

PODÍL TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU NA FORMOVÁNÍ PROFILU OSOBNOSTI ADOLESCENTŮ

Souhrn:

Práce je zaměřena na zjišťování podílu tělesné výchovy a sportu na formování některých vlastností osobnosti adolescentů. Cíl práce vycházel z dlouhodobého sledování vlivu pohybových aktivit na osobnostní charakteristiky mládeže v oblastech pohybových schopností – rychlosti, síly, flexibility a vytrvalosti, v oblastech dimenzí osobnosti – zejména v typu temperamentu, výkonových motivací a v sociální opoře.

Klíčová slova:

pohybová aktivita, sport, temperament

PROPORTION OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT IN FORMATION OF PROFILE OF PERSONALITY IN ADOLESCENTS

Abstract:

The article is focused on examination of proportion of physical education and sport in formation of some personality features in adolescents. The objective of the work was issued from long-term examination of effect of physical activities on youth's personality traits in area of physical abilities – speed, force, flexibility and persistence, in areas of dimension of personality – mainly within type of temperament, performance motivations and social support.

Key words:

physical activity, sport, temperament

PROBLÉM PRÁCE

Tělesná výchova a sport jako základní element v systému pohybových aktivit není zcela samozřejmým pojmem pro současného člena naší společnosti, tudíž nemůže být adekvátně samozřejmostí ani pro mládež. V současnosti chybí dostatečné dispozice pro vytvoření životní potřeby pohybových aktivit jako nutného doplňku budoucího pracovního zatížení. Pravidelné pohybové aktivity nejrozmanitějších druhů by měly vstoupit

do života mladé generace jako prostředek tolik zdůrazňovaného požadavku být tělesně i duševně zdatný a tak obstát ve velmi náročné konkurenci rodícího se kvalitního trhu práce.

V poslední době přibývá díky zhoršeným životním podmínkám, zejména rychlosti života, stále více dětí s poruchami myšlení, chování, s lehkými mozkovými dysfunkcemi, s motorickými problémy, s problémy socializace a s neschopností vnímat samy sebe a okolí. Řadu příčin můžeme hledat v rodině, např. nedostatek času na péči o děti, vnímání jejich problémů apod. V období dospívání se potom tyto děti dostávají do extrémních situací, které vlivem nedostatečné odolnosti nejsou schopny řešit. Při péči o mladou generaci může zejména v období dospívání pomoci řada pohybových aktivit, které přímo ovlivní odolnost jedince a formují některé vlastnosti osobnosti tak, aby byla odolnější.

Některé z uvedených skutečností se projeví v naší práci.

CÍLE A ÚKOLY PRÁCE

Cílem naší práce bylo zjišťování podílu tělesné výchovy a sportu na formování některých vlastností osobnosti adolescentů. Cíl práce vycházel z dlouhodobého sledování vlivu pohybových aktivit na osobnostní charakteristiky mládeže v oblastech pohybových schopností – rychlosti, síly, flexibility a vytrvalosti, v oblastech dimenzí osobnosti – zejména v typu temperamentu, výkonových motivacích a v sociální opoře.

Ke splnění cílů práce jsme si stanovili úkoly práce a hypotézy práce. Celé práci předcházela pilotní studie a předvýzkum. Ve vlastním experimentálním sledování, které tvořilo základ naší práce, jsme si stanovili následující hypotézy:

H 1: Pravidelná sportovní činnost ovlivňuje ve významné míře rozvoj pohybových schopností. Předpokládali jsme, že mládež pravidelně sportující bude dosahovat výrazně lepších výsledků v testech pohybových schopností než nesportující mládež.

H 2: Trénink v kolektivním sportu ovlivňuje sociální chování osobnosti ve vztahu ke kolektivu i k jednotlivci. Předpokládali jsme, že pravidelná sportovní činnost v kolektivních sportech významně ovlivní skóre extroverze u sportující mládeže.

H 3: Motivace ke sportovní činnosti značně ovlivňuje výkony sportovců v soutěžích. Předpokládali jsme, že pravidelně sportující mládež bude dosahovat vyššího skóre aspirací nejen ve specifických sportovních disciplínách, ale i v běžném životě.

H 4: Jedním z významných činitelů v životě mladé generace je rodina. Předpokládali jsme, že sportující adolescenti z rodin podporujících pohybové aktivity budou vykazovat lepší výsledky v bio – psycho – sociální rovnováze osobnosti.

METODIKA A CHARAKTERISTIKA SOUBORU

Při zpracování výzkumného šetření jsme spolupracovali s řadou odborníků z jednotlivých oblastí – s pedagogy, s trenéry, s lékaři, s psychology a se sociology. Při výzkumném šetření jsme použili následující metody:

- motorické testy: testy rychlosti, síly, flexibility a vytrvalosti
- psychologické testy: test temperamentu (Belov, 1971), osobnostní dotazník J.E.P.I. (Eysenck, 1972), test úrovně aspirace (Meili, 1965), specifický test úrovně aspirace (Blahutková, 1998), test sociální opory (Charvát, 1998).

K vyhodnocení jsme použili základní statistické metody – variační rozpětí, skupinové rozložení četností, výpočet procentilů, směrodatnou odchylku, koeficienty korelace a regresní analýzu dat, F testy, t testy pro nezávislé výběry a výpočet intervalů spolehlivosti.

Výzkumné šetření probíhalo v letech 1996-2000 ve čtyřech městech České republiky (Brno, Bučovice, Karlovy Vary, Valašské Meziříčí), bylo zahájeno na II. stupni základních škol a později přešlo na střední školy. Celkem bylo podrobena výzkumnému šetření 2220 adolescentů, z toho bylo vybráno 1080 pravidelně nejméně dvakrát týdně sportujících (580 dívek a 500 chlapců).

K bližší charakteristice testovaného souboru uvádíme následující zjištěná data: většina dětí pochází z úplných rodin, 12 % dětí mělo pouze jednoho rodiče (1 % dětí žije bez matky a 5 % dětí žije bez otce, některé děti však uváděly náhradní rodiče nebo jako osobu žijící ve společné domácnosti uváděly testované osoby babičku), v průměru připadlo na jednu rodinu 2,36 dětí, vzdělání rodičů se pohybovalo nejvíce v oblasti středoškolské (88 % matek a 86 % otců), méně vysokoškolské (9 % matek a 13 % otců) a nejméně rodičů mělo pouze základní vzdělání (3 % matek a 1 % otců), jako nejfrekventovanější zaměstnání rodičů se jeví dělník nebo dělnice (do této kategorie byli zařazeni i zemědělci, u zaměstnání mužů dále převládaly profese technik, dopravce a podnikatel, u zaměstnání žen dále převládaly profese úřednice, zdravotnice a nezaměstnané v popředí zájmů u celé skupiny adolescentů je jednoznačně sledování televize a počítačová technika (tab. 1), v oblasti sportovních aktivit se nejvíce testovaných

osob věnovalo sportovním hrám (zejména kopané, košíkové a odbíjené), všeobecné tělesné výchově (Sokol, ASPV, Orel) a plavání (tab. 2).

Tab. 1: Zájmová činnost u sledované skupiny pravidelně sportujících adolescentů

Zájmová činnost	%
Televize	26
Počítače	19
Žádná činnost	14
Příroda	13
Výtvarná činnost	11
Hudba	10
Ostatní	7

Tab. 2: Sportovní zájmy u sledované skupiny pravidelně sportujících adolescentů

Sportovní disciplína	%
Sportovní hry	37
Všeobecné sporty	25
Plavání	12
Atletika	8
Gymnastika	6
Lyžování	5
Silové sporty	3
Jízda na koni	2
Bruslení	1
Cyklistika	1

VÝSLEDKY VÝZKUMU A DISKUSE

Dlouhodobé sledování podílu tělesné výchovy a sportu na formování některých vlastností osobnosti adolescentů přineslo řadu zjištění ve všech sledovaných oblastech. H 1 se potvrdila ve vztahu k jednotlivým nárokům sportovních činností, které adolescenti vykonávali. Nejlepší výsledky v oblasti silových schopností vykazovali sportovci z oddílů silových sportů a sportovní gymnastiky, nejlepších rychlostních výsledků dosahovali sportovci z oddílů sportovních her, lyžování, atletiky a plavání, nejlepších výsledků v oblasti flexibility dosahovali sportovci v gymnastice, bruslení, jízdě na koni a v lyžování a nejlepších vytrvalostních výsledků

dosahovali sportovci z cyklistiky, atletiky, plavání a z všeobecných sportů (obr. 1,2,3,4).

Sportovci vždycky vykazují lepší výsledky v testech pohybových schopností než běžná populace, stačí však pouze trénink dvakrát týdně 1,5 hodiny a dojde k výrazným změnám oproti zájmovým pohybovým činnostem prováděným pouze jedenkrát týdně.

H 2 se potvrdila jednoznačně zejména v oblasti extroverze a neurotizismu. Sportující adolescenti vždycky vykazují vyšší míru extroverze oproti běžné populaci, i když mezi jednotlivými sportovními disciplínami byly značné rozdíly. Nejvyššího skóre v extroverzi dosáhla skupina adolescentů věnujících se všeobecným sportům (obr. 5).

H 3 se nepotvrdila. I když teoretické studie naznačují vyšší úroveň aspirací u sportovců než u běžné populace, opak se jevil pravdou. Sportovci vykazovali nižší úroveň aspirací než běžná populace v nespecifických i ve specifických testech aspirační úrovně (obr. 6).

Tento problém je u našich sportovců zkoumán již řadu let a doposud se nepodařilo jej zcela vyřešit, přestože některé teoretické studie tento problém podrobně analyzovaly (Blahutková, 1998).

H 4 se potvrdila. Díky dotazníku sociální opory pro sportovce (Charvát, 1998), který odhalil řadu nedostatků v lékařsko – pedagogické péči o sportovce, zejména v oblasti péče o duševní hygienu sportovce. Sestavili jsme škálu sociálních potřeb sportovce adolescenta:

- dosažení maximálních sportovních úspěchů
- vyplnění volného času
- rodinné zázemí (úplnost rodiny, rodinná podpora, rodinná pohoda)
- materiální zabezpečení (sponzorské dary, finanční podpora)
- zdraví (bio – psycho – sociální pohoda)
- význam tělesné výchovy a sportu pro budoucí život

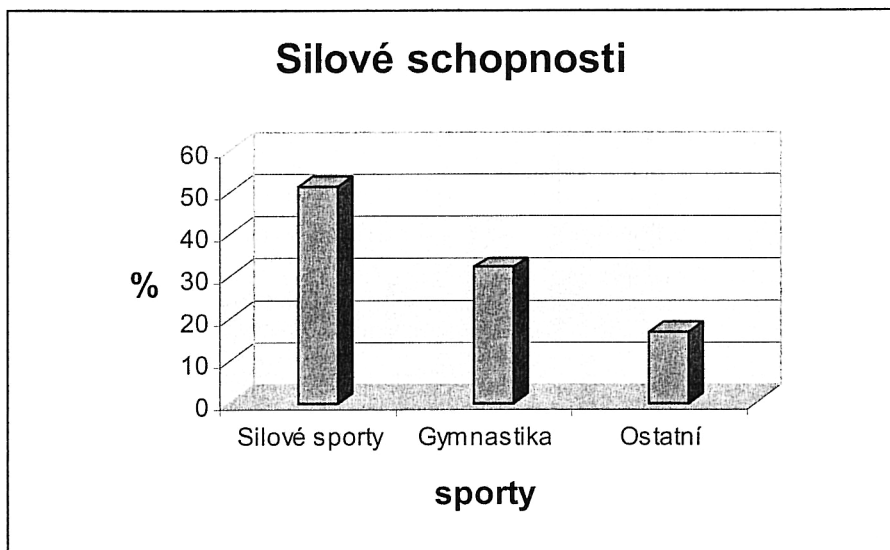
ZÁVĚRY

Výzkumné šetření přineslo řadu výsledků, se kterými hodláme dále seznamovat veřejnost. Každá pohybová aktivita ovlivňuje život dítěte a zejména život adolescentů v mnoha pozitivních faktorech. Jedná se zejména o přístup k životu a o zdravý životní styl, který kladně ovlivňuje vztah člověka k práci, k náročným životním situacím, ke společnosti a pomáhá adolescentům překonávat pocity samoty, chybějící komunikace a překonávat frustrační bariéry.

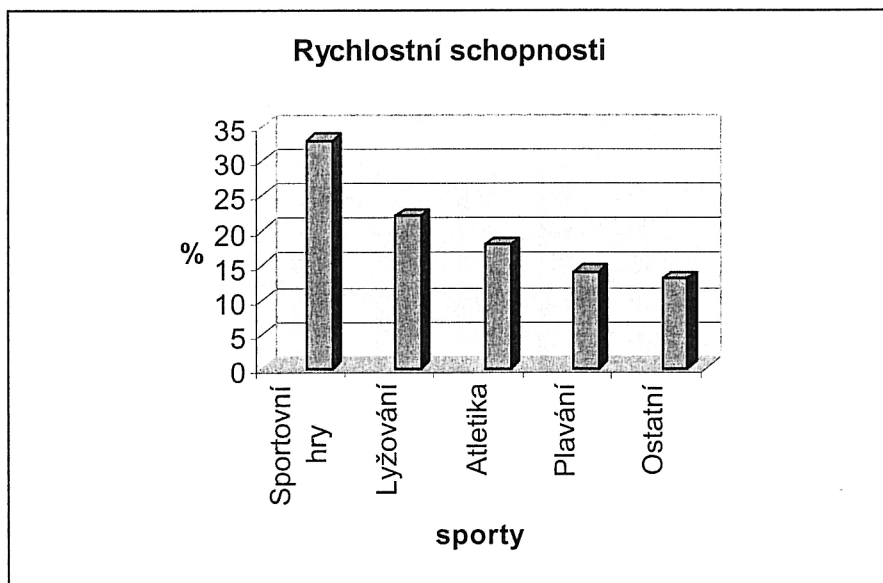
LITERATURA

- BLAHUTKOVÁ, M. Rozdíly aspirační úrovně jako faktorů výkonové motivace u sportující a nespportující mládeže. Disertační práce. Brno: Ped. fak. MU, 1998. 121 s.
- BLAHUTKOVÁ, M. Problematika motivace k výkonu u sportovců a možnosti jejího formování. In. Sborník referátů z vědeckého semináře Teorie a praxe v Tv a sportu. Ústí nad Labem, 1999. S. 14-16.
- CHARVÁT, M. Úloha školní tělesné výchovy v procesu formování životního způsobu dětí a mládeže. In. Sborník referátů z metodického semináře Alternativní pohybové aktivity dětí a mládeže. Brno: ÚTK P f MU, 1999. S. 7-10.
- CHARVÁT, M. Role školy a rodiny v procesu utváření a orientace v zájmové činnosti žáků na 2. Stupni ZŠ. In. Sborník ze semináře Zdravotně orientovaná tělesná výchova na základní škole. Brno: ÚTK P f MU, 1999. S. 21-24.
- HOŠEK, V. Psychická odolnost při neúspěšné činnosti. 1. vyd. Praha: UK, 1979. 123 s.
- MEILI, R. Lehrbuch der psychologischen Diagnostik. 2. Auf. Bern: Hans Huber Verlag, 1965. 367 s.
- NICHOLLS, J. G. The development of the concept of difficulty. Journal Merrill - Pakmer Quarterly, 1989, 26. S. 271-281.

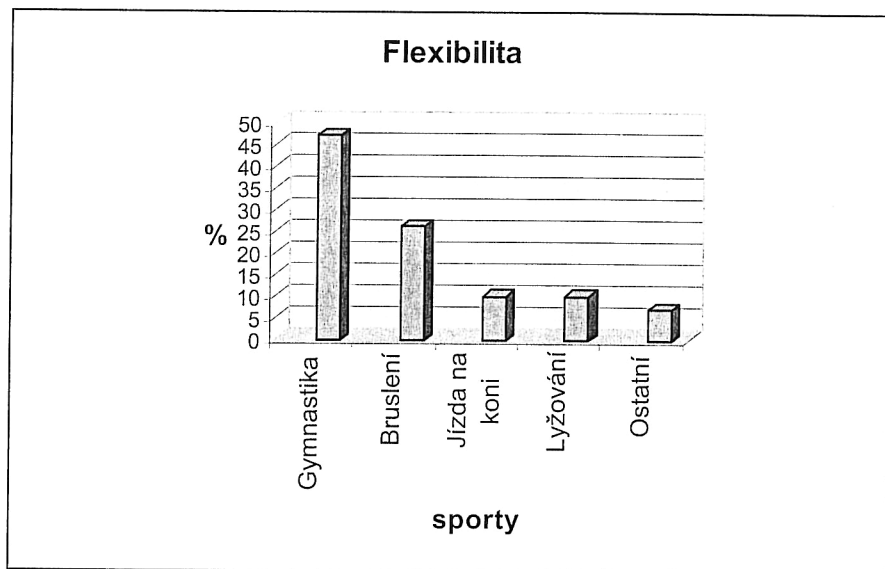
Obr. 1: Výsledky v oblasti silových schopností



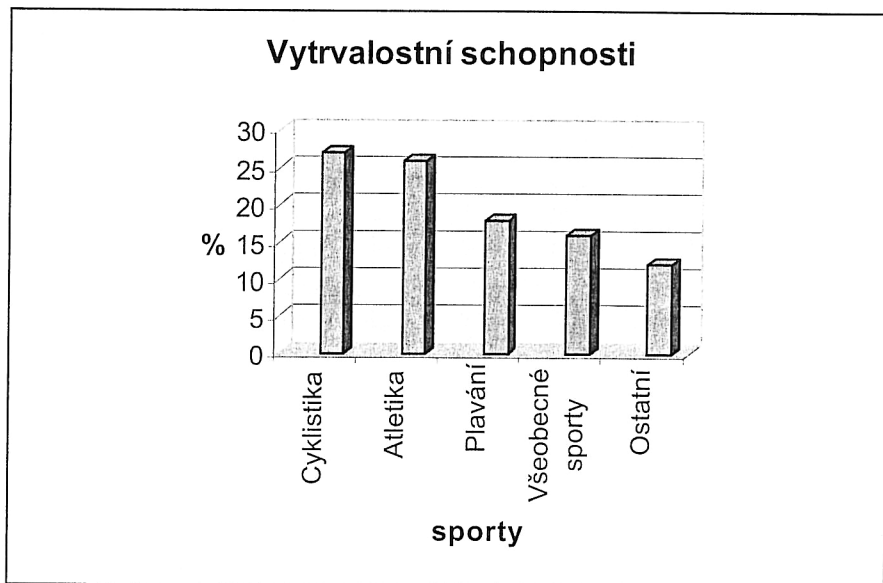
Obr. 2: Výsledky v oblasti rychlostních schopností



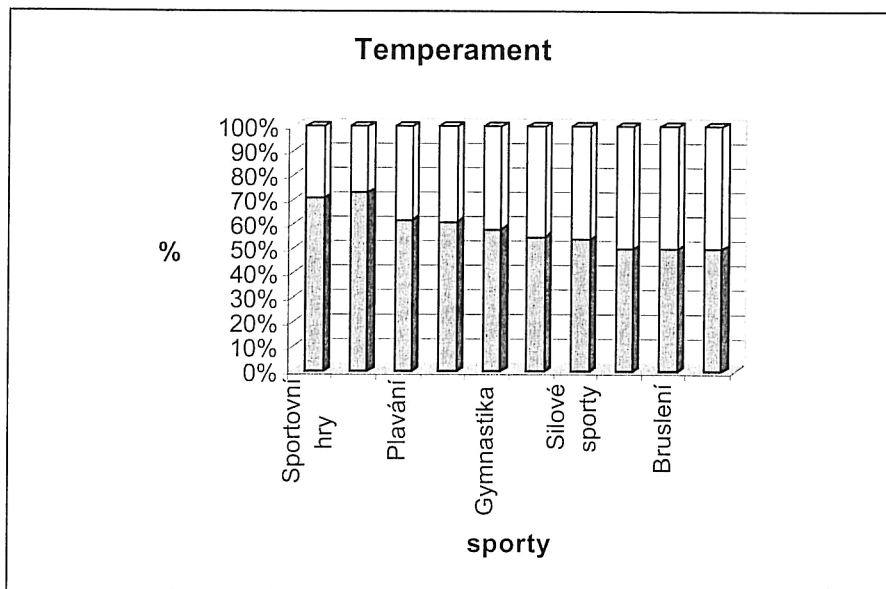
Obr. 3: Výsledky v oblasti flexibility



Obr. 4: Výsledky v oblasti vytrvalostních schopností



Obr. 5: Výsledky v oblasti extroverze a introverze



Obr. 6: Výsledky v oblasti aspirací

