v období od 8. března do 18. března 2025. První odpověď byla zaznamenána v den zahájení sběru, poslední pak 18. března 2025. Dotazník nejprve obdrželi biatlonisté a biatlonistky, které osobně znám nejen ze svého biatlonového klubu, ale i z prostředí závodů. Tito závodníci následně pomohli zprostředkovat kontakty na své týmové kolegy, ale i rozšířit dotazník dále nejen mezi samotné biatlonisty, ale také mezi trenéry, kteří mě měli možnost kontaktovat a zeptat se na vše podstatné.

## **8.9 Etické aspekty studie**

Při realizaci této studie byly dodrženy všechny základní etické principy. Účast respondentů byla zcela dobrovolná a probíhala na základě informovaného souhlasu. Respondenti byli seznámeni s cílem výzkumu, způsobem sběru dat a měli možnost kdykoliv svou účast ukončit. V případě nezletilých respondentů byl navíc vyžádán souhlas jejich zákonných zástupců. Tento proces proběhl v souladu s etickými zásadami, s důrazem na transparentnost a pochopení účelu výzkumu. Veškerá data byla zpracována anonymně a v souladu s platnými právními předpisy, zejména se zásadami ochrany osobních údajů. Zjištěné informace byly použity výhradě pro účely této studie a jejich interpretace byla provedena objektivně a bez zkreslení. Součástí etického přístupu byla také poctivá práce s odbornou literaturou. Všechny použité zdroje byly řádně citovány v souladu s požadovanými citačními normami.

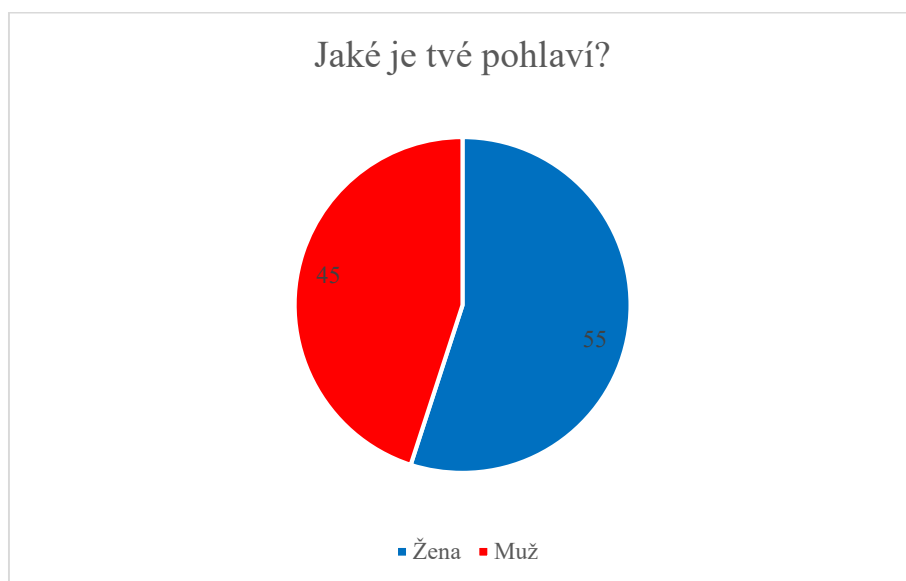
## 9. Vyhodnocení dat a interpretace výsledků z výzkumného šetření

Data získaná z dotazníku byla zpracována do záznamového archu vytvořeného v MS Excel, což umožnilo přehlednější práci. Následovalo sestavení tabulky zobrazující absolutní a relativní četnosti, přičemž výsledky byly dále graficky znázorněny.

### Otázka č. 1: Jaké je tvé pohlaví?

Tabulka č. 1 Pohlaví respondentů

Pohlaví	Absolutní četnost	Relativní četnost
Žena	55	55 %
Muž	45	45 %
Celkem	100	100 %



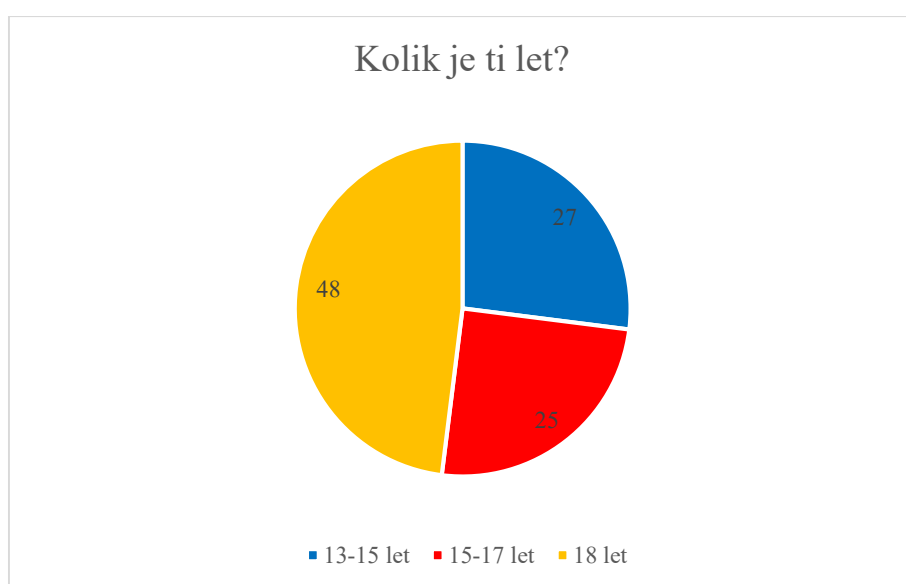
Graf č. 1 Pohlaví respondentů

Před první otázkou respondenti nejprve potvrdili souhlas s účastí v anonymním dotazníku. Samotná první otázka zjišťovala pohlaví respondentů. Výsledky ukázaly, že z celkového počtu 100 respondentů bylo 55 žen (55 %) a 45 mužů (45 %). Zastoupení pohlaví bylo tedy poměrně vyrovnané, přičemž ženy tvořily mírnou většinu.

## Otázka č. 2: Kolik je ti let?

Tabulka č. 2 Věk respondentů

Věk	Absolutní četnost	Relativní četnost
13–15 let	27	27 %
15–17 let	25	25 %
18 let	48	48 %
<b>Celkem</b>	<b>100</b>	<b>100 %</b>



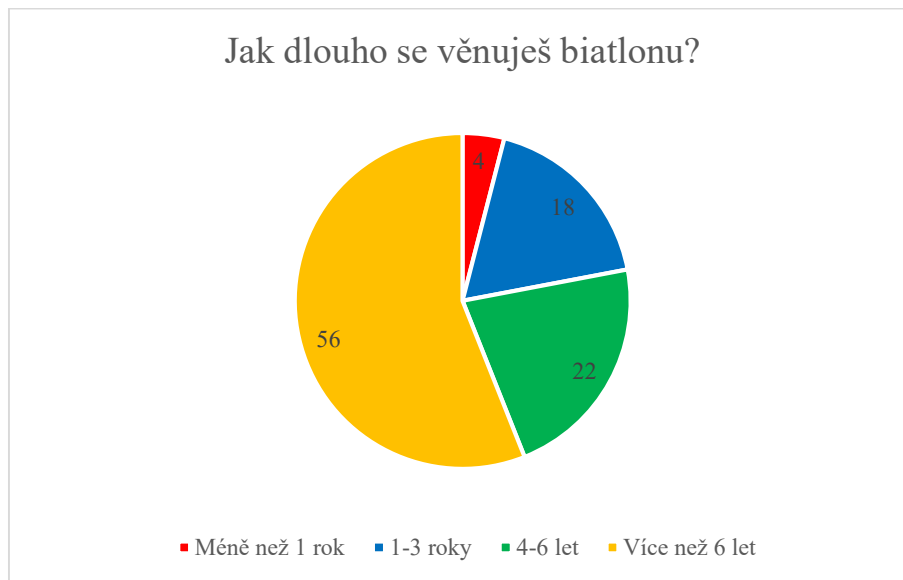
Graf č. 2 Věk respondentů

Druhá otázka se zaměřovala na věkovou strukturu respondentů. Výsledky ukázaly, že největší skupinu tvořili respondenti ve věku 18 let, kterých bylo 48 (48 %), důvodem může být to, že plnoletí jedinci nemuseli k dotazníku dodávat souhlas zákonných zástupců jako jedinci mladší osmnácti let. Dále bylo 27 respondentů (27 %) ve věku 13-15 let, zatímco 25 respondentů (25 %) spadalo do věkové kategorie 15-17 let.

### Otázka č. 3: Jak dlouho se věnuješ biatlonu?

Tabulka č. 3 Délka věnování se biatlonu

Délka praxe v biatlonu	Absolutní četnost	Relativní četnost
Méně než 1 rok	4	4 %
1-3 roky	18	18 %
4-6 let	22	22 %
Více než 6 let	56	56 %
<b>Celkem</b>	<b>100</b>	<b>100 %</b>



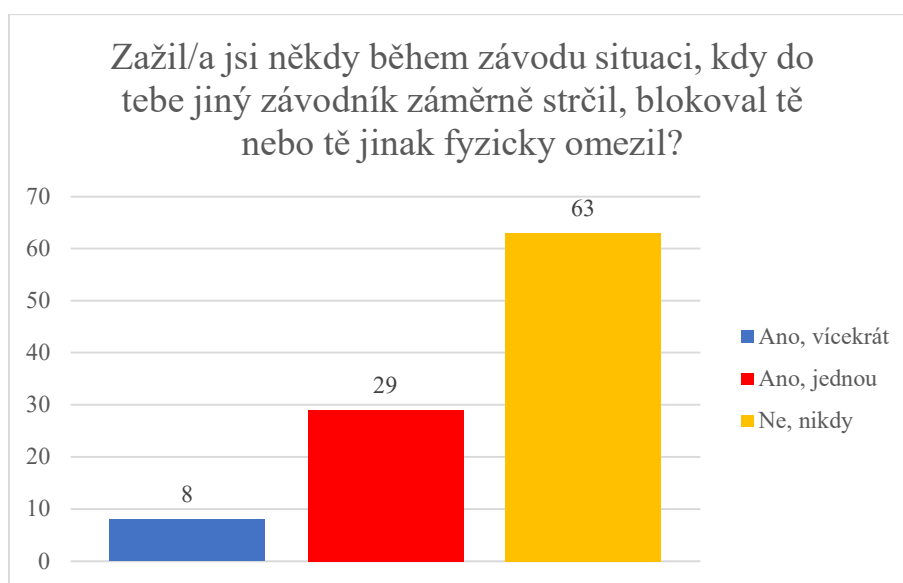
Graf č. 3 Délka věnování se biatlonu

Zkušenosti s biatlonem se mezi respondenty značně liší. Výsledky ukazují, že největší skupinu tvořili sportovci s více než 6 lety zkušeností, což představuje 56 respondentů (56 %). To naznačuje, že většina dotazovaných má dlouhodobé zkušenosti s tímto sportem. Další početnou skupinu tvořili respondenti s praxí 4-6 let, kterých se zúčastnilo 22 (22 %). Kratší dobu (1-3 roky) se biatlonu věnuje 18 respondentů (18 %), zatímco pouze 4 zúčastnění (4 %) se tomuto sportu věnují méně než jeden rok. Z těchto výsledků lze vyvodit, že většina respondentů jsou zkušení sportovci, přičemž začátečníků (do 3 let praxe) je relativně málo. Tento fakt mohl ovlivnit výsledky dalších otázek, zejména v oblastech týkajících se zkušeností s biatlonovým prostředím.

#### Otázka č. 4: Zažil/a jsi někdy během závodu situaci, kdy do tebe jiný závodník záměrně strčil, blokoval tě nebo tě jinak fyzicky omezil?

Tabulka č. 4 Výskyt fyzického agresivního chování během závodu

Frekvence zkušenosti	Absolutní četnost	Relativní četnost
Ano, vícekrát	8	8 %
Ano, jednou	29	29 %
Ne, nikdy	63	63 %
<b>Celkem</b>	<b>100</b>	<b>100 %</b>



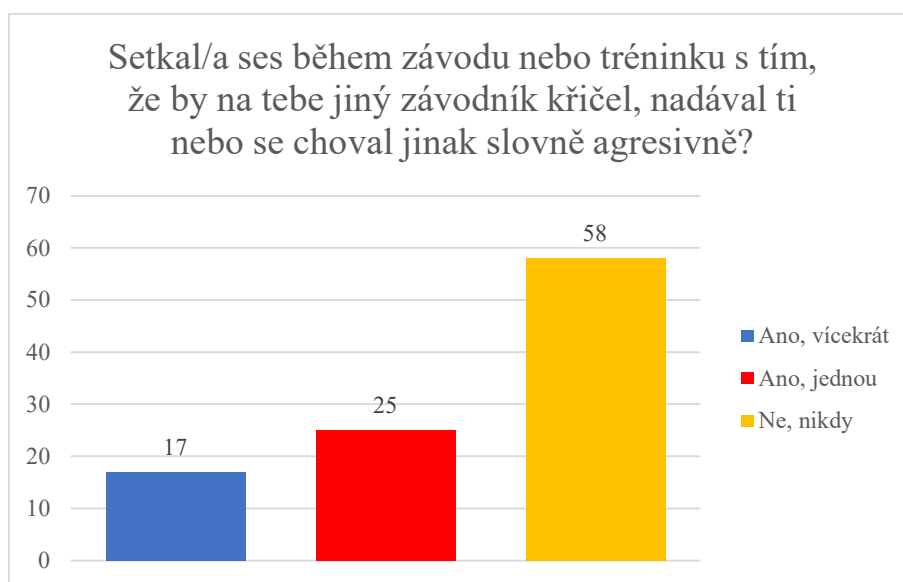
Graf č. 4 Výskyt fyzického agresivního chování během závodu

Tato otázka zahájila sekci, která se věnovala agresi a šikaně v biatlonu. Cílem této otázky bylo zjistit, zda se respondenti během závodů setkali s agresivním chováním ze strany jiných závodníků, například fyzickým blokováním, strkáním nebo jiným omezením. Výsledky ukázaly, že 63 respondentů (63 %) takovou situaci nikdy nezažilo, což může být následkem toho, že biatlon nespadá do skupiny sportů, které jsou převážně kontaktní. Dále 29 respondentů (29 %) uvedlo, že se s agresivním chováním setkala alespoň jednou, a 8 zúčastněných (8 %) zažilo takovou situaci opakovaně. Z těchto výsledků vyplývá, že i když se agresivní chování v biatlonu objevovalo, nebylo běžným jevem pro většinu závodníků. Přesto se s ním minimálně jednou setkala více než třetina dotázaných.

**Otázka č. 5: Setkal/a ses během závodu nebo tréninku s tím, že by na tebe jiný závodník křičel, nadával ti nebo se choval jinak slovně agresivně?**

*Tabulka č. 5 Výskyt verbálního agresivního chování*

Frekvence zkušenosti	Absolutní četnost	Relativní četnost
Ano, vícekrát	17	17 %
Ano, jednou	25	25 %
Ne, nikdy	58	58 %
<b>Celkem</b>	<b>100</b>	<b>100 %</b>



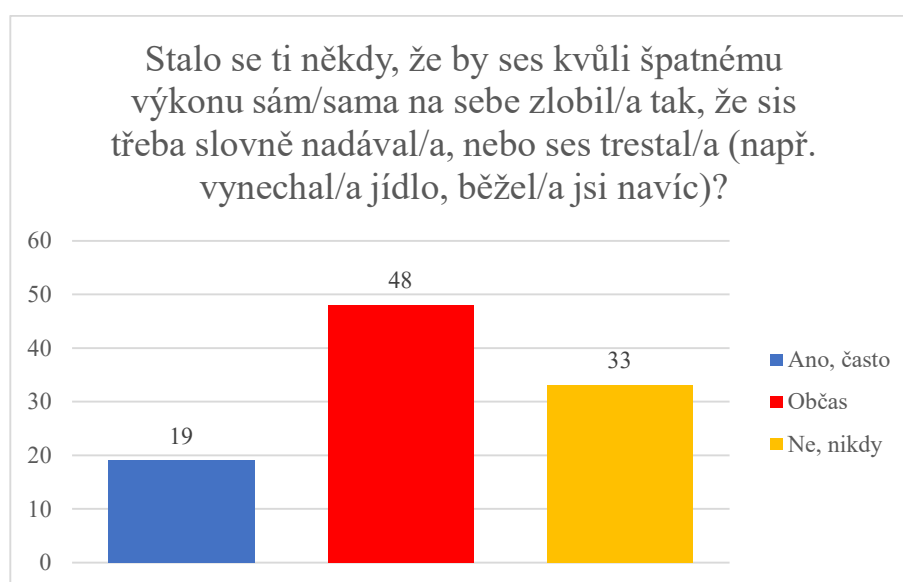
*Graf č. 5 Výskyt verbálního agresivního chování*

Pátá otázka se zaměřovala na zkušenosti respondentů s verbální agresí v biatlonu, konkrétně na situace, kdy na ně jiný závodník křičel, nadával jim nebo se jinak slovně agresivně projevoval. Výsledky ukázaly, že 58 respondentů (58 %) se s takovým chováním nikdy nesešlo. Naopak 25 respondentů (25 %) zažilo tuto situaci alespoň jednou a 17 respondentů (17 %) se s tímto chováním setkala opakovaně. Ve srovnání s předchozí otázkou, která se týkala fyzické agrese, se ukazuje, že verbální agrese je o něco častější než fyzické konflikty. Zatímco fyzickou agresi zažilo 37 % respondentů, verbální agresi 42 %. Potvrdilo se tím očekávání, vzhledem k povaze biatlonu, kde během závodů nedochází k častým fyzickým kontaktům mezi závodníky.

**Otázka č. 6: Stalo se ti někdy, že by ses kvůli špatnému výkonu sám/sama na sebe zlobil/a tak, že sis třeba slovně nadával/a nebo ses trestal/a (např. vynechal/a jídlo, běžel/a jsi navíc)?**

*Tabulka č. 6 Výskyt sebetrestání po špatném výkonu*

Frekvence zkušenosti	Absolutní četnost	Relativní četnost
Ano, často	19	19 %
Občas	48	48 %
Ne, nikdy	33	33 %
<b>Celkem</b>	<b>100</b>	<b>100 %</b>



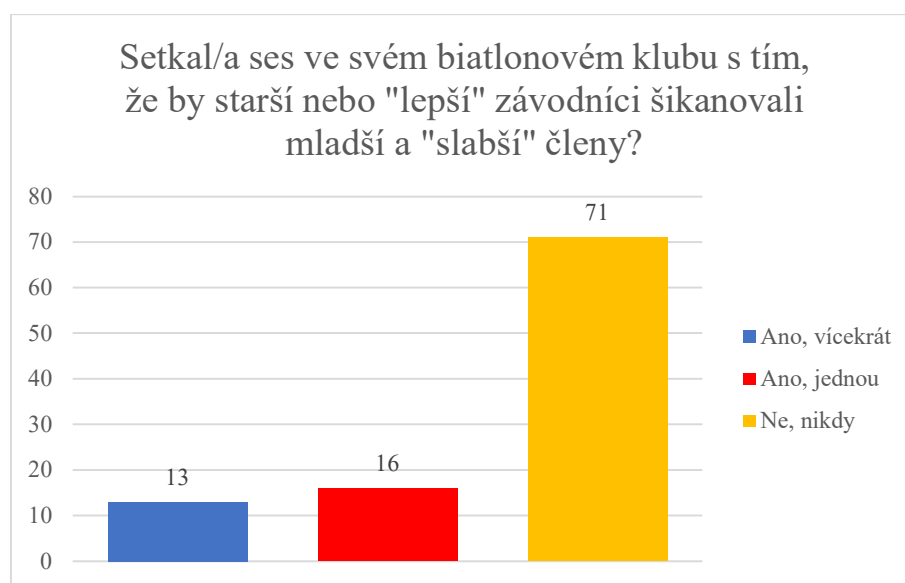
*Graf č. 6 Výskyt sebetrestání po špatném výkonu*

Cílem této otázky bylo zjistit, zda se respondenti kvůli špatnému výkonu sami na sebe zlobili natolik, že se slovně uráželi nebo se trestali jiným způsobem (např. vynecháním jídla či zvýšeným fyzickým výkonem). Výsledky ukazují, že skoro polovina respondentů, tedy 48 (48 %), přiznává, že se někdy trestá za špatný výkon, avšak nejedná se o pravidelný jev, ale občasný. Naopak 19 respondentů (19 %) uvedlo, že se takto chovají často. Na druhou stranu 33 respondentů (33 %) uvedlo, že se nikdy takto netrestají, což může značit zdravější přístup k vlastním neúspěchům. Celkově výsledky naznačují, že přibližně dvě třetiny respondentů (67 %) mají tendenci se občas nebo pravidelně trestat za špatný výkon.

## Otázka č. 7: Setkal/a ses ve svém biatlonovém klubu s tím, že by starší nebo "lepší" závodníci šikanovali mladší a "slabší" členy?

Tabulka č. 7 Výskyt šikany v biatlonových klubech

Frekvence zkušenosti	Absolutní četnost	Relativní četnost
Ano, vícekrát	13	13 %
Ano, jednou	16	16 %
Ne, nikdy	71	71 %
<b>Celkem</b>	<b>100</b>	<b>100 %</b>



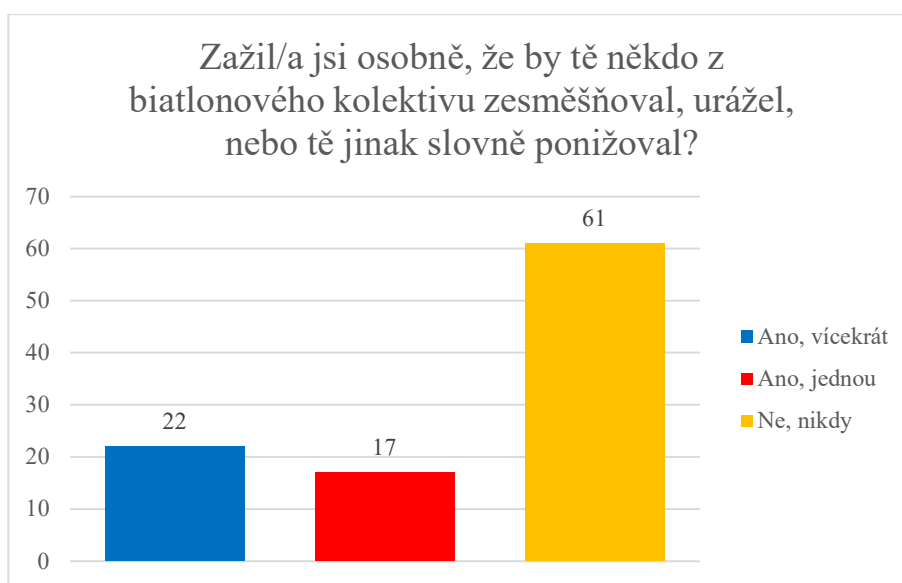
Graf č. 7 Výskyt šikany v biatlonových klubech

Otázka byla zaměřena na to, zda se respondenti setkali s tím, že by v jejich biatlonovém klubu starší nebo výkonnější závodníci šikanovali mladší či méně zkušené členy. Výsledky ukázaly, že 71 respondentů (71 %) uvedlo, že se s tímto chováním nikdy nesešlo. Naopak 16 zúčastněných (16 %) přiznalo, že takovou situaci zažilo alespoň jednou, a 13 respondentů (13 %) uvedlo, že k šikaně docházelo opakovaně. I když celkově 29 respondentů zaznamenalo šikanu v rámci svého klubu, ať už jednorázově nebo opakovaně, tak nejde o dominantní jev a většina šikanu nikdy nezažila. Výsledky byly překvapivé, protože na základě osobní zkušenosti bylo očekáváno, že výskyt šikany bude s ohledem na méně výkonné nebo mladší členy skupiny výrazně vyšší.

**Otázka č. 8: Zažil/a jsi osobně, že by tě někdo z biatlonového kolektivu zesměšňoval, urážel, nebo tě jinak slovně ponižoval?**

*Tabulka č. 8 Výskyt zesměšňování, urážení a slovního ponižování*

Frekvence zkušenosti	Absolutní četnost	Relativní četnost
Ano, vícekrát	22	22 %
Ano, jednou	17	17 %
Ne, nikdy	61	61 %
<b>Celkem</b>	<b>100</b>	<b>100 %</b>



*Graf č. 8 Výskyt zesměšňování, urážení a slovního ponižování*

Osmá otázka se zaměřovala na osobní zkušenost respondentů s tím, jestli se někdy stali terčem zesměšňování, urážek nebo jiného slovního ponižování ze strany ostatních členů biatlonového kolektivu. Výsledky ukázaly, že 61 respondentů (61 %) uvedlo, že se s tímto chováním nikdy nesetkalo. Naopak 17 respondentů (17 %) přiznalo, že takovou zkušenost zažilo alespoň jednou, a 22 respondentů (22 %) uvedlo, že se s těmito projevy ze strany kolektivu setkalo opakovaně. Otázka byla velmi podobná s otázkou číslo 5, která se týkala verbálního útoku během závodů a tréninků. Při srovnání je zjevné, že verbální agrese během závodů či tréninků byla velmi podobná výskytu slovních útoků v rámci kolektivu. V otázce č. 5 uvedlo 42 respondentů, že se s křikem, nadávkami

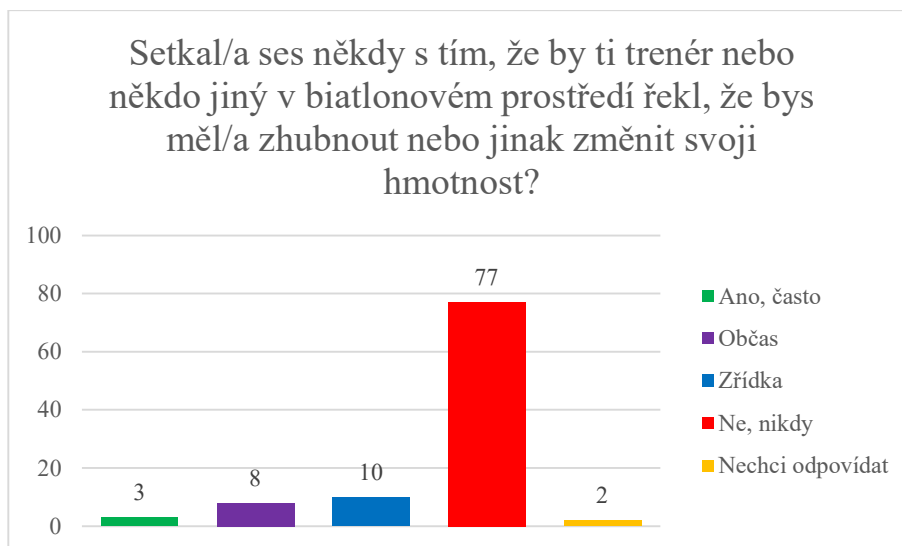
či jinými slovními útoky setkala alespoň jednou, a v této otázce zkušenost se zesměšňování a urážkami přiznalo 39 respondentů.

Na základě výsledků této části výzkumu lze konstatovat, že v biatlonovém prostředí se agresivní chování objevuje v různé míře a podobách. Nejnižší výskyt byl zaznamenán u fyzické agrese během závodů, kdy pouze 37 respondentů (37 %) uvedlo, že se s tímto typem chování setkala alespoň jednou. Naopak slovní agrese byla častější, a to jak v rámci závodů a tréninků, kdy ji zažilo 42 respondentů (42 %). Dále je zajímavé sledovat, že zatímco fyzická agresivita mezi závodníky je poměrně vzácná, slovní ponižování či urážení se objevuje v určité míře i v rámci klubového prostředí. Například 39 respondentů (39 %) zažilo nějakou formu verbální útoku od členů svého biatlonového kolektivu. Specifickým jevem je sebetrestání, které bylo v porovnání s vnější agresí častější. Až 67 respondentů (67 %) uvedlo, že si kvůli špatnému výkonu někdy sami slovně nadávali nebo se jinak trestali.

**Otázka č. 9: Setkal/a ses někdy s tím, že by ti trenér nebo někdo jiný v biatlonovém prostředí řekl, že bys měl/a zhubnout nebo jinak změnit svoji hmotnost?**

*Tabulka č. 9 Výskyt tlaků na změnu hmotnosti u biatlonistů*

<b>Frekvence výskytu</b>	<b>Absolutní četnost</b>	<b>Relativní četnost</b>
<b>Ano, často</b>	3	3 %
<b>Občas</b>	8	8 %
<b>Zřídka</b>	10	10 %
<b>Ne, nikdy</b>	77	77 %
<b>Nechci odpovídat</b>	2	2 %



Graf č. 9 Výskyt tlaků na změnu hmotnosti u biatlonistů

Druhou sekci otázek zaměřených na poruchy příjmu potravy otevřela otázka, která zjišťovala, zda respondenti někdy čelili komentářům nebo doporučením na úpravu své tělesné hmotnosti ze strany trenérů či jiných osob v biatlonovém prostředí. Výsledky ukázaly, že 77 respondentů (77 %) s tímto problémem nikdy konfrontováno nebylo a žádné poznámky na svou váhu neslyšelo. Naproti tomu 10 respondentů (10 %) uvedlo, že se s podobnými komentáři setkala jen výjimečně, 8 respondentů (8 %) přiznalo, že jim někdo občas doporučil změnu hmotnosti, a 3 zúčastnění (3 %) takové poznámky slyšeli či slyšávají pravidelně. Další 2 respondenti (2 %) na otázku nechtěli odpovědět, což může naznačovat, že pro ně bylo toto téma nepříjemné. Možnost neodpovědět na tuto otázku byla zařazena z etických důvodů, jelikož se na distribuci dotazníku podíleli i biatlonoví trenéři, tudíž tato možnost měla zachovat ohleduplný přístup.

**Otázka č. 10: Cítil/a ses někdy kvůli své postavě méněcenný/á nebo nespokojený/á ve srovnání s ostatními biatlonisty ve tvém okolí?**

Tabulka č. 10 Výskyt pocitu méněcennosti nebo nespokojenosti oproti ostatním

Frekvence výskytu	Absolutní četnost	Relativní četnost
Ano, často	18	18 %
Občas	18	18 %
Zřídka	27	27 %
Ne, nikdy	37	37 %
<b>Celkem</b>	<b>100</b>	<b>100 %</b>



Graf č. 10 Výskyt pocitu méněcennosti nebo nespokojenosti oproti ostatním

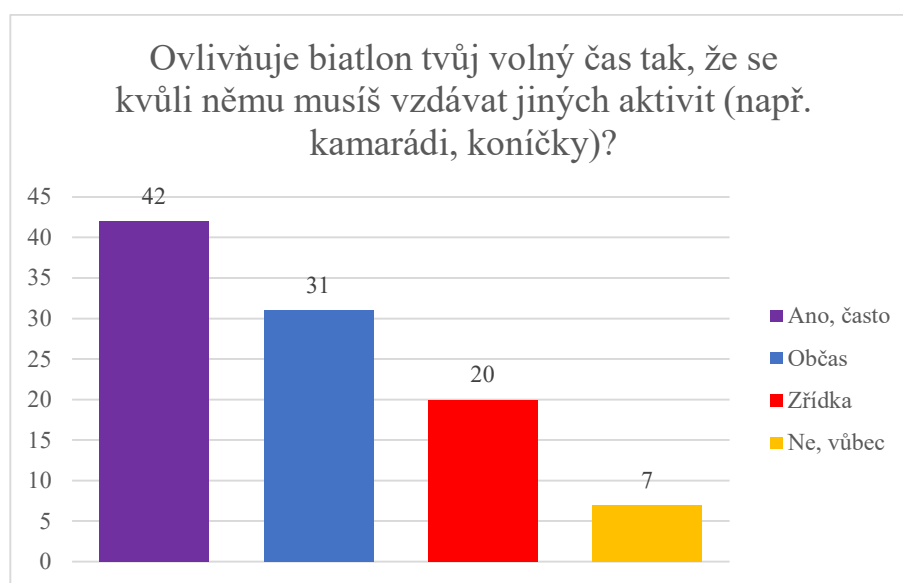
Tato otázka se zaměřovala na to, zda se respondenti někdy cítili méněcenní nebo nespokojení se svou postavou ve srovnání s ostatními biatlonisty ve svém okolí. Cílem bylo zjistit, nakolik biatlonové prostředí ovlivňuje sebepojetí sportovců a zda mezi nimi existují pocity nedostatečnosti v souvislosti s tělesnou stavbou. Výsledkem bylo, že 37 respondentů (37 %) nikdy nepocíťovalo kvůli své postavě nespokojenost ve srovnání s ostatními. Dalších 27 respondentů (27 %) přiznalo, že tento pocit zažilo zřídka, 18 respondentů (18 %) uvedlo, že se tak cítí občas, a stejný počet 18 respondentů (18 %) dokonce uvedl, že tyto pocity mívá často. Z těchto údajů vyplývá, že zatímco více než třetina respondentů (37 %) se svou postavou nemá problém, přibližně dvě třetiny (63 %) někdy zažily pocity nejistoty a srovnávaly se s ostatními biatlonisty. To může naznačovat, že vnímání tělesné stavby hraje v biatlonovém prostředí určitou roli a může ovlivňovat sebevědomí sportovců.

Tato otázka zároveň uzavírá část věnovanou poruchám příjmu potravy. Pro srovnání otázek může být uvedeno, že tlaku na úpravu váhy čelilo 21 % respondentů, a až 63 % biatlonistů se někdy cítilo nespokojeno se svou postavou. Z toho lze vyvodit, že vnitřní nejistoty a sebepojetí jsou častější než přímý vnější tlak.

## Otázka č. 11: Ovlivňuje biatlon tvůj volný čas tak, že se kvůli němu musíš vzdávat jiných aktivit (např. kamarádi, koníčky)?

Tabulka č. 11 Vliv biatlonu na volný čas respondentů

Frekvence výskytu	Absolutní četnost	Relativní četnost
Ano, často	42	42 %
Občas	31	31 %
Zřídka	20	20 %
Ne, vůbec	7	7 %
<b>Celkem</b>	<b>100</b>	<b>100 %</b>



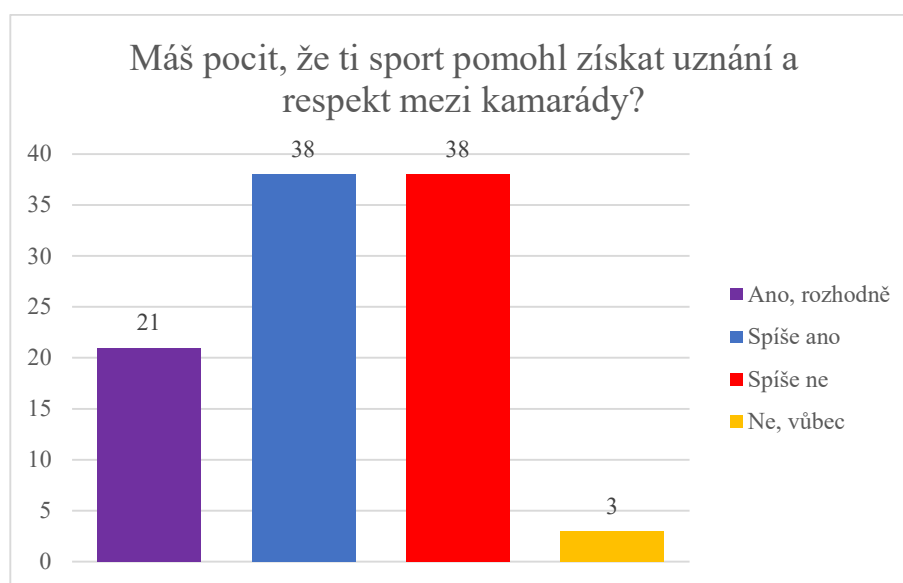
Graf č. 11 Vliv biatlonu na volný čas respondentů

Dalším tématem byla socializace a mezilidské vztahy. Výsledným zjištěním mělo být, do jaké míry ovlivňuje biatlon volný čas sportovců a zda se kvůli němu musí vzdávat jiných aktivit, jako jsou setkání s přáteli, koníčky nebo jiné zájmové činnosti. Výstupem bylo, že 42 respondentů (42 %) uvedlo, že kvůli biatlonu často musí omezovat jiné aktivity. Dalších 31 respondentů (31 %) přiznalo, že se s tímto problémem setkává občas, a 20 respondentů (20 %) uvedlo, že biatlon ovlivňuje jejich volný čas pouze zřídka. Jen 7 respondentů (7 %) odpovědělo, že se kvůli biatlonu vzdávat jiných aktivit vůbec nemusí. Z těchto údajů vyplývá, že velká většina respondentů (73 %) musela kvůli biatlonu obětovat část svého volného času, ať už pravidelně, nebo občas.

## Otázka č. 12: Máš pocit, že ti sport pomohl získat uznání a respekt mezi kamarády?

Tabulka č. 12 Vnímání uznání a respektu díky sportu

Frekvence výskytu	Absolutní četnost	Relativní četnost
Ano, rozhodně	21	21 %
Spíše ano	38	38 %
Spíše ne	38	38 %
Ne, vůbec	3	3 %
<b>Celkem</b>	<b>100</b>	<b>100 %</b>



Graf č. 12 Vnímání uznání a respektu díky sportu

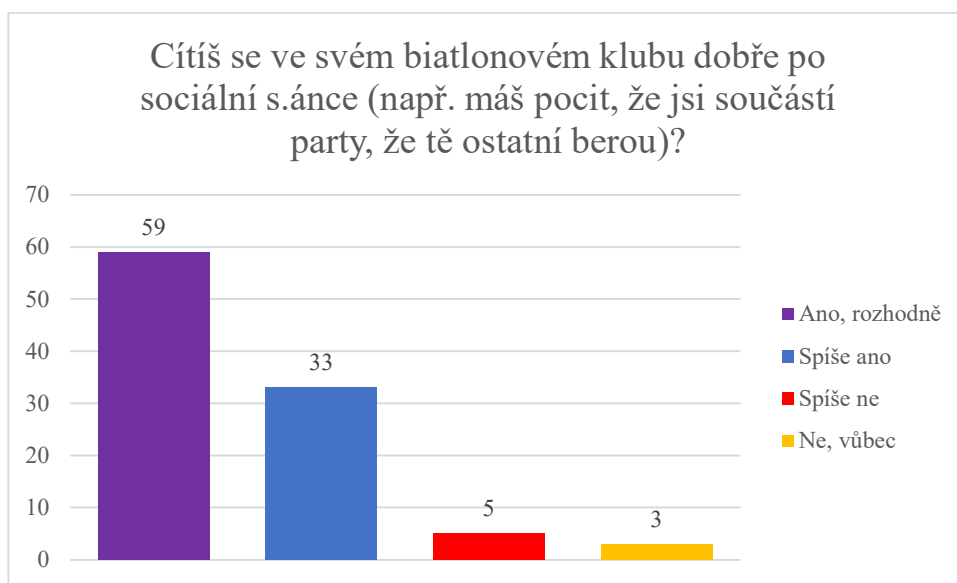
Otázka se zaměřovala na to, zda sport pomohl respondentům získat uznání a respekt mezi jejich kamarády. Cílem bylo zjistit, zda biatlon přispěl k jejich sociálnímu postavení a zda ho vnímají jako faktor, který jim přinesl pozitivní zpětnou vazbu od okolí. Výsledky ukázaly, že 21 biatlonistů (21 %) jednoznačně souhlasilo s tím, že jim sport pomohl získat uznání. Dalších 38 respondentů (38 %) odpovědělo, že spíše ano, což znamená, že téměř šedesát procent (59 %) vnímá sport jako přínosný pro svůj sociální status. Na druhou stranu 38 respondentů (38 %) uvedlo, že sport jim respekt mezi vrstevníky příliš nepřinesl, a 3 respondenti (3 %) dokonce odpověděli, že ho vůbec nepovažují za faktor, který by jim pomohl v očích ostatních. Tyto výsledky mě osobně

překvapily, protože bych očekávala, že sport bude obecně vnímán jako prestižní aktivita, která přispívá k uznání mezi mladými vrstevníky. Přesto se ukázalo, že téměř polovina respondentů necítí, že by jim biatlon přinesl větší respekt mezi kamarády.

**Otázka č. 13: Cítíš se ve svém biatlonovém klubu dobře po sociální stránce (např. máš pocit, že jsi součástí party, že tě ostatní berou)?**

Tabulka č. 13 Sociální začlenění v biatlonovém klubu

Frekvence výskytu	Absolutní četnost	Relativní četnost
Ano, rozhodně	59	59 %
Spíše ano	33	33 %
Spíše ne	5	5 %
Ne, vůbec	3	3 %
<b>Celkem</b>	<b>100</b>	<b>100 %</b>



Graf č. 13 Sociální začlenění v biatlonovém klubu

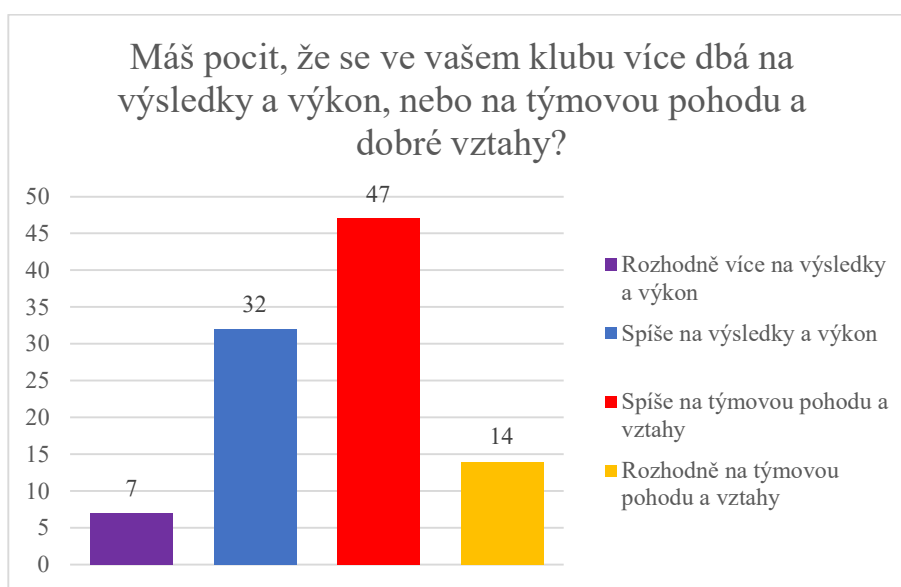
Třináctá otázka byla zaměřená na to, zda se biatlonisté cítí být součástí svého biatlonového týmu nejen po sportovní, ale i po sociální stránce, tudíž zda mají pocit, že je ostatní berou a že jsou plnohodnotnými členy skupiny. Výsledky ukazují, že 59 respondentů (59 %) se ve svém klubu jednoznačně cítí dobře a vnímají, že jsou jeho plnohodnotnou součástí. Dalších 33 respondentů (33 %) odpovědělo „spíše ano“, což znamená, že dohromady 92 % sportovců vnímá své začlenění do biatlonového kolektivu

pozitivně. Pouhých 5 respondentů (5 %) uvedlo, že se spíše necítí být součástí skupiny, a 3 respondenti (3 %) odpověděli, že si v klubu připadají úplně mimo kolektiv. Tato čísla naznačují, že převážná většina biatlonistů má ve svém týmu dobré sociální zázemí, což může být dlouhodobě zásadní například pro jejich motivaci ke sportu. Přestože pouze malé procento respondentů uvedlo, že se v klubu necítí dobře, pro tyto jednotlivce může mít tento pocit negativní dopad na jejich výkon i celkových vztah ke sportu.

### **Otázka č. 14: Máš pocit, že se ve vašem klubu více dbá na výsledky a výkon, nebo na týmovou pohodu a dobré vztahy?**

*Tabulka č. 14 Priorita mezi výkonem a týmovou pohodou v biatlonových klubech*

Frekvence výskytu	Absolutní četnost	Relativní četnost
<b>Rozhodně více na výsledky a výkon</b>	7	7 %
<b>Spíše na výsledky a výkon</b>	32	32 %
<b>Spíše na týmovou pohodu a vztahy</b>	47	47 %
<b>Rozhodně na týmovou pohodu a vztahy</b>	14	14 %
<b>Celkem</b>	100	100 %



*Graf č. 14 Priorita mezi výkonem a týmovou pohodou v biatlonových klubech*

Každý sportovní kolektiv se může lišit v přístupu k důrazu na výsledky a výkon, nebo naopak na týmovou atmosféru a vzájemné vztahy mezi členy. Už jen tím, zda je tým na rekreační, nebo výkonnostní úrovni. Tato otázka měla za cíl zjistit, jak tento balanc

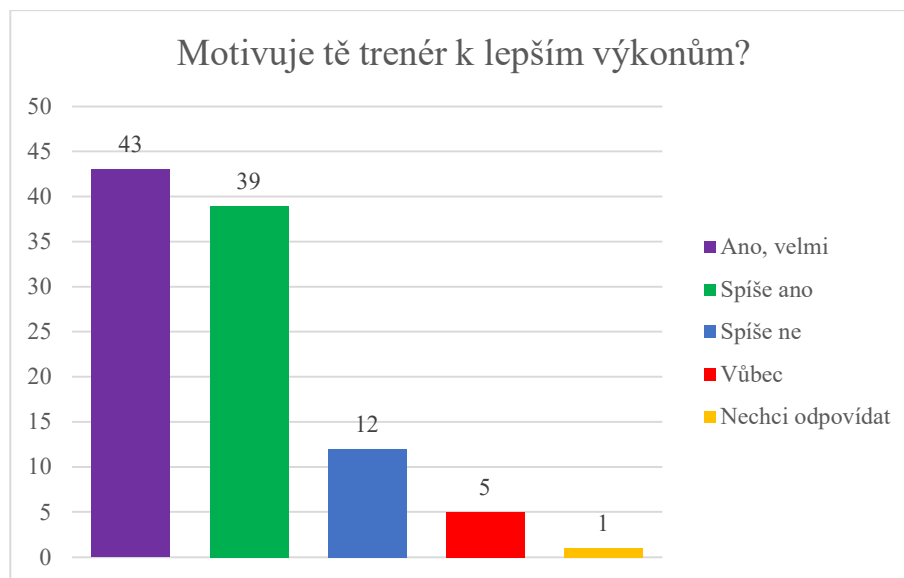
vnímají samotní sportovci ve svých biatlonových klubech. Z odpovědí vyplynulo, že 47 respondentů (47 %) vnímá, že v jejich klubu převažuje spíše důraz na týmovou pohodu a vztahy, zatímco 14 respondentů (14 %) odpovědělo, že na tento aspekt se dbá rozhodně více než na výkon. Celkově tedy 61 % sportovců vnímá své kluby jako prostředí, kde je důležitá dobrá atmosféra a vzájemná podpora mezi členy. Naopak 32 respondentů (32 %) uvedlo, že jejich klub spíše upřednostňuje výkony a výsledky, a 7 respondentů (7 %) vnímá, že výkonnostní aspekt je naprosto dominantní.

V části výzkumu zaměřené na socializaci a mezilidské vztahy bylo zjištěno, že biatlonové kluby jsou pravděpodobně pro většinu respondentů místem dobré socializace, kde převažuje důraz na kolektivní vztahy. Naznačuje to procento sociálního začlenění, kdy se většina respondentů (92 %) cítí být začleněno. Ale také například fakt, že 61 % respondentů vnímá v klubu větší důraz na týmovou pohodu a dobré vztahy.

### **Otázka č. 15: Motivuje tě trenér k lepším výkonům?**

*Tabulka č. 15 Vliv trenéra na motivaci k lepším výkonům*

<b>Frekvence výskytu</b>	<b>Absolutní četnost</b>	<b>Relativní četnost</b>
<b>Ano, velmi</b>	43	43 %
<b>Spíše ano</b>	39	39 %
<b>Spíše ne</b>	12	12 %
<b>Vůbec</b>	5	5 %
<b>Nechci odpovídat</b>	1	1 %
<b>Celkem</b>	100	100 %



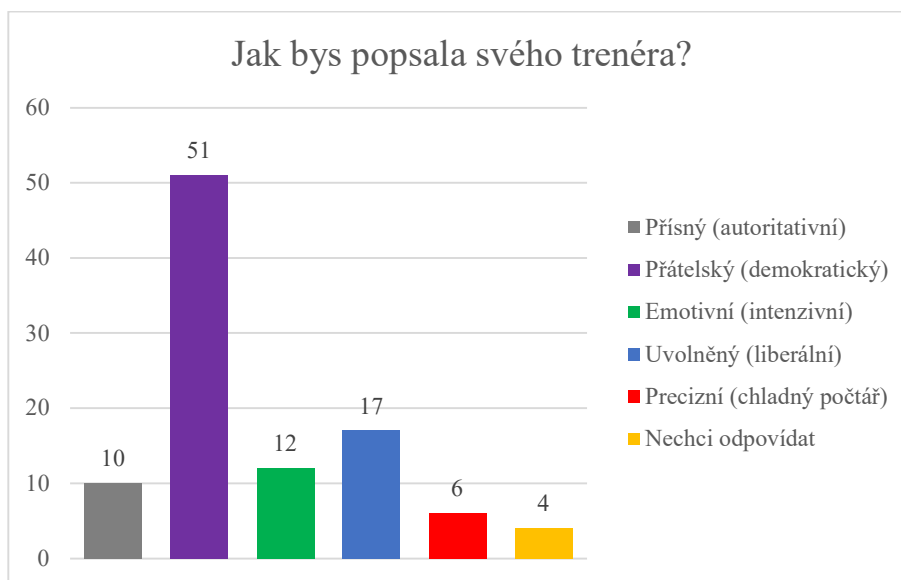
*Graf č. 15 Vliv trenéra na motivaci k lepším výkonům*

Další část dotazníkového šetření byla zaměřená na trenéra. Výsledky této otázky ukazují, že drtivá většina respondentů vnímá svého trenéra jako pozitivní motivační faktor. Celkem 43 respondentů (43 %) uvedlo, že je jejich trenér motivuje k lepším výkonům velmi výrazně, a dalších 39 respondentů (39 %) odpovědělo, že spíše ano. To znamená, že celkem 82 % sportovců vnímá trenéra jako klíčovou podporu v jejich sportovním rozvoji. Na rozdíl od toho 12 respondentů (12 %) odpovědělo, že spíše necítí ze strany trenéra dostatečnou motivaci, a 5 respondentů (5 %) uvedlo, že je trenér vůbec nemotivuje. Jeden respondent nechtěl na tuto otázku odpovídat. Tato varianta odpovědi byla opět přidána s ohledem na trenéra a etické hledisko. Celkově lze říci, že trenéři hrají významnou roli v motivaci sportovců, přičemž negativní zkušenosti s nedostatečnou podporou jsou spíše ojedinělé.

## Otázka č. 16: Jak bys popsala svého trenéra?

Tabulka č. 16 Hodnocení trenéra očima respondentů

Typ trenéra	Absolutní četnost	Relativní četnost
<b>Přísný (autoritativní)</b>	10	10 %
<b>Přátelský (demokratický)</b>	51	51 %
<b>Emotivní (intenzivní)</b>	12	12 %
<b>Uvolněný (liberální)</b>	17	17 %
<b>Precizní (chladný počtář)</b>	6	6 %
<b>Nechci odpovídat</b>	4	4 %
<b>Celkem</b>	100	100 %



Graf č. 16 Hodnocení trenéra očima respondentů

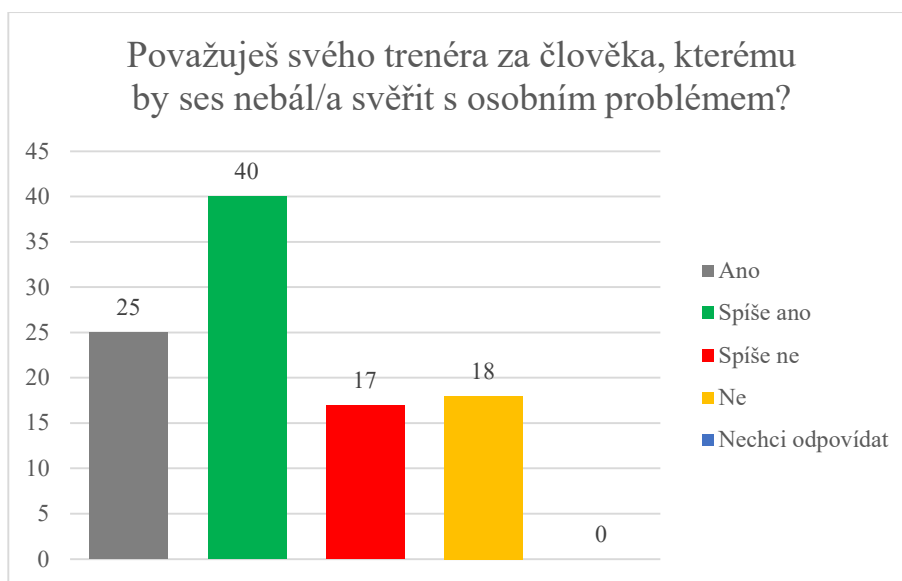
V této otázce biatlonisté hodnotili styl vedení svého trenéra. Výsledky ukazují, že 51 respondentů (51 %) vnímá svého trenéra jako přátelského a demokratického, což naznačuje, že většina trenérů v biatlonovém prostředí preferuje otevřenou a podporující komunikaci. Dalších 17 respondentů (17 %) uvedlo, že jejich trenér je spíše uvolněný a liberální, zatímco 12 respondentů (12 %) popsalo svého trenéra jako emotivního a intenzivního. Menší část dotázaných vnímá trenéra jako přísného a autoritativního, tedy 10 respondentů (10 %) nebo precizního a chladného analytika, tak svého trenéra ohodnotilo 6 respondentů (6 %). Pouze 4 respondenti (4 %) nechtěli na tuto otázku odpovídat. Tato možnost byla opět přidána z etického hlediska vůči trenérovi. Výsledky

naznačují, že většina biatlonových trenérů se vyhýbá autoritativnímu přístupu a spíše se snaží vytvářet přátelskou atmosféru, což může mít pozitivní dopad.

### **Otázka č. 17: Považuješ svého trenéra za člověka, kterému by ses nebál/a svěřit s osobním problémem?**

*Tabulka č. 17 Důvěra sportovců ve svého trenéra*

<b>Frekvence výskytu</b>	<b>Absolutní četnost</b>	<b>Relativní četnost</b>
<b>Ano</b>	25	25 %
<b>Spíše ano</b>	40	40 %
<b>Spíše ne</b>	17	17 %
<b>Ne</b>	18	18 %
<b>Nechci odpovídat</b>	0	0 %
<b>Celkem</b>	100	100 %



*Graf č. 17 Důvěra sportovců ve svého trenéra*

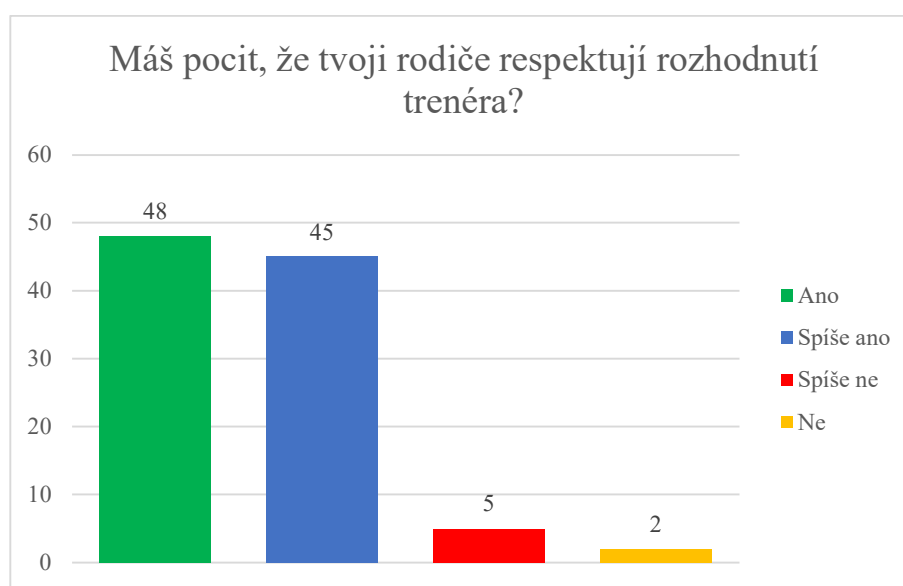
Tato otázka byla zaměřena na důvěru sportovců ke svému trenérovi, konkrétně na to, zda by se mu nebáli svěřit s osobním problémem. Výsledky ukazují, že 25 respondentů (25 %) vnímá svého trenéra jako člověka, kterému by se mohli bez obav svěřit, a dalších 40 respondentů (40 %) uvedlo, že by se spíše svěřili. Na druhou stranu 17 respondentů (17 %) odpovědělo, že by se svěřili spíše neochotně, a 18 respondentů (18 %) uvedlo, že by se nesvěřili vůbec. Opět bylo z etického hlediska umožněno zvolit

možnost, že respondent nechce odpovídat, ale nikdo ji nezvolil. Tyto výsledky naznačují, že většina sportovců (65 %) má k trenérovi určitou míru důvěry, i když plnou důvěru k němu má pouze čtvrtina respondentů. To může ukazovat například na rozdíly v přístupu jednotlivých trenérů, ale také na jejich schopnosti budovat vztahy s týmem.

### Otázka č. 18: Máš pocit, že tvoji rodiče respektují rozhodnutí trenéra?

Tabulka č. 18 Respektování rozhodnutí trenéra ze strany rodičů

Frekvence výskytu	Absolutní četnost	Relativní četnost
Ano	48	48 %
Spíše ano	45	45 %
Spíše ne	5	5 %
Ne	2	2 %
<b>Celkem</b>	<b>100</b>	<b>100 %</b>



Graf č. 18 Respektování rozhodnutí trenéra ze strany rodičů

Výsledky této otázky ukazují, že většina respondentů vnímá respekt rodičů k rozhodnutím trenéra jako poměrně vysoký. Celkem 48 biatlonistů (48 %) uvedlo, že jejich rodiče rozhodnutí trenéra jednoznačně respektují, a dalších 45 respondentů (45 %) odpovědělo, že je spíše respektují. To znamená, že dohromady 93 % sportovců nepocítuje větší zásahy rodičů do trenérského vedení. Naopak jen 5 respondentů (5 %) uvedlo, že jejich rodiče trenérova rozhodnutí spíše nerespektují, a pouze 2 respondenti (2 %)

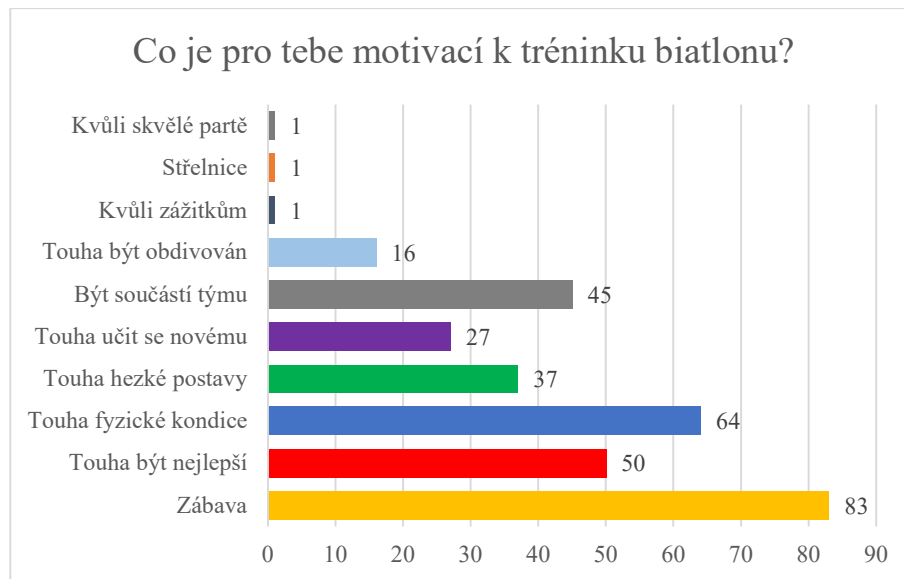
odpověděli, že je nerespektují vůbec. Tyto výsledky naznačují, že rodiče obvykle trenérovi důvěřují a nechávají na něm vedení sportovní přípravy svých dětí. Může to být například důsledek profesionálního přístupu trenérů, ale také obecného přesvědčení rodičů o jejich kompetenci.

Na základě výsledků otázek zaměřených na roli trenéra v biatlonových klubech lze vyvodit několik klíčových poznatků. Trenéři hrají zásadní úlohu nejen ve sportovním růstu sportovců, ale i v jejich psychickém rozpoložení a vztahu ke sportu. Ukazuje se, že většina respondentů vnímá svého trenéra jako důležitého motivačního činitele, celkem 82 % sportovců uvedlo, že je jejich trenér motivuje k lepším výkonům. Tento výsledek koresponduje s tím, že více než polovina respondentů (51 %) popsala svého trenéra jako přátelského a demokratického. Celkově lze tedy říci, že trenéři biatlonu jsou vnímáni převážně pozitivně, přičemž kromě výkonnostního aspektu zastávají také důležitou roli v psychické podpoře a vedení svých svěřenců. I když se mezi nimi najdou rozdíly v přístupu, většina sportovců cítí, že jim trenér poskytuje jak motivaci, tak oporu, což je klíčové pro jejich dlouhodobý rozvoj ve sportu.

### **Otázka č. 19: Co je pro tebe motivací k tréninku biatlonu (více možných odpovědí)**

*Tabulka č. 19 Faktory motivace k tréninku biatlonu*

<b>Faktory motivace</b>	<b>Absolutní četnost</b>	<b>Relativní četnost</b>
<b>Zábava</b>	83	83 %
<b>Touha být nejlepší</b>	50	50 %
<b>Touha fyzické kondice</b>	64	64 %
<b>Touha hezké postavy</b>	37	37 %
<b>Touha učit se novému</b>	27	27 %
<b>Být součástí týmu</b>	45	45 %
<b>Touha být obdivován</b>	16	16 %
<b>Kvůli zážitkům</b>	1	1 %
<b>Střelnice</b>	1	1 %
<b>Kvůli skvělé partě</b>	1	1 %



*Graf č. 19 Faktory motivace k tréninku biatlonu*

Další sekce se věnovala motivaci mladých sportovců. U této otázky měli respondenti možnost zvolit více odpovědí, což umožňuje získat komplexnější přehled o jejich motivaci k tréninku biatlonu. Bylo možné volit více možností, jednotlivé faktory mají vysoký podíl odpovědí. Nejčastěji uváděným motivačním faktorem byla zábava, kterou zvolilo 83 % respondentů. Dále se výrazně projevila touha po fyzické kondici (64 %), následovala touha být nejlepší (50 %), chtít být součástí týmu (45 %), další motivace zahrnují touhu mít hezkou postavu (37 %) a touhu být obdivován (16 %). Zbylé tři odpovědi, kterými byla střelnice, kvůli skvělé partě, a kvůli zážitkům, dopsali samotní respondenti, kteří měli tuto možnost, tudíž měla každá odpověď 1 %. Tyto výsledky ukazují, že respondenti kladli největší důraz na osobní zlepšení a týmovou soudržnost, což může naznačovat vysokou hodnotu kolektivních vztahů v rámci jejich tréninkového prostředí.

## Otázka č. 20: Ovlivňují tě při sportu vzory (např. slavní sportovci)?

Tabulka č. 20 Vliv sportovních vzorů na motivaci sportovců

Frekvence výskytu	Absolutní četnost	Relativní četnost
Ano, hodně	29	29 %
Spíše ano	34	34 %
Spíše ne	35	35 %
Vůbec ne	2	2 %
<b>Celkem</b>	<b>100</b>	<b>100 %</b>



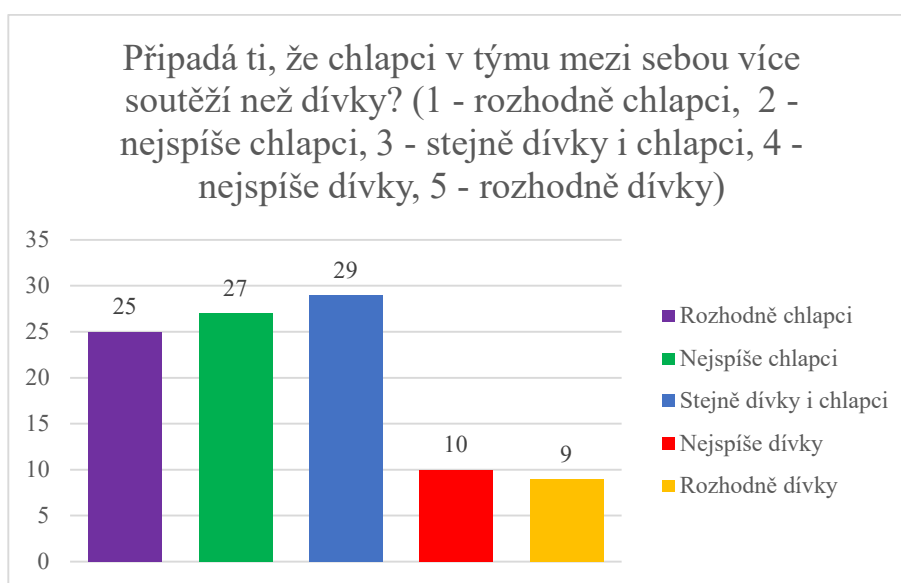
Graf č. 20 Vliv sportovních vzorů na motivaci sportovců

Výsledky ukazují, že sportovní vzory nejsou pro většinu respondentů klíčovým faktorem motivace. Pouze 29 respondentů (29 %) uvedlo, že je sportovní idoly významně ovlivňují, zatímco dalších 34 respondentů (34 %) odpovědělo, že spíše ano. Na druhou stranu 35 respondentů (35 %) přiznalo, že je sportovní vzory spíše neovlivňují, a 2 respondenti (2 %) uvedli, že na ně nemají žádný vliv. Tato otázka byla do výzkumu zařazena i z osobního důvodu, jelikož mě osobně sportovní vzory ovlivňují už od dětství a hrají významnou roli v mé motivaci. Bylo obohacující zjistit, jak to mají ostatní sportovci. Výsledky byly však překvapivé, protože procenta jsou relativně nízká. Většina respondentů uvedla, že je sportovní vzory ovlivňují spíše jen okrajově nebo vůbec. To může naznačovat, že pro mnoho biatlonistů je motivace k tréninku a výkonnostní růst spíše vnitřní nebo vycházející z jiných faktorů.

**Otázka č. 21: Připadá ti, že chlapci v týmu mezi sebou více soutěží než dívky? (1 – rozhodně chlapci, 2 – nejspíše chlapci, 3 – stejně dívky i chlapci, 4 – nejspíše dívky, 5 – rozhodně dívky)**

Tabulka č. 21 Vnímání soutěživosti mezi chlapci a dívkami v biatlonu

Frekvence výskytu	Absolutní četnost	Relativní četnost
Rozhodně chlapci	25	25 %
Nejspíše chlapci	27	27 %
Stejně dívky i chlapci	29	29 %
Nejspíše dívky	10	10 %
Rozhodně dívky	9	9 %
<b>Celkem</b>	<b>100</b>	<b>100 %</b>



Graf č. 21 Vnímání soutěživosti mezi chlapci a dívkami v biatlonu

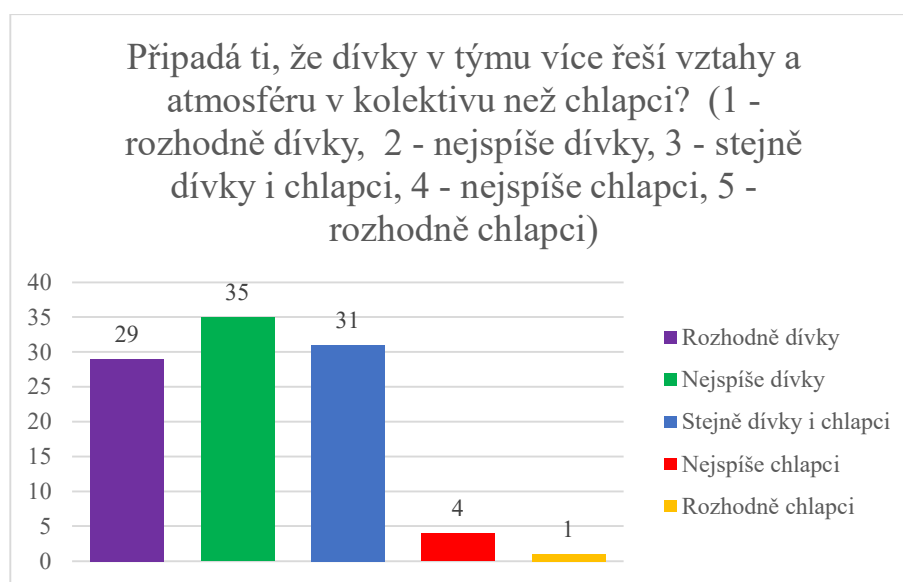
Dvacátá první otázka byla zaměřená na vnímání soutěživosti mezi chlapci a dívkami v biatlonových týmech. Výsledky ukázaly, že více než polovina respondentů (52 %) vnímá chlapce jako soutěživější, a to buď rozhodně (25 %), nebo spíše (27 %). Naproti tomu pouze 19 % účastníků označilo za soutěživější dívky, přičemž 9 % uvedlo, že rozhodně dívky, a 10 %, že spíše dívky. Největší skupina respondentů (29 %) vnímá soutěživost mezi pohlavími jako vyrovnanou. Tato data mohou naznačovat, že soutěživost v týmech může být ovlivněna nejen pohlavím, ale také individuální povahou

jednotlivých sportovců a celkovou dynamikou týmu. Vnímání chlapců jako soutěživějších může být spojeno například se stereotypy a tradičními představami o sportu.

**Otázka č. 22: Připadá ti, že dívky v týmu více řeší vztahy a atmosféru v kolektivu než chlapci? (1 - rozhodně dívky, 2 - nejspíše dívky, 3 - stejně dívky i chlapci, 4 - nejspíše chlapci, 5 - rozhodně chlapci)**

*Tabulka č. 22 Vnímání role pohlaví v řešení vztahů a atmosféry v týmu*

Frekvence výskytu	Absolutní četnost	Relativní četnost
Rozhodně dívky	29	29 %
Nejspíše dívky	35	35 %
Stejně dívky i chlapci	31	31 %
Nejspíše chlapci	4	4 %
Rozhodně chlapci	1	1 %
<b>Celkem</b>	<b>100</b>	<b>100 %</b>



*Graf č. 22 Vnímání role pohlaví v řešení vztahů a atmosféry v týmu*

Výsledky ukazují, že většina respondentů (64 %) vnímá dívky jako ty, které v týmu více řeší vztahy a atmosféru. Konkrétně 35 % uvedlo, že spíše dívky, a 29 % se přiklonilo k tomu, že vztahy v týmu jednoznačně řeší dívky. Naopak pouze 5 %

respondentů vnímá tuto oblast jako doménu chlapců. Téměř třetina odpovědí (31 %) se pak přiklání k názoru, že dívky i chlapci se vztahům v kolektivu věnují stejně. Tato zjištění navazují na předchozí otázku, která se týkala soutěživosti mezi pohlavími. Zatímco u soutěživosti většina respondentů přisoudila vyšší tendenci chlapcům, v otázce vztahů a atmosféry se výsledky přiklánějí spíše k dívkám. To naznačuje, že mezi sportovci převažuje vnímání rozdílných preferencí chlapců a dívek v rámci týmové dynamiky. Tento výsledek může opět odpovídat běžně rozšířeným stereotypům, podle nichž se chlapci spíše zaměřují na výkon, zatímco dívky více řeší mezilidské vztahy.

### **Otázka č. 23: Prostor na vyjádření k faktorům, které tě v biatlonu ovlivňují**

V rámci otevřené otázky měli respondenti možnost vyjádřit se k faktorům, které je v biatlonu ovlivňují. Celkem jedenáct respondentů se rozhodlo tuto otázku zodpovědět. Odpovědi byly různorodé a pokrývaly různá témata, proto jsou všechny odpovědi samostatně uvedeny. Citace byly ponechány v původní podobě, včetně případných pravopisných chyb.

Odpověď 1: „*Trenéři, kteří si nevidí do pusy, ale ráda trávím čas s lidmi z týmu.*“ Tato odpověď může ukazovat například na rozporuplné vnímání role trenéra.

Odpověď 2: „*Kvůli závodům jsem musel vynechat plno hokejů (můj nejoblíbenější koníček, ale jen se chodím dívat).*“ Zde je patrné, že biatlon může být náročný na čas a vyžaduje určité oběti. Pro některé sportovce to může znamenat vzdát se jiných oblíbených aktivit, což může ovlivnit jejich celkovou motivaci a spokojenost se sportem.

Odpověď 3: „*Po více letech konzistentního trénování bych určitě řekl, že mě to musí bavit a zároveň musím chtít výsledky. Zároveň, kdyby mě do trénování někdo tlačil, pravděpodobně by mě to přestalo dříve bavit. Sportovce musí ten sport bavit a musí chtít sám. Určitě mě ovlivňují i rodiče, kteří mě hodně podporují nebo např. nejlepší přátelé. Nejvíce si myslím, že to závisí na mě a ve finále na tom, jak moc, a čeho chci v biatlonu dosáhnout.*“ Tato odpověď může například poukazovat na to, že pro některé sportovce je klíčovým faktorem kombinace vnitřní motivace a vnější podpory. Zdůrazňuje, že tlak na výkon by mohl vést ke ztrátě zájmu, zatímco přirozená chuť se zlepšovat je důležitým hnacím motorem. Zmíněný vliv rodičů a přátel naznačuje, že sociální prostředí hraje v motivaci k tréninku významnou roli. Tento pohled odpovídá obecně přijímané teorii

motivace, která říká, že kombinace vnitřních a vnějších faktorů je pro dlouhodobý sportovní růst zásadní.

Odpověď 4: „*Na biatlonu jako největší problém mi připadá přestup do dorostu, protože tady více jak polovina dětí s tímto sportem musí skončit kvůli vysokým požadavkům na výkon.*“ Tato odpověď poukazuje na problém, který se vyskytuje u mnoha výkonnostních sportů, přechod mezi kategoriemi nebo případně mezi rekreační a výkonnostní úrovní, kdy se zvyšují nároky a někteří mladí sportovci již nejsou schopni nebo ochotni pokračovat.

Odpověď 5: „*Velmi mě ovlivňují profesionální biatlonisté, díky kterým mám chuť se zlepšovat a trénovat naplno, abych jednou byla jako oni. Přejde mi, že pro nejstarší žáky je přechod na malorážku velice psychicky těžký. Přejde mi, že se v biatlonu bere až moc velký ohled na výkony již od útlého věku (11let) a také mi přijde, že by se to mělo změnit, např. nastavit stejný systém jako v Norsku. Jinak je biatlon ten nejlepší sport, co jsem kdy dělala. Začala jsem s ním v 7 letech, kdy jsem ho kombinovala s atletikou a volejbalem, ale nakonec jsem skončila u biatlonu. Myslím si, že je to skvělá příprava do života!*“ Tato odpověď ukazuje, jak silný vliv mohou mít sportovní vzory na mladé sportovce, kteří se díky nim chtějí neustále zlepšovat. Zároveň opět také upozorňuje na psychickou náročnost přechodu do vyšší kategorie a na tlak na výkon už od útlého věku, což může být pro některé děti možná až demotivující. Zmíněný norský systém, který by mohl být inspirací ke změně, poukazuje na možnou alternativu v přístupu k výchově mladých sportovců. Celkově odpověď vypovídá o tom, že biatlon je pro respondenta nejen sportovní aktivitou, ale i životní přípravou, která mu přináší spoustu dalších hodnot.

Odpověď 6: „*Moje postava. Jsem spíše menší, hubenější dítě, které snad začne růst až později, a to mě dost limituje ve výkonu a být co nejlepší.*“ Odpověď týkající se postavy ukazuje, jak důležitou roli mohou hrát fyzické možnosti v biatlonu a jaké výzvy může přinášet pro sportovce, kteří se vyvíjejí pomaleji. Menší vzrůst a hubenější postava bývají často vnímány jako limitace, zejména v mladších kategoriích, kde je nejčastěji vidět rozdílná rychlost vývoje.

Odpověď 7: „*Po většinu mého působení v biatlonu jsem se cítil kolektivem v klubu utlačován, necháván osamocen. Například na dlouhých soustředěních už mi to několikrátý den "lezlo na mozek" a nespotovalo se mi vůbec dobře. Napjaté vztahy v klubu mezi*

*mnou a ostatními mohly v minulosti ovlivnit i moje výkony na závodech. Naštěstí ti nepřijemní sportovci již klub opustili a teď se situace zlepšila.*“ Tato odpověď ukazuje, jak zásadní vliv může mít týmová atmosféra na sportovní zkušenost jednotlivce. Pocit vyloučení, osamělosti nebo dokonce šikany může výrazně ovlivnit nejen psychickou pohodou, ale i sportovní výkon a dlouhodobou motivaci k tréninku. Zajímavé je, že respondent zmiňuje, že se situace zlepšila po odchodu určitých sportovců, což může naznačovat, že složení týmu a jeho dynamika hrají klíčovou roli v tom, jak se jednotliví členové cítí a jak jsou schopni rozvíjet svůj potenciál.

Odpověď 8: *„Motivuje mě hlavně trenér a výkony soupeřů.“* Tato odpověď zdůrazňuje dva klíčové faktory motivace ve sportu, kterými je trenér a výkony soupeřů. Role trenéra jako motivačního činitele je v souladu s předchozími výsledky, které ukázaly, že většina sportovců vnímá svého trenéra jako důležitou podporu a zdroj motivace. Zároveň však tento respondent poukazuje i na význam soupeřů, kdy jejich výkony mohou sloužit například jako měřítko a inspirace ke zlepšování.

Odpověď 9: *„je to časového náročný sport“* Tato odpověď upozorňuje na časovou náročnost biatlonu, což je aspekt, který může mít zásadní dopad na sportovce. Časová náročnost se může projevat nejen v intenzitě tréninků a závodů, ale také v nutnosti skloubit sport s dalšími aspekty života, jako je škola, rodina či sociální život. Tento faktor může hrát roli při rozhodování mladých sportovců, zda v biatlonu pokračovat na vyšší úrovni, nebo hledat méně časově náročnou alternativu.

Odpověď 10: *„Vztahy mezi sportovci“* Tato odpověď naznačuje, že vztahy mezi sportovci hrají v biatlonu důležitou roli.

Odpověď 11: *„Řekla bych, že v biatlonu hrají roli jisté "módní trendy", kdy třeba všichni nosí podobné značky brýlí nebo helem na kolečkové lyže, ale možná je to jen tím, že to jsou nejkvalitnější kousky.“* Tato odpověď naznačuje, že v biatlonu mohou hrát roli i určité módní trendy, které ovlivňují vybavení sportovců. Nošení konkrétních značek brýlí, helem nebo jiného vybavení může být způsobeno jak praktickými důvody (např. kvalita a funkčnost), tak obvykle mezi mladými sportovci i snahou zapadnout do kolektivu nebo napodobovat vzory úspěšných sportovců.

## **9.1 Statistické ověření hypotéz**

Výzkum se dále zaměřuje na vyvrácení, či potvrzení hypotéz stanovených na začátku výzkumu. Pro ověření výzkumných hypotéz byla zvolena metoda chí-kvadrát testu

nezávislosti. Pro vyhodnocení výsledků byla stanovena hladina významnosti na 5 %. K ověření vybraných hypotéz posloužil Spearmanův koeficient korelace, který představuje neparametrickou metodu sloužící k vyhodnocení míry a směru vztahu mezi dvěma proměnnými.

**Vzorec pro výpočet testového kritéria (TK):**

$$G = \sum_{i=1}^r \sum_{j=1}^s \frac{(n_{ij} - n'_{ij})^2}{n'_{ij}}$$

- $n_{ij}$  - pozorovaná četnost
- $n'_{ij}$  - očekávaná četnost
- $r$  - počet řádků v tabulce
- $s$  - počet sloupců v tabulce

**Vzorec pro výpočet kritické hodnoty (KH):**

$$\chi^2_{1-\alpha}((r-1) \times (s-1))$$

**Hladina významnosti ( $\alpha$ )** je stanovena na 5 % (0,05) pro všechny provedené testy, což znamená, že správnost rozhodnutí lze s 95% pravděpodobností považovat za spolehlivou.

**Vzorec pro výpočet Spearmanova koeficientu korelace:**

$$r_s = 1 - \frac{6 \sum d_i^2}{n(n^2 - 1)}$$

- $r_s$  - Spearmanův korelační koeficient (výsledná hodnota)
- $d_i$  - rozdíl mezi pořadím každého páru hodnot ( $x_i - y_i$ )
- $d_i^2$  - druhá mocnina rozdílu pořadí
- $\sum d_i^2$  - součet všech druhých mocnin rozdílů pořadí
- $n$  - počet pozorování (dvojic hodnot)

V rámci ověřování dvou hypotéz (konkrétně u hypotéz H2 a H6) byla pro výpočet testového kritéria využita Yatesova korekce kontinuity. Důvodem bylo nesplnění podmínek pro použití klasického chí-kvadrát testu nezávislosti, konkrétně skutečnost, že více než 20 % teoretických četností bylo nižších než 5. Tento přístup by mohl vést

ke zkráceným výsledkům, a proto byla aplikována Yatesova korekce, která upravuje výpočet testového kritéria a tím snižuje riziko chybně zamítnuté nulové hypotézy.

**Vzorec pro výpočet Yatesovy korekce:**

$$\chi^2 = \sum \frac{(|O - E| - 0.5)^2}{E}$$

- $\chi^2$  – hodnota testového kritéria
- $O$  – empirická četnost
- $E$  – teoretická četnost
- $0.5$  – korekce podle Yatese
- $\sum$  – součet všech upravených hodnot pro jednotlivé buňky tabulky

Při testování je nezbytné formulovat nulovou a alternativní hypotézu, které se vzájemně porovnávají. **Nulová hypotéza** představuje tvrzení ve statistických termínech, podle kterého mezi zkoumanými proměnnými neexistuje žádná souvislost. Jestliže statistická analýza prokáže, že nulovou hypotézu lze zamítnout, je přistoupeno k přijetí **alternativní hypotézy** (Chráska, 2021, s. 62).

### **Hypotéza č. 1: Dívky častěji projevují sebetrestající chování než chlapci.**

$H_0$ : Pohlaví nemá žádný vliv na to, jak často se jedinci sebetrestají.

Na testování první hypotézy byla využita otázka č. 1, která zjišťovala pohlaví respondentů, a otázka č. 6 zaměřená na sebetrestání. Pro ověření nulové hypotézy byl použit chí-kvadrát test nezávislosti.

*Tabulka č. 23 Empirické četnosti  $H_1$*

	<b>Ano, často</b>	<b>Ano, občas</b>	<b>Ne, nikdy</b>	<b>Celkem</b>
<b>Dívky</b>	12	25	18	55
<b>Chlapci</b>	7	23	15	45
<b>Celkem</b>	19	48	33	100

Tabulka č. 24 Teoretické četnosti H1

	Ano, často	Ano, občas	Ne, nikdy	Celkem
<b>Dívky</b>	10,45	26,4	18,15	55
<b>Chlapci</b>	8,55	21,6	14,85	45
<b>Celkem</b>	19	48	33	100

Tabulka č. 25 Testové kritérium H1

	Ano, často	Ano, občas	Ne, nikdy	Celkem
<b>Dívky</b>	0,23	0,074	0,001	0,305
<b>Chlapci</b>	0,281	0,091	0,002	0,374
<b>Celkem</b>	0,511	0,165	0,003	0,679

### Výstup chí-kvadrát testu nezávislosti:

$$x^2 = 0,68$$

$$p = 0,7123$$

Hodnota p je vyšší než hladina významnosti 0,05 ( $0,7123 > 0,05$ ), proto nelze zamítnout nulovou hypotézu. To znamená, že neexistuje statisticky významný rozdíl v odpovědích mezi dívkami a chlapci na tuto otázku. Ačkoli se u dívek objevila odpověď „ano, často“ častěji než u chlapců, tento rozdíl není statisticky významný. Lze tedy říci, že výskyt sebetrestání podle odpovědí není podmíněn pohlavím. Na základě výsledku testu byla **H1 ZAMÍTNUTA**.

### Hypotéza č. 2: Chlapci častěji zažívají fyzickou agresi než dívky.

H2o: Pohlaví nemá žádný vliv na to, jak často jedinci zažívají fyzickou agresi.

Na testování hypotézy byla využita otázka č. 1, která zjišťovala pohlaví respondentů a otázka č. 4, která se zabývala fyzickou agresi. Pro testování nulové hypotézy byl zvolen chí-kvadrát test nezávislosti. Z důvodu nízkých teoretických četností v některých buňkách byla pro výpočet testového kritéria použita Yatesova korekce.

Tabulka č. 26 Empirické četnosti H2

	Ano, vícekrát	Ano, jednou	Ne, nikdy	Celkem
<b>Dívky</b>	6	15	34	55
<b>Chlapci</b>	2	14	29	45
<b>Celkem</b>	8	29	63	100

Tabulka č. 27 Teoretické četnosti H2

	Ano, vícekrát	Ano, jednou	Ne, nikdy	Celkem
<b>Dívky</b>	4,4	15,95	34,65	55
<b>Chlapci</b>	3,6	13,05	28,35	45
<b>Celkem</b>	8	29	63	100

Tabulka č. 28 Testové kritérium H2 (Yatesova korekce)

	Ano, vícekrát	Ano, jednou	Ne, nikdy	Celkem
<b>Dívky</b>	0,275	0,013	0,001	0,289
<b>Chlapci</b>	0,336	0,016	0,001	0,353
<b>Celkem</b>	0,611	0,029	0,002	0,642

**Výstup chí-kvadrát testu nezávislosti:**

$$x^2 = 0,642$$

$$p = 0,725$$

Testem se nepodařilo vyloučit nulovou hypotézu ( $0,725 > 0,05$ ). Na základě výsledků testu nelze přijmout hypotézu, že by chlapci zažívali fyzickou agresi ve škole častěji než dívky. Rozdíly mezi pohlavími nejsou statisticky významné. Z tohoto důvodu je **H2 ZAMÍTNUTA**.

**Hypotéza č. 3: Biatlonisti, kteří byli vyzváni ke změně své hmotnosti trenérem nebo členy klubu, častěji pocítují nespokojenost se svým tělem ve srovnání s ostatními než ti, kteří tento tlak nezažili.**

H3o: Tlak na změnu hmotnosti od trenéra nebo členů klubu nemá vliv na nespokojenost biatlonistů se svým tělem.

Hypotéza byla zpracována z dotazníkové otázky č. 9, která zjišťovala, zda se někdy biatlonisti setkali s tím, že by jim trenér nebo někdo jiný v biatlonovém prostředí řekl, že mají zhubnout, a z otázky č. 10, která nahlížela na to, jestli se sportovec někdy cítil kvůli své postavě méněcenný.

Jelikož jsou tlak na změnu hmotnosti od trenéra i pocit méněcennosti ze své postavy ordinální proměnné a předmětem zájmu je korelace mezi nimi, k testování byl zvolen Spearmanův korelační koeficient. Z testu byli vyřazeni dva respondenti, kteří na otázku č. 9 odpověděli „Nechci odpovídat“.

Vzhledem k tomu, že jsou ordinální, mají přirozené pořadí odpovědí – 1 = nikdy, 2 = zřídka, 3 = občas, 4 = ano, často.

#### **Výstup výpočtu Spearmanova korelačního koeficientu:**

$$\rho = 0,34$$

$$p = 0,0007$$

Mezi tlakem na změnu hmotnosti a pocitem méněcennosti existuje slabá ( $\rho = 0,34$ ), ale statisticky významná pozitivní korelace ( $p = 0,0007$ ). Z toho vyplývá, že s rostoucím tlakem na změnu tělesné hmotnosti biatlonisté častěji zažívají pocity nespokojenosti a méněcennosti kvůli své postavě. Na základě těchto výsledků byla zamítnuta nulová hypotéza a **H3 PŘIJATA**.

#### **Hypotéza č. 4: Dlouhodobě aktivní biatlonisté pocít'ují vyšší sociální integraci v klubu než ti s kratší historií.**

H4o: Doba, kterou se jednotlivci věnují biatlonu nemá žádný vliv na pocit sociální integrace v klubu.

Pro čtvrtou hypotézu byla využita otázka č. 3, která zjišťovala, jak dlouho se biatlonisté věnují tomuto sportu, a otázka č. 13, která sloužila k zjištění toho, zda se cítí být součástí svého klubu.

Pro ověření hypotézy byl zvolen Spearmanův korelační koeficient, protože obě zkoumané proměnné jsou ordinálního charakteru. První proměnná tedy vyjadřuje délku doby, po kterou se respondent věnuje biatlonu, a byla kódována následovně – 1 = méně než 1 rok, 2 = 1 až 3 roky, 3 = 4 až 6 let, 4 = více než 6 let. Druhá proměnná zachycuje míru začlenění do klubu a byla kódována tímto způsobem – 1 = ne, vůbec, 2 = spíše ne, 3 = spíše ano, 4 = ano, rozhodně.

#### **Výstup výpočtu Spearmanova korelačního koeficientu:**

$$\rho = -0,016$$

$$p = 0,878$$

Tyto hodnoty ukazují, že mezi délkou, po kterou se sportovec věnuje biatlonu, a jeho pocitem začlenění do klubu neexistuje žádná statisticky významná korelace. Na základě těchto výsledků je **H4 ZAMÍTNUTA**.

#### **Hypotéza č. 5: Dlouhodobě aktivní biatlonisté mají omezenější volný čas kvůli tréninkům a závodům.**

H5o: Doba, kterou se jednotlivci věnují biatlonu, nemá žádný vliv na jejich volný čas.

Pátá hypotéza se skládala z otázky č. 3, která zjišťovala, jak dlouho se biatlonisté tomuto sportu věnují, a z otázky č. 11 zabývající se tím, jaký má sport vliv na jejich volný čas. Pro ověření hypotézy byl opět zvolen Spearmanův korelační koeficient. V našem šetření byly obě proměnné očíslovány následovně. U otázky době věnované biatlonu – 1 = méně než 1 rok, 2 = 1 až 3 roky, 3 = 4 až 6 let, 4 = více než 6 let. U druhé otázky zaměřené míře omezeného volného času – 1 = ne, vůbec, 2 = zřídka, 3 = občas, 4 = ano, často.

#### **Výstup výpočtu Spearmanova korelačního koeficientu:**

$$\rho = 0,18$$

$$p = 0,0704$$

Mezi délkou, po kterou se biatlonisté věnují tomuto sportu, a mírou omezení volného času kvůli tréninkům a závodům existuje velmi slabá pozitivní korelace ( $\rho = 0,18$ ), která však není statisticky významná ( $p = 0,0704$ ). Z toho vyplývá, že

s rostoucí délkou aktivního sportování se sice mírně zvyšuje pocit omezení volného času, ale tento vztah nelze považovat za prokázaný. Na základě těchto nelze vyvrátit nulovou hypotézu, tudíž je **H5 ZAMÍTNUTA**.

**Hypotéza č. 6: Sportovci, kteří vnímají trenéra jako přátelského, mají vyšší motivaci k výkonu než ti, kteří ho vnímají jako přísného.**

H6o: Mezi vnímáním trenéra a motivací není žádný vztah.

Pro ověření šesté hypotézy byla využita otázka č. 15, která spočívala v tom, zda trenér motivuje biatlonistu k výkonu, a otázka č. 16, která zjišťovala, jak vnímají jednotlivci svého trenéra. K ověření byl využit chí-kvadrát test nezávislosti, do kterého byli zahrnuti pouze ti respondenti, kteří v otázce č. 16 označili svého trenéra za přísného nebo přátelské. K výpočtu byly sečteny možnosti ano, velmi a spíše ano, poté také spíše ne a vůbec. Důvodem bylo zvýšení vzorku, jelikož například možnost vůbec nezvolil v této souvislosti žádný respondent. Z důvodu nízkých teoretických četností v některých buňkách byla pro výpočet testového kritéria použita Yatesova korekce.

*Tabulka č. 29 Empirické četnosti H6*

	<b>Přísný trenér</b>	<b>Přátelský trenér</b>	<b>Celkem</b>
<b>Vysoká motivace</b>	8	49	57
<b>Nízká motivace</b>	2	2	4
<b>Celkem</b>	10	51	61

*Tabulka č. 30 Teoretické četnosti H6*

	<b>Přísný trenér</b>	<b>Přátelský trenér</b>	<b>Celkem</b>
<b>Vysoká motivace</b>	9,34	47,66	57
<b>Nízká motivace</b>	0,66	3,34	4
<b>Celkem</b>	10	51	61

Tabulka č. 31 Testové kritérium H6 (Yatesova korekce)

	<b>Přísný trenér</b>	<b>Přátelský trenér</b>	<b>Celkem</b>
<b>Vysoká motivace</b>	0,076	0,015	0,091
<b>Nízká motivace</b>	1,069	0,211	1,28
<b>Celkem</b>	1,145	0,226	1,371

**Výstup chí-kvadrát testu nezávislosti:**

$$x^2 = 1,371$$

$$p = 0,242$$

Testem se nepodařilo vyloučit nulovou hypotézu ( $0,242 > 0,05$ ). Na základě výsledků testu nelze přijmout hypotézu, že sportovci vnímající trenéra jako přátelského mají významně vyšší motivaci k výkonu než ti, kteří ho vnímají jako přísného. Rozdíl mezi skupinami není statisticky významný. Z tohoto důvodu je **H6 ZAMÍTNUTA**.

**Hypotéza č. 7: Dívky jsou častěji motivovány vzhledem (hezkou postavou) než chlapi.**

H7o: Pohlaví nemá vliv na to, zda sportovce motivuje vzhled.

Pro testování sedmé hypotézy byla využita otázka č. 1, která rozdělovala pohlaví, a z otázka č. 19 zaměřená na motivaci ve sportu. K ověření byl využit chí-kvadrát test nezávislosti. Z otázky č. 19 byly vytvořeny proměnné o 2 kategoriích (zaškrtnuta touha hezké postavy x nezaškrtnuta touha hezké postavy).

Tabulka č. 32 Empirické četnosti H7

	<b>Zatrženo</b>	<b>Nezatrženo</b>	<b>Celkem</b>
<b>Dívky</b>	26	29	55
<b>Chlapi</b>	11	34	45
<b>Celkem</b>	37	63	100

Tabulka č. 33 Teoretické četnosti H7

	Zatrženo	Nezatrženo	Celkem
Dívky	20,35	34,65	55
Chlapci	16,65	28,35	45
Celkem	37	63	100

Tabulka č. 34 Testové kritérium H7

	Zatrženo	Nezatrženo	Celkem
Dívky	1,569	0,921	2,49
Chlapci	1,917	1,126	3,043
Celkem	3,486	2,047	5,533

#### Výstup chí-kvadrát testu nezávislosti:

$$x^2 = 5,5332$$

$$p = 0,0187$$

Testem se podařilo vyloučit nulovou hypotézu ( $0,0187 < 0,05$ ). Na základě výsledků testu lze přijmout hypotézu, že dívky jsou častěji motivovány vzhledem (touhou po hezké postavě) než chlapci. Rozdíl mezi pohlavími je statisticky významný. Z tohoto důvodu je **H7 PŘIJATA**.

#### Hypotéza č. 8: Chlapci jsou častěji motivováni touhou být nejlepší a vítězit než dívky.

H8o: Pohlaví nemá vliv na to, zda sportovce motivuje touha být nejlepší a vítězit.

K ověření této hypotézy bylo opět čerpáno z otázky č. 1, která rozděluje pohlaví a z otázky č. 19, zaměřené na důvody motivace ve sportu. K ověření byl využit chí- kvadrát test nezávislosti. Z otázky č. 19 byly vytvořeny proměnné o 2 kategoriích (zaškrtnuta touha být nejlepší a vítězit x nezaškrtnuta touha být nejlepší a vítězit).

Tabulka č. 35 Empirické četnosti H8

	Zatrženo	Nezatrženo	Celkem
Dívky	23	32	55
Chlapci	27	18	45
Celkem	50	50	100

Tabulka č. 36 Teoretické četnosti H8

	Zatrženo	Nezatrženo	Celkem
Dívky	27,5	27,5	55
Chlapci	22,5	22,5	45
Celkem	50	50	100

Tabulka č. 37 Testové kritérium H8

	Zatrženo	Nezatrženo	Celkem
Dívky	0,736	0,736	1,472
Chlapci	0,9	0,9	1,8
Celkem	1,636	1,636	3,272

#### Výstup chí-kvadrát testu nezávislosti:

$$x^2 = 3,2727$$

$$p = 0,07044$$

Testem se nepodařilo vyloučit nulovou hypotézu ( $0,07044 > 0,05$ ). Na základě výsledků testu nelze potvrdit, že chlapci jsou statisticky významně častěji motivováni touhou být nejlepší než dívky. Rozdíl mezi pohlavími není statisticky významný. Z tohoto důvodu je **H8 ZAMÍTNUTA**.

## 9.2 Limity studie

Přestože studie přinesla cenné poznatky, je důležité zmínit několik omezení, která mohou ovlivnit interpretaci a obecnost výsledků. Jedním z hlavních limitů je nezohlednění výkonnostní úrovně sportovců. V rámci výzkumu nebylo rozlišováno, zda respondenti

provozují biatlon na rekreační, výkonnostní nebo profesionální úrovni. Není tedy známo, kolik respondentů spadá do které skupiny. Je možné, že pokud by některá z těchto úrovní byla v souboru více zastoupena, výsledky by mohly vypadat odlišně.

Dalším faktorem je věková struktura respondentů. Přibližně polovině účastníků bylo 18 let, což mohlo být způsobeno tím, že mladší respondenti potřebovali souhlas zákonného zástupce. Tento aspekt mohl ovlivnit jak velikost výběrového souboru, tak i jeho věkovou rovnováhu. Studie byla navíc založena na dotazníkovém šetření, tedy na subjektivních výpovědích respondentů. Je třeba počítat s možností zkreslení vlivem snahy odpovědět společensky žádoucím způsobem nebo nepochopením některých otázek. V neposlední řadě je třeba zmínit, že výzkum má kvantitativní charakter, což znamená, že nezachycuje hlubší souvislosti a individuální prožívání motivace. Pro hlubší porozumění by bylo vhodné doplnit výzkum o kvalitativní metody.

Pro budoucí výzkum by bylo vhodné doplnit otázky zaměřené na výkonnostní úroveň respondentů, aby bylo možné analyzovat výsledky v kontextu sportovní zkušenosti. Také by bylo přínosné zajistit vyrovnanější věkové složení vzorku.

### **9.3 Interpretace výsledků**

Tato část slouží k shrnutí výsledků z výzkumného šetření. Hlavní výzkumná otázka zněla takto: „*Jak prostředí biatlonu ovlivňuje mladé sportovce z hlediska sociálních, psychologických a etických faktorů?*“ Pro širší pohled do této problematiky bylo k otázce vytvořeno několik dalších dílčích otázek.

První výzkumná otázka zněla: „*Jak se liší projevy agrese a sebetrestání mezi dívkami a chlapci v biatlonovém prostředí?*“ Výsledky ukázaly, že většina sportovců se s agresivním chováním během závodů nesetkává často, což může souviset s charakterem biatlonu jako převážně nekontaktního sportu. Přesto se s fyzickou agresí minimálně jednou setkala více než třetina respondentů (29 % = 29 osob, z toho 15 dívek a 14 chlapců), a 8 % (8 osob, z toho 6 dívek a 2 chlapci) ji zažilo opakovaně, což naznačuje, že určité formy nevhodného chování se mezi závodníky vyskytují. Zajímavým zjištěním je také častý výskyt sebetrestajícího chování. Přibližně dvě třetiny sportovců (67 % = 67 osob, z toho 37 dívek a 30 chlapců) přiznaly, že se někdy za svůj výkon trestají, ať už slovně, nebo zvýšenou fyzickou námahou. Dle osobního názoru může tato reakce souviset s vnitřním tlakem na výkon, jistým perfekcionismem nebo přístupem

trenérů. Pohlaví však v tomto ohledu nehrálo zásadní roli, ačkoli u dívek se sebetrestání vyskytovalo častěji.

Druhá výzkumná otázka se zabývala tím, jaký vliv má tlak na tělesnou hmotnost v biatlonovém prostředí na vnímání vlastního těla sportovců. Z výsledků výzkumu je zřejmé, že vnímání tělesné hmotnosti představuje pro část mladých biatlonistů citlivé téma. Ačkoliv většina respondentů (77 %) nikdy neslyšela poznámku na svou váhu ze strany trenérů nebo jiných osob z biatlonového prostředí, zbylá část se s takovým tlakem již setkala, ať už výjimečně, občas nebo opakovaně. Dva respondenti se rozhodli na tuto otázku vůbec neodpovědět, což může ukazovat na to, že pro ně bylo téma příliš osobní či nepříjemné. Významným zjištěním je, že většina sportovců (63 %) někdy zažila pocity nespokojenosti se svou postavou, případně se srovnávala s ostatními závodníky. Tyto pocity se objevovaly od občasného znejistění až po časté pocity méněcennosti. Výzkum tak potvrzuje, že i v biatlonovém prostředí, které není na první pohled esteticky zaměřené, může docházet k vnitřnímu tlaku na ideální tělesnou podobu. Statistická analýza navíc ukázala, že s rostoucím výskytem komentářů na hmotnost roste i pravděpodobnost, že se sportovec bude cítit méněcenně kvůli své postavě. I když korelace nebyla silná, byla statisticky významná, což může ukazovat na eticky problematický dopad hodnotících výroků na psychiku mladých sportovců. Osobním názorem je, že z pohledu trenérské etiky je důležité, aby bylo téma tělesné hmotnosti řešeno citlivě, neveřejně a s ohledem na věk a psychickou zralost sportovce. Může to být prevencí před záporným dopadem na sebevědomí a přispět k rozvoji nezdravého vztahu k vlastnímu tělu nebo k riziku vzniku poruch příjmu potravy.

Třetí výzkumná otázka zněla: „*Jak se promítá zapojení do biatlonu v sociálním životě mladých sportovců a jejich volnočasového chování?*“ Výsledky ukázaly, že biatlon výrazně ovlivňuje volnočasové chování většiny mladých sportovců. Přibližně tři čtvrtiny respondentů (73 %) uvedly, že kvůli závodům a tréninkům musí omezovat jiné aktivity, ať už často, nebo občas. Tento výsledek dle mého názoru poukazuje na fakt, že sportovní angažovanost může být spojena s určitými sociálními kompromisy a omezeními. Na druhou stranu je pozitivní zjištění, že drtivá většina sportovců (92 %) se cítí být součástí svého týmu a dobře začleněna do kolektivu. Tento silný pocit sounáležitosti může vynahrazovat to, že se sportovec vzdává jiných forem trávení volného času. Kolektiv v té chvíli může fungovat nejen jako tréninkové prostředí, ale i jako prostředí sociální. Zapojení do biatlonu tedy významně ovlivňuje každodenní život mladých sportovců, ale

zároveň poskytuje prostor pro pozitivní sociální vazby. Je důležité dbát na to, aby sport nevytlačoval ostatní důležité oblasti života dětí a mládeže, a zároveň podporoval zdravé a přátelské týmové prostředí.

Čtvrtá výzkumná otázka se zabývá tím, jaký styl trenérského vedení ovlivňuje motivaci sportovců v biatlonovém prostředí. Většina respondentů (82 %) vnímá svého trenéra jako pozitivní motivační sílu, která je podporuje v dosahování lepších výkonů. Jen malé procento sportovců uvedlo, že od trenéra dostatečnou podporu necítí. Z hlediska stylu vedení trenéra bylo nejčastěji uváděno přátelské, demokratické chování. Téměř polovina dotázaných trenéra popsala jako otevřeného a respektujícího názor sportovců, zatímco autoritativní styl vedení se v odpovědích objevoval výrazně méně. To může být známkou toho, že v biatlonovém prostředí převažuje respektující a motivující přístup, který klade důraz na vztah a důvěru. Přestože statistická analýza neprokázala významný rozdíl mezi skupinami sportovců podle typu trenéra, v celkovém pohledu se ukazuje, že přátelský styl vedení je vnímán pozitivně a často je spojován s vyšší motivací. Absence statistické významnosti může být ovlivněna relativně malou velikostí skupin s přísným trenérem, které byly početně slabě zastoupené. Z hlediska etiky lze říci, že trenérský styl založený na důvěře, otevřenosti a podpoře představuje důležitý prvek. I když výzkum nedokládá přímou příčinnou souvislost, osobním názorem je, že především děti, ale i mládež se mnohem více těší na tréninky a závody, z kterých nemusí mít předem strach, protože cítí v trenérovi bezpečí.

Poslední, pátá hypotéza zní: „*Liší se motivace k biatlonu mezi dívkami a chlapci?*“ Výsledky výzkumu ukazují, že motivace k biatlonu se mezi dívkami a chlapci v některých oblastech liší. Zatímco základní motivační faktory jako zábava, fyzická kondice nebo týmová sounáležitost byly významné napříč pohlavími, objevily se také genderově specifické tendence. U dívek se například častěji objevovala motivace dosáhnout hezké postavy a tento rozdíl byl také statisticky významný. To může dle našeho názoru souviset s vnějším tlakem na všude prosazovaný ideál krásy a sebekritickým pohledem, který dívky v dospívání často zažívají. Naopak motivace být nejlepší a vítězit se u chlapců objevovala častěji, ale nedosáhla statisticky významného rozdílu. Je zajímavé, že dívky se od chlapců v této motivaci zásadně nelišily, což ukazuje na to, že soutěživost je ve sportu přirozeně přítomná napříč pohlavími. Celkově lze říci, že motivace mladých biatlonistů je pestrá a tvořena kombinací osobních, týmových a vnějších faktorů. Pohlaví v některých případech motivaci ovlivňuje, ale základní

hodnoty, jako je radost z pohybu, kolektiv nebo výkonnostní růst, jsou společné všem sportovcům.

Prostředí biatlonu má tedy výrazný vliv na mladé sportovce v několika rovinách. Ovlivňuje jejich motivaci, psychickou pohodu, sociální vztahy i vnímání sebe sama. Biatlon, stejně jako jiné sporty, významně utváří sociální život sportovců. Většina biatlonistů se cítí být součástí týmu. Tréninková skupina může poskytovat podporu a fungovat jako druhá rodina, což může dle osobního názoru pozitivně ovlivňovat motivaci i setrvání ve sportu. Biatlonové prostředí může mít také jak pozitivní, tak negativní dopady na psychiku sportovců. I etické otázky hrají v biatlonu důležitou roli, přestože nejde o kontaktní sport s přímými konflikty mezi závodníky. Celkově lze říci, že biatlonové prostředí může být pro mladé sportovce jak podporující, tak také zdrojem tlaku a psychické zátěže. Klíčovou roli hraje to, jak je sportovní prostředí nastaveno, zda podporuje zdravý vývoj sportovce, nebo naopak přispívá k jeho nejistotě a vyčerpání.

## ZÁVĚR

Tato bakalářská práce se zaměřila na vnímání etiky v biatlonovém prostředí a její vliv na mladé sportovce. Cílem bylo porozumět sociálním, psychologickým a etickým faktorům, které ovlivňují jejich sportovní zkušenost. Motivací pro výběr tématu byla vlastní dlouholetá zkušenost s biatlonem a potřeba upozornit na aspekty sportovního prostředí, které mohou mít zásadní dopad na vývoj mladých sportovců.

Výsledky byly získány prostřednictvím kvantitativního dotazníkového šetření mezi mladými biatlonisty ve věku třinácti až osmnácti let. Dotazník obsahoval dvacet tři otázek rozdělených do tematických sekcí. Zajímavým zjištěním bylo, že velká část sportovců se často sebetrestá za svůj výkon, a to buď formou negativních myšlenek, nebo zvýšené fyzické zátěže. Dalším důležitým poznatkem bylo, že značná část biatlonistů někdy zažila pocity méněcennosti kvůli své tělesné hmotnosti, přičemž sportovci, kteří byli vystaveni tlaku na změnu hmotnosti od trenéra nebo okolí, vykazovali vyšší míru nespokojenosti se svým tělem. Dále se ukázalo, že většina mladých biatlonistů vnímá svůj tým pozitivně a cítí se být jeho součástí, což může naznačovat kolektivního ducha. Přestože sport klade vysoké nároky na volný čas, většina respondentů uvedla, že biatlon považuje za důležitou součást svého života a že jim sport přináší radost a motivaci k osobnímu rozvoji.

Na základě výsledků lze konstatovat, že cíle práce byly naplněny. Výzkum poskytl odpovědi na výzkumné otázky a přinesl pohled na etické, sociologické a psychologické aspekty biatlonového prostředí. Z osmi formulovaných hypotéz byly dvě potvrzeny a šest zamítnuto. Mezi přijaté hypotézy patří zjištění, že dívky jsou častěji motivovány sportováním kvůli touze po hezké postavě než chlapci a že tlak na změnu tělesné hmotnosti zvyšuje pocity méněcennosti u sportovců. Naopak se například nepotvrdilo, že chlapci častěji zažívají fyzickou agresi nebo že sportovci vnímající trenéra jako přátelského mají vyšší motivaci než ti, kteří ho vnímají jako přísného.

Díky vlastní zkušenosti i výsledkům této práce vnímám problematiku etiky ve sportu jako klíčovou, přesto často opomíjenou. Sport by měl být nejen prostředkem k dosažení výkonu, ale také prostorem pro rozvoj osobnosti, týmového ducha a pozitivního vztahu k pohybu. Bohužel ne vždy tomu tak je a jak ukázala také zjištění předloženého výzkumu, nevhodné sportovní prostředí a tlak na výkon mohou mít

negativní psychické dopady, což je obzvláště závažné u dětí a mládeže v citlivém vývojovém období.

Do budoucna by bylo vhodné věnovat se této problematice hlouběji nejen v biatlonu, ale i v dalších sportovních odvětvích. Výsledky předloženého výzkumu by mohly sloužit jako podklad pro širší diskuzi mezi trenéry, sportovními psychology nebo organizátory mládežnického sportu. Věřím, že pokud se podaří vytvořit prostředí s důrazem na zdravou etiku, může to nejen podpořit lepší výkony, ale především přispět ke zdravému vývoji mladých sportovců a jejich celoživotnímu pozitivnímu vztahu ke sportu.

## SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

### Tištěné zdroje:

BLÁHA, Jiří a DYTRT, Zdenek. *Manažerská etika*. Praha: Management Press, 2003. ISBN 80-7261-084-8.

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

CÍCHA, Jaroslav. *Biatlon: Cesta na vrchol*. Praha: Grada Publishing, 2016. ISBN 978-80-271-0154-2.

ČECHÁK, Vladimír a LINHART, Jiří. *Sociologie sportu*. Praha: Olympia, 1986.

DOVALIL, Josef a kol. *Olympismus*. Praha: Olympia, 2004. ISBN 80-7033-871-7.

GAVORA, Peter. *Úvod do pedagogického výzkumu*. 2. vyd. dopl. Brno: Paido, 2010. ISBN 978-80-7315-185-0.

GREXA, Ján a STRACHOVÁ, Milena. *Dějiny sportu: Přehled světových a českých dějin tělesné výchovy a sportu*. Brno: Muni Press, 2016. ISBN 978-80-210-5458-5.

HARTL, Pavel a HARTLOVÁ, Helena. *Psychologický slovník*. 2. vyd. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-569-1.

HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Lékařská etika*. 4. vyd. dopl. Praha: Galén, 2015. ISBN 978-80-7492-204-6.

HOGENOVÁ, Anna. *Etika a sport*. Praha: Karolinum, 2000. ISBN 80-7184-499-3.

CHRÁSKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu*. 2. dopl. vyd. Praha: Grada Publishing, 2016. ISBN 978-80-247-5326-3.

JANSA, Petr a kol. *Pedagogika sportu*. 2. vyd. Praha: Karolinum, 2020. ISBN 978-80-246-3986-4.

KAŠPER, Zdeněk. *Historie biatlonu do konce dvacátého století: Ucelený pohled na vývoj a výsledky olympijského sportovního odvětví*. Brno: Muni Press, 2006. ISBN 80-210-3963-9.

KOŘENEK, Josef. *Lékařská etika*. 2. vyd. dopl. Praha: Triton, 2004. ISBN 80-7254-538-8.

PERIČ, Tomáš. *Sportovní příprava dětí*. 2. vyd. dopl. Praha: Grada Publishing, 2008. ISBN 978-80-247-2643-4.

PETRÁŠ, Václav. *Jak vychovat z dítěte sportovce: bez typických rodičovských chyb*. Praha: Portál, 2024. ISBN 978-80-262-2127-2.

SEKOT, Aleš. *Pohybové aktivity pohledem sociologie*. Brno: Muni Press, 2015. ISBN 978-80-210-7918-2.

SEKOT, Aleš. *Sociologické problémy sportu*. Praha: Grada Publishing, 2008. ISBN 978-80-247-2562-8.

SEKOT, Aleš. *Sport a společnost*. Brno: Paido, 2003. ISBN 80-7315-047-6.

SEMRÁDOVÁ, Ilona. *Etika: Přehled etických teorií*. 4. vyd. upr. Hradec Králové: Gaudeamus, 2009. ISBN 978-80-7041-575-7.

SLEPIČKA, Pavel; HOŠEK, Václav a HÁTLOVÁ, Běla. *Psychologie sportu*. 2. vyd. Praha: Karolinum, 2009. ISBN 978-80-246-1602-5.

SVOBODA, Bohumil. *Stručná pedagogika sportu*. Praha: Karolinum, 1996. ISBN 80-7184-325-3.

ŠTĚRBOVÁ, Dana; PERNICOVÁ, Hana; KROL, Petr a ŠAFÁŘ, Michal. *Sportovní psychologie: průvodce teorií a praxí pro mladé sportovce, jejich rodiče a trenéry*. Praha: Grada Publishing, 2022. ISBN 9788027131365.

TROJAN, Josef. *Biatlon: 1923-2014: od vojenských hlídek k biatlону*. Vlkov: Helena Rezková, 2014. ISBN 978-80-905700-0-9.

### **Elektronické zdroje:**

RADA EVROPY. *Kodex sportovní etiky: "Ten kdo hraje čestně je vždy vítězem" (Fair play – The Winning Way)* [online]. Strasbourg: Rada Evropy, 1992. Dostupné z: <http://fisaf.cz/wp-content/uploads/kodex-sportovni-etiky.pdf> [cit. 25.02.2025]

# PŘÍLOHY

## Příloha č. 1 Dotazník

Ahoj, biatlonistky a biatlonisti,

jmenuji se Klára Sýkorová a stejně jako vy se věnuji biatlonu. Zároveň také studuji na Univerzitě Pardubice, kde jsem ve 3. ročníku a momentálně píšu bakalářskou práci. K dokončení studia potřebuji právě Vaši pomoc.

Tento dotazník slouží k vypracování praktické části mé bakalářské práce a je určen pro mladé biatlonisty ve věku 13–18 let. Dotazník je zcela ANONYMNÍ, jeho vyplnění je dobrovolné, nemusíte se účastnit, případně můžete kdykoliv odstoupit!

Vyplnění trvá zhruba 5 minut. U závodníků, kteří jsou ve věku 13–17 let, potřebuji zároveň vyplnit jednoduchý souhlas rodičů, jinak Vaše odpovědi nebudu moct považovat za platné.

Kdybyste si s čímkoliv nebyli jisti, tak se na mě můžete kdykoliv obrátit na mém e-mailu nebo telefonním čísle: sykorka.klarka@seznam.cz, +420 728 009 404. Děkuji za pomoc každého z Vás.

Potvrzuji, že souhlasím s účastí v tomto anonymním dotazníku

- Souhlasím

### Obecné informace

1. Jaké je tvé pohlaví?
  - a) Žena
  - b) Muž
  - c) Jiné
2. Kolik je ti let?
  - a) 13–15 let
  - b) 15–17 let
  - c) 18 let
3. Jak dlouho se věnuješ biatlonu?
  - a) Méně než 1 rok
  - b) 1–3 roky
  - c) 4–6 let
  - d) Více než 6 let

#### Agrese a šikana v biatlonu

4. Zažil/a jsi někdy během závodu situaci, kdy do tebe jiný závodník záměrně strčil, blokoval tě nebo tě jinak fyzicky omezil?
  - a) Ano, vícekrát
  - b) Ano, jednou
  - c) Ne, nikdy
  
5. Setkal/a ses během závodu nebo tréninku s tím, že by na tebe jiný závodník křičel, nadával ti nebo se choval jinak slovně agresivně?
  - a) Ano, vícekrát
  - b) Ano, jednou
  - c) Ne, nikdy
  
6. Stalo se ti někdy, že by ses kvůli špatnému výkonu sám/sama na sebe zlobil/a tak, že sis třeba slovně nadával/a, nebo ses trestal/a (např. vynechal/a jídlo, běžel/a jsi navíc)?
  - a) Ano, často
  - b) Občas
  - c) Ne nikdy
  
7. Setkal/a ses ve svém biatlonovém klubu s tím, že by starší nebo "lepší" závodníci šikanovali mladší a "slabší" členy?
  - a) Ano, vícekrát
  - b) Ano, jednou
  - c) Ne, nikdy
  
8. Zažil/a jsi osobně, že by tě někdo z biatlonového kolektivu zesměšňoval, urážel, nebo tě jinak slovně ponižoval?
  - a) Ano, vícekrát
  - b) Ano, jednou
  - c) Ne, nikdy

#### Poruchy příjmu potravy

9. Setkal/a ses někdy s tím, že by ti trenér nebo někdo jiný v biatlonovém prostředí řekl, že bys měl/a zhubnout nebo jinak změnit svoji hmotnost?
  - a) Ano, často
  - b) Občas
  - c) Zřídka
  - d) Ne, nikdy
  - e) Nechci na toto téma odpovídat (např. je to pro mě citlivé)

10. Cítil/a ses někdy kvůli své postavě méněcenný/á nebo nespokojený/á ve srovnání s ostatními biatlonisty ve tvém okolí?
- a) Ano, často
  - b) Občas
  - c) Zřídka
  - d) Ne, nikdy

### Socializace

11. Ovlivňuje biatlon tvůj volný čas tak, že se kvůli němu musíš vzdávat jiných aktivit (např. kamarádi, koníčky)?
- a) Ano, často
  - b) Občas
  - c) Zřídka
  - d) Ne, vůbec
12. Máš pocit, že ti sport pomohl získat uznání a respekt mezi kamarády?
- a) Ano, rozhodně
  - b) Spíše ano
  - c) Spíše ne
  - d) Ne, vůbec
13. Cítíš se ve svém biatlonovém klubu dobře po sociální s.ánce (např. máš pocit, že jsi součástí party, že tě ostatní berou)?
- a) Ano, rozhodně
  - b) Spíše ano
  - c) Spíše ne
  - d) Ne, vůbec
14. Máš pocit, že se ve vašem klubu více dbá na výsledky a výkon, nebo na týmovou pohodu a dobré vztahy?
- a) Rozhodně více na výsledky a výkon
  - b) Spíše na výsledky a výkon
  - c) Spíše na týmovou pohodu a vztahy
  - d) Rozhodně na týmovou pohodu a vztahy

### Trenér

15. Motivuje tě trenér k lepším výkonům?
- a) Ano, velmi
  - b) Spíše ano
  - c) Spíše ne
  - d) Vůbec
  - e) Nechci na toto téma odpovídat (např. je to pro mě citlivé)

16. Jak bys popsal svého trenéra?

- a) Přísný, vyžaduje poslušnost a plnění úkolů (autoritativní typ)
- b) Přátelský, otevřený, bere ohled na naše názory (demokratický typ)
- c) Emotivní, někdy až příliš náročný, bere si věci osobně (intenzivní typ)
- d) Uvolněný, často improvizuje, nechává nám volnost (liberální typ)
- e) Precizní, vše má promyšlené, ale působí chladně (chladný počtář)
- f) Nechci na toto téma odpovídat (např. je to pro mě citlivé)

17. Považuješ svého trenéra za člověka, kterému by ses nebál/a svěřit s osobním problémem?

- a) Ano
- b) Spíše ano
- c) Spíše ne
- d) Ne
- e) Nechci na toto téma odpovídat (např. je to pro mě citlivé)

18. Máš pocit, že tvoji rodiče respektují rozhodnutí trenéra?

- a) Ano
- b) Spíše ano
- c) Spíše ne
- d) Ne

### Motivace

19. Co je pro tebe motivací k tréninku biatlonu? (více možných odpovědí)

- a) Zábava, protože mě to baví
- b) Chci být nejlepší, vítězit
- c) Chci zlepšit svou fyzickou kondici
- d) Chci mít hezkou postavu
- e) Chci se naučit něco nového
- f) Chci být součástí týmu
- g) Chci být obdivován okolím

20. Ovlivňují tě při sportu vzory (např. slavní sportovci)?

- a) Ano, hodně
- b) Spíše ano
- c) Spíše ne
- d) Vůbec ne

21. Připadá ti, že chlapci v týmu mezi sebou více soutěží než dívky? (1 – rozhodně chlapci, 2 – nejspíše chlapci, 3 – stejně dívky i chlapci, 4 – nejspíše dívky, 5 – rozhodně dívky)

- Rozhodně chlapci    1    2    3    4    5    Rozhodně dívky

22. Připadá ti, že dívky v týmu více řeší vztahy a atmosféru v kolektivu než chlapci? (1 – rozhodně dívky, 2 – nejspíše dívky, 3 – stejně dívky i chlapci, 4 – nejspíše chlapci, 5 – rozhodně chlapci)

- Rozhodně dívky    1    2    3    4    5    Rozhodně chlapci

23. Prostor na vyjádření k faktorům, které tě v biatlonu ovlivňují (nepovinné)

## **Příloha č. 2 Souhlas se zpracováním údajů a odkaz na dotazník**

Dobrý den,

jmenuji se Klára Sýkorová a momentálně píšu bakalářskou práci, která je zaměřená na význam etiky ve sportu. Jelikož od svých 13 let trénuji a závodím v biatlonu, tak jsem se rozhodla práci cílit na biatlonové odvětví.

Jaký je cíl mé práce?

Cílem mé bakalářské práce je zjistit, jak děti vnímají sportovní prostředí, především z hlediska etiky a fair play. Chci se zaměřit na to, jaké zkušenosti děti mají se sportovním chováním – například zda se setkaly s nespravedlivým jednáním, agresí, nebo naopak s podporou a férovým přístupem. Rozebírám také otázky toho typu, jaké faktory ovlivňují sportování dětí a mládeže – například socializace ve sportovním klubu, to, jak jsou ve sportu vnímaná jednotlivá pohlaví nebo jaký má na dítě vliv trenér. Výsledky výzkumu by mohly pomoci lépe porozumět tomu, co děti ve sportu prožívají a případně přispět k tomu, aby se sportovní prostředí stalo pro ně co nejvíce pozitivním a motivujícím.

Jak probíhá sběr dat?

Sběr dat pro moji bakalářskou práci probíhá formou anonymního dotazníku, který je elektronicky rozeslán mladým biatlonistkám a biatlonistům. I přesto, že potřebuji informovaný souhlas vzhledem k věku respondentů, se přímo v dotazníku nikde neuvádí jméno ani jiné osobní údaje, podle kterých by bylo možné dítě a jeho odpovědi identifikovat. Vyplnění je dobrovolné – pokud se Vaše dítě nebude chtít zapojit, je to naprosto v pořádku. Zároveň může kdykoliv odstoupit a dotazník nedokončit. Výsledky budou sloužit pouze k účelu mé bakalářské práce a budou zpracovány v obecné podobě – žádné odpovědi nebudou spojeny s konkrétní osobou.

Upozornění

Dítě, které se nachází ve věku 13–17 let, potřebuje k platným výsledkům z dotazníku vždy souhlas zákonného zástupce. Ve chvíli, kdy mi nebudou vycházet čísla takových respondentů s počty souhlasů zákonných zástupců, budu muset některé výsledky považovat za neplatné! Z tohoto důvodu se dítěti ukáže odkaz na dotazník po odeslání souhlasu na závěrečné straně.

Máte dotazy?

Samozřejmě se na mě můžete obrátit, Vy i Vaše dítě, a já Vám ráda zodpovím všechny otázky. Kontaktovat mě můžete prostřednictvím mého telefonního čísla nebo e-mailu: +420 728 009 404, sykorka.klarka@seznam.cz

Moc děkuji za Vaši pomoc a spolupráci. Každý jeden vyplněný dotazník mi velmi pomůže!

**PO POTVRZENÍ ODESLÁNÍ SE VÁM UKÁŽE ODKAZ NA SAMOTNÝ DOTAZNÍK**

1. Jméno a příjmení zákonného zástupce
2. E-mail zákonného zástupce pro případné ověření souhlasu
3. Jméno a příjmení dítěte
4. Věk dítěte
  - a) 13–15 let
  - b) 15–17 let
5. Informovaný souhlas s výzkumem
  - Souhlasím
6. Souhlas se zpracováním údajů
  - souhlasím