

Jaké důvody (motivy) udržují vysokoškoláky u závodního sportování?

Zdeněk VALJENT

Ústav tělesné výchovy a sportu, České vysoké učení technické v Praze

Abstract

Reprezentativní soubor tvořilo 232 studentů- reprezentantů ČVUT, 94 dívek (40,5%) a 138 chlapců (59,5 %). Hlavní empirický výzkum byl proveden neinvazivním deskriptivním zjišťováním za použití kvantitativní diagnostické metody – dotazníkového šetření (Likertova sedmibodová škála).

Sportovce ČVUT z obecných motivů nejvíce přivádějí ke sportu důvody jako relaxace, kompenzace a snižování tenze na prvním místě; důvody zábavy, sociálního kontaktu a přátelství na druhém místě a důvody zdatnosti, zdraví a dokonalého vzhledu na třetím místě. Děvčata přiznávají souhrnně intenzivnější důvody k závodnímu sportování, než chlapci. Nejvyšším důvodem je pro celý soubor motiv “bavit se tím pro svou radost” (průměr na škále a směrodatná odchylka 6,30 (0,95)).

Klíčová slova: kvantitativní výzkum, motivace, závodní sport, vysokoškoláci, technická univerzita

Úvod

V několika svých studiích jsem se zabýval problematikou Aktivního životního stylu vysokoškoláků. V podstatě nyní již známe, že až kolem 90 % vysokoškoláků má kladný vztah k tělesné výchově a sportu (Broska, 2002; Kukačka, 2009; Lenková, Rubická; 2002; Valjent, 2000, 2005, 2010b). Zjistil jsem také, že studenty Techniky z obecných motivů nejvíce přivádějí ke sportu důvody jako relaxace, kompenzace a snižování tenze na prvním místě; důvody zábavy, sociálního kontaktu a přátelství na druhém místě a důvody zdatnosti, zdraví a dokonalého vzhledu na třetím místě (Valjent, 2010a, 2010b). V oblasti závodního sportu jsem již také odhalil příčiny toho tak na vysoké škole dost častého jevu- zanechávání závodního sportu. U studentů vyšších ročníků jsou to (v pořadí): nedostatek volného času, vysoké studijní zatížení, rozpadající se sportovní parta, změna bydlení do Prahy a dalších 11 méně podstatných příčin atd. (Valjent, 2009).

Zdá se proto, že do výčtu této problematiky také na druhou stranu chybí najít důvody a motivy, které ještě drží vysokoškolské studenty u závodního sportu. A proto se tomu budu věnovat v této studii.

Teoretická východiska

Zahariadis a Biddle (2000) soudí, že důležitost sportu a tělovýchovy v životě studentů všech typů škol nás vede k potřebě pochopit motivaci mladých lidí k fyzické aktivitě. Proto je oblast motivace (též postojů, důvodů) k pohybové aktivitě především v zahraniční literatuře velice probádanou oblastí. Různí autoři se jí věnují velice podrobně a rozmanitě, i když se přímo nemusí týkat univerzitní mládeže. Zabývají se studii provedenými na mládeži celého věkového spektra, hodně zejména na dětech (Gill et al., 1983; Wang, Wiese-Bjornstal, 1996). Většina studií konstatuje, že mládež sportuje z jednoduše identifikovatelných pohnutek. Jedná se o získání nových dovedností a zdokonalení se v nich, pro výsledek a společenské postavení, soutěž, vybití se, zábavu, výzvu, kondici, kamarádství, nebo snahu začlenit se (Gill et al., 1983; Wankel, Kreisel, 1984; Klint, Weis, 1986; Wang, Wiese- Bjornstal, 1996).

Průzkum motivů ke sportu u dospělé populace také zjistil mnoho důvodů. Většina studií potvrzuje, že mezi hlavními důvody jsou zdravotní benefity (Trembath et al.; 2002).

Dalšími pohnutkami k fyzické aktivitě jsou hlídání váhy, možnost soutěžit, zábava, fyzický vzhled, vyrovnávání se se stresem, relaxace, společenský kontakt (Cash, Novy, Grant, 1994; Trembath et al., 2002; Yu, 2006).

Velice podnětná je také britská studie, která hledá odpověď na otázku, jestli s denní dobou se mění motivace ke sportu. Zjistila, že jednotlivé motivy se moc nemění s výjimkou “orientace k úspěchu” a “cizího faktoru”, které jsou vyšší ráno než večer a také faktoru “sebezdokonalení”, který je naopak vyšší večer, než ráno (Trembath et al., 2002).

Také Bodnaruková (2009) se u nás ve svém nejnovějším výkumu zabývá otázkou: Proč cvičíme? Většina pravidelně cvičících uvádí, že to dělají kvůli tomu, aby se udržovali v kondici, a kvůli dobrému zdraví. Téměř polovina pak říká, že chodí sportovat, aby se odreagovali od práce. Pokud sledovala, jaké důvody uvádějí muži a ženy, je udržování v kondici důvodem, který muži i ženy uvádějí na prvním místě. Druhý nejčastěji uváděný důvod je však již u žen a mužů odlišný. Pro muže je jím hlavně odreagování se od práce (u žen je tento důvod na 3. místě), zatímco pro ženy je „dvojkou“ skutečnost, že si sportem formují svou postavu a pečují tak o svůj přitažlivý vzhled. Tento důvod uvádějí muži až na 4. místě. Častějším důvodem je pro muže fakt, že si bez sportu nedokáží svůj život představit. Péče o postavu a přitažlivý vzhled je velice silným motivátorem ke sportu pro skupinu mladých ve věku 18 – 29 let. Tento důvod uvedla celá polovina z nich.

Podobný názor zjistily ve svém průzkumu na souboru vysokoškolaček prešovské univerzity Lenková, Dračková a Rubická (2009), když konkrétním sledovaným problémem zde byly motivační faktory ke cvičení. Když ve věkové kategorii do 20 let je motiv “formování postavy” na prvním místě (100%), s přibývajícím věkem jeho preference klesá. S motivem “upevnění zdraví” to je přesně opačně, jeho preference se se zvyšujícím věkem zvyšuje. S přibývajícím věkem dochází přímoúměrně ke zvyšování hmotnosti a to se odzrcadluje i v preferenci motivu “zhubnutí” u starších respondentek. Motiv psychického uvolnění a relaxace má pak stejnou tendenci.

V kinantropologickém výzkumu jsou nejznámějšími teoriemi v oblasti postojů k pohybové aktivitě Wearova teorie (Wear, 1951) a Kenyonova teorie (In Pecha, 2005). Wear dělí postoje na 1. tělesné a zdatnostní; 2. sociální; 3. emocionální; 4. všeobecné. Kenyon pak vychází z Wearovi teorie a neomezuje ji jen na školní tělesnou výchovu. Kenyon tyto postoje dělí na : 1. tělesné (zdravotní) a zdatnostní; 2. sociální; 3. estetické; 4. očistu a katarzi; 5. vyhledávání vzrušení, rizika; 6. asketickou oblast. Další zajímavé teorie rozdělení postojů k pohybové aktivitě ve svých publikacích vyjádřili :

Koivula (1999)- 1. fyzické zdraví; 2. nálada/odstranění stresu; 3. dovednosti; 4. zábava/potěšení, radost; 5. soutěžení/vzrušení; 6. pobyt ve společnosti; 7. růst svalů; 8. vzhled; 9. kontrola hmotnosti.

Zahariadis a Biddle (2000)- 1. týmový duch; 2. tělesná zdatnost, zdraví; 3. uvolnění pohybem; 4. dovednosti, soutěžení; 5. kamarádství; 6. status uznání; 7. jiné;

Trembath et al. (2002)- 1. orientace na úspěch; 2. orientace na spolupráci; 3. orientace na zdatnost, kondici, zdraví; 4. zvyšování vlastní kvalifikace; 5. popularita; 6. zahánění nudy; 7. vedlejší vlivy; 8. jiné.

Brown, T. (2002)- 1. nálada; 2. zdraví; 3. vzhled; 4. pobyt ve společnosti.

Yu, H. Ch. (2006) - 1. zdraví; 2. tělesný vzhled; 3. vlastní pocit; 4. sociální potřeba; 5. potěšení, radost.

Mezi těmito teoriemi má své plnohodnotné místo i Svobodova (1971) teorie postojů k pohybové aktivitě, která rozděluje tyto postoje do jednotlivých dimenzí: 1. zdraví a zdatnost; 2. rozvoj osobnosti, charakterové vlastnosti; 3. sociální zkušenost; 4. vzrušení, riziko, odvahu; 5. estetickou zkušenost; 6. relaxaci, uvolnění.

Pro účely svých studií jsem si na základě uvedené literatury (zejména Svobody) a podle svého úsudku rozdělil jednotlivé motivy (důvody) k pohybové aktivitě do těchto 7 dimenzí (Valjent, 2010a, 2010b):

Dimenze I.- důvody k výkonu, výkonnosti, soutěžení, úspěchu.

Dimenze II.- důvody k rozvoji osobnosti, charakteru, morálně- volních vlastností.

Dimenze III.- důvody k zábavě, sociálnímu kontaktu, přátelství.

Dimenze IV.- důvody k napětí, riziku, odvaze a dobrodružství.

Dimenze V.- důvody k estetickým zkušenostem, kráse a ladnosti pohybu.

Dimenze VI.- důvody k relaxaci, kompenzaci, snižování tenze, radosti z pohybu.

Dimenze VII.- důvody ke zdatnosti, zdraví a dokonalému vzhledu.

Metodika

Cílem této práce je u studentů – sportovních reprezentantů ČVUT v Praze : a) identifikovat jednotlivou intenzitu 40 vybraných indikátorů - důvodů vedoucích k závodnímu sportování; b) stanovit jejich pořadí; c) na jejich základě zjistit rozdíl mezi studenty a studentkami.

Nalezení vhodných indikátorů

V roce 2007 jsem na ČVUT v Praze při hodinách tělesné výchovy sportovních specializací: kondiční posilování, florbal, bowling, plavání, turistika, zvláštní TV, aerobik a bodystyling oslovil cvičící studenty v celkovém počtu 313, aby mi odpověděli na otázky : „co vás přivádí k účasti na pohybových aktivitách“; -,co vás motivuje k účasti na sportu“ (Valjent, 2007). V souvislosti k 7 určeným dimenzím motivace ke sportu jsem pak jejich nejvíce se vyskytující výroky zařadil jako indikátory do tohoto následujícího výzkumu.

Hlavní empirický výzkum byl proveden neinvazivním deskriptivním zjišťováním za použití kvantitativní diagnostické metody – dotazníkového šetření. To bylo provedeno v průběhu několika reprezentačních akcí ČVUT v letech 2008- 2010, jichž se zúčastnilo celkem 241 sportovců. Z nich nikdo vyplnění dotazníku neodmítl, plně vyplněných jich však bylo jen 232.

Při analýze kvantitativních dat jsem použil jako metody pro určení polohy a rozptýlení – průměr na škále (aritmetický průměr) a směrodatnou odchylku (Std.), neboť se v sociologických výzkumech běžně využívají (Sak, 2000, 2004; Zich, 2005) a také doporučují (viz „u škálovaných odpovědí můžeme vypočítat směrodatnou odchylku jako míru rozptýlenosti (Punch, 2008, s. 78)“). Vede mne k tomu fakt, že v dotazníku jsem vymezil na Likertově sedmibodové škále kategorie, které jsou si zde navzájem rovnocenné co do síly výroku (Pecha, 2005). Analýza dat byla provedena pomocí statistického programového systému SPSS verze 14.0.

Pro porovnávání průměrů na škále mezi souborem chlapců a děvčat jsem si stanovil následující hodnocení věcné významnosti:

Rozdíl pod 0,29 - (tj. pod 5 %) - nízká (sociologicky neprokazatelná věcná významnost)

Rozdíl 0,30 – 0,59 - (5- 9,9%) - střední (sociologicky prokazatelná věcná významnost)

Rozdíl nad 0,60 – (nad 10%) - výrazná věcná významnost

K výběru právě těchto hodnot mne přivedl Zich (2005, s. 80), který tvrdí:

„...má se za to, že o rozdílnosti mezi třídami je možno bez velkého rizika hovořit až je-li rozdíl větší než 5%. ...ani tato pomůcka nemá univerzální charakter, je závislá na velikosti souboru, charakteru měřené vlastnosti a na četnostech srovnávaných tříd“.

Pro názornost připojuji první dvě použité otázky a možnosti výběru odpovědí (zakroužkování jednoho X) :

“I při studiu na vysoké škole stále pokračuji v závodním sportování, neboť na něm mám rád, baví mne či umožňuje mi”:

Vůbec ne 1 2 3 4 5 6 7 zcela ano

Soutěžit	X	X	X	X	X	X	X
Učit se překonávat sebe sama	X	X	X	X	X	X	X
Atd.							

Měření reliability 7 vymezených škál jsem provedl pomocí Cronbachova α , viz tabulka.

Tabulka 1- Vnitřní konzistence vybraných indikátorů v jednotlivých škálách

Důvody	Počet ot.	Cr. α
výkonu, výkonnosti, soutěžení, úspěchu	7	0,704
rozvoje osobnosti, charakteru, morálně- volních vlastností	9	0,762
zábavy, sociálního kontaktu, přátelství	4	0,508
napětí, rizika, odvahy a dobrodružství	4	0,634
estetických zkušeností, krásy a ladnosti pohybu	3	0,600
relaxace, kompenzace, snižování tenze, radosti z pohybu	7	0,812
zdatnosti, zdraví a dokonalého vzhledu	6	0,734

Pomocí Spearmanova koeficientu jsem ověřoval podobnost jednotlivých indikátorů. Nejbližší vztah k sobě měly indikátory „odreagovat a relaxovat od každodenního stresu“ spolu s „nabýt dobrou náladu a psychickou pohodu“ ($r = 0,567$); „zpevnit svou tělesnou schránku“ spolu s „udržet či zvýšit si fyzickou kondici“ ($r = 0,500$) a „kompenzovat učení a psychickou práci“ spolu s „aktivně si odpočinout“ ($r = 0,469$). Korelace dalších podobných indikátorů již nebyla tak blízká.

Podle tzv. interpretace souvislostí podle korelačního koeficientu (De Vaus, 2002) se jedná v těchto případech o souvislost „střední až podstatnou“ (0,30- 0,49) či souvislost „podstatnou až velmi silnou“ (0,50- 0,69).

Výsledky výzkumu

A. Demografická data

Do výzkumného souboru bylo zařazeno 94 dívek (40,5%), 138 chlapců (59,5 %), celkem 232 sportovců. Závodí ve 24 sportovních odvětvích – nejvíce bylo florbalistů- 39; volejbalistů- 26; fotbalistů- 24; atletů- 22; basketbalistů a orientačních běžců po 20; hokejistů 15.

Průměrný věk souboru byl 22 let a 3 měsíce (SD = 1,97). Rozložení studijních ročníků je stejnoměrné, když nejvíce jich bylo z 2.ročníku (23,4 %) a 4. ročníku (20,8 %); nejméně z 6. ročníku (7,8 %). Více než polovinu tvoří studenti Fakulty stavební (53,1 %), ze které se již dlouhodobě rekrutuje nejvíce sportovních reprezentantů ČVUT.

59,9 % sportovců přiznává partnerský vztah; jejich partneři pak v 75,5 % případů také sportují.

Jejich matky sportovaly v 34,1 % případů; otcové pak v 61,6 % případů.

Nejvíce z nich závodí ve 2. nejvyšší soutěži ČR a to 26,8 %; 22,8 % z nich závodí v nejvyšší soutěži; 21,4 % pak ve 3. nejvyšší soutěži ČR. Nejvíce z nich studuje s průměrným prospěchem kolem 2,2 – 2,4 (25,7 %); 24,3 % z nich pak s prospěchem 1,9- 2,1 a 16,2 % z nich s průměrem kolem 1,6- 1,8.

B. Hodnocení intenzity jednotlivých vybraných indikátorů

- je vidět v následujících tabulkách rozřazených podle 7 různých dimenzí.

I. Dimenze - důvody výkonu, výkonnosti, soutěžení, úspěchu.

Tabulka č. 2 – vybrané indikátory pro zjištění intenzity důvodů výkonu,

výkonnosti, soutěžení, úspěchu

Indikátor	Průměr na škále (směr.odch.)	Jen dívky	Jen chlapci	Rozdíl dívky-chlapci
Zlepšovat své výkony	5,47 (1,35)	5,56 (1,23)	5,40 (1,43)	0,16
Soutěžit	5,16 (1,50)	4,86 (1,63)	5,36 (1,38)	-0,50
Zažívat pocit vítězství	5,14 (1,51)	4,86 (1,52)	5,33 (1,47)	-0,47
Být úspěšný na své úrovni	4,95 (1,54)	4,65 (1,60)	5,15 (1,47)	-0,50
Dokazovat si, že něco umím	3,94 (1,77)	3,94 (1,74)	3,94 (1,79)	0
Zažívat slávu	3,33 (1,83)	3,12 (1,82)	3,48 (1,83)	-0,36
Přivydělat si finanční částku	2,00 (1,63)	1,71 (1,36)	2,20 (1,76)	-0,49
Průměr dimenze (rozdíl)	4,29	4,10	4,41	-0,31

II. Dimenze - důvody rozvoje osobnosti, charakteru, morálně- volních vlastností

Tabulka č. 3 – vybrané indikátory pro zjištění intenzity důvodů rozvoje osobnosti, charakteru, morálně- volních vlastností

Indikátor	Průměr na škále (směr.odch.)	Jen dívky	Jen chlapci	Rozdíl dívky-chlapci
Spojit příjemné s užitečným	5,31 (1,48)	5,47 (1,38)	5,21 (1,54)	0,26
Učit se překonávat sebe sama	4,92 (1,71)	5,18 (1,65)	4,75 (1,74)	0,43
Naučit se něco nového	4,64 (1,59)	4,94 (1,55)	4,43 (1,59)	0,51
Získávat sebevědomí a sebedůvěru	4,64 (1,41)	4,77 (1,45)	4,56 (1,37)	0,21
Využívat svůj potenciál	4,55 (1,51)	4,66 (1,49)	4,49 (1,52)	0,17
Seberealizovat se	4,22 (1,45)	4,38 (1,45)	4,12 (1,45)	0,26
Trénovat si vůli	4,14 (1,73)	4,35 (1,74)	4,00 (1,71)	0,35
Být na čerstvém vzduchu	4,06 (2,10)	4,54 (2,04)	3,72 (2,09)	0,82
Lépe ovládat sebekontrolu	4,00 (1,70)	4,04 (1,77)	3,96 (1,66)	0,08
Průměr dimenze (rozdíl)	4,50	4,70	4,36	0,34

III. Dimenze - důvody zábavy, sociálního kontaktu, přátelství.

Tabulka č. 4 – vybrané indikátory pro zjištění intenzity důvodů zábavy, sociálního kontaktu, přátelství

Indikátor	Průměr na škále (směr.odch.)	Jen dívky	Jen chlapci	Rozdíl dívky-chlapci
Bavit se tím pro svou radost	6,30 (0,95)	6,27 (1,04)	6,32 (0,90)	-0,05
Kolektivní zábavu s kamarády a přáteli	6,17 (1,19)	6,21 (1,29)	6,14 (1,12)	0,07
Poznávat nové lidi	5,10 (1,54)	5,30 (1,49)	4,96 (1,56)	0,34
Navazovat známosti (partnersky)	3,34 (1,99)	3,33 (1,96)	3,34 (2,01)	-0,01
Průměr dimenze (rozdíl)	5,23	5,28	5,19	0,09

IV. Dimenze - důvody napětí, rizika, odvahy a dobrodružství

Tabulka č. 5 – vybrané indikátory pro zjištění intenzity důvodů napětí, rizika, odvahy a dobrodružství

Indikátor	Průměr na škále (směr.odch.)	Jen dívky	Jen chlapci	Rozdíl dívky-chlapci
Zažívat napětí ze hry či soutěže	4,95 (1,56)	4,76 (1,60)	5,09 (1,53)	-0,33
Poznat různá dobrodružství	4,34 (1,73)	4,66 (1,76)	4,12 (1,68)	0,54
Učit se zvládat různá rizika	3,81 (1,72)	3,91 (1,67)	3,75 (1,76)	0,16
Být odvážný(á)	3,63 (1,60)	3,90 (1,64)	3,43 (1,55)	0,47
Průměr dimenze (rozdíl)	4,18	4,31	4,10	0,21

V. Dimenze - důvody estetických zkušeností, krásy a ladnosti pohybu

Tabulka č. 6 – vybrané indikátory pro zjištění intenzity důvodů estetických zkušeností, krásy a ladnosti pohybu

Indikátor	Průměr na škále (směr.odch.)	Jen dívky	Jen chlapci	Rozdíl dívky-chlapci
Poznávat krásy přírody a krajiny	3,54 (2,00)	3,96 (2,14)	3,26 (1,85)	0,70
Poznávat estetickou krásu těl.pohybu	3,44 (1,85)	3,89 (1,86)	3,14 (1,78)	0,75
Poznávat krásu lidského těla	2,98 (1,89)	3,19 (1,94)	2,84 (1,85)	0,35
Průměr dimenze (rozdíl)	3,32	3,68	3,08	0,60

VI. Dimenze - důvody relaxace, kompenzace, snižování tenze, radosti z pohybu

Tabulka č. 7– vybrané indikátory pro zjištění intenzity důvodů relaxace, kompenzace, snižování tenze, radosti z pohybu

Indikátor	Průměr na škále (směr.odch.)	Jen dívky	Jen chlapci	Rozdíl dívky-chlapci
Odreg. a relaxovat od každod. stresu	5,81 (1,33)	6,23 (1,14)	5,53 (1,38)	0,70
Zažívat radost z pohybu	5,52 (1,52)	6,14 (1,13)	5,09 (1,60)	1,05
Nabýt dobrou náladu a psych. pohodu	5,50 (1,24)	5,85 (1,20)	5,25 (1,22)	0,60
Mít dobrý pocit z únavy po sportu	5,35 (1,73)	5,81 (1,50)	5,02 (1,80)	0,79
Aktivně si odpočinout	5,32 (1,55)	5,74 (1,36)	5,03 (1,60)	0,71
Vybouřit se a vybit negativní energii	5,13 (1,74)	5,40 (1,62)	4,94 (1,79)	0,46
Kompenzovat učení a psychickou práci	4,54 (1,83)	5,13 (1,66)	4,13 (1,82)	1,00
Průměr dimenze (rozdíl)	5,31	5,76	5,00	0,76

VII. Dimenze - důvody zdatnosti, zdraví a dokonalého vzhledu

Tabulka č. 8– vybrané indikátory pro zjištění intenzity důvodů zdatnosti, zdraví a dokonalého vzhledu

Indikátor	Průměr na škále (směr.odch.)	Jen dívky	Jen chlapci	Rozdíl dívky-chlapci
Udržet či zvýšit si fyzickou kondici	5,84 (1,30)	6,10 (1,13)	5,67 (1,38)	0,43
Udělat něco pro své zdraví	5,55 (1,40)	5,87 (1,35)	5,33 (1,40)	0,54

Zpevnit svou tělesnou schránku	5,29 (1,39)	5,50 (1,31)	5,15 (1,43)	0,35
Udělat něco pro svůj vzhled	4,30 (1,74)	4,74 (1,81)	3,99 (1,62)	0,75
Bojovat tím proti obezitě	3,58 (2,14)	3,93 (2,19)	3,34 (2,08)	0,59
Vyhnout se tím budoucím civ. probl.	3,56 (1,91)	3,69 (1,91)	3,47 (1,90)	0,22
Průměr dimenze (rozdíl)	4,69	4,97	4,49	0,48

Tabulka č. 9- Pořadí jednotlivých dimenzí u jednotlivých souborů

Soubor	Pořadí dimenzí						
	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.
Celý soubor	VI.	III.	VII.	II.	I.	IV.	V.
Jen dívky	VI.	III.	VII.	II.	IV.	I.	V.
Jen chlapeři	III.	VI.	VII.	I.	II.	IV.	V.

C. Pořadí 10 nejdůležitějších důvodů k závodnímu sportování u dívek a chlapců
- je patrné z následující přiložené tabulky

Tabulka č. 9 – Pořadí 10 nejdůležitějších důvodů k závodnímu sportování u dívek

Indikátor	Pořadí	Ar.průměr a (SD)	Z dimenze č.
Bavit se tím pro svou radost	1.	6,27 (1,04)	III.
Odreagovat a relaxovat od každodenního stresu	2.	6,23 (1,14)	VI.
Kolektivní zábavu s kamarády a přáteli	3.	6,21 (1,29)	III.
Zažívat radost z pohybu	4.	6,14 (1,13)	VI.
Udržet či zvýšit si fyzickou kondici	5.	6,10 (1,13)	VII.
Udělat něco pro své zdraví	6.	5,87 (1,35)	VII.
Nabýt dobrou náladu a psych. pohodu	7.	5,85 (1,20)	VI.
Mít dobrý pocit z únavy po sportu	8.	5,81 (1,50)	VI.
Aktivně si odpočinout	9.	5,74 (1,36)	VI.
Zlepšovat své výkony	10.	5,56 (1,23)	I.

Tabulka č. 10 – Pořadí 10 nejdůležitějších důvodů k závodnímu sportování u chlapců

Indikátor	Pořadí	Ar.průměr a (SD)	Z dimenze č.
Bavit se tím pro svou radost	1.	6,32 (0,90)	III.
Kolektivní zábavu s kamarády a přáteli	2.	6,14 (1,12)	III.
Udržet či zvýšit si fyzickou kondici	3.	5,67 (1,38)	VII.
Odreagovat a relaxovat od každodenního stresu	4.	5,53 (1,38)	VI.
Zlepšovat své výkony	5.	5,40 (1,43)	I.
Soutěžit	6.	5,36 (1,38)	I.
Zažívat pocit vítězství	7.-8.	5,33 (1,47)	I.
Udělat něco pro své zdraví	7.-8.	5,33 (1,40)	VII.
Nabýt dobrou náladu a psych. pohodu	9.	5,25 (1,22)	VI.
Spojit příjemné s užitečným	10.	5,21 (1,54)	II.

Diskuse

Z předložených výsledků a výpočtů se dají vysledovat následující fakta:

1. Fakta platící pro celý soubor vysokoškoláků

a) Z tabulky pořadí jednotlivých dimenzí lze usoudit, jaké důvody vedou studenty- sportovce ČVUT k provozování závodního sportu. Na prvním místě jsou to důvody relaxace, kompenzace, snižování tenze a radosti z pohybu; těsně za nimi pak důvody zábavy, sociálního kontaktu a přátelství. Na třetí místo studenti zařadili důvody patřící do oblasti zdatnosti, zdraví a dokonalého vzhledu, hned za nimi důvody rozvoje osobnosti, charakteru a morálně-volních vlastností. Až na páté místo studenti řadí pro závodní sport tak důležité důvody jako výkon, výkonnost, soutěžení a úspěch. Na předposledním místě pak skončily důvody, které lze zařadit do oblasti napětí, rizika, odvahy a dobrodružství; na posledním pak vcelku očekávaně důvody estetických zkušeností, krásy a ladnosti pohybu. Ze zkušenosti s vedením reprezentačních celků ČVUT mohu konstatovat, že pořadí prvních tří dimenzí důvodů k závodnímu sportování je vcelku očekávané. Také poslední místo “estetické” dimenze se dalo očekávat. Avšak pořadí na 4.- 6. místě je pro mne trochu překvapivé. Dalo by se očekávat, že když se jedná o sportovní reprezentanty ČVUT, sportovce závodící z větší části v 1. až 3. nejvyšší soutěži ČR, více se budou zaměřovat na důvody jako výkon, výkonnost, soutěžení a úspěch (až 5. místo). Lze si to ale vysvětlit i tím, že v některých sportech (např. florbal žen, frisbee, orientační běh) studenti udávají sice 1. až 3. nejvyšší soutěž v ČR, ale nižší již vlastně neexistují. Na druhé straně by to ale měly vyvažovat další kolektivní sporty, kde i 3. nejvyšší soutěž znamená kolikrát vysokou sportovní úroveň. Překvapením je pro mne na druhé straně vysoké ohodnocení “morálně volních” důvodů, což svědčí o morální vyspělosti našich studentů. Zdálo by se také, že vysokoškoláci patřící ještě do kategorie adolescentů (Macek, 2003, Slepíčková, 2001) budou přikládat více důležitosti “adrenalinovým” motivům. Jak je vidět na vysokoškolácích Techniky ve výsledcích, pro ně již tento předpoklad neplatí.

b) Také jednotlivé vybrané indikátory stojící si na nejvyšších příčkách studentského hodnocení patří samozřejmě do prvních tří dimenzí, tj. do III., VI. a VII. Dva nejvyšší konkrétní důvody, proč vysokoškoláci pěstují závodní sport, jsou z oblasti zábavy. Prvním je motiv “bavit se tím pro svou radost”, kterého až 56 % všech studentů ocenilo nejvyšší hodnotou 7 (“zcela ano”) oproti jen 2 studentům celého souboru, kteří mu přisoudili hodnocení 1 (“naprosto ne”). Jako druhý se umístil motiv “kolektivní zábava s kamarády a přáteli” (53,9 % studentů pro “zcela ano” a jen jeden student “naprosto ne”). Až na třetím místě je indikátor z oblasti zdatnosti a to “udržet či zvýšit si fyzickou kondici” (41,4 % studentů pro “zcela ano”). Na další místa studenti ocenily indikátory opět ze stejných tří dimenzí, jako “odreagovat a relaxovat od každodenního stresu”, “udělat něco pro své zdraví”, “zažívat radost z pohybu”, “nabýt dobrou náladu a psychickou pohodu” a “mít dobrý pocit z únavy po sportu”. Až na konec první desítky se zařadily indikátory z dalších dimenzí, konkrétně “spojit příjemné s užitečným” a “zlepšovat své výkony”. U tohoto v pořadí 10. důvodu již studenti dělili své nejčtetnější ohodnocení mezi intenzitu 6 a 7 – u obou 26,7 % .

c) Vlastně ani nepřekvapuje, které indikátory byly hodnocením studentů poslány na poslední místa. Jsou to všechny takové, které mají hodnotu průměru na škále pod 4. Nejméně studenty přesvědčil indikátor “přivydělat si finanční částku”, což jistě značí, že se většina z nich ponejvíce cítí rizími amatéry, a chtějí jimi i zůstat. Celkem 63,4 % studentů zvolilo stupeň intenzity 1 (“naprosto ne”); 89,7 % všech studentů zvolilo první 4 stupně intenzity tj. tedy od 1 po 4. S většinou se neshodují jen 4 hokejisté, 2 tenisté a jeden fotbalista a jedna fotbalistka, kteří u tohoto motivu zvolili intenzitu 7 (“zcela ano”). Za nimi pak intenzitu 6 zvolili 2 házenkáři a jeden fotbalista. Druhým nejhorším indikátorem je “poznávat krásu lidského těla”, jehož znění nejspíše nebylo šťastné. U něj první stupeň intenzity označilo 29,3 % studentů, první 4 stupně intenzity pak 82,3 % studentů, ale oproti tomu 9,5 % mu přisoudilo 7 stupeň intenzity. I výrok “zažívat slávu” se studentům Techniky obzvláště nelíbil, skončil třetí

od konce (intenzita 1 - 21,1 %; první 4 třídy – 74,6 %; intenzita 7- 7,8 %). S malou odezvou skončil také indikátor “navazovat známosti (partnersky)”, což je vlastně pochopitelné, protože většina sportovců majících partnerský vztah se k němu vyjadřovala negativně (intenzita 1 – 27,6 %; první 4 třídy – 71,6 %; součet 3 nejvyšších tříd 5, 6, a 7 pak ale již také 28,5 %). V nejhorší desítku indikátorů skončily i dva další z oblasti estetiky a to “poznávat estetickou krásu tělesného pohybu” a “poznávat krásy přírody a krajiny”. Pro mne dosti překvapivě byl negativně studenty označen i indikátor “vyhnout se tím budoucím civilizačním problémům”, stejně jako “bojovat tím proti obezitě”. O velkém rozsahu názorů zde ale mluví vysoká směrodatná odchylka (2,14). Na konec této desítky se zařadily opět trochu překvapivě indikátory z dimenze odvahy a rizika a to “být odvážný” a “učit se zvládat různá rizika”. Spíše si to vysvětluji tak, že všechny tyto indikátory z konce nejhorší desítky nejsou ani tak hodnoceny negativně, ale spíše ty ostatní indikátory jsou hodnoceny ze strany studentů více kladněji.

2. fakta rozdílná vzhledem k pohlaví studentů (signifikantní rozdíly)

a) Zjištění, že děvčata mají souhrnně intenzivnější důvody k závodnímu sportování, než chlapci, je překvapující. Děvčata mají celkový součet jednotlivých průměrů dimenzí 32,8 (průměr na jednu dimenzi 4,69), kdežto chlapci pak 30,63 (4,38). Opět mne to vede k tvrzení, že studentky ČVUT jsou trochu výjimečné. Vyplývá to možná i ze spojení „žena – technická univerzita“, což je samo o sobě hodné většího zřetele (Valjent, Flemr, 2010).

b) Dimenze I.

Jednotlivým indikátorům v této dimenzi většinou chlapci přiznávají silnější motivy, než děvčata. Z celkového počtu 7 indikátorů se jedná v 5 případech až o „střední“ věcnou významnost (rozdíl v průměrech na škále 0,30 – 0,59). Největší genderový rozdíl v této dimenzi činí 0,50 a byl nalezen u indikátorů „soutěžit“ (74,6 % chlapců oproti 56,4 % dívek zde udává intenzitu do 5- 7 třídy) a „být úspěšný na své úrovni“ (65,9 % chlapců oproti 54,3 % dívek ve třídách 5- 7). Rozdíl na škále 0,49 byl pak nalezen u indikátoru „přivydělat si finanční částku“, který 72,3 % děvčat hodnotí intenzitou 1 (“naprosto ne”) oproti 57,2 % chlapců.

Jediným indikátorem, kde to vyznívá naopak ve prospěch děvčat, je tvrzení „zlepšovat své výkony“ (rozdíl 0,16; „nízká“ věcná významnost); v indikátoru „dokazovat si, že něco umím“ to vyznívá nastejno.

c) Dimenze II.

V dimenzi důvodů rozvoje osobnosti, charakteru, morálně- volních vlastností vyznívají rozdíly ve všech indikátorech ve prospěch děvčat. Ve 3 případech se již jedná o “střední” věcnou významnost, v jednom případě dokonce o “výraznou” věcnou významnost. Největší rozdíl byl nalezen u indikátoru “být na čerstvém vzduchu” a činí až 0,82. Velký rozdíl je patrný i v kontingenční tabulce, když 1. třídu s vymezením “naprosto ne” označilo jen 11,7 % děvčat oproti 23,9 % chlapců. Naopak potom 7. třídu s vymezením “zcela ano” označilo 24,5 % děvčat a chlapců jen 15,2 %. Podobné, ale samozřejmě menší rozdíly jsou vidět i u dalších indikátorů. U indikátoru “naučit se něco nového” činí rozdíl v průměrech na škále 0,51, když např. 7. třídu vyznačilo 20,2 % děvčat oproti jen 8,7 % chlapců. Podobně byl genderově ohodnocen indikátor “učit se překonávat sebe sama” s rozdílem 0,43 (pro 1. třídu 2,1 % dívek a 4,3 % chlapců; pro 7. třídu 26,6 % děvčat a jen 20,3 % chlapců) a indikátor “trénovat si vůli” s rozdílem 0,35 (pro 1. třídu 7,4 % děvčat a 10,9 % chlapců; pro 7. třídu 12,8 % děvčat a 9,4 % chlapců).

d) Dimenze III.

V dimenzi důvodů zábavy, sociálního kontaktu a přátelství byl nalezen jen jeden rozdíl v průměru na škále mezi oběma soubory. Je to ve prospěch děvčat v indikátoru “poznávat nové lidi”; při rozdílu 0,34 u průměrů na škále se jedná o “střední” věcnou významnost. Z

kontingenční tabulky se dá vyčíst, že 1. třídu “naprosto ne” zvolila jen jedna dívka oproti 3 hochům; k 7. třídě “zcela ano” se přiklonilo 26,6 % dívek oproti 21,7 % chlapců; 3 nejvyšší třídy 5- 7 označilo 68,1 % dívek a 60,1 % chlapců.

V ostatních indikátorech nedosáhly rozdíly v průměrech na škále sociologické průkaznosti. Ve dvou však byli o něco málo lepší chlapci.

e) Dimenze IV.

V dimenzi důvodů napětí, rizika, odvahy a dobrodružství byly nalezeny prokazatelné změny u 3 indikátorů, vždy se jednalo o “střední” věcnou významnost. Indikátor “zažívat napětí ze hry či soutěže” vyzněl o 0,33 ve prospěch chlapců, když již rozdíly byly zaznamenány jak v 1. třídě (4,3 % dívek vers. 1,4 chlapců), tak i v 7. třídě (13,8 % děvčat vers. 20,3 % chlapců). Ve dvou dalších indikátorech se kladněji vyjádřila děvčata. Bylo to při vyjádření “poznat různá dobrodružství” (rozdíl v průměrech na škále 0,54; na 1. třídě 4,3 % děvčat vers. 5,8 % chlapců; součet 5.- 7. třídy 53,2 % děvčat vers. 41,3 % chlapců; na 7. třídě 19,1 % děvčat vers. 10,9 % chlapců) a u indikátoru “být odvážný” (rozdíl v průměrech na škále 0,47; na 1. třídě 4,3 % děvčat vers. 11,6 % chlapců; součet 5.- 7. třídy 35,1 % děvčat vers. 17,4 % chlapců; na 7. třídě 10,6 % děvčat vers. 5,8 % chlapců).

Opět je nutno poznamenat, že kladnější hodnocení děvčat ve dvou spíše pro chlapce typických indikátorech je značným překvapením, které si nedovedu nijak vysvětlit. Snad jen tím, že chlapci již v této etapě svého vývoje usoudili, že té odvahy a různých dobrodružství při sportování již bylo v minulosti dost, a že již nemají tak velkou potřebu zažívat nové.

f) Dimenze V.

V dimenzi důvodů estetických zkušeností, krásy a ladnosti pohybu vyznívají podle všech předpokladů rozdíly ve všech indikátorech ve prospěch děvčat. U dvou indikátorů se jedná až o “výraznou” věcnou významnost a u jednoho o “střední” věcnou významnost. U motivu “poznávat estetickou krásu těl.pohybu” tvoří rozdíl průměrů na škále 0,70. Pro 1. třídu s vyjádřením “naprosto ne” se vyjádřilo 8,6 % děvčat oproti 22,5 % chlapců; součet 5.- 7. třídy činil u děvčat 34,4 % a chlapců jen 22,5 %; 7. třídu s vyjádřením “zcela ano” volilo 14,0 % děvčat a jen 5,8 % chlapců. Podobné to bylo u indikátoru “poznávat krásy přírody a krajiny” (rozdíl v průměrech na škále 0,70; na 1. třídě 21,3 % děvčat vers. 22,5 % chlapců; součet 5.- 7. třídy 43,6 % děvčat vers. 25,4 % chlapců; na 7. třídě 18,1 % děvčat vers. pouze 7,2 % chlapců). O něco menší rozdíly pak byly vysledovány u indikátoru “poznávat krásu lidského těla”, kde rozdíl průměrů na škále byl 0,70. Pro 1. třídu se vyjádřilo 25,5 % děvčat oproti 31,9 % chlapců; součet 5.- 7. třídy činil u děvčat 20,2 % a u chlapců 15,9 %; 7. třídu volilo 10,6 % děvčat a 8,7 % chlapců

g) Dimenze VI.

V dimenzi důvodů relaxace, kompenzace, snižování tenze a radosti z pohybu byly zaznamenány největší rozdíly mezi oběma soubory na základě průměrů na škálách. Z celkového počtu 7 indikátorů byl nalezen rozdíl znamenající “výraznou” věcnou významnost u 6 z nich, rozdíl značící “střední” věcnou významnost pak u jednoho. Vůbec největší rozdíl z celého spektra 40 indikátorů byl zaznamenán u indikátoru “zažívat radost z pohybu”. Vypovídá to o tom, že chlapci, i když mají rádi sport a různé pohybové aktivity, si jen v malém počtu přiznávají, že by jim sám pohyb v obecném vyjádření přinášel zážitek radosti. U tohoto indikátoru byly zaznamenány následující údaje – rozdíl v průměru na škále 1,05; pro 1. třídu s vyjádřením “naprosto ne”se vyslovilo 0 % děvčat oproti 2,9 % chlapců; součet voleb pro 5.- 7. třídu tvořil u děvčat 90,4 % a u chlapců 65,2 %; pro 7. třídu s vyjádřením “zcela ano” se vyslovilo 50,0 % dívek oproti 23,9 % chlapců. Podobný rozdíl byl shledán i u motivu “kompenzovat učení a psychickou práci” (rozdíl mezi průměry na škále 1,00; pro 1. třídu se vyslovilo 3,2 % děvčat oproti 13,8 % chlapců; součet voleb pro 5.- 7. třídu tvoří u děvčat 63,8 % a u chlapců 43,5 %; pro 7. třídu se vyslovilo 30,9 % dívek oproti 11,6 % chlapců. U důvodu “mít dobrý pocit z únavy po sportu” byl nalezen rozdíl mezi oběma soubory v

průměru na škálách 0,79 ve prospěch děvčat, tak jako i následující údaje taktéž potvrzující převahu děvčat – v 1. třídě 2,1 % děvčat vers. 4,3 % chlapců; součet 5.- 7. třídy 81,9 % děvčat vers. 63,0 % chlapců; na 7. třídě 46,8 % děvčat vers. pouze 29,0 % chlapců. O něco menší rozdíly ve prospěch děvčat lze nalézt v kontingenčních tabulkách i u indikátorů “aktivně si odpočinout”, “odreagovat a relaxovat od každodenního stresu” a “nabýt dobrou náladu a psychickou pohodu”. Nejmenší rozdíly v této dimenzi byly nalezeny u motivu “vybouřit se a vybit negativní energii”(rozdíl průměrů na škále byl 0,46; pro 1. třídu se vyjádřilo 2,1 % děvčat oproti 5,8 % chlapců; součet 5.- 7. třídy činil u děvčat 71,3 % a u chlapců 64,5 %; 7. třídu volilo 36,2 % děvčat a 23,9 % chlapců.

h) Dimenze VII.

V dimenzi důvodů zdatnosti, zdraví a dokonalého vzhledu vyznívají rozdíly ve všech indikátorech ve prospěch děvčat. U jednoho indikátoru se jedná až o “výraznou” věcnou významnost a u čtyřech o “střední” věcnou významnost. Nejvyšší rozdíl v této dimenzi byl vcelku očekávaně zaznamenán u motivu “udělat něco pro svůj vzhled” a činí u průměrů na škále 0,75. Velký rozdíl je patrný i v dalších údajích kontingenční tabulky, když 1. třídu s vymezením “naprosto ne” označilo jen 6,4 % děvčat oproti 8,0 % chlapců. Naopak potom součet označení 5.- 7. třídy tvořil u děvčat 55,3 % zatímco u chlapců pouze 35,5 %. 7. třídu s vymezením “zcela ano” označilo 20,2 % děvčat a jen 8,7 % chlapců. Podobné, ale samozřejmě menší rozdíly jsou vidět i u dalších indikátorů – “bojovat tím proti obezitě”, “udělat něco pro své zdraví” a “udržet či zvýšit si fyzickou kondici”. Nejmenší rozdíly v této dimenzi byly zaznamenány u důvodu “zpevnit svou tělesnou schránku”, kde rozdíl v průměru na škále byly 0,35; v 1. třídě bylo 0 % děvčat vers. 0,7 % chlapců; součet označení 5.- 7. třídy tvořil u děvčat 74,5 % vers. 68,8 % chlapců; 7. třídu volilo 27,7 % % děvčat vers. pouze 21,0 % chlapců.

Závěr

Ve studii byly zjištěny tyto nové skutečnosti:

1. Studenty- sportovce ČVUT z obecných motivů nejvíce přivádějí ke sportu důvody jako relaxace, kompenzace a snižování tenze na prvním místě; důvody zábavy, sociálního kontaktu a přátelství na druhém místě a důvody zdatnosti, zdraví a dokonalého vzhledu na třetím místě. Nejméně motivují jsou důvody estetických zkušeností, krásy a ladnosti pohybu.
2. Překvapující je zjištění, že děvčata přiznávají souhrnně intenzivnější důvody k závodnímu sportování, než chlapci. Navádí to k tvrzení, že studentky ČVUT jsou trochu výjimečné.
3. Chlapci přiznávají intenzivnější důvody k závodnímu sportování pouze v dimenzi výkonu, výkonnosti, soutěžení a úspěchu.
4. Nejvyšší rozdíl mezi děvčaty a chlapci byl zjištěn v dimenzi relaxace, kompenzace, snižování tenze a radosti z pohybu (ve prospěch děvčat).
5. Dva nejvyšší konkrétní důvody, proč vysokoškoláci pěstují závodní sport, jsou z oblasti zábavy. Prvním je motiv “bavit se tím pro svou radost” (průměr na škále a směrodatná odchylka 6,30 (0,95)), druhý se umístil motiv “kolektivní zábava s kamarády a přáteli” (6,17 (1,19)), až na třetím místě je indikátor z oblasti zdatnosti a to “udržet či zvýšit si fyzickou kondici” (5,84 (1,30)).
6. Jako tři nejnižší důvody studenti a studentky určili motivy “přivydělat si finanční částku” (2,00 (1,63)), “poznávat krásu lidského těla” (2,98 (1,89)) a “zažívat slávu” (3,33 (1,83)).

Literatura

BODNARUKOVÁ, M. (2009). Češi a cvičení. Tisková zpráva, TSN AISA. Retrieved December 11 from http://www.tnsaisa.cz/files/20090223_tns_aisa_tiskova_zprava_cviceni_v01fin.pdf

- BROSKA, E. (2001). Sledovanie niektorých ukazateľov telesného a funkčného rozvoja študentov Trenčianskej univerzity. pp. 6- 10. In: *Zdravie, zdatnosť, výkonnosť a pohybový režim mládeže a dospelých*. Trenčín: Trenčinská univerzita.
- BROWN, T. (2002). Does Social Physique Anxiety Affect Women's Motivation to Exercise? Retrieved January 15, 2009 from <http://murphylibrary.uwlax.edu/digital/jur/2002/brown.pdf>
- CASH, T.F., NOVY, P.L., & GRANT, J.R. (1994). Why do women exercise? Factor analysis and further validation of the reasons for exercise inventory. *Perceptual and Motor Skills*, 78, 539- 544.
- DE VAUS, D. (2002). *Surveys in social research*. London : Routledge. ISBN 0761973389.
- GILL, D., GROSS, J. & HUDDLESTON, S. (1983). Participation motivation in youth sports. *International Journal of Sports Psychology*, 14 (1), 11- 14.
- KOIVULA, N. (1999). Sport participation: differences in motivation and actual participation due to gender typing. *Journal of Sport Behavior*, 22(3), 360- 376.
- KUKAČKA, V. (2009). *Zdravý životní styl*. České Budějovice: Jihočeská univerzita. ISBN 978- 80- 7394- 105- 5.
- LENKOVÁ, R., RUBICKÁ, J. (2002). Názory vysokoškoláčok na vplyv a význam pohybovej aktivity na ich zdravie a organizmus. *Studia art et sport*, 2, 40- 47.
- LENKOVÁ, R., DRAČKOVÁ, D., RUBICKÁ, J. (2009). Pohybová aktivita vysokoškoláčok vo voľnom čase a ich motivácia. In Potočný, V. (Eds.) *Šport a zdravie v hodnotovej orientácii vysokoškolákov*, pp. 40- 44. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave. ISBN 978- 80- 223-2706-0.
- MACEK, P. (2003). *Adolescence*. Praha: Portál. ISBN 80- 7178- 747- 7.
- PECHA, O. (2005). K teorii postojů v kinantropologii. *Česká kinantropologie*, 9 (2), 61- 75.
- PUNCH, K. F. (2008). *Základy kvantitativního šetření*. Praha: Portál. ISBN 978- 80- 7367- 381- 9.
- SAK, P. (2000). *Proměny české mládeže*. Praha: Petrklíč, 2000. ISBN: 80-7229-042-8
- SAK, P., SAKOVÁ, K. (2004). *Mládež na křižovatce*. Praha: Svoboda Servis. ISBN 80-86320-33-2.
- SLEPIČKOVÁ, I. (2001). *Sport a volný čas adolescentů*. Praha: FTVS UK. ISBN 80- 86317- 13- 7
- SVOBODA, B. (1971). Výzkum postojů sportovního trenéra. *AUC Gymnica*, 2, 65-73.
- TREMBATH, E.M., SZABO, A. & BAXTER, M.J. (2002) Participation motives in leisure center physical activities. *Athletic Insight: the Online Journal of Sports Psychology* 4 (3). Available from URL: <http://www.athleticinsight.com/Vol4Iss3/LeisureCenterParticipationMotives.htm>
- VALJENT, Z. (2000). Jak dál ve výuce tělesné výchovy na FEL ČVUT? *Tělesná výchova a sport mládeže*, 66 (2), 42- 43.
- VALJENT, Z. (2005). Difference in students opinion in physical educations at FEE CTU. In Proceedings from international scientific conference „*Student, sport, education*“, pp. 79- 83. Riga: Latvijas sporta pedagogijas akadēmija.
- VALJENT, Z. (2007). Motivace ke sportu u studentů FEL ČVUT v Praze. In.: Sborník z mezinárodní konference *Optimalizácia zaťaženia v telesnej a športovej výchove na rozličné formy pohybového zaťaženia*, pp. 227- 233. Bratislava: Strojnícka fakulta STU.
- VALJENT, Z. (2009). Why Does University Study Usually Mean an End to Sport Career? *Acta Universitatis Carolinae, Kinanthropologica*, 45 (1), 115- 129.
- VALJENT, Z. (2010a). Aktivní životní styl vysokoškoláků (studentů FEL ČVUT v Praze). Disertační práce. Praha: FTVS UK, 213 s. Vedoucí disertační práce Doc. Irena Slepíčková
- VALJENT, Z. (2010b). *Aktivní životní styl vysokoškoláků (studentů FEL ČVUT v Praze)*. Praha: Nakladatelství ČVUT, 160 s. ISBN 978- 80- 01- 04669- 2.

- VALJENT, Z., FLEMR, L. (2010). Vybrané aspekty kvality života studentů technické univerzity. *Kontakt*, 12 (4), 414- 424.
- WANG, J., WIESE-BJORNSTAL, D.M. (1996). The relationship of school type and gender to motives for sport participation among youth in the People's Republic of China. *International Journal of Sport Psychology*, 28 (1), 13- 24.
- WEAR, C.L. (1951). The evolution of attitude toward physical education as an activity course. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 22 (2), 114- 126.
- YU, A. H. Ch. (2006). Exploring motivation for leisure- based physical activity: a case study of college students. Proceedings of 2006 Northeastern Recreation Reserch Symposium. Retrieved January, 11 from <http://www.nrs.fs.fed.us/pubs/2634>
- ZAHARIADIS, P.N., BIDDLE, S.J.H. (2000). Goal Orientations and participation motives in Physical Education and Sport: Their relationships in English schoolchildren. *Athletic Insight: the Online Journal of Sports Psychology* 2 (1). Available from URL: http://www.athleticinsight.com/Vol2Iss1/English_Children.htm
- ZICH, F.(2005). *Úvod do sociologického výzkumu*. Praha: EUPRESS, ISBN 80- 86754- 19- 7.