

Proč studiem na VŠ většinou končí závodní sportování?

Zdeněk Valjent

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

Souhrn

Autor ve své studii hledá odpověď na otázku: „proč mnoho studentů ČVUT zanechává při vysokoškolském studiu aktivního sportu“. Úlohu řešil jak za pomoci kvantitativní metody- dotazníkem u 936 studentů 1.ročníku, tak i kvalitativní metodou- obsahovou analýzou psaných výpovědí od 26 studentů vyšších ročníků.

Z počátečních 15 nalezených důvodů musel po vyhodnocení psaného textu rozšířit počet nalezených důvodů až na 20. Výsledky ukázaly, že hlavním motivem k zanechání a omezení sportu je „nedostatek času“ – hodnota průměru na škále na 7 bodové škále 3,96(1,30) spolu s „vysokým studijním zatížením“ – hodnota průměru na škále 3,14(2,07).

Klíčová slova

Smíšený vědecký výzkum, důvody zanechání sportu, technická univerzita

Úvod

Ve své studii jsem se chtěl podrobně zabývat tématem, který je podle mne velice důležitý v naší práci. Jako tělovýchovní pracovníci na vysoké škole jsme svědky procesu, kterým jsou postiženi desítky studentů. V průběhu studia totiž postupně úplně zanechávají vrcholového a výkonnostního sportu, v lepším případě přecházejí alespoň ke sportu rekreačnímu.

Chtěl bych proto tímto krátkým výzkumem nastínit příčiny, které je k tomu vedou. Určitě se zde jedná o nelehký motivační boj v jejich vědomí, spojený s vymezením nových či přetrvávajících životních priorit.

Teorie

Termín *motivace* je odvozen z latinského slova „moveo“- hýbám, a vyjadřuje přeneseně hybné síly chování, jeho činitele (Nakonečný, 1998). Motivy jsou pak určité funkční prvky osobnosti, které určují směr a intenzitu jejího chování a které vyjadřují psychologické příčiny či důvody lidského chování- dávají mu psychologický charakter. Graumann (In Nakonečný, 1998) vymezuje motivaci prostě jako „to v nás a kolem nás, co nás vede, žene, nutí, abychom se chovali tak, a ne jinak“.

Za základní formu motivů jsou pokládány *potřeby*, ostatní formy motivů se z potřeb vyvíjejí. Druhů motivů je podle různých autorů mnoho, zásadně existuje následující třídění druhů motivů: 1. biogenní či fyziologické (motivy vyjadřující biologické potřeby organismu, jako je potřeba potravy, pohybu, odpočinku atd.), 2. sociogenní či psychogenní motivy (vyjadřují potřeby člověka jako sociální bytosti, např. potřeba výkonu, opory, kompetence apod.).

Komplex všech motivací sportovce, ze všech oblastí, hlavních i vedlejších, které se proplétají, splývají, ale jsou i protichůdné, nazýváme motivační strukturou. Ta prochází zákonitými změnami v průběhu sportovní kariéry, zpravidla v souvislosti se změnami sportovní výkonnosti (Hošek, 2005).

U studentů ČVUT dochází většinou v průběhu studia k situaci, kdy není splněno na sportovním poli očekávání pravděpodobnosti. Je blokován postup k cíli, je jakýmkoli způsobem zdržována nebo znesnadňována cesta k dosažení hodnoty, kterou jim sportovní činnost poskytuje. Dochází u nich k frustraci. Přetrvává ještě silný citový, rozumový i zvykový vztah ke sportu, ale student - sportovec už začíná chápat, že se něco musí změnit a jeho motivační struktura se přeskupuje.

Podle Hoška (2005) výsledky experimentů ukazují, že existují tyto následky frustrace: regrese chování, rezistence, fixace frustrační situace, kompenzace frustrace jinou činností, zanechání činnosti, nebo na úrovni fantazijní.

Večerková (2007) vidí hlavní příčiny zanechání sportu ve ztrátě motivace, způsobené krátkodobým neúspěchem ve sportovní činnosti, neschopností zvládat psychické tlaky při závodech, či nevhodným trenérským vedením. Psychické aspekty jsou zde tedy nejdůležitější. Přírozenou příčinou se občas stává úraz sportovce či jiná životní situace, která mu znemožní pokračovat ve sportovní činnosti.

Metodika

Ve své práci jsem se pokusil tzv. *smíšeným výzkumem* odpovědět na tuto otázku : „proč vysokoškolští studenti přestávají sportovat“. Konkrétně jsem postupoval výzkumem *Qual – Quant – Qual*. V první etapě výzkumu jsem studentům na zimním výcvikovém kurzu v únoru 2007 pokládal tuto otázku formou rozhovoru. Z jejich odpovědí jsem pak vytvořil soubor 15 možností (odpovědí).

Stejnou otázku jsem potom položil *kvantitativní metodou – dotazníkem* studentům 1.ročníku FEL ČVUT v průběhu zimního semestru v říjnu 2007. Z celkového počtu 936 odpovídajících studentů se tato otázka týkala už již na samém začátku studia celkem 422

z nich. Ti si vybrali ze zmíněných 15 důvodů a určili i jejich sílu na 7- bodové likertově škále. U každého důvodu si mohli vybrat z těchto 7 odpovědí: 1- vůbec ne; 2- velmi málo; 3- trochu; 4- středně; 5- hodně; 6- velmi mnoho; 7- maximálně. Z výsledků těchto údajů jsem pak díky vyhodnocení programem SPSS na základě „průměru na škále“ vytvořil žebříček.

S úmyslem poznat myšlení studentů více do hloubky jsem pak ve svých vyučovacích hodinách oslovil se stejnou otázkou dalších celkem 26 studentů vyšších ročníků a přiměl je, aby mi na tuto otázku odpověděli podrobně a písemně. Touto *kvalitativní metodou* – *obsahovou analýzou psaného textu* jsem získal další cenné informace. Na jejich základě jsem byl nucen rozšířit počet důvodů zanechání sportu na konečných 20.

Abych se blíže dopídl motivům studentů k zanechání sportu, zadal jsem dalším 20 studentům – sportovním reprezentantům ČVUT za úkol napsat mi důvody a vlastnosti, které je drží u sportu a díky jimž nepřestávají sportovat.

Výsledky a diskuze

A. Kvantitativní metoda- dotazník

V dotazníku byla otázka položena následujícím způsobem:

"Odpovídají jen ti, kteří již ukončili aktivní sportovní činnost, nebo ji značně snížili. Jestliže jste již ukončil/a svou aktivní sportovní činnost ve sportovním klubu, jak moc se na tom podílely tyto příčiny? (vyberte ze všech možností)"

Tabulka č. 1- “přestalo mne to bavit”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1- Vůbec ne	142	15,2	33,6	33,6
	2- velmi málo	52	5,6	12,3	46,0
	3- Trochu	52	5,6	12,3	58,3
	4- Středně	61	6,5	14,5	72,7
	5- Hodně	48	5,1	11,4	84,1
	6- Velmi mnoho	37	4,0	8,8	92,9
	7- Maximálně	30	3,2	7,1	100,0
	Total	422	45,1	100,0	
Missing	System	514	54,9		
Total		936	100,0		

Průměr na škále 3,12(2,00)

Tabulka č. 2- "nedostatek peněz"

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1- Vůbec ne	293	31,3	69,4	69,4
	2- velmi málo	54	5,8	12,8	82,2
	3- Trochu	28	3,0	6,6	88,9
	4- Středně	28	3,0	6,6	95,5
	5- Hodně	7	,7	1,7	97,2
	6- Velmi mnoho	5	,5	1,2	98,3
	7- Maximálně	7	,7	1,7	100,0
	Total	422	45,1	100,0	
Missing	System	514	54,9		
Total		936	100,0		

Průměr na škále 1,68(1,30)**Tabulka č. 3- "málo volného času"**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1- Vůbec ne	88	9,4	20,9	20,9
	2- velmi málo	33	3,5	7,8	28,7
	3- Trochu	47	5,0	11,1	39,8
	4- Středně	57	6,1	13,5	53,3
	5- Hodně	82	8,8	19,4	72,7
	6- Velmi mnoho	68	7,3	16,1	88,9
	7- Maximálně	47	5,0	11,1	100,0
	Total	422	45,1	100,0	
Missing	System	514	54,9		
Total		936	100,0		

Průměr na škále 3,96(2,04)**Tabulka č. 4- "výkonnostně jsem stagnoval"**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1- vůbec ne	202	21,6	47,9	47,9
	2- velmi málo	73	7,8	17,3	65,2
	3- Trochu	41	4,4	9,7	74,9
	4- Středně	64	6,8	15,2	90,0
	5- Hodně	32	3,4	7,6	97,6
	6- velmi mnoho	7	,7	1,7	99,3
	7- Maximálně	3	,3	,7	100,0
	Total	422	45,1	100,0	
Missing	System	514	54,9		
Total		936	100,0		

Průměr na škále 2,25(1,50)

Tabulka č. 5- "rozpadla se parta"

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1- Vůbec ne	204	21,8	48,3	48,3
	2- velmi málo	35	3,7	8,3	56,6
	3- Trochu	25	2,7	5,9	62,6
	4- Středně	56	6,0	13,3	75,8
	5- Hodně	46	4,9	10,9	86,7
	6- Velmi mnoho	31	3,3	7,3	94,1
	7- Maximálně	25	2,7	5,9	100,0
	Total	422	45,1	100,0	
Missing	System	514	54,9		
Total		936	100,0		

Průměr na škále 2,76(2,04)**Tabulka č. 6- "zranění"**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1- Vůbec ne	268	28,6	63,5	63,5
	2- velmi málo	23	2,5	5,5	69,0
	3- Trochu	26	2,8	6,2	75,1
	4- Středně	31	3,3	7,3	82,5
	5- Hodně	24	2,6	5,7	88,2
	6- Velmi mnoho	22	2,4	5,2	93,4
	7- Maximálně	28	3,0	6,6	100,0
	Total	422	45,1	100,0	
Missing	System	514	54,9		

Průměr na škále 2,28(1,98)**Tabulka č. 7- "dlouhodobé zdravotní potíže"**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1- Vůbec ne	280	29,9	66,4	66,4
	2- velmi málo	35	3,7	8,3	74,6
	3- Trochu	22	2,4	5,2	79,9
	4- Středně	28	3,0	6,6	86,5
	5- Hodně	22	2,4	5,2	91,7
	6- Velmi mnoho	14	1,5	3,3	95,0
	7- Maximálně	21	2,2	5,0	100,0
	Total	422	45,1	100,0	
Missing	System	514	54,9		
Total		936	100,0		

Průměr na škále 2,06(1,80)

Tabulka č.8- "našel jsem si partnera"

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1- vůbec ne	318	34,0	75,4	75,4
	2- velmi málo	21	2,2	5,0	80,3
	3- Trochu	22	2,4	5,2	85,5
	4- Středně	31	3,3	7,3	92,9
	5- Hodně	16	1,7	3,8	96,7
	6- velmi mnoho	7	,7	1,7	98,3
	7- maximálně	7	,7	1,7	100,0
	Total	422	45,1	100,0	
Missing	System	514	54,9		
Total		936	100,0		

Průměr na škále 1,71(1,43)**Tabulka č. 9- "vysoké studijní zatížení"**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1- Vůbec ne	159	17,0	37,7	37,7
	2- velmi málo	32	3,4	7,6	45,3
	3- Trochu	46	4,9	10,9	56,2
	4- Středně	65	6,9	15,4	71,6
	5- Hodně	48	5,1	11,4	82,9
	6- Velmi mnoho	39	4,2	9,2	92,2
	7- Maximálně	33	3,5	7,8	100,0
	Total	422	45,1	100,0	
Missing	System	514	54,9		
Total		936	100,0		

Průměr na škále 3,14(2,07)**Tabulka č. 10- "musím chodit do práce"**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1- Vůbec ne	316	33,8	74,9	74,9
	2- velmi málo	27	2,9	6,4	81,3
	3- Trochu	20	2,1	4,7	86,0
	4- Středně	30	3,2	7,1	93,1
	5- Hodně	18	1,9	4,3	97,4
	6- Velmi mnoho	6	,6	1,4	98,8
	7- Maximálně	5	,5	1,2	100,0
	Total	422	45,1	100,0	
Missing	System	514	54,9		
Total		936	100,0		

Průměr na škále 1,68(1,38)

Tabulka č. 11- "našel jsem si jinou partu"

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1- Vůbec ne	350	37,4	82,9	82,9
	2- velmi málo	19	2,0	4,5	87,4
	3- Trochu	16	1,7	3,8	91,2
	4- Středně	19	2,0	4,5	95,7
	5- Hodně	7	,7	1,7	97,4
	6- Velmi mnoho	3	,3	,7	98,1
	7- Maximálně	8	,9	1,9	100,0
	Total	422	45,1	100,0	
Missing	System	514	54,9		
Total		936	100,0		

Průměr na škále 1,47(1,23)**Tabulka č. 12- "změna bydlení do Prahy"**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1- vůbec ne	308	32,9	73,0	73,0
	2- velmi málo	5	,5	1,2	74,2
	3- Trochu	18	1,9	4,3	78,4
	4- Středně	24	2,6	5,7	84,1
	5- Hodně	19	2,0	4,5	88,6
	6- Velmi mnoho	15	1,6	3,6	92,2
	7- Maximálně	33	3,5	7,8	100,0
	Total	422	45,1	100,0	
Missing	System	514	54,9		
Total		936	100,0		

Průměr na škále 2,09(1,98)**Tabulka č. 13- "denní dojíždění do Prahy"**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1- vůbec ne	356	38,0	84,4	84,4
	2- velmi málo	11	1,2	2,6	87,0
	3- Trochu	5	,5	1,2	88,2
	4- Středně	17	1,8	4,0	92,2
	5- Hodně	13	1,4	3,1	95,3
	6- Velmi mnoho	11	1,2	2,6	97,9
	7- Maximálně	9	1,0	2,1	100,0
	Total	422	45,1	100,0	
Missing	System	514	54,9		
Total		936	100,0		

Průměr na škále 1,55(1,43)

Tabulka č. 14- "přechod z juniorů(ek) do mužů (žen)"

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1- vůbec ne	324	34,6	76,8	76,8
	2- velmi málo	15	1,6	3,6	80,3
	3- Trochu	25	2,7	5,9	86,3
	4- Středně	23	2,5	5,5	91,7
	5- Hodně	22	2,4	5,2	96,9
	6- Velmi mnoho	8	,9	1,9	98,8
	7- Maximálně	5	,5	1,2	100,0
	Total	422	45,1	100,0	
Missing	System	514	54,9		
Total		936	100,0		

Průměr na škále 1,69(1,42)**Tabulka č. 15- "vliv rodičů"**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1- vůbec ne	366	39,1	86,7	86,7
	2- velmi málo	18	1,9	4,3	91,0
	3- Trochu	11	1,2	2,6	93,6
	4- Středně	16	1,7	3,8	97,4
	5- Hodně	8	,9	1,9	99,3
	6- Velmi mnoho	1	,1	,2	99,5
	7- Maximálně	2	,2	,5	100,0
	Total	422	45,1	100,0	
Missing	System	514	54,9		
Total		936	100,0		

Průměr na škále 1,32(0,96)**Tabulka č. 16- "jiné důvody (jaké)"**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1- vůbec ne	87	9,3	68,5	68,5
	2- velmi málo	2	,2	1,6	70,1
	3- Trochu	1	,1	,8	70,9
	4- Středně	7	,7	5,5	76,4
	5- Hodně	3	,3	2,4	78,7
	6- Velmi mnoho	8	,9	6,3	85,0
	7- Maximálně	19	2,0	15,0	100,0
	Total	127	13,6	100,0	
Missing	System	809	86,4		
Total		936	100,0		

Celkem 127 studentů uvedlo ještě jiné důvody. Z těch opravdu jiných :
 trenér – 7x; změna trenéra- 5x; špatný kolektiv- 3x; stěhování- 3x; vedení klubu- 2x;
 psychické vyčerpání; velké neshody; krach klubu; klub není poblíž; nezapadl jsem do
 kolektivu; lenost.

Tabulka č. 17- Pořadí „důvodů k zanechání sportu“

Důvod	Vůbec ne (počet hlasů)	Středně (počet. hlasů)	Maxi málně (p..hl.)	Průměr na škále(směr. odchylka)	Pořa dí
„málo volného času“	88	57	47	3,96(1,30)	1.
„vysoké studijní zatížení“	157	65	33	3,14(2,07)	2.
„přestalo mne to bavit“	142	61	30	3,12(2,00)	3.
„rozpadla se parta“	204	56	25	2,76(2,04)	4.
„zranění“	268	31	28	2,28(1,98)	5.
„výkonnostně jsem stagnoval“	202	64	3	2,25(1,50)	6.
„změna bydlení do Prahy“	308	24	33	2,09(1,98)	7.
„dlouhodobé zdravotní potíže“	280	28	21	2,06(1,80)	8.
„našel jsem si partnera“	318	31	7	1,71(1,43)	9.
„přechod z juniorů(ek) do mužů (žen)	324	23	5	1,69(1,42)	10.
„musím chodit do práce“	316	30	5	1,68(1,38)	11.
„nedostatek peněz“	293	28	7	1,68(1,30)	11.
„denní dojíždění do Prahy“	356	17	9	1,55(1,43)	13.
„našel jsem si jinou partu“	350	19	8	1,47(1,23)	14.
„vliv rodičů“	366	16	2	1,32(0,96)	15.

Z konečné tabulky je patrné, co nejvíce přivádí studenty k rozhodnutí zanechat či snížit aktivní sportování. Nejzávažnějšími důvody jsou spolu související „vysoké studijní zatížení“ a „málo volného času“; následují důvody „přestalo mne to bavit“ a „rozpadla se parta“. Na opačném konci žebříčku se pak nachází „vliv rodičů“ a „nalezení jiné party“- důvody, které jen v malé míře ovlivňují jejich rozhodnutí.

B. Kvalitativní metoda- obsahová analýza (rozbor písemného materiálu)

Jak již bylo sděleno, při vyhodnocování písemného textu získaného od 26 studentů 2.-6. ročníku jsem byl nucen rozšířit počet kategorií důvodů na celkových 20. Výsledky resp. přesná vyjádření studentů jsou zaznamenána na následujících řádkách. Jednotlivá vyjádření studentů jsou od sebe oddělena pomlčkou. Nutno zde podotknout, že zařazení slovních vyjádření studentů do jednotlivých kapitol bylo kolikrátě hodně těžké; někdy se to úplně nepodařilo, neboť se svým významem překrývají.

Otázka: „Proč jste přestali sportovat“ ?

Odpovědi:

1. Přestalo mne to bavit – jsem tím přesycen.

- „Přesytil jsem se vítězstvími a tím, že všechno klope jak má“ – „Nebylo si co dokazovat a netáhlo mne nic na tréninky, jako na začátku“ – „Necítil jsem již ze sportu takové uspokojení“.

2. Nedostatek finančních prostředků – sport je moc drahý.

- „V Praze se platí za členství v klubu několikanásobně vyšší částky než v Sokolově“ – „Táta je již v důchodu a doma máme málo peněz. Proto musím chodit do práce a přivydělávat si“ – „Při tréninku již začínají hrát úlohu i oddílové příspěvky, které se neustále zvyšují (300 Kč/ měsíc)“ – „Ve standartním tanci se platí za hodinu s trenérem již 800 Kč/ hodinu, což je nad studentské možnosti“.

3a. Málo volného času obecně – časově si to nemohu dovolit.

- „Hlavně z časových důvodů jsem musel omezit sport“ – „V Praze mi jeden trénink zabral 4 hodiny času (1 hod. tam – 2 hod. trénink – 1 hod. na kolej), na což jsem nebyl z domova vůbec zvyklý“ - „Mám nyní již hodně aktivit a když již nějakou volnou chvíli najdu, věnuji ji spíše na relaxaci a již ne na trénink v cyklistice“ – „Mám ve škole dobré známky a chci si hledat další informace na internetu. To mi zabírá hodně času a ten pak již nezbývá pro sport“.

- „Proti plavání mluvilo i to, že jsme zrovna v té době začali stavět rodinný dům asi 20 km od bazénu a komu by se chtělo každý den trmáčet autobusem tam a zmožený opět zpátky“.

- „Nestíhal jsem dohromady školu, přítelkyni, přátele, závodní sport a rekreační sport, tak jsem skončil s tím, co mi bralo nejvíce času“.

3b. Málo volného času z důvodu školního rozvrhu či práci ve firmě.

- „Práce společně s náročnou školou mi bere hodně energie“ – „Protože musím pracovat a pracovní doba je do 20 hodin, nemůžu již stihnout tréninky, které bývají dříve“ – „Hlavně tady byl ekonomický motiv. Začal jsem se stoprocentně věnovat pozici rozhodčího, ve které zůstávám svému oblíbenému sportu blízko, ale bohužel již ho nemohu o víkendech hrát“ – „Vrcholovou gymnastiku jsem trénoval celkem 6x v týdnu po dobu 3 hodin. Jediný volný čas jsem měl v sobotu odpoledne a v neděli večer. Navíc k tomu byla ještě letní a zimní soustředění. To se s potřebným časem ke studiu na vysoké škole neslučuje“ – „Být závodníkem v cyklistické disciplíně “downhill” znamenalo trénink alespoň 8- 10 hodin týdně a před závody i přes 15 hodin. A to studium v 1.ročníku na FJFI absolutně nedovolovalo“ – „Když jsem přišel na FEL, snažil jsem se chodit na tréninky, ale dařilo se mi to jen 1x v týdnu. Nyní už to nezvládám ani takto“ – „Myslel jsem si, že si v 1.ročníku upravím rozvrh tak, abych mohl jezdit do HK alespoň jeden den v týdnu na trénink se svou taneční partnerkou a jinak trénovat o víkendu. To se ukázalo jako nemožné, protože pro první semestr je rozvrh daný a cvičení nemají volné kapacity na přehlášení do jiné skupiny“.

4. Stagnoval jsem - ostatní mne výkonnostně předjeli.

- „Po maturitě, přijímačkách a v prvních měsících studia na ČVUT přišla stagnace. Nikdy jsem se již pak výkonnostně nechytl. Začal jsem hodně prohrávat a přestalo mne to bavit“ – „Denním dojížděním do Prahy se zhoršuje docházka na trénincích. Ta zapříčiňuje stagnaci a prohry i s kluky, se kterými normálně vyhrávám“ (judo) – „Když jsem ve svém gymnastickém tréninku omezil tréninky na 3x týdně a méně, přišla stagnace a pokles výkonnosti. Měl jsem již strach učit se nové náročnější cviky. Chyběla mi i motivace a tak jsem nakonec nechal gymnastiku úplně“ – „Začali se objevovat lepší sportovci než jsem byl já, na což jsem nebyl zvyklý. Patřil jsem už jen mezi průměrné závodníky“ – „S příchodem do mužů se mi nevyhnula stagnace. Cítil jsem na sobě, že jsem se zhoršil a neměl jsem vůbec chuť do florbalu něco dávat“.

5. Rozpadla se parta - někteří kluci toho nechali – nezapadl jsem do nového týmu.

- „Jelikož nestíhám tréninky doma, potřebuji na sportování partu. Nejsme ale schopni se s klukama dohodnout, neboť všichni bydlí na koleji někde jinde- Strahov, Podolí, Bubeneč“ – „V oddíle se necítím dobře, necítím tam kamarádství a dobrou partu“ – „Dále je to nedostatek tréninkových partnerů v judistickém tréninku. Stará parta se rozpadla, všichni buď mají práci, nebo zlenivěli a přestalo je to bavit. V podstatě jsme se pravidelně scházeli jen dva a to je pro rozvoj judisty nedostačující“ – „Po čase zanechal atletiky jeden z mých kamarádů, který se mnou trénoval, což bylo pro mne velice nepříjemné, neboť to byl jediný člověk,

kterého jsem v klubu znal“ – „Jednak jsem neúplně zapadl do nového týmu“ - „Nezapadl jsem do party a přestože jsme hráli 2.ligu, nebavilo mne chodit na tréninky, kde jsem si neměl ani s kým popovídat“.

6. Zranění – už jsem nenašel dřívější formu - už mi nestojí za to riskovat nová zranění.

- „Na judu jsem si přivodil několik zranění včetně přetržení předního křížového vazů, otřesu mozku a zlomení klíčové kosti. To vše vedlo k dlouhodobým výpadkům v tréninku a postupném přechodu z vrcholového (reprezentačního) sportu do výkonnostního“

- „Zranil jsem se dlouhodobě a pak toho postupem času zanechal“. – „Trénoval jsem znovu asi půl roku a pak si v kotníku zpřetrhal vazy. Samotná léčba a rekonvalescence trvala půl roku a pak už se mi nechtělo a dokonce mi bylo i blbě se vrátit do mužstva“ – „Spadl jsem z kolotoče a po vyléčení mne čekalo kousnutí od psa s následnými vyšetřeními“.

7. Našel jsem si partnera - čas s partnerem je mi přednější - je pro mne více jak sport.

- „Přítelkyni již nechci zanedbávat a na sport mám již méně času“ – „První útlum nastal v mých 19 letech, kdy se na scéně objevila přítelkyně a člověk musel začít řešit, zda bude zkoušet jezdit na kole nový kus trati a bude riskovat, že večer nebude schopen jít do kina. Od této chvíle začal působit čím dál více onen pocit zodpovědnosti vůči přítelkyni a škole“.

8. Vysoké studijní zatížení- neměl bych ve škole výsledky- škola je přednější - musím se učit.

- „V pondělí a ve čtvrtek odpoledne je hodně nahuštěná škola a nemohu odjet na trénink do Rakovníka. Navíc fakulta nás i stihá slušně zásobovat prací na doma“ – „Zatížení ve škole bylo nadměrné a nechtěl jsem ji hned na začátku flákat. Proto jsem nehledal oddíl v Praze a doma to již jen takto přes víkend nestačilo“ – „V 1.ročníku je velice těžký rozvrh, který vede k menší docházce na tréninky“ – „Ve škole nejsem tak dobrý a musím se hodně učit. Náročné jsou protokoly a již nezbyvá čas na trénink. Také rozvrh moc nepřeje“ – „Neustále jsem řešil otázku, jak skloubit hokej se školou. Studium v 1.a 2.ročníku bylo značně časově náročné a hokejové tréninky doma (Žďár nad Sázavou) jsem zvládal pouze jednou nebo 2x týdně“ – „Nástup do studia na FJFI znamenal naprostý konec sportu. Problém spočíval v tom, že si člověk nemohl dovolit libovolnou absenci. V tom roce se nekonalý přijímačky a bylo z počtu studentů z čeho vybírat. Byly stanoveny jasné podmínky- absence se téměř netolerovaly“ - „Naprostě jiná organizace studia a jiný vyžadovaný přístup ke studiu zapříčinil, že jsem již nebyl schopen najít čas na vyjížďku na kole“.

9. Musím chodit do práce - vydělat si na školu - nechci jen brát od rodičů - práce mne baví - jsem již naladěný na pracovní tóninu – kariéra v oboru.

- „Začal jsem chodit do práce a přidal se k tomu přechod do mužů. Zbylo méně času na trénink“ - „Čas na trénink nemám především kvůli práci. Jsem zaměstnán v Motorole na částečný úvazek, což znamená 80 hodin měsíčně a tím pádem 4 hod. denně. Problém ještě je, že díky rozvrhu musím tyto hodiny vměstnat do tří dnů a tyto dny se mi kryjí s dny, kdy je trénink“ - „Taneční partnerka i já jsme si našli brigádu, které jsme se dále již nechtěli kvůli tréninku vzdát“.

10. Mám jinou partu- našel jsem nové přátele- chci trávit čas s nimi.

- Do této kategorie jsem nenalezl žádné vyjádření (pozn. autora).

11. Nový volnočasový zájem - zaujala mne jiná věc- ta mne baví více.

- „Po vrcholovém florbalu nyní hraju squash (zatím ne ligu, ale často) a užívám si občas volného času“ - „Místo vrcholové házené jsem našel nový sportovní smysl v podobě ježdění na kole, což si dělám sám pro sebe“ - „Protože po dennodenním dojíždění do Prahy z Ústí nad Labem nemám čas na tréninky, dělám sport již jen rekreačně a to třeba tak, že když dostanu chuť si jít zajet na kole, tak jdu“ - „Našel jsem si nový sport (aikido), což pro mne byla nová motivace“.

12. Změna bydliště (kolej) - nestačí být na tréninku jen v pátek a pak hrát - již nejsem doma sehraný - časem to nestačí - trenér to nebere - sám cítím, jak ztrácím výkonnost.

- „Po příchodu na VŠ jsem ještě v prváku hrál zápasy doma za Sokolov a v týdnu se pokoušel trénovat s extraligovými Lužinami“ - „Ideálem pro sport a pro můj život je být 4 dny v Praze (Po- Čt), z toho 3x trénovat. To se ale dá z pohledu školy těžko stihnout; plně školní dny + večer trénink cca 4 hodiny i s dopravou. Ve čtvrtek večer pak odjet domů, v pátek trénovat a o víkendu hrát zápas. Takto to ale v praxi nemůže vyjít“ - „Souběžně se školou jsem již neměl šanci stíhat tréninky doma v Krupce, která je od Prahy daleko“ - „Jsem na koleji a tím pádem nestíhám tréninky doma“ - „Po přestěhování z Ostravy do Prahy na kolej jsem již nemohla trénovat ve svém družstvu majoretek- Mistryň Evropy. V Praze ani není takové dobré družstvo. Jak jezdím domů málo, přišla jsem o výkonnost a ztratila postupně i kondici“ - „Po přestěhování na vesnici jsem musel se sportem přestat, neboť se to nedalo za žádnou cenu stihnout“ - „Největším problémem je změna bydliště do Prahy. Nestačí být doma na tréninku jen v pátek a pak hrát. Výkonnost již nemůže jít nahoru a sehrát se s ostatními za jeden trénink také není dost možné“.

13. Denní dojíždění do Prahy.

- „Denně dojíždím z Příbrami a toho času na trénink již mnoho nezbyvá“ - „Hlavně každý den dojíždím z Ústí nad Labem do Prahy, takže toho mám po školním dnu plný zuby“ - „Do

školy jsem denně dojížděl, měl jsem spoustu práce a povinností, a tak nezbyval čas na trénování. Nemohu si to už vůbec dovolit, jelikož vysoká škola mi zabírá mnohem více času“.

14. Nenašel jsem nové mužstvo v Praze - nemám kde trénovat.

- „Ve druháku na VŠ jsem dost intenzívně hledal pražský tým, kde by šlo hrát zápasy v týdnu a trénovat někde poblíž Dejvic. Ale většinou buď mi úroveň přišla slabší, nebo u lepších týmů zase o mne neměli zájem. Navíc za juniory už to nešlo“ – „Na začátku 1.ročníku toho bylo ve škole hodně a tak jsem chvíli počkal s hledáním nového oddílu v Praze. Výkonnost šla ale dolů a pak jsem již neměl ani motivaci nějaký oddíl hledat“ – „V Praze jsem nenašel žádnou tréninkovou skupinu vícebojařů a nevyhovovala mi struktura tréninků, kdy často až třetinu času tréninků zaplnil fotbálek místo atletiky“ – „Nové mužstvo v Praze jsem nehledal, byly by to další výdaje od rodičů, sám si nevydělávám. V K. Hoře je pro mne provoz hokeje určitě levnější“ – „Důvod proč jsem nehledal klub v Praze je ten, že bych se skoro vůbec nedostával domů, kdybych musel zůstat na víkendy kvůli zápasům“.

15. Vyskytly se dlouhodobé zdravotní potíže, které jsem dříve neměl.

- „Po nalezení nové motivace ke sportování mne ale zabrzdil těžký úraz nohy na motorce“ – „Při svém sportování v Short tracku jsem postupně začal mít problémy s ovladatelností levé nohy, konkrétně v nártu- ta noha mne vůbec neposlouchala. Nakonec jsem jednou při tréninku začal tu nohu jakoby tahat za sebou i při chůzi. Po anabázi léčení (10 injekcí, mnohá vyšetření, kde se nic nezjistilo) jsem se několikrát zkoušel vrátit na led. Pořád to zlobilo a tak jsem s tím musel úplně přestat“ – „Potíže mám s kyčlemi, které pociťuji v případě vysoké zátěže“.

16. Přejít z juniorů do mužů

- „Druhá strana věci je, jestli bych se vůbec v mužích chytil, asi by to bylo spíše na zahřívání lavičky, takže v podnikovce bych skončil stejně. Proto hokej beru spíše jako koníček“ – „Přejít do mužů je výkonnostně těžký. Navíc jsem se musel v klubu podílet na trénování dětí“(stolní tenis) – „Zlomové období bylo, když jsem přecházela z juniorské kategorie do kategorie žen. Najednou tam byly všichni o pět až šest let starší a při zápasech jsem se taky na hřiště moc nedostala“.

17. Vliv rodičů

- „Rodiče mi říkali, abych sportování zanechal. Přesto jsem se do klubu vrátil, ale následně se zranil“ – „Rodiče mi sport spíše rozmlouvali. Argumentovali mi, že již stejně nebudu dělat sport profesionálně, tedy ať se věnuji naplno studiu“.

18. Trenér

- „Trenéři na to začali kašlat, neboť začali podnikat“ – „Plavecký klub by se s příchodem nového trenéra mohl přejmenovat na Klub moderního pětiboje. Tento trenér neuznával plavání samotné a všechny nás nutil běhat, střílet a později i šermovat a chodit na parkur“- „Následovalo období, kdy jsem se snažil propracovat zpátky do základní sestavy, ale trenér mi dělal naschvály. Tak jsem si řekl, že nebudu makat proto, abych jezdil po republice, zanedbával další věci a lidi a přitom si ani nesáhnul na balonek při ligovém zápase“ – „K mužstvu přišel jiný trenér a vůbec jsme si spolu nesedli. Měl rád kanadský styl hokeje (co nejvíce soubojů, nahodit a jet za ním atd.). Takže jsem skoro pořád seděl a když jsem šel hrát, tak jsem byl tak vystresovaný, že jsem nehrál svoji hru a snažil se přistoupit na jeho, což byla katastrofa“ – „Poslední důvod je trochu o trenérovi. Už je mu přes 60 let a začínají se trochu projevovat generační neshody. Ale jinak ho mám ve vážné úctě za všechno, co mi do života dal“ – „Neshodl jsem se s trenérem a manažerem v jedné osobě, když jsem jednak nedostával tolik prostoru, kolik bych si představoval. Navíc jako manažer nedostával finančním závazkům vůči mně, na kterých jsme se domluvili“.

19. Negativní jevy ve sportu – korupce

- „Jsou v tomto prostředí zkorumpovaní trenéři a rozhodčí. Již dlouho je nejlepším tanečníkem závodník, jehož otec je předsedou federace (ve skutečnosti by nejlepší nebyl)“ – „Nevyhovovalo mi také ponocování a alkohol na soustředěních“ – „Ve vrcholovém sportu je častý dopink nebo užívání i povolených škodlivých chemických látek pro lepší výkony“.

20. Vědomí, že ve sportu nebudu světová špička či reprezentant

- „Řešil jsem přechod z Olomouce do Ostravy, ale nakonec jsem to neudělal a dal přednost studiu na ČVUT v Praze“ – „Abych mohl v atletice dále pokračovat na vysoké úrovni, musel bych trénovat poctivě 4x týdně, což jsem nechtěl. Měl jsem v té době spoustu zálib a prostě jsem nechtěl všechny obětovat kvůli atletice. Je to asi otázka priorit. Kdybych byl v té době Mistr republiky nebo cítil, že na světovou špičku mám, tak bych asi zvolil jinak“ – „Úspěšné období vrcholového sportovce může být velice krátké“.

C. Důvody a vlastnosti, které studenty drží u sportu a díky jimž nepřestávají sportovat.

I když je na předchozích příkladech jednoznačně vidět, že mnoho studentů se sportem na VŠ končí anebo jej omezuje, stále ještě se najde dostatek jiných studentů, kteří toto náročné období ustanou a sportují dále. Proto mne také zajímalo, proč právě oni s touto časově náročnou činností vydrželi. Touto kontrolní skupinou se stala 20- členná skupina

sportovních reprezentantů ČVUT tzn. studentů, kteří dále výkonnostně sportují. Ti dostali za úkol napsat mi důvody a vlastnosti, které je drží u sportu a díky jimž nepřestávají sportovat. A zde jsou jejich slovní vyjádření.

Studenty určené důvody a vlastnosti, které je drží u sportu a díky jimž nepřestávají sportovat:

stále mne to baví (závislost na pohybu a sportovním prostředí)- 14 x; - nevydržím jen tak sedět doma – 1 x; - jsem ctizámostivý, stále se chci zlepšovat, mám chuť hrát vyšší soutěž – 4 x; - chci stále soutěžit – 2 x; - překonávání hranic a nových cílů před sebou – 5 x; - hledání stropu svých možností – 1 x; - bojovnost (hecování)- 2 x; - neumím prohrávat – 1 x; - atmosféra důležitých zápasů – 2 x; - radost z výhry – 2 x; - silná vůle a zarputilost – 3 x; - rád ze sebe vydávám všechno – 3 x; - vůdčí vlastnosti – 2 x; - podporovat celý tým – 2 x; - odpovědnost vůči kolektivu – 1 x; - síla kolektivu a dobrá parta – 11 x; - mám zde své nejlepší kamarády – 4 x; - dělit se o radost i porážky – 1 x; - podpora rodiny a partnera – 5 x; - smysluplné využití volného času – 1 x; - odreagování a zapomenutí na školní stres- 3 x; - překonání neúspěchů – 1 x; - mám rád fyzické vyčerpání – 3 x; - udržení kondice a zdraví – 4 x; - vytrvalost v činnosti – 1 x; - potřeba vybit se – 3 x; - učí mne organizovat si čas – 1 x; - fair play a rozum do hry – 1 x; - pár tisíc navíc každý měsíc – 1 x.

Závěr

Ze všech předcházejících vyjádření studentů je zřejmé, že studium na ČVUT je zvláště obtížné. Všichni studenti mají bez rozdílu stejné výchozí podmínky a pedagogové se s nikým „nemažou“. Výjimku nemají ani vrcholoví sportovci – žádné „individuální plány“ neexistují. Jestli chce někdo sportovat, může, ale nikdo o tom na fakultě prakticky neví. Nesmí proto na sebe upozornit, což se týká zvláště docházky. Nejhorší podmínky jsou v 1.ročníku, kdy jsou studenti povinni chodit do hodin, které jsou jim předem určeny. V tomto období je skoro neproveditelné sportovat v těch kolektivních druzích sportu, které mají tréninky dané dopoledne a odpoledne. Podobně obtížné je to pro ty sportovce, kteří si myslí, že budou dojíždět na tréninky domů. Tato předsevzetí pomalu berou za své, jsou v našich podmínkách neproveditelná.

Kdo se prokouše přes 1.ročník a má dobrý prospěch, podmínky se mu o něco zlepší. Může se totiž v pořadí od nejlepších studentů (podle počtu splněných kreditů) po nejhorší přihlašovat na jednotlivé hodiny, kde již může kalkulovat se svým tréninkovým časem.

Ve 2. a 3. ročníku se již studenti adaptují na školní systém, poznají všechna úskalí studia. Komu ještě vydrží láska ke sportu a zbývá při náročnosti studia ještě čas, má v tomto

období ještě možnost sportovně se uchytit. Bývají to opravdu silní jedinci, jak po stránce fyzické, tak i duševní. Nutno podotknout, že jich není zase až tak málo. Je zde na škole plno osobností, které především ve svém osobním životě mnohé dokáží. Je jasné, že i sportovní účast jim k tomu dodává důležité morální vlastnosti.

Vysoká škola by měla mít zájem, aby se její studenti věnovali pohybové činnosti. Ústav tělesné výchovy a sportu proto také nabízí mnoho možností k pohybové a sportovní činnosti. Nemůže však ovlivnit, aby studenti měli pro tuto sportovní činnost i dobré výchozí, především rozvrhové podmínky.

Nikoho proto nemůže překvapit fakt, že v denním studiu ČVUT se prakticky nevyskytuje žádný sportovní reprezentant ČR v těch nejsledovanějších sportovních specializacích (fotbal, hokej, tenis atd.). Jiná situace je především v individuálních a v některých méně populárních kolektivních sportech. Zde nacházíme více význačných sportovních osobností- reprezentantů ČR či Mistrů republiky. Namátkou se jedná např. o veslaře, judisty, orientační běžce, borce z různých bojových umění, florbalisty. Velice známý je úspěch veslařské osmy ČVUT, která již 3 roky po sobě získala titul Mistr evropských univerzit.

Vzhledem k renomé ČVUT v pedagogických a vědeckých kruzích se s tímto stavem asi nedá nic dělat. Těžko můžeme čekat, že by na českých univerzitách byl nastolen systém sportovních stipendií po vzoru amerických univerzit.

Ale i tak by mohla domovská fakulta v tomto směru jít svým sportovcům trochu naproti a přednostně jim umožnit zapsat se do hodin jednotlivých předmětů tak, aby mohli také absolvovat vrcholový trénink, který si nemohou nikam jinam posunout.

Literatura

Hošek, V. (2005) Psychologie sportu. Učební texty.

<http://vstvs.palestra.cz/data/psychologiesportu.doc>

Hošek, V.(1985) Motivace sportovního tréninku. Praha: Univerzita Karlova

Nakonečný, M. (1993) Základy psychologie osobnosti. Praha: Management press, s. 232

Nakonečný, M.(1998) Encyklopedie obecné psychologie. Praha: Academia, s. 437

Večerková, Z. (2007) Psychologická analýza a charakteristika vybraného sportu. Semestrální práce, www.gymnet.cz/files/Seminarni_prace_z_Psychologie_sportu.pdf

Výrost, J. (1989) Sociálně- psychologický výskum postojov. Bratislava: SAV, s. 337