



# RODIČE A SPORT DĚTÍ

ALEŠ SEKOT

MASARYKOVA  
UNIVERZITA

ALEŠ SEKOT  
RODIČE A SPORT DĚTÍ

MUNI  
PRESS



**ALEŠ SEKOT**

# **RODIČE A SPORT DĚTÍ**

**Rodičovské výchovné styly  
jako motivační faktor  
sportování dětí a mládeže**

Knihu recenzovali

**Ing. Vilém Kunz, Ph.D.**

**Prof. PhDr. Josef Oborný, Ph.D.**

© 2019 Masarykova univerzita

ISBN 978-80-210-9293-8

ISBN 978-80-210-9292-1 (brož.)

# Obsah

|                                                                                                        |     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Úvodní poznámka: Kulturní a sociální souvislosti fungování sportovně pohybových aktivit . . . . .      | 7   |
| 1 Rodičovské výchovné styly . . . . .                                                                  | 11  |
| 2 Mládež, rodina, volnočasové aktivity . . . . .                                                       | 15  |
| 3 Sportovně pohybové aktivity: konceptuální východiska . . . . .                                       | 19  |
| 4 Sport a socializace . . . . .                                                                        | 22  |
| 5 Socializace: vrcholový sport versus rekreační sport . . . . .                                        | 32  |
| 6 K problematice pohybové motivace . . . . .                                                           | 37  |
| 7 Sport a mládež: sociologické souvislosti . . . . .                                                   | 41  |
| 8 Motivace ke sportovním aktivitám u dětí a mládeže. . . . .                                           | 49  |
| 9 Historické ohlédnutí: Česká tradice organizace pohybových aktivit a školní tělesné výchovy . . . . . | 51  |
| 10 Perspektivy zájmu dětí a mládeže o sportovní aktivity . . . . .                                     | 56  |
| 11 Výzvy rodičovské odpovědnosti . . . . .                                                             | 63  |
| 12 Sportovní socializace v kontextu „sportovního trojúhelníku“ . . . . .                               | 68  |
| 13 Výchovně socializační význam trenéra . . . . .                                                      | 73  |
| 14 Motivační aspekty trenérské práce . . . . .                                                         | 78  |
| 15 Přístupy rodičů k mladým sportovcům . . . . .                                                       | 86  |
| 16 Kdy začít se sportem: význam věku a motivace . . . . .                                              | 91  |
| 17 K empirickým poznatkům o rodičovských postojích ke sportování dětí a mládeže . . . . .              | 97  |
| 18 Co společnost očekává od řízení sportu? . . . . .                                                   | 107 |
| Summary. . . . .                                                                                       | 110 |
| Literatura . . . . .                                                                                   | 117 |
| Rejstřík. . . . .                                                                                      | 123 |



## Úvodní poznámka: Kulturní a sociální souvislosti fungování sportovně pohybových aktivit

Pochopit podstatu a směřování soudobého světa, jeho dílčích společností a kultur, aniž bychom si všímali úlohy sportu a náležitě ji docenili, je téměř nemožné. Žijeme totiž ve světě, v němž je sport důležitým globálním fenoménem. Přispívá k dynamice ekonomického rozvoje, rozšiřuje globální propojenost cestou mezinárodních sportovních událostí, je nedílnou součástí lokálních sociálních a kulturních struktur, jednotlivých regionů a národů. Sport je svým potenciálem schopen přispívat i k vývoji nejchudších oblastí světa, tvoří nezastupitelnou součást masové mediální podívané, podílí se na rozvoji turistického podnikání, je různým způsobem spojován s řadou sociálních jevů a problémů, jako je zdraví, násilí, kriminalita, sociální rozdíly, pracovní migrace, ekonomický a sociální rozvoj a chudoba. Sport se v průběhu konání olympijských her a některých významných sportovních událostí, jako jsou světové šampionáty ve fotbalu či ledním hokeji, stává globálním pojítkem hodnotově jednotícího zájmu zcela sociálně, kulturně či nábožensky odlišných koutů světa. Je nezastupitelnou součástí volnočasových aktivit obrovských mas lidí. Jeho sociální a komerční potenciál vstupuje – svými pozitivními přínosy i spornými dopady – do řádu mocných sil našeho světa. Sport se může stát účinným nástrojem ideologického působení diktátorů, stejně jako symbolem demokratických procesů a prostředkem mezinárodního usmíření. Sportovní aktivity bývají spojovány s politickými protesty v boji za lidská práva a sociální spravedlnost. Stejně tak může být sport platformou násilí, fašismu, totalitarismu, individualismu a vypjatého nacionalismu. Sportovní aktivity mohou pro jedny znamenat cíl sám o sobě – radostnou formu harmonizace v životadárném kompenzačním působení rekreační kondiční fyzické aktivity, zatímco pro jiné je nutným vysoce náročným, stereotypním, bolestivým prostředkem sofistikované přípravy k dosažení výkonu, vítězství, odměny.

Sport je v souladu s hodnotovým zakotvením a směřováním soudobé postmoderní společnosti, zaměřené na konzumaci mediálních představ a proměnlivosti zážitků, stále výrazněji spojován s komerčním sponzorským logem na dresech atletů, s arénami, které jsou svědky významných sportovních událostí, a s mediálním zpravodajstvím, které je zprostředkovává. Právě mediální společnosti vydávají obrovské finanční prostředky na vysílací práva, sportovní hvězdy jsou kupovány a prodávány za milionové částky, města a regiony investují obrovské finanční sumy k získání práv na uspořádání globálně významné sportovní události, profesionální sportovní kluby hrají důležitou roli na burzovním trhu. Sport jako významný sociálně-kulturní fenomén se tak stává stále nepřehlédnutelnější součástí našich životů, a to jak díky



jeho stále sílící profesionalizaci a spektakulární komercializaci, tak v rovině každodenních volnočasových aktivit mas současníků.

Sport v jeho současné každodennosti bývá popisován z různých zorných úhlů a odlišných hodnotových pozic. Pro jedny je specifickou rituální obětí lidské energie, pro jiné běžným prostředkem mezilidských vztahů, pro další kompenzací rozdílů v lidském životě či formou stvrzení osobní identity a individuálních rozdílů. Kritika sportu pak s nelibostí konstatuje jeho rostoucí komercializaci jako sociální produkt, generující vyhrocovanou účelovou bojovnost na hřišti i mimo ně, jako eufemismus západní kultury či dravého kapitalismu (Cookley, 2001; Bourdieu, 1993; Huizinga, 1950).

Sport je přímo osudově provázán s kulturou dané společnosti. Je tak výrazem specifických představ, idejí, hodnot a perspektiv, jejichž prostřednictvím lidé hledají své místo ve světě, vysvětlují si jeho fungování, poměřují míru důležitosti věcí kolem sebe. Zvažují, co je a co není správné a přirozené, co je výhodné a nevýhodné, co může přinést materiální profit a co „pouze“ radost ze zdravého pohybu. Kulturní ideologie je tak systematickým světonázorovým pohledem do každodenního života lidí ve společnosti. Je fenoménem, měnícím se v souladu s dynamikou společenských změn na pozadí různosti skupinových a osobních zájmů a idejí. Proměňuje se v neustálém střetávání názorů na smysluplnost a schůdnost cest společenského vývoje a v krystalizaci morálních postojů. Sama tato skutečnost dodává sportu na sociologické relevanci. Sport totiž tvoří soubor činností a situací, které buď přijímají, či zpochybňují konkrétní ideologii, čímž vstupuje do centra diskuzí o faktorech důležitosti či pomíjivosti v našem životě. Sport je utvářen lidmi a vyvíjí se v širším kontextu dílčích idejí, které se na pozadí projevů lidských potenci a usilování, prostřednictvím výrazových prostředků mužnosti a ženskosti vztahují k tělesnosti a lidské přirozenosti.

Sport hraje výraznou úlohu při utváření společnosti v mnoha oblastech světa. Ovlivňuje život kolem nás a pro mnohé i „život v nás“. Nejsme však schopni dostatečně přesně postihnout dopad sportovní a nesportovní socializační zkušenosti na celkovou úroveň života jedince a společnosti, na povahu mezilidských vztahů a charakter dané kultury. Fungování sportu můžeme a musíme zkoumat pouze v určitém sociálním a kulturním kontextu. V centru sociologického zájmu je zpravidla získávání validních informací o názorech sportovců, povaze sociálních charakteristik světa sportu a jeho dopadu na ideologické, politické a ekonomické záležitosti. Sport je spíše místem socializační zkušenosti než zdrojem odlišujících socializačních výsledků. Sport sám o sobě není zpravidla příčinou zvláštních změn v povahových rysech, postojích a chování. Působí vždy v součinnosti s vlivy specifík daného sociálního a kulturního prostředí v širším kontextu socializačních procesů.

Význam *rodičovské výchovy* a autority pro motivaci, intenzitu, úroveň a zaměření sportovně pohybových aktivit dětí a mládeže nesporně souvisí s daným kulturním a sociálním klimatem. V naší společnosti tak narážíme na problematiku významné kulturní změny, generující zásadní posuny ve sféře hodnotových orientací sociálně

a ekonomicky rozrůzněných skupin, vrstev či tříd obyvatel. Tato změna je výrazně stimulována kulturně přelomovým fenoménem *konzumní společnosti*, jenž reflektuje podstatu a étos jejích moderních či postmoderních charakteristik, doprovázených řadou krizových či nejednoznačně působících procesů. V jejích rámci jsou dnes masy lidí vystaveny proměnám individuální spotřeby, masové kultury či sílícímu trendu ke konzumerismu a ekonomickému egocentrismu. Vzhledem k vývojovým trendům sportovně pohybových aktivit pak ke společensky nejzávažnějším důsledkům konzumerismu přímo zákonitě náleží proces zvaný *sedentarismus*. Pro tento jev, vyskytující se v konzumní, technologicky vyspělé a materiálně bohaté společnosti, je charakteristické, že postupně mizí potřeba fyzické námahy a následně klesá i úroveň pravidelných pohybových aktivit v každodenním životě mas lidí. Hovoříme o *sedavé společnosti*, ve které se v důsledku dynamického rozvoje techniky ve všech oblastech života společnosti snižují tradiční nároky na fyzickou námahu, a to zejména ve třech oblastech: ve většině zaměstnání, tedy na půdě *práce*, v *domácnostech* a v individuálních formách *dopravy*. Namísto fyzicky namáhavých aktivit vykonává většina lidí v naší kulturní sféře zejména v zaměstnání sedavé činnosti, což platí i o povaze dnešní individuální dopravy. Antropologicky vzato jde o vyústění dlouhodobého procesu přechodu od pohybově vysoce náročného loveckého způsobu života k usedlému pasteveckému životnímu způsobu. Tuto zásadní transformaci celých společností umožnilo místně koncentrované zemědělství, ukotvené v celoročním dosažitelném přístupu k lokálním přírodním zdrojům. Došlo tedy k nahrazování fyzicky náročných loveckých aktivit klidnějším pěstováním dobytka a následným přechodem k zemědělské kultuře s rozšiřováním kontaktů a obchodních styků (Weber & Horst, 2011).

Dnes nás bezpočet odborných studií a výzkumných zpráv informuje o negativních důsledcích sedavého způsobu života, o rizikových faktorech nedostatku pravidelného pohybu. Za vhodný, dosažitelný a individuálně realizovatelný prostředek kompenzace těchto rizik sedavého způsobu života je pak stále častěji považována na poli individuálních forem dopravy vedle organizovaných sportovně kondičních rekreačních aktivit i *pravidelná chůze a jízda na kole* (Sekot, 2015).

Základní otázka, „proč je pohyb důležitý“, má zcela jasnou a zásadní odpověď: Protože člověk je geneticky naprogramován na pohyb a sedavý způsob života jako nepřirozená forma fyzické pasivity mu škodí. Akceleruje civilizační choroby, jako jsou srdeční infarkt, cukrovka a vysoký krevní tlak. A v případě nejen dospělých, ale i dětí a mládeže jsme svědky růstu obezity, které by bylo možno předcházet právě zdravým, pravidelným pohybem (McElroy, 2002, s. 14).

Je nepochybné, že rozdíly mezi jedinci, jejich kulturní úrovní, volnými vlastnostmi a životními zkušenostmi sehrávají v prevenci pohybové nedostatečnosti a v míře praktikování systematických sportovně pohybových aktivit velkou úlohu. Sociologicky vzato jde nejen o hradbu individuálních dispozic, ale i nesterilně působících sociálních podmínek (Wright & MacDonald, 2010). Jedinec má však zpravidla v rámci daných mezí možnost vydat se uvědoměle cestou aktivního přístupu

k životu, zdravého životního stylu, anebo kontraproduktivně ignorovat zásady zdravého stravování, konzumovat nadměru alkohol, propadnout závislosti na nikotinu, nebo dokonce návykovým látkám a programově se vyhýbat tělesnému pohybu. Přitom jsme svědky zjednodušujícího masového sdílení názoru, že existuje řada zejména sociálních faktorů, ležících „mimo naši kontrolu“, životního přístupu, který „ospravedlňuje“ nedostatek vůle překonat vlastní lenost, nechuť k pohybu, neochotu změnit stravovací návyky. Přitom není bez zajímavosti, že potřeba rozšířit možnosti pravidelných pohybových aktivit je pocítována i v původně rurálních zemích, jako je kupř. Portugalsko, vykazujících tradičně relativně velké profesní nároky na namáhavou fyzickou práci a pohyb (Marques, 2010). V českém prostředí sehrává spíše než faktor sociální příslušnosti či věku svoji roli velikost sídla a úroveň daného prostředí: obyvatelé menších obcí vykazují zpravidla vyšší frekvenci a intenzitu pohybových aktivit v podobě chůze v přirozeném přírodním prostředí v sociálním klimatu bezprostřednosti neformálních sociálních vztahů (Mitáš, 2010, s. 18).

Potřeba pravidelného pohybu v soudobé sedavé společnosti tedy zejména ze zdravotních důvodů roste s tím, jak se naopak snižuje potřeba namáhavé práce ve všech oblastech života. Zejména sílí důležitost motivace, pěstování a životního zakódování potřeby pohybu u dětí a mládeže. A zde se *aktualizuje funkce rodiny* a výchovných stylů rodičů, které by děti motivovaly k aktivnímu životnímu stylu, jehož nedílnou součástí jsou bezesporu pravidelné sportovní pohybové aktivity.

# 1 Rodičovské výchovné styly

Zkoumáme-li utváření hodnotového světa každého jedince, pak dojdeme k závěru, že se na něm zejména v naší kulturní sféře podílejí dva vysoce stimulativní procesy, působící ve zvýšené míře především na děti a mládež – *socializace* a *výchova*. V případě *socializace* se jedná o celoživotní, všeprostupující a spontánní proces přizpůsobování jedince či skupiny okolnímu světu, jeho základním hodnotám, normám, pravidlům, zvykům, obyčejům, kulturním vzorcům, a to v běžném provozu každodennosti, zvláště v kontaktu s jinými jedinci a skupinami. Rozhodující vliv přitom mají bezprostřední vztahy a osobní kontakty „tváří v tvář“. *Výchova* pak je, na rozdíl od *socializace*, záměrné působení na jedince ze strany rodičů, širší rodiny, učitelů, vychovatelů, trenérů či institucí a organizací s cílem ovlivnit jeho osobní a osobnostní rozvoj.

Klíčovou roli v cíleném výchovném působení sehrává *rodina*. Rodiče působí na své děti v souladu se svojí kulturní, vzdělanostní, ekonomickou a sociální úrovní, přičemž lze rozlišit čtyři výchovné rodičovské styly. Rodičovským stylem výchovy (parenting) zde rozumíme teoretický konstrukt, reflektující základní, charakteristické a život dětí primárně formující rodičovské výchovné strategie a metody. Kvalita a význam tohoto výchovného působení je zpravidla umocňována množstvím času, který rodiče s dětmi tráví, což platí zejména tehdy, když alespoň jeden z rodičů sdílí s dítětem volnočasové aktivity, a přesvědčivě tak dítěti demonstruje svůj zájem a péči o něj. Rodičovský výchovný styl je výrazem *speciálního chování rodičů vůči dětem*, které reflektuje širší koncepci a strategii rodičovských výchovných praktik. Představuje charakteristické a výchovně významně stimulující postoje a praktické kroky, reagující na potřeby a požadavky dítěte (Spera, 2005, s. 125–146). Je přirozené, že názory na „správnou výchovu“ se u konkrétní rodiny i u pedagogů a vychovatelů liší; stejně tak existují velké rozdíly v míře ochoty rodičů věnovat čas a energii výchově svých dětí, nehledě na rozdílnost cílů, modelovaných hodnotovým ukotvením výchovných důrazů.

Průkopnicí na poli koncipování typologie rodičovských výchovných stylů je *Diana Baumrind*, která vytvořila základní třístupňový model rodičovských stylů (autoritativní, autoritářský a shovívavý). Ten byl dalšími výzkumníky modifikován zpravidla do čtyřstupňových modelů. Její výzkum vychází z dvojice základních bipolárních prvků, jež generují formy rodičovských stylů: zodpovědnost versus nezodpovědnost a náročnost versus nenáročnost (Baumrind, 1967, s. 43–88). Baumrind přitom považuje jak tvrdost, tak odměřenost rodičů vůči dětem za naprosto nežádoucí, a naopak akcentuje utváření rodičovských vztahů založených na náklonnosti,

lásce a sympatiích. Její typologie je konstruktem, který označuje normální a běžné alternativy rodičovství, nikoli jejich deviantní formy.

Základní výchovné rodičovské styly podle teoretických modelů Baumrind tvoří také východisko pro čtyřstupňový model výchovných přístupů: autoritářský, autoritativní, liberální a lhostejný:

**Autoritářský:** Ze strany rodičů dominuje důraz na bezvýhradnou poslušnost a disciplínu, vynucovanou i pomocí trestů. Rodiče uplatňují zásadu, že na děti se má dohlížet, nikoli jim naslouchat či empaticky vnímat jejich starosti a problémy. Autoritářští rodiče preferují využívání trestů před vnitřním osvojením si disciplíny. Trvale prohlubují v dětech pocit viny a nedostatek zdravého sebevědomí, často jsou nepřátelští až agresivní. Tento přístup postupně formuje i vztah dítěte k rodičům a jeho citový život: Místo slepého respektu před rodičovskou autoritou se v dětech mohou utvářet obranné mechanismy lhaní jako cesty vyhýbání se trestům. Autoritářský styl, praktikující tělesné tresty a nadávky, je restriktivní, trestající, postrádá zpětnou vazbu mezi rozhodnutím rodičů a pocity a názory dítěte. Děti tak často trpí depresi, sebeobviňováním, slepou poslušností a jsou nešťastné (Stassen, Berger & Kathleen, 2011, s. 273–274). Zastánci tohoto rodičovského stylu účelově argumentují, že tvrdá výchova v rodině zmírňuje případný stres z náročných vztahů v dalším životě, a usnadňuje tak schopnost socializace a adaptability v tvrdých životních podmínkách. Pro tuto kategorii rodičovského výchovného stylu je z hlediska sportovní motivace typický důraz na preferenci, či dokonce adoraci vrcholového výkonnostního sportu bez ohledu na talent, zájmy a předpoklady dítěte, doprovázený velkými očekáváními budoucích sociálně ekonomických benefitů.

**Autoritativní:** Usiluje o vytváření pozitivních vztahů mezi rodiči a dítětem, prosazuje závazné, nepřekročitelné zásady a pravidla. Klade důraz na utváření pozitivních hodnot a aktivního přístupu k životu. Rodiče vždy dbají na pozitivní, přátelské vztahy s dítětem; zdůvodňují nezbytnost respektu k pravidlům a řádu, ale berou v úvahu i vnitřní život dítěte a svoji rodičovskou autoritu zakládají i na budování respektu k názorům a pocitům dítěte, jehož potřebám naslouchají. Snaží se výchovným problémům předcházet, nikoli je autoritářsky řešit. V případě, že rodiče jsou důslední, nároční a přitom vnímaví vůči hodnotovému světu dítěte, se postupně vytváří blahodárná forma kultivování dítěte. To má potom v dalším životě větší šance být úspěšné, dobře přijímané svým okolím, stát se velkorysým, kompetentním a nezávislým jedincem, schopným přiměřeně určovat a spoluutvářet svoji životní dráhu (Stassen, Berger & Kathleen, 2011, s. 273–274). Obecně vzato je tento výchovný styl pokládán za *optimální* cestu k výchově zodpovědných dospělých, kteří svobodně vyjadřují své názory a k životním výzvám a povinnostem přistupují aktivně. Suma těchto výchovných charakteristik tak dává dobrý a pevný základ pro přirozeně se utvářející motivaci a celoživotní adhezenci dítěte ke sportovně pohybovým aktivitám jako nedílné součásti života všestranně rozvinutého jedince.

**Liberální:** Nevynucuje respekt k řádu rodinného života a pravidlům žádoucího chování. Jedná v souladu se zásadou: „děti jsou prostě děti, dopřejme jim volnost“.