

**Univerzita Karlova v Praze**

**Filozofická fakulta**



**Sport a tělesná kultura**

**Sociologická perspektiva**

Diplomová práce

Univerzita Karlova v Praze

Filozofická fakulta

Katedra sociologie

**Diplomová práce**

**Sport a tělesná kultura**

**Sociologická perspektiva**

**Sport and Physical Culture**

**Sociological Perspective**

Praha 2009

Vedoucí práce: PhDr. Jana Duffková, CSc.

**Prohlášení:**

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala samostatně a že jsem uvedla všechny použité prameny a literaturu.

V Praze, 2009

.....

Jana Husáková

Na tomto místě bych chtěla poděkovat PhDr. Janě Duffkové Csc. za vedení této práce a za poskytnuté rady, prof. PhDr. Václavu Hoškovi DrSc. za ochotné zodpovězení položených otázek a doporučení literatury o subkultuře klouzavých sportů a v neposlední řadě svým rodičům a přátelům za pomoc a trpělivost.

## **Abstrakt (česky)**

Tato práce je věnována problematice sportu a tělesné kultury ze sociologické perspektivy. Zabývá se společenskými aspekty soudobého sportu a tělesné kultury a tím, jak se tyto aktivity v minulosti vyvíjely a konstituovaly do dnešní specifické podoby.

Text je rozdělen do sedmi hlavních kapitol. Obsahem první kapitoly je terminologické vymezení základních pojmů této práce. Velký prostor je věnován definici pojmu sport, kterou je obtížné vymezit a v jejímž stanovení se různí autoři významně liší.

Druhá kapitola popisuje historii tělesné kultury a sportu. Důraz je kladen na zachycení dobových společenských souvislostí majících vliv na podobu sportovních aktivit. Kapitola je rozdělena do sedmi částí.

První popisuje sportovní aktivity nejstarších kultur – staré Číny, Indie, Mezopotámie, Egypta a Kréty.

Druhá část se zabývá sportovními aktivitami antického Řecka, kde byl na péči o tělo kladen mimořádný význam.

Třetí část historické kapitoly se věnuje fyzické kultuře Římské říše, jejíž hlavní rysy byly dány permanentní vojenskou expanzí a později nutností bránit hranice říše.

Čtvrtá část se zabývá fyzickou kulturou středověku poznamenanou chápáním těla v dobové křesťanské ideologii. Ani v tomto období však nebyly pohybové aktivity potlačeny úplně.

Pátá část popisuje rozvoj sportů ve městech a ukazuje zrod renesance jako impuls pro novou vlnu zájmu o tělesnou kultivaci.

Šestá část líčí úpadek sportovních aktivit způsobený nástupem asketického protestantství a stejně striktně odříkavých protireformačních proudů.

Sedmá část historické kapitoly se snaží zachytit důležité momenty vedoucí ke vzniku moderního sportu a tělesné výchovy. Nové ocenění fyzické kultury umožnilo osvícenství. V kontinentální Evropě se začaly rozvíjet tělovýchovné systémy; text se zabývá těmi nejvýznamnějšími – francouzským, německým a švédským. Na britských ostrovech oproti tomu proběhl odlišný vývoj, díky kterému je Anglie považována za kolébku moderního sportu.

Třetí kapitola se zabývá specifiky soudobého sportu a tělesné kultury a snaží se postihnout charakteristiky soudobého sportu a zachytit jeho postavení v rámci současné tělesné kultury.

Čtvrtá kapitola řeší téma tělesné kondice a zdraví. Zabývá se představami o tom, jaké by podle dnešních představ mělo být tělo v dobré kondici, a otázkou zda je sport vždy zdraví prospěšný a jaké aktivity jsou prospěšné z hlediska fyzického a psychického zdraví.

Tématem další, páté, kapitoly je socializace a její vztah k fyzické aktivitě nebo dnes spíše neaktivitě. Zabývá se také otázkou rozdílné socializace žen ve vztahu ke sportu.

Šestá kapitola popisuje souvislost rozvoje sportu s vytvořením volného času pro masové obyvatelstvo a zkoumá, jak je dnes volný čas pro sportování využíván, zda se lidé sportu ve volném čase věnují a zda tak činí pravidelně.

Poslední, sedmá, kapitola popisuje sport jako součást životního stylu. Pozornost je věnována sportům, jež životní styl přímo vytvářejí a na jejichž základě vznikají specifické sportovní subkultury.

## **Seznam klíčových slov**

Sport

Sporty

Fyzická kultura

Tělesná kondice a zdraví

Socializace

Volný čas

Životní styl

Lifestylové sporty

Klouzavé sporty

## **Abstract (English)**

This work is devoted to the issue of sport and physical culture from sociological perspective. It deals with social aspects of contemporary sport and physical culture and how these activities were constituted in the past and how they developed to the present specific form.

The text is divided into seven main chapters. The content of the first chapter is a terminological definition of the basic concepts of this work. A large space is devoted to the definition of the term sport, which is difficult to specify. Different authors vary significantly in defining this term.

The second chapter describes the history of physical culture and sport. Emphasis is placed on the capture of social context affecting the form of sporting activities of the period. This chapter is divided into seven parts.

The first describes the sports activities in ancient cultures - ancient China, India, Mesopotamia, Egypt and Crete.

The second part deals with sport activities of ancient Greece, where the care of the body acquired non-ordinary meaning.

The third part of the historical chapter is devoted to physical culture of the Roman Empire, whose main features were formed with regard to permanent military expansion.

The fourth part deals with the physical culture of the Middle Ages, marked by perception of the body in contemporary Christian ideology. However, even in this period physical activities were not suppressed completely.

The fifth section describes the development of sports in the cities and shows the emergence of the Renaissance as an impetus for a new wave of interest in physical culture.

The sixth section describes the decline of sporting activities due to the advent of ascetic Protestantism and strictly ascetic antireform currents.

The seventh part of the historical chapter tries to capture the important moments leading to the emergence of modern sport and physical education. Reevaluation of physical culture appeared in the period of the Enlightenment. In continental Europe physical education systems began to develop; the text deals with those most important - French, German and Swedish. On the British Isles different development took place, thanks to which England is considered the cradle of the modern sport.

The third chapter deals with the specifics of contemporary sport and physical culture and tries to capture the characteristics of current sport and capture its position in the contemporary physical culture.

The fourth chapter addresses the topic of physical fitness and health. It deals with ideas about what by today's ideas is the body in good condition, and the question of whether sport is always beneficial to the health and what activities are beneficial in terms of physical and mental health.

The theme of the next, fifth, chapter is socialization and its relationship to the physical activity (or for many people inactivity) today. It also discusses the issue of the different socialization of women in relation to sport.

The sixth chapter describes the context of the development of sport with regard to creating leisure time for the mass population and examines how leisure time is now used for sport, whether people engage in the sport, and whether they do so regularly.

The last, seventh, chapter describes the sport as part of lifestyle. Special attention is paid to sports which create own lifestyle and which forms specific sport subcultures.

## **List of Key Words**

Sport

Sports

Physical Culture

Fitness and Health

Socialization

Leisure Time

Lifestyle

Lifestyle Sports

Whiz Sports (Sliding Sports)

# **Obsah**

Úvod.....	13
1. Terminologické vymezení.....	16
2. Dějiny sportu a tělesné kultury.....	20
2.1. Nejstarší kultury.....	20
2.2. Antické Řecko.....	21
2.3. Římská říše.....	24
2.4. Středověk.....	26
2.4.1. Rytířství.....	26
2.4.2. Venkovské slavnosti.....	28
2.5. Rozmach měst a zrod renesance .....	28
2.6. Reformační a protireformační hnutí .....	30
2.7. Cesta k dnešní podobě sportu .....	31
2.7.1. Osvícenská věda a výchova .....	32
2.7.2. Tělovýchovné systémy kontinentální Evropy .....	32
2.7.2.1. Francouzský přirozený systém.....	32
2.7.2.2. Německá tělovýchova .....	34
2.7.2.3. Švédský systém .....	36
2.7.3. Zrození moderního sportu v Anglii .....	36
2.7.4. Důležité faktory pro rozvoj sportu v 19. století .....	39
2.7.5. Rozvoj moderního sportu z hlediska žen .....	39
3. Současný sport a tělesná kultura .....	43
3.1. Specifika soudobého sportu .....	43
3.1.1. Sekularismus .....	44
3.1.2. Rovnoprávnost .....	44
3.1.3. Specializace .....	45
3.1.4. Racionalizace .....	47
3.1.5. Byrokratizace .....	48

3.1.6 Kvantifikace .....	49
3.1.7. Hon za rekordy .....	49
3.1.8. Nenásilnost .....	50
3.2 Postavení sportu v rámci současné tělesné kultury .....	51
4. Sport, tělesná kondice a zdraví .....	54
4.1. Zdravotní důsledky pasivního způsobu života .....	54
4.2. Sportem ku zdraví? .....	56
4.3. Tělo, tělesná zdatnost a kondice .....	57
4.4. Psychické zdraví .....	59
5. Tělesná kultura a socializace .....	61
5.1. Socializační působení v závislosti na pohlaví .....	62
6. Sport a volný čas .....	65
6.1. Účast na sportovních aktivitách ve volném čase.....	66
6.2. Sportovní aktivity v časovém rytmu .....	67
6.2.1. Pravidelná sportovní aktivita .....	67
6.2.2. Mimořádná sportovní aktivita .....	68
6.2.2.1. Sportovní dovolená .....	69
6.3. Služby ve sportu .....	70
7. Životní styl a sport .....	73
7.1. „Lifestylové sporty“ .....	73
Bibliografie .....	78

## Úvod

Tělesná kultura dnešní doby se více než kdy v minulosti nese ve znamení sportu. Sport je zajímavý sociální fenomén. Je odrazem životního stylu, ale i kultury. Je častou náplní volného času i stránek novin a časopisů. Ti, kteří se mu aktivně věnují, ti, kdo jej nadšeně sledují, i ti, kdo mu dávají široký prostor v současných periodících, mu jistě přikládají velkou důležitost.

V sociologii jde však spíše o okrajové téma, ačkoli soudobý sport mnoho vypovídá o dnešní společnosti a stejně také náhled do historie fyzické kultury nám může zprostředkovat zajímavý pohled na společnosti dob minulých.

Cílem mé práce je zachytit a popsat význam sportu jako součásti života běžného člověka. Tato práce se zabývá například vztahem sportu a zdraví, sportu a volného času a sportu a životního stylu. Sport považuji za součást každodennosti mnoha lidí, za významný prvek jejich životů i svého života a jako takový se jej snažím chápat.

Zkoumání sportu tak, jak jej vnímám, a jak se jej snažím pochopit, však v teoretickém zkoumání naráží na řadu problémů. Sociologie sportu je poměrně mladá disciplína, která zatím byla rozvíjena především na americké půdě. V evropském prostředí, a zvláště pak v prostředí českém, je zatím bohužel nedostatek odborného sociologického materiálu na toto téma. Z českých píšících autorů se tématu sportu spíše než sociologové věnují psychologové, jejichž pohled na sport samozřejmě odpovídá specifikům jejich oboru a mnoho jejich, byť velmi zajímavých příspěvků k tématu sport, není pro sociologickou práci dostatečně relevantních.

Americké odborné texty, jež se zabývají sociologií sportu, přinášejí komplikace jiného druhu. Jsou sice sociologické, ale zkoumají poněkud odlišný sport. Jak se pokusím vysvětlit v terminologickém vymezení, americké chápání sportu se od našeho velmi liší. Liší se natolik, že právě ta oblast sportu, která je pro moji práci stěžejní, je u amerických odborníků často vytlačena na hranice

(ne-li až za hranice) jejich zájmu. Američtí odborníci jsou ve svém zkoumání zaměřeni v první řadě na výkonnostní sport, tedy na sport spojený s tréninkem, dřinou a povinností, zatímco já se pokouším spíše o pochopení sportu jako volnočasové zábavy a oblíbené kratochvíle.

V rámci takto vytýčeného pojetí jsem zvolila tato následující sub témata, v nichž se snažím o propojení evropského chápání a zkoumání sportu s americkými poznatky:

Historická kapitola pojednává o tělesné kultuře v dějinách, o tom, jak se lidé v minulosti bavili sportem a jak závodili. Cílem této kapitoly je postihnout význam, jaký tyto činnosti měly v určitých obdobích; postavit konkrétní způsob provádění fyzické aktivity do souvislosti s dobovými specifiky a případně si z minulosti vzít určité poučení o tom, jaký je sport dnes a proč.

Navazující kapitola o současném sportu má za úkol zachytit hlavní specifika dnešního sportu, popsat čím a proč je současný sport jiný, co převzal ze svých minulých podob a co ho činí specifickým.

Následovat bude několik kapitol, jež mají za cíl přiblížit vztah soudobého sportu s dalšími oblastmi života.

První z těchto kapitol má zachytit vztah sportu k fyzickému a psychickému zdraví, k tělu a tělesné kondici. Chtěla bych zde poukázat na kulturní ukotvení představ o těle a sportu jako prostředku k naplnění těchto představ.

Další z těchto kapitol se bude zabývat socializací, především pak tím, jak se v procesu socializace utváří vztah k pohybové aktivitě.

Následující kapitola má za úkol přiblížit volný čas jako čas pro sport. Chtěla bych zde přiblížit utvoření volného času v dnešní podobě jako podnět ke vzniku moderního sportu. Dále je úkolem této kapitoly zjistit, jak je volný čas pro sportování využíván, popřípadě co jeho využití pro sport brání.

Cílem poslední z těchto kapitol je postihnout vztah sportu a životního stylu a ukázat, jak se sport na utváření životního stylu podílí. Bližší pozornost bude

věnována těm sportům, které kolem sebe vytvářejí specifické prostředí, určitý vlastní životní styl.

# 1. Terminologické vymezení

Pro potřeby této práce je nutné jasně vymežit několik základních termínů často používaných v tomto textu.

Prvním z těchto pojmů je termín **tělesná kultura**. Tělesná kultura je „částí kultury ve společnosti, která zahrnuje všechny formy tělesného rozvoje člověka a záměrného i nezáměrného pěstování lidského těla. Je podmíněna nejen zapojením jedince do sportu a tělovýchovných činností (včetně různých forem tělesných cvičení, tance, turistiky a kulturistiky), ale i náplní pracovního procesu, dopravou, převládajícím využitím volného času, zátěží domácími pracemi, stravovacími zvyklostmi apod.“ [Linhart, Čechák 1996: 1156]

Tělesná kultura je souborem chování, celkem dlouhodobého způsobu používání těla.

Druhým pojmem je **fyzická aktivita**. Fyzická aktivita je termín popisující jakýkoli tělesný pohyb vytvořený skeletárními svaly mající za následek výdej energie [Fox, Boutcher, Faulkner, Biddle 2000: 8]. Celková fyzická aktivita je hlavním atributem tělesné kultury.

Třetí výraz, **sport**, ačkoli pojem všeobecně známý, je však terminologicky poněkud problematický. Snad každý člověk má určitou představu o tom, co sport je a co sport není, ale definice tohoto pojmu se vzájemně liší. Chápání obsahu slova sport je velmi individuální a navíc také silně kulturně podmíněné.

„Anglické slovo ‚sport‘, jež začalo v průběhu devatenáctého století označovat rozličné, především v této době vznikající pohybové hry a soutěživá tělesná cvičení, je odvozeno z latinského slova ‚disportare‘, které obvykle překládáme jako ‚rozptylovat se, bavit se‘.“ [Čechák, Linhart 1986: 7]

Stejně tak, jako se od 19. století rozvíjely aktivity zahrnuté pod slovem sport, měnilo se i vymezení významu tohoto slova. Jasně vymezení pojmu však chybí.

Definice pojmu sport uvedené v různých odborných textech se navzájem velmi liší a v mnoha odborných textech, kde je termín sport používán, není jeho definice stanovena vůbec.

Irena Slepíčková uvádí dva přístupy k definování sportu. „První z nich uvažuje jako základní znaky sportu hru, soutěž a výkon, druhý pojímá sport mnohem širěji (v souladu s významem, který mu byl přisouzen před více než 150 lety v Anglii) jako zábavu, rekreaci a cvičení“ [Slepíčková 2000: 22].

Slepíčková sama používá termín sport v jeho širším významu, který považuje za typický pro evropskou tradici a za stále akceptovanější. Poukazuje na tzv. Evropskou chartu sportu, pro jejíž potřeby je sport definován takto: „Sportem se rozumí všechny formy pohybové činnosti, které ať již prostřednictvím organizované účasti či nikoliv, si kladou za cíl projevení či zdokonalení tělesné a psychické kondice, rozvoj společenských vztahů nebo dosažení výsledků na všech úrovních.“ [ibid]

Dva způsoby definování sportů<sup>1</sup> popisuje také americký sociolog Jay Coakley, který rozlišuje tradiční a alternativní přístup k definování sportů. [Coakley 2007 : 5 - 12]

Tradiční definice sportů definuje sporty jako institucionalizované kompetitivní aktivity, při kterých musí účastníci, motivovaní vnitřní nebo vnější odměnou, vynaložit fyzické úsilí nebo použít relativně komplexní fyzické dovednosti. [ibid : 6]

Alternativní definice sportů není přesně vymezená. Coakley konstatuje, že ti, kdo alternativní přístup používají, nepopisují sporty jedinou definicí, protože považují představu o sportech za kulturně a dobově podmíněnou a tudíž neshrnutelnou do jediné univerzální definice. [ibid: 7 - 12]

---

<sup>1</sup> Použití množného čísla bude vysvětleno v dalším textu

Problém v užití a terminologickém vymezení slova sport je však také lingvistický. Pokud se na slovo sport podíváme z hlediska jazykového, můžeme si všimnout, že slovo sport lze v českém jazyce používat dvěma způsoby. 1) sport jako slovo vztahující se ke konkrétnímu druhu aktivity jako je například fotbal nebo tenis. V tomto případě jde o počítatelné podstatné jméno, tzn., že je možné vytvořit množné číslo.<sup>2</sup> 2) sport jako souhrnná kategorie, obecně označující mnoho činností. V tomto významu jde o podstatné jméno nepočítatelné, takzvaně hromadné, které má pouze tvar jednotného čísla.<sup>3</sup>

V britské angličtině je také možné použít slovo sport dvěma způsoby stejně jako v jazyce českém (a také např. v jazyce německém). V americké angličtině se však slovo sport v jednotném čísle jako souhrnná kategorie nepoužívá [Longman Dictionary of Contemporary English online, Cambridge Advanced Learner's Dictionary online].

Sport je v americké angličtině název spíše pro sportovní disciplínu nebo ustálenou skupinu disciplín, množné číslo *sports* pro jejich souhrn. Lze se domnívat, že pokud sport není chápán jako hromadná kategorie, má užší význam konkrétních zavedených disciplín a je asociován spíše s uznávanými institucionalizovanými soutěžemi.

Tyto jazykové rozdíly mají pravděpodobně významný vliv na odlišné chápání sportu v evropské a americké sociologické tradici a nedostatečné rozlišování slov sport a sporty (*sports*) vede ke zmatkům.

Protože jde o dva různé významy, budu se je ve svém textu snažit důsledně odlišovat a v pasážích vycházejících z poznatků amerických (případně jiných) autorů používajících termín *sports* (sporty) nebudu množné číslo sporty

---

<sup>2</sup> Pro upřesnění několik příkladů užití ve větě: *Věnuješ se nějakému sportu? Věnuji se mnoha sportům, nejraději lehké atletice, lyžování a bruslení. Lyžování je finančně náročný sport. Lyžování a bruslení jsou zimní sporty.*

<sup>3</sup> Příklady použití ve větě: *Máš rád sport? Ano, sportu věnuji většinu volného času. Díváš se na sport v televizi? Ne, pasivní sledování sportu je nezáživné, raději se sportu věnuji aktivně.*

měnit na hromadnou kategorii sport, ačkoli výraz sporty zní v českém jazyce často poněkud krkolomně a ve vlastním textu budu významově slova sport a sporty rozdělovat takto:

**Sport** (aj: *sport*) bude v následujícím textu obecné označení pro činnosti, které zahrnuje vymezení použité v Evropské chartě sportu.

**Sporty** (aj: *sports*) budou označením pro zavedené sportovní disciplíny (např. hokej, stolní tenis, házená), popřípadě ustálené soubory disciplín (např. lyžování, lehká atletika, gymnastika) tak, jak je to obvyklé v americké sociologii sportu. Pro definování sportů lze použít vymezení, které používá Coakley pod názvem tradiční přístup.

Budu tedy chápat sporty jako jednu z oblastí sportu. Dalšími činnostmi zahrnutými pod pojmem sport jsou cvičení, turistika, tanec a také nejrůznější pohybové hry a neinstitucionalizované a nekompetitivní pohybové aktivity, které nezapadají do úzké definice sportů.

Posledním termínem, který je třeba jasně vymežit, je pojem **cvičení**. Cvičení je taková fyzická aktivita, která je vykonávána z vlastní vůle, je plánovaná, strukturovaná, opakující se a zaměřená na zlepšení nebo udržení kondice a zdraví [Fox, Boutcher, Faulkner, Biddle 2000: 8].

## **2. Dějiny sportu a tělesné kultury**

Pro úvahy o sportu a tělesné kultuře v současné společnosti je třeba se seznámit s tím, jaké místo tyto činnosti zaujímaly ve společnostech dob minulých.

Nebudu se zde zabývat dějinami tělesné kultury ve smyslu vývoje jednotlivých sportů, nebudu se zabývat jmény, daty a rekordy. To pro sociologické zkoumání není podstatné. V zájmu stručnosti budou shrnuta často i velmi dlouhá historická období. Pokusím se vytknout z dějin sportu informace, které přímo souvisí se vztahem sportu ke společnosti, jejímu vývoji<sup>4</sup> a změně.

### **2.1. Nejstarší kultury**

Sport tak, jak jej známe dnes, neexistuje odjakživa. Vždy však existoval pohyb a fyzická aktivita.

V prehistorických dobách byla fyzická aktivita součástí boje o přežití a rituálních praktik [Guttman 1978 dle Coakley 2007]. Tělesná zdatnost byla v tomto období jistě velmi důležitá, o jejím pěstování však nejsou dostatečné informace.

Nejrůznější způsoby sportování lze doložit ve starověkých společnostech. Tělesná zdatnost zde byla obvykle poměrně vysoce oceňována.

Ve staré Číně existovaly nejrůznější soustavy cvičení; známa byla Číňanům také masáž jako prostředek léčebný a rozvíjející fyzickou zdatnost [Kössl, Štumbauer, Waic 2006: 9]. „Tělesná cvičení byla určena především mužům a dětem, ženy byly v tomto ohledu podceňovány“ [ibid: 10].

---

<sup>4</sup> Použitým termínem vývoj nemám v žádném případě na mysli vývoj ve smyslu jednosměrného vzestupu, neustálého procesu zlepšování. Tělesná kultura je oblastí, ve které rozhodně neprobíhá vývoj jedním směrem. Jak také ukazuje tento text, tělesná kultura zažívala období rozvoje i období téměř úplného zatracení.

V Indii byla tělesná výchova součástí celkového systému výchovy vyšších společenských vrstev. Kládl se zde důraz na všestrannost a harmonii mezi duševním a tělesným vývojem. Tělesných cvičení se používalo pro přípravu vojáků i pro udržení a obnovu zdraví. Tělovýchova byla doplněna masážemi a péčí o tělesnou hygienu. [ibid]

Civilizace v oblasti Mezopotámie sice oceňovaly tělesnou sílu, tělesnou kulturu ale systematicky nerozvíjely [Sommer 2003: 15] a nepřikládaly jí společenskou a kulturní hodnotu [Olivová 1988: 39]. Kultivace těla (zaměřená na válečnou přípravu) byla výsadou vládců a aristokracie [ibid: 39].

„V Egyptě byla tělesná výchova důležitou složkou výchovy. Rozvoji tělesné zdatnosti byl přikládán význam již od dětství“ [Kössl, Štumbauer, Waic 2006: 10]. Obyvatelé starověkého Egypta se věnovali rozmanitým druhům sportů, pořádány byly různé sportovní slavnosti a soutěže [ibid: 10 - 11]. Jak rekreačnímu, tak závodnímu sportu se věnovaly i ženy [Rostowska 2007: 169].

Různé sportovní aktivity byly rozvíjeny také na Krétě. Minójská kultura, ochraňovaná mořem, byla nebojovná; fyzické aktivity měly spíše rituální, kultovní charakter a účastnily se jich i ženy. [Kössl, Štumbauer, Waic 2006: 11 - 12]

## **2.2. Antické Řecko**

V raně archaickém období bylo právo na tělesnou kultivaci výsadou a výrazem sociální nadřazenosti aristokracie disponující dostatečným množstvím času pro rozvoj fyzických schopností, ovládnutí zbraní, jízdy s vozem a postupně i jízdy na koni. Fyzická zdatnost byla nutností pro způsob života aristokracie vyplněného válčením, lovem, souboji a závoděním. [Olivová 1988: 96]

Společenské změny a restrukturalizace vojska v 6. a 7. století a vedly ke ztrátě moci aristokracie a změně jejího životního stylu. Z této situace se zrodil nový aristokratický ideál, ideál kalokagathie (kalos – krásný, agathos – dobrý,

ušlechtilý, vzdělaný), který se díky vzniklé sociálně politické situaci dále šířil také do nových sociálních vrstev. [ibid: 96-98]

Vývoj v jednotlivých městských státech se různil. Specifická situace nastala ve Spartě. Tvrdé boje proti povstání zotročeného obyvatelstva si vyžádaly všeobecnou mobilizaci. Vojenské semknutí vedlo k vytvoření rovnostářské společnosti, kde byl v mládí každý podroben fyzickému výcviku. Ten zahrnoval i dívky, ze kterých měl vychovat zdatné rodičky. S postupující militarizací byl výcvik mládeže doplněn permanentním tvrdým vojenským výcvikem dospělých mužů. [ibid: 98-100.]

V Athénách byl po odstranění výsadní moci aristokracie nastolen systém rozdělení občanů do tříd podle majetku, který umožnil zbohatlým získat podíl na politické moci, a všem athénským občanům (tj. svobodným místním mužům; ženy, cizinci a otroci nebyli považováni za občany) zaručil občanská práva, včetně práva na tělesnou kulturu. Fyzický výcvik si ale pravděpodobně mohli dovolit jen bohatí. [ibid: 105-106]

„Významné místo ve vývoji řecké tělesné kultury zaujímal sportovní závodění při náboženských slavnostech pořádaných k počtě bohů“ [ibid: 111]. Nejvýznamnější z těchto slavností, všeřecké<sup>5</sup> olympijské hry, se konaly v Diově posvátném okrsku, vedle Dia zde ale byli uctíváni i další bohové [ibid].

Zatímco sakrální obřady zůstávaly dlouhodobě neměnné, sportovní program se postupně rozšiřoval a zařazovány byly další a další disciplíny [ibid: 111]. Hry měly mimořádný význam, který odrážel vysokou úroveň tělesné kultury v celém řeckém světě [ibid: 120].

Závodit směli pouze svobodní občané řeckého původu, ostatní, s výjimkou provdaných žen<sup>6</sup>, se mohli zúčastnit alespoň jako diváci [ibid: 117]. „Na základě listin vítězů je současně zřejmé, že závodníci všeřeckých her

---

<sup>5</sup> Panhelénské neboli všeřecké hry byly pořádány celkem čtvery. Kromě olympijských her ještě hry pýthijské, nemejské a isthmické. Dále bylo pořádáno mnoho her lokálního charakteru.

<sup>6</sup> Provdaným ženám bylo sledování her zakázáno dokonce pod pohrůžkou trestu smrti. Na svobodné ženy se zákaz nevztahoval. Všem ženám, svobodným i provdaným, byly určeny vlastní slavnosti, takzvané heráie, které byly pravděpodobně oslavou plodnosti. Závodilo se na nich ale pouze v běhu.

pocházeli téměř výlučně z urozených rodin, z bohatých vrstev, které se v průběhu 7. století<sup>7</sup> dostaly v řeckých městských státech k moci. Pokud jde o Spartu, vytvářeli v rámci vojenského systému všichni Sparťané privilegovanou vrstvu nadřazenou podrobenému obyvatelstvu.“ [Ziehen 1937; Bengtson 1972; Finley, Pleket 1976 dle Olivová 1988: 120]

Sparťané byli do 7. století př.n.l. na olympijských hrách mimořádně úspěšní, v 6. století př.n.l., kdy Sparta dosahovala vrcholného vojenského rozmachu, podkopala vojenská účelovost závodivý prvek [Olivová 1988: 104]. Sparťanští válečníci neměli šanci proti profesionálním atletům [Finley and Pleket 1976: 70 in Scambler 2005: 21].

V 5. století před naším letopočtem byly v Aténách provedeny další rozsáhlé reformy umožňující zastávat všechny úřady v obci všem občanům bez ohledu na majetek. Proces vnitřní demokratizace vykrytalizoval v představu, že fyzické a duchovní vzdělání patří k základním politickým právům každého aténskému občana. Byl vytvořen systém všeobecné výchovy zajišťující chudým občanům základní vzdělání včetně tělesné výchovy. [Olivová 1988: 124-125].

„Původní ideál fyzické síly a statečnosti, který 6. a především 5. století rozvinulo, zjemnilo a zkultivovalo do požadavku harmonického rozvoje těla i ducha, do ideálu kalokagathie, se ve 4. století převážil v akcentování duševní stránky člověka“ [ibid: 137]. Dobré vzdělání se stalo znakem sociální nadřazenosti a výlučnosti. [ibid]

Zároveň však rostl i význam válečného umění a také jeho složitost, jež vyžadovala stále složitější a speciálnější výcvik. Ten vedl ke vzniku žoldnéřského vojska. Také ve sportu vzrostla specializace a profesionalizace. Profesionální sportovci se rekrutovali především z námezdních vojáků<sup>8</sup>. [ibid: 139].

Neustálý trénink však profesionální sportovce vyřazoval z normálního života. „Nebyli schopni normálního povolání a podle svědectví autorů jich

---

<sup>7</sup> 7. století před naším letopočtem. Poznámka JH

<sup>8</sup> Námezdní vojáci pocházeli z nižších sociálních vrstev a méně vyspělých oblastí

nebylo možno využít ani ve válce, protože byli vycvičení příliš jednostranně.“  
[ibid: 143]

Snaha o manifestaci řecké odlišnosti a svébytnosti po dobytí řeckých městských států Makedonií způsobila nový nárůst pozornosti věnované cvičení. V tomto období byla také odstraňována omezení v přístupu ke vzdělání, včetně výchovy tělesné. Vzdělání v gymnasiích bylo postupně umožněno i řeckým ženám a propuštěným otrokům. Postupně docházelo ale i ke zmírnění rozdílů mezi řeckými a neřeckými národy a bohatým vrstvám neřeckých národů bylo umožněno získat všestranné, duševní a fyzické řecké vzdělání. [ibid: 149-150].

### **2.3. Římská říše**

Po dobytí Řecka římskou říší došlo k úpadku řecké tělesné kultury, která v římské mentalitě nenacházela příliš pochopení. Pro bojovnou římskou kulturu byla příliš změkčilá.

„Permanentní vojenská expanze vtiskovala základní charakteristické rysy celé římské kultuře. Byla základem organizace společnosti, formovala její hodnotová kritéria, ohrázovala se v tělesné kultuře i ve slavnostech a hrách.“  
[Olivová 1988: 163]

Řecký systematický fyzický výcvik se v římském prostředí, zaměřeném na výcvik čistě vojenský, setkal s odmítnutím a odporem [ibid: 166]. „Lidské tělo jako takové nebylo v ní žádnou hodnotou, a proto jí byla cizí i jeho speciální kultivace cvičením. Římané neviděli v řecké atletice žádný smysl a pohrdali jí. Zdála se jim nejen neužitečná, ale dokonce i změkčilá a tím i škodlivá.“ [ibid]

Vzhledem k faktu, že již od konce třetího století před naším letopočtem budoval Řím profesionální námezdní armádu, velká část římské populace byla vyřazena z jakéhokoli fyzického výcviku [Olivová 1988: 164, 165].

K uctění bohů za úspěchy ve válce se v rámci náboženských rituálů konaly také závody vozů. Postupně se z náboženských rituálů vyvinuly veřejné hry, slavené později spíše pro uctění vojevůdců, než bohů. [ibid: 167]

Časem se hry úplně osamostatnily a staly se veřejnou zábavou [ibid]. „Jejich název – ludi – byl také obecným názvem pro volný čas a zábavu.“ [ibid]

V období republiky se slavnosti skládaly z her v cirku, her se zvířaty a divadelních představení. V cirku se závodilo hlavně na vozech<sup>9</sup>, dále se boxovalo, předváděna byla i umělecká jízda na koni. Objevila se také řecká atletika, ale pouze dočasně, protože nevzbudila zájem. [ibid: 168-170]

S nástupem císařství koncem 1. století před naším letopočtem se pořádání veřejných her stalo součástí státní politiky a jejich počet neustále vzrůstal [Kössl, Štumbauer, Waic 2006: 26].

V císařském období byly pořádány hry v cirku, v amfiteátru, scénické a řecké. V cirku se nadále konaly závody vozů. S vozy jezdili profesionální vozatajové. Soutěžilo se podle stájí, které byly barevně rozlišeny do čtyř barev: červené, bílé, zelené a modré. Každá stáj měla své fanoušky, podpora byla až fanatická. [Olivová 1988: 174 – 177]

V amfiteátru se konaly hry se zvířaty, gladiátorské hry a také lodní souboje<sup>10</sup>. Hry byly opravdu velkolepou událostí. Nesčetně druhů zvířat bylo loveno jednotlivci, ale i celými jezdeckými oddíly. Zvířata bojovala také mezi sebou. V gladiátorských soubojích na život a na smrt vystupovali speciálně cvičení profesionální zápasníci ovládající mnoho druhů boje. Při předvádění lodních bitev se účastnily až tisíce veslařů a vojáků. [ibid: 177-182]

Řecké hry byly přitvrzeny adekvátně římské povaze. Závodilo se hlavně v těžkoatletických disciplínách, hlavně v boxu, pro který se používaly speciální rukavice vyztužené kovovými hroty [ibid: 182].

Kromě sledování fyzických výkonů profesionálů při hrách se Římané věnovali i vlastnímu tělu. Spíše ale pasivním způsobem – opečovali jej ve

---

<sup>9</sup> Jízda na vozech zůstala na programu her, i když již nebyla používána v boji

<sup>10</sup> Technické vybavení umožňovalo přeměnit amfiteátr na vodní plochu.

veřejných lázních vybavených vanami pro koupele, párou, studenými a teplými bazény, místnostmi pro masáže. Při koupeli se hrály nejrůznější míčové hry řeckého původu. [ibid 185]

## **2.4 Středověk**

Po rozpadu Římské říše zůstala v Evropě tříst' permanentně válčících barbarských království. Společnost byla v rozkladu, zhrubly mravy, civilizace a kultura upadaly. Život se z upadajících měst přesunul na venkov. [Olivová 1979, 163]

Evropa se stabilizovala až vznikem pevnějších mocenských útvarů. Prvním byla francká říše, která se za Karla Velikého na přelomu 8. a 9. století stala rozhodující evropskou mocností a protiváhou byzantské říše na východě.

Při budování nových celků sehrála významnou roli křesťanská církev. Křesťanství bylo určující ideologií, což také ovlivnilo způsob vnímání člověka. Ten byl v křesťanství rozštěpen na dvě části – na nehmotnou, božskou, nesmrtelnou duši a na hmotné, hříšné a nečisté tělo, které bylo vystaveno odporu a opovržení. [ibid: 164-165]

Z těchto představ se zrodil ideál světce, dokonale asketického, připravujícího se na posmrtný život a důsledně umlčujícího své tělo a jeho potřeby až do míry popírající i základní hygienu [ibid: 167].

Křížácké války ale daly ale vzniknout ještě jinému ideálu. Křesťanskému rytíři, hrdinovi bojujícím ve jménu Boha. Tělesný výcvik byl u rytířů odůvodněn nutností boje. [ibid: 168-170]

### **2.4.1. Rytířství**

Rytířská příprava začínala již v dětství. „K fyzické přípravě chlapců patřil i všestranný tělesný výcvik, o jehož náplni máme řadu dobových informací.

Chlapci museli běhat, skákat a šplhat. Pro posílení paží házeli velkými kusy kamene. Učili se plavat, a to nejprve na nafouklých hovězích měšcích, později i bez této pomoci. Museli umět házet kopím, střílet z luku a zápasit druh s druhem.“ [ibid 173]

Následoval výcvik v jízdě na koni a v ovládnání zbraně při jízdě. Schopnosti rytířů byly pravidelně prověřovány při lovech a v soubojích. Věnovali se také tanci. [ibid: 173-174]

I přes odpor církve se na rytířských hradech pořádaly turnaje. Církev se je snažila zakazovat, protože poutaly pozornost k hříšnému tělu, měly charakter hry a pohanských zvyků. Zákazy se však mýjely účinkem. [ibid:173, 180]

Rytíři byli jediní, kdo se systematicky věnovali fyzickým cvičením, ale ani oni se nevymknuli křesťanskému myšlení natolik, aby tělo ocenili jako takové a skutečně ho kultivovali. [ibid: 198]

S úpadkem rytířstva v 15. století se turnaje přeměnily více na hru, bojový prvek již nebyl tak výrazný. [ibid: 199, 201]

Na přelomu 15. a 16. století se rytířské turnaje znovu oživily jako šlechtická zábava. Byly svázané přísnou etiketou a téměř bez rizika. [ibid: 216]

#### **2.4.2. Venkovské slavnosti**

Venkovské prostředí bylo hlavním zdrojem nejrůznějších fyzických aktivit. “Život na vesnici probíhal v určitém stereotypu, který byl dán střídáním ročních období a s tím spojených polních prací. Proto také byly hry a zábavy náplní dnů svátečních a hlavně doby, kdy se nemuselo na poli intenzivně pracovat.” [Kössl, Štumbauer, Weic 2006: 31].

Fyzická síla a zdatnost byly pro venkovský život ceněnou hodnotou a svátky byly příležitostí k jejich předvádění a poměrování. Mladíci zápasili, soutěžili v přetahování, vzpírání, běhu, skoku, hodu kamenem, klacky, ale i celými stromy. [Olivová 1979: 226]

Nejoblíbenější sváteční zábavou byl tanec. [ibid]

## **2.5. Rozmach měst a zrod renesance**

Městská společnost byla založena na práci, jejím cílem byla snaha vytvořit a udržet majetek. Síla a obratnost pro měšťany nepředstavovala hodnotu. [Olivová 1979: 222]

K obraně měla města vlastní žoldnéřská vojska a na místo soubojů se snažila prosadit právní řešení. [ibid]

Spíše než fyzické schopnosti byly oceňovány schopnosti duševní. Vyrůstající potřeba odborné přípravy pro podnikání a řemesla stimulovala rozvoj městských škol a univerzit. Zatímco městské školy odrážely městské zamítnutí tělesné výchovy, univerzity byly ovlivněny šlechtickými rytířskými ideály. [ibid: 222-223]

Práce vnesla do života pojetí času, nejdříve udávaného vyzváněním kostelních zvonů, od 14. století pomocí hodin, které se začaly objevovat na městských věžích [ibid: 223]. “Čas jako nedílná součást každodennosti městského člověka. Oddělil se čas práce a čas odpočinku. Den vyplněný prací stupňoval potřebu a touhu lidí po uvolnění, po odpočinku, po zábavě. Čas dal vzniknout volnému času, času zábavy a her. [ibid]

Městská zábava byla ale spíše pasivního charakteru, spočívala ve sledování turnajů, kejklířů a akrobatů, oblíbenou podívanou byly také popravy a nejrůznější fyzické tresty za všelijaká provinění [ibid: 224-225].

Hry nebyly tak časté, a pokud se konaly, kopírovaly svým obsahem hry venkovské. Stejně jako na vesnici byl nejoblíbenější zábavou tanec. Běžný byl zápas, box a běh. Především v Nizozemí a ve Francii bylo oblíbené také bruslení. [ibid: 226]

Až v období od 14. do počátku 16. století se měšťané začali věnovat aktivnějším formám zábavy a vytvářeli si své vlastní hry a slavnosti. [ibid: 234]

Specifické, sportu více nakloněné prostředí se ve středověku utvořilo v Anglii. Sportovní hry se ve městech konaly již od konce 12. století. Hry byly významnou součástí života. Velkou oblibu měly nejrůznější hry s míčem, které byly pestré a značně variabilní. Doba hry byla dlouhá, průběh surový a divoký. Hry byly vrchností neustále zakazovány a namísto zakázaných vznikaly stále nové a nové. [ibid: 236 - 254]

Hrálo se každou neděli, ne pouze o svátcích. Hry byly vítanou formou rekreace, oddechu od práce. [ibid: 248]

Ve druhé polovině 14. století byly hry vytěsněny povinnou nedělní výukou lučištnického umění. Nařízení<sup>11</sup> bylo motivované potřebou více dobře vycvičených, zkušených lukostřelců ve válce s Francií. [ibid: 250 – 251]

Obliba lukostřelby přetrvala v Anglii i po té, co ztratil vznikem žoldnéřského vojska význam obecný výcvik a z důvodu vynálezu střelných zbraní i lučištnické umění samotné. Změnila se však spíše v zábavnou podívanou na slavnostech. [ibid: 257 - 258]

Střelecké slavnosti byly ve 14. až 16. století typickou zábavou také ve střeoevropských městech [ibid: 259]. „Součástí městských střeleckých slavností byly i tzv. ‚otevřené hry‘. Mohl se jich účastnit každý, dokonce i ženy. Základem byl závod v běhu, ve skoku a v hodů kamenem, ale byly zařazovány i další závody, např. v jízdě na neosedlaném koni, zápas a především šerm.“ [ibid: 268]

V 16. století hry ztrácely svůj sportovní prvek a jejich účelem bylo především obveselení publika. [ibid: 269]

Mimořádný význam pro tělesnou kulturu měl zrod renesance v italských městech. Znovu vyvstal zájem o tělo a o péči o něj. Výchovné systémy začaly

---

<sup>11</sup> Nařízení o povinném vlastnictví luku i o výuce ve střelbě bylo několikrát znovu vydáno.

opět vyzdvihoval rovnováhu fyzického a duševního vývoje. Kultivované tělo se stalo známkou vyššího vzdělání. [Olivová 1979: 277 - 280]

Rozvíjel se šerm, jízda na koni, léčebná i preventivní gymnastika, míčové hry. Pořádaly se městské bojové hry, dostihy, závody v běhu, šplhání, plavání a potápění a veslařské závody. [ibid: 282 – 292]

Veslařské závody měly v Benátkách, ale i v dalších italských městech dlouhou tradici. Nejstarší písemně doložené závody se udály v Benátkách v roce 1300, ale pravděpodobně se závodilo již dříve. Během období renesance se závody profesionalizovaly – závodili v nich veslaři z povolání, gondoliéři. [ibid: 291- 292]

„Mimořádné oblibě se těšily regaty žen. Účastnily se jich ženy a dívky z okolních vesnic, které každý den připlouvaly ve svých lodích do Benátek na trh. Tyto závody byly pořádány i pro obveselení cizích návštěvníků.“ [Díem 1967 dle Olivová 1979: 292]

V polovině 16. století začalo období stagnace italských měst. Jejich úpadek způsobil i úpadek fyzické kultury. [Olivová 1979: 299]

Nové pojetí těla se z Itálie šířilo dále po Evropě. Potřebu výchovy tělesné jako součásti výchovného systému vyzdvihovali ve svých dílech humanisté ve Francii, Anglii, Německu a Nizozemí [Kössl, Štumbauer, Waic 2006: 36-37].

## **2.6 Reformační a protireformační hnutí**

Římskokatolická církev se ve 14. a 15. století vnitřně rozkládala a její představitelé se vzdalovali původním ideálům, jejich životní styl se zesvětšoval [Olivová 1979: 340]. „Zábavy a hry se staly nedílnou součástí života církve. A nebyly to jenom povolené hry směřující k askezi, ale naopak hry, které sloužily k zábavě a potěšení, k utrácení volných chvil, kterých měli představitelé církve více než dostatek.“ [ibid]

Ideologický vliv církve na společnost skomíral, což umožnilo tolerantní přístup k fyzickým aktivitám, slavnostem a hrám ve městech [ibid].

V reakci na krizi církve vznikl reformní proud snažící se o nápravu církve. Dominantní hodnotou reformního hnutí se stala práce považovaná za službu Bohu. Volný čas se stal něčím, proti čemu je třeba bojovat. [ibid: 340-344]

„Světská protestantská askeze bránila vši silou každému užívání radostí světa, také prostému užívání majetku, podvazovala konzum, zvláště luxus. Naproti tomu svým psychologickým účinkem zbavila výdělečnou činnost zábran tradiční etiky, legalizovala ji, dokonce hlásala, že ji žádá Bůh.“ [Weber 1998: 346]

V životě naplněném prací nebylo pro sport místo.

Reformační, ale i protireformační proud, který vzniknul jako reakce římskokatolické církve na reformaci, odvrátily pozornost lidových vrstev od zábav, her a fyzických aktivit a bránily jejich rozvoji. [Olivová 1979: 361]

Sportovní aktivity ve městech a na venkově v tomto období upadaly. Hry a celkově i životní styl šlechty však tyto proudy nezasáhly. [ibid]

## **2.7. Cesta k dnešní podobě sportu**

V době osvícenství, v 18. století, se v Evropě začal formovat sport a sportovní disciplíny v dnešní podobě. Vývoj kontinentální Evropy a Anglie probíhal velmi odlišným způsobem. Zatímco v Anglii se rozvíjely hlavně hry a sport v užším smyslu, tak jak jej dnes chápe hlavně angloamerická literatura, na kontinentě se rozvíjely hlavně tělovýchovné systémy cíleně rozvíjející fyzické schopnosti člověka, jeho sílu a zdatnost.

### **2.7.1. Osvícenská věda a výchova**

Ve společnosti významně orientované na práci se zrodila nová, racionální věda. „Lidská činnost se stala novou hodnotou. Z ní se zrodila nová mentalita, která se snažila pochopit mechanismus věcí a jejich zákony.“ [Olivová 1979: 362]

Vědecké poznání se z věcí rozšířilo na celý svět i na samotného člověka a jeho tělo a umožnilo nové ocenění fyzické kultury. Vznikaly výchovné teorie zahrnující nejen duševní, ale také pohybový rozvoj. [ibid: 362-363]

Tato situace umožnila vznik moderního sportu. Ten již v době osvícenství začal nabývat té podoby, v jaké ho známe dnes [Coakley 2007: 65].

### **2.7.2. Tělovýchovné systémy kontinentální Evropy**

Na evropském kontinentě se rozvíjelo několik tělovýchovných systémů zaměřených na zdokonalení tělesné zdatnosti a kondice. Jejich rozvoj byl do velké míry motivován zájmy na kondici obyvatelstva vznikajících moderních národních států pro potřeby armády.

#### **2.7.2.1. Francouzský přirozený systém**

Osvícenský rozvoj vědy a zkoumání člověka vedly ve Francii k ocenění těla a k formulování požadavku po jeho osvobození. Racionalistický materialismus francouzského osvícenství dal vzniknout novému ideálu krásy. Krásy přirozené, krásy svobodného, zdravého těla v dobré kondici, které by nebylo deformováno askezí, oděvem, mravy a prací. [Olivová 1979: 463 – 467]

Tělesná kultura byla opřena o lékařský výzkum. Zdroj zdraví byl spatřován v pohybu a na zkoumání pohybu se věda zaměřila. Lékaři dospěli k

poznání, že ke kráse těla nepřispívá každý pohyb, ale racionálně promyšlený pohyb v systému cvičení. [ibid: 437 – 438]

Francouzská lékařská věda čerpala z antické gymnastiky a použila ji jako léčebnou a preventivní formu medicíny. Zrodil se ale i zájem o řecké hry. V této době byl také vyzvednut význam tělesné výchovy pro rozvoj dětí a mládeže<sup>12</sup>. [ibid: 440 – 441 ]

Promyšlený pohyb byl doveden do extrému v předrevolučním období šlechtou. Vznikl celý systém do detailů promyšlených pohybů. Pro každou příležitost bylo vytvořeno gesto nebo pohyb, který měl vše dokonale vyjádřit. Sloupem celé šlechtické výchovy byl učitel tance, který učil také správnému držení těla a elegantním pohybům. Součástí této výchovy byl také tanec na ledě – vysoce vytríbená forma bruslení, šerm, jízda na koni a voltižování dovedené k dokonalosti pohybů. [ibid: 444 – 448]

Dosavadní životní styl šlechty ukončila velká francouzská revoluce, kultivace pohybů však revoluci přetrvala a zůstala významným rysem francouzské tělesné kultury i v 19. století. [ibid: 448]

V revolučním období zůstaly jedinou formou fyzické aktivity spontánní hry venkovského lidu: závody v běhu a na koni, střelba puškou a pistolí, skoky a zápasy. Tyto hry se staly i součástí revolučních slavností. [ibid: 451]

Skutečné ocenění fyzické zdatnosti přinesla až obrana revoluce před jejími vnějšími nepřáteli. Na obranu revoluce se vytvořila armáda založená na všeobecné mobilizaci. [ibid: 454]

“Revoluční a vlastenecký duch se stal současně významným subjektivním faktorem, který kvalitativně novým způsobem armádu vnitřně posílil a zocelil. Skutečnost, že každý Francouz začal procházet pravidelným vojenským výcvikem, vedla nejen k novému ocenění fyzické zdatnosti, ale i pochopení jejího společenského a politického významu.” [ibid: 454]

---

<sup>12</sup> Stěžejním dílem pro uznání potřeby tělesné výchovy byl „Emil, čili o výchově“ od Jeana Jacquese Rousseaua.

Fyzická zdatnost se stala hodnotou, objevil se požadavek na tělesnou výchovu mládeže. Konec revoluční republiky ale ukončil i její tělovýchovné plány. [ibid: 455]

#### **2.7.2.2. Německá tělovýchova**

V 17. a 18. století byly v Německu, tehdy ještě nejednotném a značně mocensky roztržštěném, zakládány rytířské akademie určené pro výchovu mladých šlechticů. Měly šlechtice připravit na politickou, diplomatickou a vojenskou službu v jednotlivých knížectvích. Mimořádná pozornost byla věnována i tělesné výchově, která se zakládala na třech rytířských uměních tanci, jízdě na koni a šermu. [ibid: 461 – 463 ]

„Jejich výuka byla však v rytířských akademiích provázena řadou pomocných a přípravných cvičení, jejichž cílem bylo zvýšit celkovou fyzickou odolnost a obratnost. Byl to v první řadě zápas a dále plavání. Mimořádná pozornost byla věnována tzv. voltižování.“ [ibid: 463]

Pro výuku se používaly i speciální pomůcky, hlavně model osedlaného koně. [ibid]

Rytířská umění se z těchto akademií přenesla také na univerzity a jejich prostřednictvím překročila své sociální omezení. [ibid]

V poslední třetině 18. století se vedle rytířských umění objevily i nové, filantropické, formy tělesné výchovy [ibid: 464]. „V rámci obecného vývoje a působením nových pedagogických proudů došlo k propracování metod výuky pro různé věkové stupně a ke snahám rozšířit školské vzdělání i do dalších sociálních vrstev. A v této souvislosti se rodily i nové formy tělesné výchovy.“ [ibid]

Do výchovné praxe byly uvedeny způsoby cvičení těla založené na přirozených fyzických aktivitách, jejichž základem byly hry a potřeby praktického života. [ibid: 465 – 467]

Dobový obdiv k antice ve spojení s rozvojem tělesné výchovy vedl i k pořádání slavností, jejichž součástí bylo sportovní závodění. Slavnosti se nazývaly olympijskými hrami a byly jim připodobněny. [ibid: 468]

Fyzická cvičení se dále vyvíjela, byly položeny základy novodobé tělesné výchovy. [Kössl, Štumbauer, Waic 2006: 43]

Součástí tělesné výchovy byl běh, skoky, hod diskem, hod oštěpem, zápas, bojová cvičení, bruslení a plavání. Postupně se rozvíjela nářaďová gymnastika. Nejdříve vznikly cviky založené na voltizování a prováděné na modelu koně, časem se vyvíjelo i další nářadí. [Olivová 1979: 471 - 477]

Hry se v německé tělesné kultuře neujaly<sup>13</sup>. [ibid: 474]

Na počátku 19. století dostala německá tělesná výchova nový impuls. Velká část Německa, zvláště Prusko, byla okupována francouzskými napoleonskými vojsky. V rámci sílícího nacionálního hnutí nabyla fyzická zdatnost nového významu. V Prusku se zrodilo vlastenecké tělocvičné hnutí. Pořádána byla veřejná cvičení pro mládež. [Kössl, Štumbauer, Waic 2006: 46]

Teprve v tomto období se tělesná výchova stala záležitostí širokých vrstev obyvatelstva. [Olivová 1979: 481]

„Cílem tělesných cvičení byla vlastenecká výchova směřující ke sjednocení a obraně německého národa. Základem byly cviky vhodné pro hromadný výcvik jako chůze, běh, skoky, šplh, hody, střelba, zápas apod. Významnou roli při provádění těchto cviků hrálo různé nářadí a náčiní.“ [Kössl, Štumbauer, Waic: 47]

Nářaďový tělocvik se později stal charakteristickým znakem německého systému. [ibid: 48]

---

<sup>13</sup> Gutsmuths, jeden z hlavních tvůrců německé tělesné výchovy doporučoval hry jako vhodnou náplň volného času a v jedné své práci popsal hry nejrůznějšího původu včetně pravidel. Hry se ale neujaly.

### **2.7.2.3. Švédský systém**

Zavedení všeobecné branné povinnosti v roce 1812 vyvolalo zájem státu o tělesnou výchovu mládeže. Vznikl gymnastický systém založený na fyziologii a anatomii použitelný jak pro cvičení se zdravými, tak i s nemocnými. [Kössl, Štumbauer, Waic 2006: 56 – 57]

„Švédský systém se již ve 30. letech stal hlavním tělovýchovným systémem skandinávských zemí a postupně pronikal i do škol.“ [ibid: 58]

Přísně racionální systém švédské gymnastiky byl později zmírněn a do systému byly zařazeny hry. V této uvolněnější podobě začal ve 40. letech 19. století pronikat i do dalších zemí.

### **2.7.3. Zrození moderního sportu v Anglii**

I přes období svého úpadku se herní aktivity ve zjednodušené a zhrublé podobě uchovaly a po oslabení vlivu anglikánské církve se opět začaly rozvíjet. [Olivová 1979: 381 – 382]

Koncem 17. a začátkem 18. století v Anglii znovuožívaly slavnosti, jejichž součástí byly i sportovní hry a závody. [ibid]

Venkovské slavnosti pořádala šlechta a zpočátku se jich spolu s vesničany i účastnila. Šlechta zajišťovala organizaci i financování těchto slavností, vítězové sportovních soutěží<sup>14</sup> byli odměňováni a stávali se reprezentanty svého panství v soutěžích větších územních celků. [ibid: 382 – 383]

Patronizace slavností byla pro šlechtu výhodná. Byla formou sociální kontroly nad prožíváním volného času a tím i nad samotným obyvatelstvem a umožňovala kapitalistické podnikání v oblasti sázek při sportovních soutěžích. To napomáhalo dalšímu rozvoji závodění a procesu profesionalizace sportovců. [ibid: 384 – 385]

---

<sup>14</sup> Jednalo se hlavně o zápas, běh, chůzi a kriket

Významné místo mezi soutěžemi zaujaly dostihy, při kterých se také nejdříve začalo s měřením času<sup>15</sup>. Čas zvyšoval dramaticklost dostihů a výše sázek; čas stimuloval kapitalistické podnikání i další rozvoj dostihů. [ibid: 386 – 389]

Ve městech byly v tomto období mimořádně oblíbené různé druhy krvavé podívané, především popravu, ale také surové hry se zvířaty, zvířecí zápasy a, v neposlední řadě, také sporty, při kterých tekla krev. [ibid: 393 – 394]

V první polovině 18. století byl nejoblíbenější bezpochyby box, sledován byl také zápas a šermířské souboje, pořádaly se ale i závody běžecké a chodecké. [ibid: 395 – 398]

Vlivem průmyslové revoluce se anglická společnost ve druhé polovině 18. století proměňovala. Mechanizace zemědělské výroby donutila mnoho venkovských obyvatel k přesunu do měst, kde se koncentrovala průmyslová výroba. Města rostla a vytvářela se v nich nová společenská třída, proletariát. Venkov se vylidňoval, upadaly venkovské slavnosti a hry. [ibid:408 – 409]

Ve městech se venkovské obyvatelstvo dostalo do pracovního koloběhu, ve kterém téměř neexistoval volný čas. Rytmus života továrních dělníků byl udáván dlouhou prací; na slavnosti a zábavy nebyl dostatek času. [ibid]

Průmyslová revoluce tedy ve svých počátcích měla na sport negativní vliv, který byl ještě podporován znovuposílením víry. Nové metodistické hnutí, které získalo mnoho vyznavačů právě mezi lidovými vrstvami ve městech, trvalo na striktním dodržování neděle. [ibid: 410]

Práce a náboženství se měly stát veškerou náplní života lidových vrstev a znemožnit příležitost k rekreaci a zábavě, při níž by se lid mohl shromažďovat a bouřit. Proti hrám, hlavně proti fotbalu<sup>16</sup>, bylo vydáno velké množství zákazů. Zakazovány byly také krvavé hry se zvířaty a krvavé sporty. [ibid: 410 – 413 ]

“Spojením všech těchto faktorů došlo koncem 18. a v první polovině 19. století v Anglii k dalekosáhlé proměně herní oblasti.” [ibid:413]

---

<sup>15</sup> Až do tohoto období bylo obvyklé udávat rozdíly v délkách nebo pouze pořadí.

<sup>16</sup> Fotbal se ani v tomto období nepodařilo vymýtit, ale hra značně upadala.

Aktivní účast na hrách byla v tomto období potlačena, lidové vrstvy byly celkově vyřazeny ze zábavy a sportu. Výjimku tvořili pouze ti, kdo se již v jednotlivých disciplínách vypracovali. Bohatší vrstvy oplývající volným časem a prostředky<sup>17</sup> toužily po zábavě, po podívané. Tu jim přinášely závody profesionálů. Sledovány byly dostihy, zápasy v boxu, veslařské závody převozníků, běžecké a chodecké závody, kriket, plavání a další disciplíny. [ibid: 414 – 416]

Šlechta a špičky buržoazie měly jediné dost volného času a peněz, aby se sportu nevěnovaly pouze pasivně, ale začaly se sportovním disciplínám učit. Příslušníci vyšších vrstev si najímali profesionály, aby je vyučovali, zakládali první sportovní kluby a také mezi sebou závodili. Zde se zrodilo pojetí profesionálního a amatérského sportovce. Výraz amatér označoval třídní příslušnost, vyjadřoval fakt, že sportovec nezávodí pro výdělek, ale pro zábavu. [ibid: 418 – 420]

Průmyslová revoluce umocnila potřebu vzdělání. Rozvíjelo se vyšší školství a narůstal počet studentů jak z řad buržoazie, tak také z řad šlechty, která dříve nepřikládala formálnímu vzdělání váhu. Studenti z různého prostředí přinášeli s sebou do škol různé zvyky a zábavy. Na školách<sup>18</sup> měli studenti čas a příležitosti k rozvoji sportovních aktivit. Podle toho, jaká byla struktura studentstva, se na školách rozvíjely odlišné sporty. Na školách s velkým podílem studentů ze šlechtických rodin se nejvíce pořádaly zápasy v kriketu a veslařské závody. Na školách, kde tolik šlechtických studentů nebylo, se rozvíjel hlavně fotbal. [ibid: 421 – 423]

Bývalí studenti těchto škol sporty přinášeli do svého dalšího života, zakládali sportovní kluby a rozvíjeli sport na univerzitách. [ibid: 426]

---

<sup>17</sup> Podívaná na zápasy byla v této době již placená.

<sup>18</sup> Již od 60. let 17. století byl na anglických public schools vyhrazen čas pro hry a školy měly i speciální pozemky k jejich konání.

#### **2.7.4 Důležité faktory pro rozvoj sportu v 19. století**

Postupné prosazování všeobecné vojenské povinnosti zahrnuje do vojska široké vrstvy mužského obyvatelstva a vyvolalo zájem na jejich fyzické zdatnosti i v dalších zemích. Potřeba výcviku pro účely armády ovlivnila i předvojenskou tělesnou výchovu. Jednotlivé cvičební systémy se různě vylepšovaly a navzájem prolínaly. Význam tělesných cvičení dále narůstal a vojenské konflikty byly neustálým motivem zdokonalování cvičebních systémů a zahrnování stále širších vrstev obyvatelstva do výcviku. [Olivová 1979: 496 – 500]

Kromě tělovýchovných systémů se ale stále více rozšiřoval i sport jako volnočasová aktivita. V průběhu 19. století pronikaly anglické sporty do dalších zemí. Jejich šíření odpovídalo postupu průmyslové revoluce. [ibid: 529]

#### **2.7.5 Rozvoj moderního sportu z hlediska žen**

Moderní sport se nejdříve rozvíjel především jako záležitost nejvyšších vrstev obyvatelstva a hlavně jako záležitost čistě mužská. V 19. století bylo nepochybné, že sport je přirozeně mužská sféra a že být dobrý ve sportu nezbytně znamená být maskulinní [Hargreaves 2003: 43].

Anglie, kolébka moderního sportu, byla ve viktoriánském období typická maximalizací kulturních diferencí mezi mužem a ženou a používání biologických výkladů k jejich ospravedlnění. Biologický redukcionismus vedl k sociální konstrukci nerovnosti mezi muži a ženami ve sportu. [Hargreaves 2003: 43]

Ženy byly považovány za morálně a duchovně silné, ale za slabé fyzicky a intelektuálně [Theberge 2000: 322].

Ve stejném období však již někteří lékaři začali zastávat názor, že mírné formy fyzického cvičení, pokud jsou prováděny v rozumné míře, mohou být přínosné pro zdraví ženy a pro její schopnost rodit zdravé děti [Hargreaves 2003: 48].

Koncem 19. století již bylo ženám umožněno hrát hry jako kriket a tenis. Pomalá akceptace ženy ve sportu se stala v Británii evidentní. [Kay 2003: 90]

Ženy byly akceptovány, ale jen pokud naplňovaly svou ženskou roli a nesportovaly příliš aktivně a prudce, což ostatně dobový ženský oděv v podstatě ani neumožňoval. Ženy dlouho sportovaly ve svém běžném (a ke sportu zcela nevhodném) oděvu. [Hargreaves 2003]

Pevné zdraví bylo stále považováno za vulgární, zatímco slabost a nedostatek chuti k jídlu byly nahlíženy jako atraktivní a normální [Hargreaves 2003: 55]. Takovýto přístup k ženám a dívkám byl v 19. století obvyklý a všeobecně rozšířený, někteří jej ale již v té době kritizovali.

Britský sociolog Spencer se zamýšlel nad společenskými očekáváními ohledně žen: „Máme jakési nejisté podezření, že se to považuje za věc nikterak žádoucí vypěstovati hrubou sílu tělesnou; že pevné zdraví a překypující síla se pokládají za něco plebejského; jakási jemnost, síla nestačící než na čtvrt neb půlhodinovou procházku, chuť k jídlu vyběračná a snadno nasycená a spolu ona bázlivost, která obyčejně provází chorobu, to že lidé považují za věci, jež se na dívku více sluší“ [Spencer 1879: 116]. Spencer si kladl otázku, proč jsou dívky takto vychovávány. „Neboť když kratochvilné dovádění, které hochům se dovoluje, těmto nevadí stát se gentlemany, proč by mělo podobné dovádění žertovné vaditi dívkám stát se ladiemi?“ [ibid].

Pravděpodobně nejdůležitějším faktorem pro legitimizaci aktivních forem ženského sportu a cvičení v poslední třetině 19. století byl rozvoj vzdělání. Ačkoli sport zůstal ve většině případů okrajovým tématem vzdělávacího hnutí, všechny formy vzdělávání obsahovaly taky nějakou podobu fyzického vzdělávání a sport byl s rozvojem vzdělání úzce spojen.

Fyzické vzdělání, stejně jako jiné aspekty vzdělání, bylo sice ovlivněno všeobecnými představami o sociálním postavení ženy, ale zároveň vytvářelo tlak na jejich změnu [Hargreaves 2003: 55-61].

Dalším důležitým faktorem byla reforma oblečení. Omezující a svazující dámský oděv se postupně zjednodušoval a uvolňoval. Zvýšená pohyblivost, kterou nové oblečení poskytovalo, umožnila další rozvoj ženského sportu. Reforma oblečení dala ženám větší rozsah pohybu, zvětšila rozsah jim dostupných aktivit, a jak se ženy pouštěly do dalších a dalších oblastí činnosti, následovaly další změny ve sportovním oblečení. [ibid: 92-93]

V prvních desetiletích 20. století rostoucí počet dívek a žen sportoval. Účastnily se stále rozmanitějších a stále různějších forem sportu a fyzického cvičení. [ibid: 88]

V době vypuknutí první světové války už ženy vyzkoušely snad všechny sporty. Sport však nebyl běžnou aktivitou. [Kay 2003]

Po první světové válce došlo k rychlému rozvoji ženského sportu [Kössl, Štumbauer, Waic 2006: 77]. Ačkoli ženy dosáhly mezi světovými válkami bezprecedentních změn v mnoha sportech, genderové vztahy zůstaly stále značně nerovné [Hargreaves 2003: 126].

Nástup fašismu vnesl do sportu politickou dimenzi. Evropské státy začaly mít zájem na kondici svého obyvatelstva včetně žen, fyzická kultura byla podporována.

Po druhé světové válce se ženský sport rozvíjel velmi odlišně v kapitalistických a v komunistických zemích. Země východního bloku významně podporovaly rozvoj ženského sportu, byla podpořena ženská tělovýchova a vyvinuta snaha nalézt a vytrénovat talentované dívky pro vrcholový sport.

Východní blok využil nerozvinutosti ženského olympijského sportu a od roku 1952, kdy poprvé závodili sportovci Sovětského svazu, získávaly komunistické země velké množství medailí v ženských disciplínách, což byl značný symbolický úspěch. Ženy se následně staly důležitou součástí mezinárodních sportovních strategií. [Hargreaves 2003: 224 - 125, 236]

V Británii a ve Spojených státech amerických se větší podpora žen ve sportu rozvinula až v sedmdesátých letech. Pro obě země byl důležitý rok 1972. V Británii byl tohoto roku založen vládou financovaný British Sports Council, který označil ženy za potřebnou skupinu a institucionálně podporoval rozvoj ženského sportu [ibid: 236]. Ve Spojených státech amerických byl ve stejném roce schválen zákon Title IX zakazující genderovou diskriminaci na školách, který zapříčinil dramatický nárůst sportovních příležitostí pro ženy a dívky v USA [Coakley 2007: 238].

Uplatňování tohoto zákona vyvolalo velký vzdor. Pokud šlo o příležitosti ke vzdělání, lidé s Title IX. souhlasili, byli ale překvapeni, že se vztahuje i na sport. Muži pociťovali jako neférové, že mají najednou sdílet finance a vybavení se ženami. [ibid: 239]

## **3. Současný sport a tělesná kultura**

### **3.1 Specifika soudobého sportu**

Jak je vidět v předchozím textu, sport byl, v různých podobách, součástí naší historie, přirozená hravost a soutěživost alespoň v určité míře umožnily sportovní aktivity i tam, kde jim společenské prostředí nepřálo.

Každé období se specificky podepsalo na podobě sportu, vtisklo mu svůj specifický obraz. Jak je zjevné ze stručného historického shrnutí nastíněného v předchozí kapitole, dnešní sport je jiný než sport ve starověku nebo ve středověku. Čím je dnešní sport typický? Jaká jsou jeho specifika?

Dle Allena Guttmanna jsou moderní sporty typické následujícími sedmi charakteristikami<sup>19</sup>:

- 1) Sekularismus
- 2) Rovnoprávnost
- 3) Specializovanost
- 4) Racionalizace
- 5) Byrokratizace
- 6) Kvantifikace
- 7) Hon za rekordy

Tyto, dnes již tradičně používané, charakteristiky moderních sportů jsou vytvořeny především pro oblast profesionálních sportů, pro sport v jeho širším vymezení (tak, jak je definován v Evropské chartě sportu), ale platí s menšími omezeními také. Míra specializace, byrokratizace, racionalizace, kvantifikace a zaznamenávání rekordů je sice nižší, ale přesto jasně patrná.

Podívejme se nyní na tyto charakteristiky blíže.

---

<sup>19</sup> Tyto charakteristiky, definované v díle *From Ritual to Record. The Nature of Modern Sports* vydaném poprvé v roce 1978, jsou často přejímány dalšími autory (např. Jay Coakley nebo Aleš Sekot)

### **3.1.1. Sekularismus**

První charakteristikou moderních sportů je, že jsou sekulárnější než primitivní a starověké sporty [Guttman 2004: 26]. Novodobé sportovní soutěže nemají přímou souvislost s náboženstvím a vírou, nepojí se s žádnými náboženskými rituály a neslaví se na počest bohů, ani jim nejsou zasvěceny.

“Sport je zacílen na osobní prospěch, ne k usmíření božstev. Ztělesňuje bezprostřednost materiálního světa, nikoli mysticismus nadpřirozeného“ [Sekot 2008: 16].

„V archaických kulturách tvořily zápasy část posvěceného svátku. Byly nezbytné jako posvátná a blahodárná činnost. Tato souvislost s kultem se z moderního sportu naprosto ztratila. Sport se stal záležitostí zcela světskou a nemá už žádnou organickou spojitost se strukturou společnosti, ani tehdy, když vládní moc jeho provozování předepisuje. Je spíše samostatným projevem agonálních instinktů než činitelem plodného smyslu pro společenství.“ [Huizinga 2000: 268]

I přes sekularizovanou podobu dnešního sportu se v mnoha sportovních soutěžích zachovala obřadní velkolepost. Nejnápadnějším příkladem je ceremoniál konaný při zahájení a ukončení olympijských her. Religiozita se sice vytratila, nápadná obřadnost ale i přesto zůstala zachována.

### **3.1.2 Rovnoprávnost**

Moderní sporty jsou rovnoprávné ve dvou smyslech. Za prvé, že každý by teoreticky měl mít možnost závodit, a za druhé, že soutěžní podmínky by měly být pro všechny účastníky stejné. [Guttman 2004: 26]

Ačkoli v praxi můžeme nalézt četné nerovnosti, princip je jasný. Moderní sporty předpokládají rovnoprávnost. Přístup má na základě výkonu každý a pravidla jsou pro všechny stejná, zatímco dříve bylo obvykle nutné pro účast

v závodě splňovat i jiné než výkonnostní podmínky a pravidla se pro jednotlivé účastníky často různila. [ibid: 26 - 29]

Základní princip sportu však stále podléhá sociálním vlivům a ani rovné nastavení oficiálních pravidel neovlivní společenské danosti. Nikomu sice není zakázáno závodit například proto, že pochází z chudého prostředí, přesto to pro takového člověka často není reálné. Sporty, při nichž jsou nutné velké investice do výbroje a výstroje, do klubového členství nebo do cestovního jsou vždy výsadou určité skupiny obyvatel. Talent, schopnosti a dovednosti jsou sice nejdůležitějším faktorem pro úspěch ve sportu, ale jen pokud je vůbec možné je vyzkoušet a předvést. Dítě, které vyrostlo v rodině s minimálním příjmem, bude jen těžko prokazovat své mimořádné nadání pro tenis, když ani nikdy nadrželo v ruce raketu.

I přes všechny tyto společenským uspořádáním způsobené nerovnosti však lze dnešní sport považovat za rovnoprávný. Právě díky poměrně rovnému nastavení podmínek se sport (potažmo úspěch v sportu) také často považuje za způsob, jak postoupit na společenském žebříčku a zlepšit si sociální postavení.

Je nutné také zmínit, jak mimořádný posun k rovnosti v přístupu ke sportovní činnosti se udál pro ženy. Ačkoli jsou ženy v některých sportech výjimkou a některé sportovní aktivity jsou stále chápány jako pro ženy nevhodné, není již ženám zamezen přístup ke sportu celkově. Nikdy dříve neměly ženy tolik možností ke sportování, jako mají v současnosti.

### **3.1.3 Specializace**

V dnešním sportu je důraz kladen spíše na vysoce specializované dovednosti než na všestranné fyzické schopnosti [Coakley 2007: 60]. Podle toho je také vedena sportovní příprava a trénink. “Soudobý sport ovládá účast speciálně připravovaných atletů, kteří se věnují tréninku v jednom sportu s výhledem na účast v konkrétním zápase, závodě či sportovní události. Odlišují

se tak mírou svého mistrovství a dosahováním vítězství a rekordních výkonů. Nezbytnou součástí sportovní účasti je sofistikovaná sportovní výzbroj a výbava včetně speciální obuvi a oblečení“ [Sekot 2008: 16]

Sportovní vybavení je dnes vyráběno tak, že přesně odpovídá potřebám určité činnosti, aby maximálně podpořilo výkon, ale na jinou (byť velmi podobnou) aktivitu se již nehodí. Specializace jednotlivých sportovních odvětví a s ní související nekonečný rozvoj výzbroje a výstroje se dotýká profesionálních i rekreačních sportovců. Dnešní sportovní nadšenec má doma obvykle několik párů různé sportovní obuvi, ačkoli ještě před pár lety si vystačil s jedněmi univerzálními sportovními botami, a velmi podobné je to i s dalšími sportovními potřebami.

Možnost věnovat se naplno závodění, popřípadě možnost se hodně věnovat sportu ve volném čase spolu s rozvojem technologií a vylepšováním vybavení umožňuje neustálou specializaci disciplin. Jako příklad může posloužit rozvoj lyží a lyžařských disciplin. Lyžování má dlouhou tradici [McComb 2004: 53]. Historické skalní malby dokazují použití lyží již ve třetím tisíciletí před začátkem našeho letopočtu [Olivová 1989: 41]. „Řada lyží se dochovala i přímo v archeologických nálezech“ [ibid]. Lyže byly původně vytvořeny jako dopravní prostředek usnadňující pohyb po sněhu. Byly používány především lovci, s jejich pomocí ale byly vedeny i války [ibid: 41, 44]. Takto používaná lyže musela být velice univerzální, použitelná jak k chůzi a běhu po rovině, tak i ke stoupání a sjíždění. Ve Skandinávii byly od nepaměti rozšířeny i lidové závody na lyžích [ibid: 44], závody však určitě nebyly hlavním účelem použití lyže, proto lze předpokládat, že se na závodech používaly univerzální lyže zkonstruované pro lov a válečná tažení.

V moderní společnosti, kde se použití lyže pro závod a pro pobavení dostalo do popředí a kde technologický pokrok umožňuje rozvinutí každé jednotlivé vlastnosti lyže, se rozvíjí stále více a více disciplin a vyrábí stále více typů lyží. Podle toho, které činnosti se chce uživatel věnovat, může si dnes

vybrat z nepřeberného množství druhů lyží pro různé účely, například běžecké lyže na klasiku, na volný styl a na biatlon, lyže určené pro slalom, obří slalom, sjezd, jízdu v boulicích (moguls), lyže skikrosové, freeridové, freestylové, skialpové, telemarkové a mnoho dalších.

Speciální lyže, a stejně tak samozřejmě i jiná specializovaná výzbroj, umožní uživateli dosáhnout lepšího výsledku v konkrétní disciplíně i bez jeho většího přispění a tím naplnit touhu po stále lepších a lepších výkonech.

### **3.1.4 Racionalizace**

„Sport se od poslední čtvrtiny 19. století vyvíjí tím směrem, že se hra bere stále vážněji. Pravidla jsou stále přísnější a jsou propracována do větších jemností.“ [Huizinga 2000: 267]

I ty nejjednodušší sporty jsou dnes regulovány souborem univerzálních pravidel a norem, které jsou všeobecně akceptovány a uplatňovány [Guttman 2004: 40 - 43]. Na dřívější<sup>20</sup> úrovni probíhala regulace těchto aktivit v souladu s místními tradicemi a často se v různých lokalitách lišila; klíčovou roli při sjednocování pravidel sehrálo utváření klubů [Elias 1986a: 38 - 39].

Dnes jsou pravidla celosvětově sjednocená a velice detailní. „Pravidla zahrnují principy používání sportovních zařízení, náradí, herní techniky a podmínky účasti“ [Sekot 2008: 17].

Sportovní pomůcky a zařízení jsou celosvětově metricky standardizované. Délka závodní dráhy, rozměry hřiště, hmotnost a délka oštěpu nebo třeba provedení míče jsou tedy vždy stejné a neodvíjejí se od místních zvyklostí nebo momentálních možností.

Důraz na standardizaci pravidel a vybavení nesouvisí pouze s technickou vyspělostí, která to umožňuje, ale také s potřebou kvantifikovat, porovnávat se s druhými a vytvářet rekordy, jak bude více rozebráno v následujícím textu.

---

<sup>20</sup> Elias používá výraz předsportovní úroveň.

Ve starověkém Řecku, kde se sporty z hlediska racionalizace nejvíce přibližovaly dnešní podobě sportů, se kladl důraz na přímý souboj účastníků za stejných podmínek, tyto podmínky se však lišily závod od závodu, a to i přesto že Řekové byli dostatečně technologicky sofistikovaní, aby je byli schopni je sjednotit, pokud by chtěli [Guttman 2004: 43].

Detailní vymezení pravidel vede ke dvěma hlavním důsledkům. Prvním, velmi pozitivním důsledkem, je omezení násilnosti ve sportech obsahujících fyzický kontakt účastníků. Tento faktor bude blíže rozebrán v bodě 3.7.8.

Druhý důsledek pozitivní rozhodně není. Jak upozorňuje Johan Huizinga [2000], dnešní pravidly svázaný a na výkon zaměřený sport postrádá hravost. „Hra se stala příliš vážnou, herní nálada z ní více nebo méně vymizela“ [Huizinga 2000: 268].

Dalším projevem racionalizace sportu je jeho zvědečtění a snaha o jeho maximální zefektivnění. Současné herní strategie a tréninkové metody jsou racionalizovány a opírají se o vědecké poznatky fyziologie a psychologie [Guttman 2004: 44]. Jednou z věd, která přispívá k racionalizaci sportu, je také sociologie.

Soubor poznatků z nejrůznějších vědeckých oborů pomáhá dále zvyšovat výkonnost profesionálních sportovců a posunovat hranice rekordů, vědecky je však přístupováno například také k cvičebním programům pro veřejnost. O vědecké poznatky se opírají cvičení zaměřená na odstranění bolestí zad, zlepšení kondice nebo třeba na hubnutí a zpevnění těla.

### **3.1.5 Byrokratizace**

V současné praxi jsou sporty řízeny byrokratickými organizacemi. V podstatě každý sport má svoji mezinárodní organizaci, která dohlíží na desítky národních poboček [Guttman 2004: 45 – 46]. Organizace a jejich funkcionáři

pořádají závody, kontrolují sportovce a družstva, dohlížejí na průběh soutěží a dodržování pravidel a stvrzují rekordy [Coakley 2007: 61].

### **3.1.6 Kvantifikace**

Moderní sporty jsou charakteristické snahou proměnit každý sportovní výkon do kvantifikovatelné a měřitelné podoby. Akumulace statistik každého představitelného aspektu hry je jejich typickým znakem. K měření se používají stále preciznější technologie a důležitými se stávají rozdíly uváděné v setinách a tisícinách. Tyto detailní výsledky z oblíbených sportů jsou denně publikovány v novinách a budí velkou pozornost. Moderní společnost je kvantifikací přímo posedlá. [Guttmann 2004: 47 - 48]

I rekreační sportovci se často pokouší měřit a kvantifikovat své výkony, k čemuž mohou využít stále větší množství stále dostupnějších a stále se zlepšujících přístrojů měřících například aktuální a průměrnou rychlost, překonanou vzdálenost nebo třeba odhad množství spálených kalorií.

### **3.1.7. Hon za rekordy**

Spojením nutkání kvantifikovat s touhou být nejlepší a zvítězit vznikl koncept rekordu. Rekord je abstrakce, jež umožňuje soutěžení nejen mezi těmi, kdo se shromáždí na jednom závodisti, ale také s těmi, kdo jsou vzdáleni v čase a prostoru. Díky této podivné abstrakci může Australan závodit s Finem, který zemřel o desetiletí dříve, než se Australan narodil. [Guttmann 2004: 51 - 52]

„Dnešní výkonnostní sport je zaměřen zejména na utváření a překonávání rekordů. Výkony jsou porovnávány v řádu posloupnosti jednotlivých sportovních událostí a jsou zveřejňovány. (...) K povaze dnešního výkonnostního profesionálního sportu náleží i zveřejňování rekordních finančních částek za výkony či týmové přestupy...“ [Sekot 2008: 17].

Překonávání rekordů se nemusí odehrávat jen na světové úrovni. Většina sportovců všech úrovní se s někým srovnává, snaží se překonat někoho druhého, podat lepší výkon než ostatní nebo překonat sebe samého a vytvořit svůj osobní rekord.

### **3.1.8 Nenásilnost**

Připojme k sedmi Guttmannovým charakteristikám ještě osmou. Použijí pro ni název nenásilnost. Dnešní sport se od jeho předchozích podob odlišuje také tím, že není směřován k přípravě na boj a válku. Sportovní a válečná příprava jsou dnes od sebe odděleny, zatímco v minulosti sportovní a válečný výcvik často splýval v jedno.

Válečnická byla celá tělesná kultura Říše římské; boj ve jménu křesťanského Boha byl hlavním důvodem výcviku středověkých rytířů; bojovný etos nesly také tělovýchovné systémy kontinentální Evropy v 19. století...

Dokonce i ve starověkém Řecku, jehož tělesná kultura je dnes vnímána jako velmi vyspělá, se příprava na válečné střetnutí a na sportovní soutěže často prolínala.

Norbert Elias [1986b: 137 - 138] vysvětluje, že řecký „box“, společně s ostatními formami agonistického výcviku, byl považován za trénink pro válčení i pro soutěže při hrách. S tím také podle Eliase souvisel fakt, že řecké hry nebyly ovládnuty zaujetím pro „férovost“. Anglický etos férovosti má nevojenské kořeny [ibid].

Také samotný průběh sportovních utkání je oproti minulosti významně méně agresivní. Míra agresivity, která byla obvyklá ve starověku a středověku, by dnes byla považována za děsivou. Pravidla sportů jsou v současnosti nastavena tak, aby regulovala fyzický kontakt způsobem předcházejícím poranění [Elias 1986a].

Smrt sportovce je dnes výjimečnou a tragickou událostí. Ve starověkém Řecku souboje běžně končily smrtí jednoho ze zúčastněných [Elias 1986b: 137 - 138], v Říši římské byla smrt dokonce považována za zábavnou podívanou [Olivová 1988].

Pokles agresivity se netýká pouze nejrůznějších forem zápasu. Násilí se do velké míry vytratilo také z her. Například míčové hry hrané ve středověké Anglii angažovaly velmi vysokou míru násilí [Olivová 1979: 236 - 254]. Hraní fotbalu bylo (i přes všechny oficiální zákazy) oblíbeným způsobem rvačky mezi lokálními skupinami [Elias, Dunning 1986: 179].

Dnešního člověka by takové formy sportovních her šokovaly.

### **3.2 Postavení sportu v rámci současné tělesné kultury**

Nejen sport samotný, ale také postavení sportu v rámci tělesné kultury je v dnešní době velmi specifické. Zatímco sport se stále rozvíjí (vznikají nové stále nová a nová odvětví, budují se nová sportovní zařízení, zlepšuje se výzbroj a výstroj) a ve vyspělých zemích se stává dominantní formou fyzické kultury, ostatní složky tělesné kultury naopak oslabují - zaniká přirozený pohyb jako forma dopravy (ať již v podobě chůze nebo jízdy na koni či jiném zvířeti) a fyzická dřina mizí z pracovní náplně i z mnoha domácích prací. Fyzická námaha zmizela z každodennosti.

Rozsah změn, které se udály v tělesné kultuře v posledních desetiletích, je bezprecedentní. Dříve byla fyzická aktivita integrální součástí každodenního života, dnes je spíše úmyslnou volnočasovou aktivitou [Smith Maguire 2008: 2].

Zdravotní problémy vznikající ze sedavého zaměstnání se rozebírají již delší dobu. Problém se však netýká jen nedostatku fyzické aktivity v pracovní době, ale všech běžných situací.

Nutnost dojít někam po vlastních nohou ve vyspělých zemích v podstatě zanikla. Auta zaparkovaná v garážích, zastávky hromadné dopravy na dohled od

domu, výtahy, eskalátory. Za celý den stačí udělat pár kroků, a přesto je možné dostat se kamkoli. Systematické budování tělesné kondice prostě jen tím, že musíme někam dojít, jak to bylo po generace běžné, dnes téměř neexistuje.

Jako lovci a sběrači museli lidé ujít ohromné vzdálenosti, aby získali potravu, a museli rychle a daleko utíkat, aby unikli napadení. Když se civilizace rozvinula, lidská síla a pohyblivost byla nadále využívána v zemědělství, stavitelství a dopravě. Na začátku 21. století byla fyzická aktivita ze života vyloučena natolik, že lidé přestávají vnímat, jak podstatná je pro zdraví a pocit tělesné i duševní pohody. [Cavill; Kahlmeier; Racioppi 2006: 1]

Lidé ve vyspělých zemích chůzi natolik vyřadili ze života, že si již ani neuvědomují, na jak obrovské vzdálenosti lze dojít. V historii běžné vojenské, obchodní nebo poutní pochody přes celý kontinent zní pro současného člověka jako něco neuskutečnitelného.

I v dopravě na nevelké vzdálenosti je chůze jen málo využívána a podobné je to i s cyklodopravou. V Evropě je 50% cest vykonaných autem kratších než pět kilometrů, což je vzdálenost, která může být snadno na kole překonána za 15 – 20 minut a ostrou chůzí za 30 – 50 minut [WHO Europe].

Jako hlavní způsob dopravy pro vykonávání každodenních aktivit využívá chůzi jen 15% občanů EU, bicykl, tedy další způsob dopravy vyžadující fyzickou aktivitu, používá pouze 9% občanů EU [Eurobarometr 2007: 10].

Nejvíce občanů EU (53%) využívá k dopravě za každodenními aktivitami motorizovanou individuální dopravu; 21% využívá veřejnou dopravu [ibid].

Dle výsledků šetření provedeného ve vybraných českých městech (Hradec Králové a okolí, Pardubice a okolí, Plzeň a okolí) použilo ve sledovaný den k dopravě chůzi (jako jediný prostředek) 9% obyvatel a kolo (jako jediný prostředek) 4,5%. Další 3% použily bicykl v kombinaci s jiným dopravním prostředkem. [Brown Kohlová 2008: 15-16]

Doprava pěšky a na kole je často komplikována nevhodnou strukturou měst. Evropské státy se snaží podporovat transformaci městského prostředí tak, aby byla vhodná pro chodce a cyklisty, změny jsou však pomalé a náročné.

## **4. Sport, tělesná kondice a zdraví**

Ve společnosti s výrazně rozvinutým zdravotnictvím, vysokým důrazem kladeným na zdravotní stav a mimořádnými nároky na zdravotní péči, kde ale zároveň upadají přirozené složky tělesné kultury, nabývá sportování mimořádně na významu jako způsob kompenzace pasivního životního stylu a jako prostředek k posílení tělesné kondice a odolnosti a tím také zdraví.

Zdraví je důležité pro kvalitu života [Slepičková 2000: 38]. „Nutnost hledat cesty ke zlepšení zdraví populace byla také jedním z impulsů rozvoje sportu široké veřejnosti v 60. a 70. letech. Je zřejmé, že mezi zdravím a sportem existuje vazba.“ [Slepičková 2000 38]

„Nedostatek pohybové aktivity, charakteristický pro životní styl současné společnosti, se stává zdrojem odcizení od vlastního těla, jež může být příčinou řady psychických a psychosomatických poruch“ [Stackeová 2003: 52].

Zdraví je záležitostí jak individuální tak společenskou. Závisí na osobním přístupu i podmínkách, které vytvoří společnost. [Slepičková 2000: 38]

V současnosti jsou zdraví a nemoc konstruovány hlavně jako záležitost individuální vůle nebo selhání [Maguire 2008: 40]. Je kladen politickoekonomický důraz na vlastní zodpovědnost každého za svoji kondici a zdraví [Maguire 2008: 4].

### **4.1. Zdravotní důsledky pasivního způsobu života**

“Hypokinetický způsob života vyznačující se nedostatkem pravidelné a přiměřené pohybové aktivity je společně s dalšími rizikovými faktory příčinou řady civilizačních onemocnění” [Slepičková 2000: 41].

„Potíže s kosterně svalovým aparátem jsou průvodním jevem sedavého zaměstnání či práce jednostranně zatěžující pohybový systém lidského organismu. Přivádějí mnoho lidí k lékaři a jsou častou příčinou pracovní

neschopnosti. Nedostatečná pohyblivost a obratnost snižuje pracovní výkon. Každý člověk potřebuje určitou úroveň síly, obratnosti a pohyblivosti pro splnění svých pracovních povinností a pro svůj osobní život.“ [ibid: 51]

K udržení zdraví je nutná alespoň minimální fyzická zdatnost [ibid: 46].

Důraz na optimální fyzickou aktivitu přinášející co nejlepší účinky pro zdraví člověka souvisí se stále se rozvíjející oblastí prevence. „Na rozdíl od nedávného období, kdy byla prevence soustředěna na likvidaci nejčastěji infekčních původců nemocí, je zdůrazňováno působení na komplex sociálních, ekologických, ekonomických, kulturních, psychologických, genetických a dalších společensko-biologických faktorů“ [Purkrábek 1996: 1435]

Rozvíjející se možnosti prevence mění pohled na zdraví a také představu o tom, co to znamená, být zdravý. „Zdravotní stav populace je stále více spojován s tzv. kvalitou života, charakterizovanou především komplexem společenských, ekonomických, kulturních a psychologických podmínek. Zdraví je považováno za určující společenskou hodnotu, jež má v podmínkách vědeckotechnické civilizace rostoucí zdrojový význam pro sociální život a ekonomický rozvoj a jež má stále závažnější cílovou povahu“ [ibid].

Zdraví není dnes ani tolik biologickým imperativem spojeným s přežitím, jako spíše imperativem sociálním souvisejícím se společenským postavením [Baudrillard 1998: 139].

Ke stavu úplné tělesné, duševní a sociální pohody, jak dnes bývá zdraví chápáno a jak jej také definuje Světová zdravotnická organizace<sup>21</sup>, pohyb jistě přispívá, často se ale stává, že je vztah mezi sportem a zdravím velice zjednodušován.

---

<sup>21</sup> Celé znění definice zdraví podle WHO (v mém překladu) říká: Zdraví je stav úplné tělesné, duševní a sociální pohody, nikoli pouze absence nemoci nebo vady. Tuto definici WHO používá v nezměněné podobě již od roku 1948. Viz <http://www.who.int/about/definition/en/print.html>

## **4.2. Sportem ku zdraví?**

Pozitivní účinky dobré fyzické kondice na zdravotní stav jsou již dlouho známy, často ale dochází k zjednodušeným tvrzením typu, že chceme-li udělat něco pro své zdraví, máme sportovat. Jak konstatuje Ivan Weddington, jen málokterá tvrzení jsou tak široce a nekriticky rozšířena, jako tvrzení o spojitosti sportu a cvičení s dobrým zdravím [Weddington 2000: 11].

Je ale vztah mezi sportem a zdravím opravdu takto jednoznačně pozitivní? Jsou všechny sporty pro zdraví přínosem? Nepřevyšují u mnohých sportů rizika nad pozitivními účinky?

Existuje značné množství údajů jak z epidemiologických, tak i z klinických studií, které uvádějí, že pravidelné rytmické cvičení v mírné až střední intenzitě má podstatný a blahodárný dopad na zdraví [Weddington 2000: 17].

Tyto studie ale nenaznačují, že by každé cvičení bylo prospěšné, ukazují, že pouze cvičení určitého druhu, množství a intenzity má pozitivní dopad [Weddington 2000: 19]. „Úsilí věnované zlepšování zdatnosti musí být vždy v souladu s přirozenými možnostmi a potřebami lidského organismu i organismu konkrétního jedince. Sport však může ovlivňovat zdraví i negativně. Nevhodně volená cvičení nebo přetěžování organismu mohou způsobit potíže se svalovým a pohybovým aparátem, oslabení imunitního systému a další nežádoucí odezvy v organismu jedince. S tímto problémem se nezdá se setkávat ve vrcholovém sportu. Může však nastat i při sportování ve volném čase, pokud není prováděno se zásadami správného zatěžování.“ [Slepičková 2000: 46-47]

Nejčastěji doporučovanou aktivitou je rázná chůze [Weddington 2000: 19]. „Obyčejná“ chůze, tedy aktivita, která byla z běžného života vytlačena.

Prospěšnost pro zdraví klesá s posunem od individuálně prováděného cvičení vyznačujícího se vysokou mírou vlastní kontroly účastníka nad intenzitou a dobou výkonu, ke kompetitivním sportům, kde jsou intenzita a

trvání výkonu závislé na celkové situaci a ostatních účastnících [Coakley 2007: 105, Weddington 2000: 20-21]. U kompetitivních aktivit, obzvláště pak u kontaktních sportů a u sportu na elitní úrovni, je navíc vysoká míra zdravotního poškození způsobená hlavně úrazy [Coakley 2007: 105].

## **4.2. Tělo, tělesná zdatnost a kondice**

Kolem zdraví prospěšných sportovních aktivit a s nimi souvisejících aktivit regeneračních se vytvořilo silné obchodní odvětví. V české republice, stejně jako jinde ve světě vzniklo množství fitness klubů, wellness center a dalších zařízení poskytujících služby v oblasti aktivní i pasivní péče o tělo.

Cílem nabízených služeb je dopomoci zákazníkům k vytvoření těla, které je podle současných měřítek v dobré kondici, tedy těla zdravého, zdatného, schopného a atraktivního.

Tělo je kulturním faktem [Baudrillard 1998: 129]. Představa o těle v dobré kondici je proměnlivá; kondice je relativní stav závislejší na aktuálních společenských podmínkách a potřebách [Smith Maguire 2008: 23]. Například v době války je tělesná zdatnost chápána jako schopnost bojovat, když se však společenské podmínky změní, jsou v rámci tělesné zdatnosti oceňovány jiné schopnosti [ibid].

V tradičním uspořádání, například v případě sedláka, neexistovalo žádné narcistické investování nebo nápadné vnímání těla, ale instrumentální představa o těle odvozená od pracovního procesu a vztahu k přírodě [Baudrillard 1998: 129].

Ačkoli dnes není fyzická zdatnost každodenní nutností a je možné se bez ní obejít, společenská hodnota, přikládána tělesné kondici a její vizualizaci v podobě štíhlého, pevného těla, je velmi vysoká.

Společenské ocenění těla v dobré kondici je vysoké právě proto, že takové tělo nevzniká z nutnosti každodenního života. Hodnota, přikládána tělu v dobré

kondici, nemůže být oddělena od vzestupu sedavého způsobu života [Smith Maguire 2008: 2]. Protože se kondice již nevytváří bezděčně v každodenních činnostech, stává se z ní cíl, do kterého jsou lidé ochotni investovat peníze a kterému obětují svůj volný čas.

Tělo je nositelem symbolické hodnoty, je formou fyzického kapitálu<sup>22</sup> [Bourdieu 1978, 1986], proto se do těla investuje za účelem vytvoření výnosu [Baudrillard 1998: 131]. Fitness je investicí do fyzického kapitálu těla [Maguire 2008:40].

V konzumní servisní ekonomice je fyzický vzhled důležitý pro pracovní úspěch a sociální status a tak je investice do podoby těla považována za způsob, jak maximalizovat konkurenční výhody. [Maguire 2008: 40].

Fyzická aktivita je tedy doporučována nikoli pro vlastní prožitek z jejího vykonávání, ale pro výsledky, které přináší v osobním rozvoji, zvýšené konkurenceschopnosti na trhu práce a zlepšení sociálního statusu [Maguire 2008: 40].

Štíhlost nedává v dnešní době najevo pouze dobré zdraví, ale také sebekázeň a morální zodpovědnost; na rozdíl od toho tloušťka naznačuje lenost, morální slabost a zkaženost. [Weddington 2008: 410]

Štíhlé, pevné tělo v dobré kondici je tedy ukazatelem společensky uznávaných hodnot (píle, disciplinovanost, schopnost dosáhnout cíle) a společenského postavení (možnost investovat čas a peníze do budování takového těla).

„Nadváha bývá spojována paradoxně s chudobou, ale i s nízkým vzděláním a nedostatkem sebekontroly“ [Hátlová 2001: 55]

Pracovat na svém těle znamená pracovat na svém statusu – jednak proto, že tělo samo je potenciálním symbolem statusu a protože místo této práce je

---

<sup>22</sup> „Bourdieu rozlišuje čtyři základní druhy kapitálu - ekonomický, kulturní, sociální a symbolický“ [Šubr 2001: 109]. Kulturní kapitál existuje dle Pierra Bourdieu ve třech formách – v inkorporovaném stavu, tj. ve formě dlouhodobých rozumových a tělesných dispozic; v objektivizovaném stavu, tj. ve formě kulturního zboží (obrazy, knihy, slovníky, nástroje, technické přístroje atd.) a v institucionalizovaném stavu, tj. ve formě akademických kvalifikací apod. [Bourdieu 1986: 242 – 246] Fyzický kapitál je tedy subtypem kulturního kapitálu (v inkorporovaném stavu, ve formě tělesných dispozic).

statusově strukturované. Členství ve fitness klubu se stalo symbolem motivace o sebe pečovat a držení prostředků k tomu to dělat. Členství v určitém klubu může být mocným symbolem sociální pozice a úrovně stejně tak, jako vlastnictví určitého luxusního zboží. [Maguire 2008: 104 - 105]

Ze vzniku potřeby rozvíjet fyzický kapitál těží (a zároveň tuto potřebu spoluutvářejí) komerční fitness centra, snažící se vnutit představu, že jsou nejlepším místem k efektivnímu cvičení a k dosažení vytyčených cílů - nabízí obrovské množství různých skupinových cvičení proklamujících maximální efekt v minimálním čase, cvičení na nejúčinnějších strojích a pomoc od špičkových osobních trenérů, výživových poradců a fyzioterapeutů.

### **4.3. Psychické zdraví**

Zdraví neznamena pouze zdraví těla, ale v neposlední řadě také zdraví duše. Ačkoli se většinou mluví spíše o přínosu pohybu pro zdraví fyzické, rozvoj tělesných schopností pohybovou aktivitou má pozitivní účinek i na psychiku.

„Dnes si většina lidí uvědomuje důležitost zdraví a fyzické kondice. Ale téměř neomezený potenciál radostí, které tělo nabízí, zůstává často nevyužit. ... To, co dodává tělu hodnotu mimo jakékoli výpočty, je fakt, že bez těla bychom nemohli nic prožívat, takže bychom si nemohli ani uvědomovat svůj život.“ [Csikyentmihalyi 1996: 143] „Můžeme říci, že veškeré naše prožívání je ovlivněno vnímáním vlastního těla, jeho aktuálního stavu a aktuálních možností“ [Hátlová 2001: 54]

Sportování je výborným nástrojem ke zlepšení nálady a rozptýlení starostí. „Pohybová aktivita je pro běžnou populaci vhodným prostředkem pro navození pocitu pohody (well-being)“ [Slepičková 2000: 56]. Pozitivní vztah mezi fyzickou aktivitou a duševní pohodou byl potvrzen v mnoha velkých epidemiologických studiích [Biddle 2000: 86].

Výzkumy dále prokazují, že fyzická aktivita snižuje pocity úzkosti. Aktuální stav úzkosti redukuje i jednotlivá cvičební jednotka, nejlepší účinky má cvičení aerobního nebo rytmického typu. Charakterovou úzkostlivost může snížit dlouhodobější cvičení. Největší účinky se dostaví při cvičení trvajícím déle než 10 nebo ještě lépe 15 týdnů. Redukce úzkostlivosti cvičením byla úspěšná u nejrůznějších skupin populace – u aktivních i neaktivních, u úzkostných i neúzkostných, u zdravých i nemocných, u mužů i u žen. [Taylor 2000]

Právě zlepšení duševního rozpoložení může být velmi důležitým motivem pro vykonávání sportu. Lidé se pohybové aktivitě věnují proto, „že je baví, že při ní zažívají dobré pocity.“ [Slepičková 2000: 57]

„Vzhledem k tomu, že ve výchově převažuje tlak na emoční implozi, člověk stále musí své emoce „držet na uzdě“, je pohyb potřebný nejen biologicky, ale i z psychologického hlediska. Celá řada lidí ve zvýšené míře potřebuje emoční stimulaci, prožitky dobrodružství a vzrušení.“ [Hošek 2003: 43]

“Intenzita i kvalita euforie při pohybovém prožitku je vázána na investici vloženou k dosažení prožitku. Doba přípravy, obtížnost cesty, fyzická náročnost (“hrábnutí si na dno sil”), to všechno jsou momenty prohlubující následný prožitek. Můžeme vyslovit pravidlo, že komfortnost povýkonových stavů je přímo úměrná velikosti diskomfortu, který výkon v realizaci provázel. Platí to jak v oblasti překonávání strachu, tak v oblasti technické průpravy, či fyzické námahy.“ [Hošek 2003: 43]

„Význam sportu pro relaxaci a zbavení se stresu plyne zejména z přesměrování pozornosti, ke kterému zejména při aktivním sportování nezbytně dochází.“ [Slepička 2003: 48]

Pozitivní změny nálady jsou výraznější u pravidelně sportujících než u nesportovců [Stackeová 2003: 50].

## **5. Tělesná kultura a socializace**

Socializace je proces, v jehož průběhu si jedinec osvojuje hodnoty, normy a způsoby jednání skupiny či společnosti, jíž je členem [Keller 1996: 1012]. „Socializace utváří způsob jednání a formuje tendence k jednání v různých situacích“ [Keller 2002: 38].

V procesu socializace si osvojujeme také vztah k pohybu a ke sportu, k tomu, kde a jak bychom se měli, či spíše neměli, pohybovat. V průběhu socializace se dnes naučíme, že fotbal se nehraje v ulicích (tedy že alespoň dospělí to nedělají, ačkoli to ve středověké Anglii bylo běžné), ale na hřišti, a že v obchodním domě nemůžeme skákat přes švihadlo. Naučíme se nejen, jak se která činnost dělá, ale také kde se dělá a kdo ji smí vykonávat.

Současná společnost vybaví člověka vskutku nekonečným množstvím pravidel, jimž se v průběhu socializace naučí a přizpůsobí; pokud tak neučiní, může očekávat, že bude sankcionován. Všechna tato pravidla však jedinec obvykle bez problémů internalizuje a ani se nad nimi příliš nepozastavuje. Socializace je univerzálním prostředkem kontroly chování a myšlení členů společnosti [Keller 2002: 38].

V průběhu socializace se nenaučíme nejen to, jak se pohybovat, ale také se naučíme, jak se nepohybovat. Dnešní společnost je velmi pasivní, takže v procesu socializace se v první řadě učíme to, jak se nehýbat, jak usměrňovat svoje tělo a jeho pohyby podle přesných pravidel odpovídajících slušnému chování.

Naučíme se trávit celý den zavření v interiéru, naučíme se správně sedět u stolu i to, že ve škole od něj nesmíme vstát, dokud nezazvoní. Později podobným způsobem denně sedíme v kanceláři, dokud není konec pracovní doby nebo alespoň přestávka na oběd. Celodenní sezení je schopnost, kterou jsme naše tělo naučili, a není automatická.

Jen do určitého věku se u dětí toleruje spontánní neorganizovaný pohyb. Už na základní škole ale stále více převládá pasivita a usměrňování pohybů.

Fyzická aktivita se vytlačuje do jasně vymezeného časového prostoru a tvaruje se do přesně dané podoby.

Dítě se v průběhu socializace odnaučuje bezprostředním pohybům a spontánní hře a místo toho se učí vybraným konkrétním sportům se všemi jejich pravidly a zvyklostmi. Způsob, jakým se dítě seznámí se světem sportu, má celoživotní dopad.

Vztah ke sportu se utváří v dětství. Ti, kdo k němu byly v rámci výchovy vedeni, většinou sportují i v dospělosti. Ti, kdo si jej již v dětství znechutí (nebo jim spíše byl znechucen) k němu později jen těžko hledají cestu.

Zda a jak se bude dítě věnovat sportu, závisí nejen na jeho volbě, ale také (a to mnohem více) na okolních vlivech. Nejdůležitější je vliv primární skupiny; záleží na tom, zda rodina a přátelé sportují, případně jakým sportům se věnují nebo jakým by se chtěli věnovat, na tom, jaký přikládají sportu význam.

Velmi důležitým faktorem je, zda je rodina ochotná a schopná sportovní aktivitu dítěte finančně podporovat. Finanční nedosažitelnost brání mnohým dětem se sportům učit. Neumět například plavat nebo lyžovat může být později společenským nedostatkem. Socializace tak nepřenáší jen kulturní hodnoty, ale také nerovnosti [Keller 2002: 38].

Dalším významným faktorem, jež formuje socializační působení v oblasti sportu je pohlaví dítěte.

## **5.1 Socializační působení v závislosti na pohlaví**

Socializace chlapců a dívek v oblasti sportu je odlišná. Společenskými tlaky a způsobem výchovy je chování vhodné pro sport podporován spíše u chlapců než u dívek. „Od dětství dostávají chlapci a dívky různý prostor pro své chování a výsledné psychosociální role, které jsou diktovány nejen rodinou, ale i tradicemi, projekcemi a delegacemi ze strany matky a otce. Na základě odlišných, pohlavně jednostranných interakcí s rodiči a vychovateli je něco

zdůrazněno, jiné je potlačeno. Chlapec a dívka pak reagují odlišně na stejné podněty.“ [Hošek 2009b: 101] „Chlapci jsou výchovou připravováni na podávání výkonu, vystavení riziku, v němž nemusí vždy uspět, a proto je důležité, aby se s případnými neúspěchy dokázali vyrovnat“ [ibid].

Už u malých dětí lze sledovat, že stejná činnost bývá u dívek nahlížena jinak než u chlapců a to, v čem jsou chlapci podporováni, se u dívek často setkává se snahou o potlačení. Přetrvává představa, že dívka by měla být klidnější, opatrnější a čistější.

Výchova přispívá k menší nezávislosti dívek. Děti se učí, že fyzicky aktivní hra je vhodnější pro chlapce. [Kay 2003: 94]

Přitom děti jsou do takového chování spíše vychovány na základě vžitých genderových klíšé, než že by je k němu vedla jejich přirozenost. Gender je organizující princip, reprodukováný a rozšiřovaný – veřejně i soukromě – ve všech sociálních souvislostech; gender prostupuje kulturní sféru [Hargreaves 2003: 150].

Dítě má, když se narodí, biologické pohlaví, ale nemá maskulinní nebo femininní identitu. Protože se ale vyskytne ve světě, kde jsou genderové rozdíly každodenní zkušeností, rychle maskulinní nebo femininní identitu nabude. [ibid: 147]

Stále vystavení sociálnímu světu, který je plný kulturních znaků sexuálních rozdílů, dělá velmi těžké pro děti chovat se tak, že jejich biologické pohlaví není shodné s jejich genderem [ibid: 148]. A tak se děti přizpůsobí očekávání, které je na ně kladeno a postaví se odlišným způsobem i ke hře, k pohybu a ke sportovním aktivitám.

Rozdíly se s věkem dětí zvětšují a jejich zážitky se sportováním se časem stanou pevně založené na genderových principech [ibid: 149]. Výzkum Dorothy Schmalz a Deborah Kerstetter potvrzuje, že již děti ve věku 8 - 10 let rozlišují chování a aktivity „vhodné“ pro dívky a pro chlapce a přizpůsobují se jim. [Schmalz, Kerstetter 2006]

Tato kliše podporují i vzdělávací instituce. Tělesná výchova chlapců a dívek probíhá odděleně a její náplň je odlišná. Řídí se podle obecně zažitých představ o tom, jaké sporty jsou vhodné pro dívky a jaké pro chlapce.

Zkušenost dívek ze školní tělesné výchovy postrádá relevanci pro budoucí život: aktivity, které se dívkám v tělesné výchově tradičně nabízejí, se netěší masové účasti nebo elitnímu postavení [Kay 2003: 94].

Chlapci ve středoškolském věku jsou systematicky vyčleňováni z expresivních forem pohybu a jsou vyučováni (cvičením) do tělesné robustnosti a agresivní závodivosti, zatímco dívky jsou vyučovány ke kreativě a kooperaci. [Hargreaves 2003: 153]

Výsledkem takovýchto výchovných metod systematicky uplatňovaných v rodině i ve vzdělávacích institucích je volba odlišných pohybových aktivit a hlavně rozdílný způsob provádění těchto aktivit v dospělosti.

## **6. Sport a volný čas**

Možnost věnovat se sportu úzce souvisí s volným časem. „Volný čas lze v souhrnu definovat jako dobu, časový prostor, v němž jedinec nemá žádné povinnosti vůči sobě ani druhým lidem a v němž se pouze na základě svého vlastního svobodného rozhodnutí věnuje vybraným činnostem. Tyto činnosti ho baví, přinášejí mu radost a uspokojení, nikdy obavy či pocity úzkosti.“ [Slepičková 2000: 12]

„Volný čas poskytuje prostor pro naplnění řady lidských potřeb. Mezi základní patří také nutnost odpočinout si, zregenerovat své fyzické a psychické síly, zrekreovat se.“ [Slepičková 2000: 28] Jedním z možných způsobů rekreace je rekreace pohybem [ibid: 31]

Volný čas v podobě, v jaké jej dnes známe, neexistuje odjakživa. „Volný čas v dnešním slova smyslu patří z historického hlediska mezi relativně mladé jevy – vytvořil jej až kapitalismus, respektive volný čas jako masový jev vznikl v období průmyslové revoluce, a to v důsledku jednak ekonomického, jednak sociálního pokroku...“<sup>23</sup> [Duffková 2008: 141].

Volný čas v období po průmyslové revoluci se od volného času minulých období odlišuje těmito třemi zásadními charakteristikami: je individualizovaný (nepodléhá kolektivní kontrole, jedinec s ním disponuje relativně samostatně), je všeobecný (týká se většiny členů společnosti) a je postaven do protikladu k pracovní době. [Pácl 1996: 156]

Právě vytvoření takového volného času pro většinové obyvatelstvo umožnilo rozvoj sportovních aktivit. Dokud se nevykrystalizoval volný čas v podobě, v jaké jej dnes známe, nemohl se ani sport formovat do dnešní podoby. Prudký rozvoj sportu od 19. století souvisí s tím, že stále více lidí mělo čas se mu věnovat. Díky vzniku volného času již sport není výjimečnou záležitostí, kterou obyčejní lidé provozovali pouze nárazově během venkovských svátků a

---

<sup>23</sup> V této citaci jsem odstranila ztučnění některých slov.

zábav a kterou si pravidelně mohli dovolit vykonávat jen příslušníci vyšších vrstev. Dnes je sport zábavou, jež je, alespoň v některých svých podobách, díky vytvoření volného času přístupná v podstatě komukoli.

### **6.1. Účast na sportovních aktivitách ve volném čase**

Pouhý fakt vzniku volného času samozřejmě neznamená, že jej každý zaplní právě sportem. Sport je jen jednou z mnoha činností, které mohou tvořit náplň volného času. Pro mnoho lidí je sport velmi významnou volnočasovou aktivitou, bez které by si svůj život ani nedovedli představit, ne všichni ale touží po stejném způsobu trávení volného času. „Není proto samozřejmostí, že každý bude mít zájem věnovat se ve svém volném čase sportovním aktivitám nebo alespoň aktivitám založeným na pohybu a svůj volný čas jimi skutečně naplní“ [Slepičková 2000: 17]

Přesto však lze říci, že sport patří mezi velmi oblíbené volnočasové aktivity. Podle výzkumu CVVM provedeného v roce 2004 je v České republice aktivní provozování sportu dokonce druhou nejčastější činností prováděnou ve volném čase; sportu se aktivně věnuje 32,8% dotázaných.<sup>24</sup>

Podobný podíl respondentů (35%) se pravidelně (denně či vícekrát týdně) věnuje sportu a vycházkám dle výsledků výzkumného šetření, které předkládá Jana Duffková [2000]; zde však sport v oblíbenosti předčilo více jiných činností.

Tento výzkum nám také umožňuje utvořit si i přesnější představu o frekvenci pohybových aktivit. Denně se sportu a procházkám do přírody věnuje 10,8% respondentů, týdně 45,4%, měsíčně 26,8%, několikrát za rok 8,7%, vůbec se nevěnuje 8,4%. [Duffková 2000]

Je tedy zjevné, že alespoň občas se pohybovým aktivitám ve volném čase věnuje téměř každý.

---

<sup>24</sup> Jediným způsobem trávení volného času, kterému se věnuje ještě více respondentů je sledování televize (37,2%). Každý respondent mohl v tomto výzkumu jmenovat až tři způsoby, kterými nejčastěji tráví svůj volný čas.

## **6.2. Sportovní aktivity v časovém rytmu**

Volný čas lze rozdělit na základě časového rytmu na denní volný čas (denní rytmus), víkend (týdenní rytmus) a dovolenou (roční rytmus) [Pácl 1980 dle Duffková 2008: 155]. Všechny tyto rytmy volného času mohou být využity ke sportování. Důležitý je způsob, jakým jsou volnočasové rytmy ke sportování využívány, konkrétně zda je tento čas využíván k pravidelnému sportování (pravidelně například určité všední dny odpoledne nebo třeba každý víkend, ale alespoň jednou týdně, ne třeba pravidelně každou třetí sobotu v měsíci) nebo zda je sportovní činnost pouze nárazová (například jen o dovolené nebo během několika málo víkendů ročně).

### **6.2.1. Pravidelná sportovní aktivita**

Jak je již zřejmé z předchozího textu, ačkoli téměř každý se alespoň někdy věnuje sportovní aktivitě, jen přibližně každý třetí tak činí pravidelně. Pouze pravidelná sportovní aktivita je však přínosná pro zlepšení kondice a zdraví, pravidelnost je nutná i pro toho, kdo chce hubnout nebo zpevňovat tělo.

Sportovat pravidelně však znamená věnovat sportu ve svém týdenním programu dostatek prostoru, což úzce souvisí s objemem volného času každého konkrétního člověka a s možnostmi využití tohoto času.

Existuje velké množství individuálních faktorů, které vedou k nevyužívání volného času pro pravidelný sport i u těch, kdo mají ke sportu kladný vztah a věnovali by se mu ve volném čase rádi. Problémem může být například nadměrné pracovní vytížení, nesoulad mezi pracovní dobou a otevírací dobou dostupného sportoviště nebo třeba příliš velká dojezdová vzdálenost k místu, kde by bylo možné věnovat se oblíbené sportovní aktivitě.

Téměř univerzálním faktorem ovlivňujícím objem volného času a možností jeho využití je pohlaví. Specifická struktura volného času žen významně

ovlivňuje jejich sportovní účast. V porovnání s muži sportují ženy v průměru méně často a účastní se méně druhů sportovních aktivit [Kay 2003: 92]. Zatímco volný čas muže je v podstatě jasně daný koncem pracovní doby, volný čas ženy nebývá zdaleka tak zřetelně vymezen. Starost o domácnost a o výchovu dětí je stále z větší částí na ženách, které musí těmito povinnostmi přizpůsobovat všechny své volnočasové, a tedy i sportovní, aktivity. Obzvláště matky mladších dětí mají možnosti trávení volného času velmi omezené. Ženský volný čas mimo domov je zřídka brán jako právo a dokonce pokud některé ženy získávají volný čas mimo domov, často je to forma rodinného volného času [Hargreaves 2003: 187].

Lze předpokládat, že ženy, omezené rodinnými povinnostmi, mají specifické potřeby a musí při výběru sportovní aktivity klást mnohem více požadavků než muži, což jim některé aktivity znemožňuje.

Specifické potřeby žen je zřejmě lépe schopen uspokojit soukromý sektor. Zatímco celkové údaje o sportování a údaje o členství v dobrovolných sportovních sdruženích a spolcích ukazují na větší mužskou sportovní účast, v soukromém sektoru převažují ženské členky. Na takovou situaci v Německu poukazují Hartmann-Tews a Luetkens [2005: 59], v Norsku Fasting [2005:17]. Domnívám se, že i v České republice je situace obdobná.

### **6.2.2. Mimořádná sportovní aktivita**

Účast na některých sportovních aktivitách obvykle nebývá součástí běžného každodenního života, ale spíše mimořádnou událostí. Takováto aktivita může být pro někoho příjemným osvěžením obvyklého sportovního rozvrhu, pro jiného jediným výkonem během celého roku. Nevšednost takovéto sportovní aktivity může snadno přilákat i ty, kdo obvykle nesportují. Ať již jde o uspořádání amatérského fotbalového turnaje, dovolenou ve středisku zimních

sportů nebo třeba nabídku vyzkoušet si jízdu na vodních lyžích, důležitý je fakt, že jde o aktivitu, kterou ten, kdo ji vykonává, nemůže činit běžně.

Nejčastěji jsou mimořádné sportovní aktivity součástí dovolené.

### **6.2.2.1 Sportovní dovolená**

„Dovolená může být ze sociologického hlediska charakterizována jako delší souvislý úsek volna v ročním rytmu práce a volného času, který si zachovává všechny základní funkce volného času, tj. relaxaci, zábavu a vzdělávání, a vyznačuje se obvykle dočasnou změnou životního stylu, či alespoň některých jeho podmínek, okolností a součástí.“ [Duffková 2003: 1]

Souvislý blok volna a rozvinuté formy dopravy umožňují lidem vydat se za aktivitami, které nemohou v místě bydliště běžně vykonávat. Jednou z takových aktivit může být sport.

Sport je poměrně častou součástí dovolené, obzvláště zimní dovolená je se sportovními aktivitami pro mnoho lidí úzce spojena<sup>25</sup>, sportovní náplň však samozřejmě může mít dovolená v jakékoli části roku.

Dovolená je úzce svázána s cestovním ruchem a turismem.

„Cestovní ruch je odvětvím národního hospodářství, které se velmi rychle rozrůstá v celém světě. Tento nárůst je umožněn rozvojem dopravy, spojů a informatiky.“ [Slepičková 2000]

„Cestovní ruch se zabývá službami z hlediska jejich hospodářského významu. Turismus je orientován blíže k uživatelům, kterým se služby cestovního ruchu nabízejí. Zabývá se poskytováním služeb turistům, to je převážně těm, kteří cestují ve svém volném čase.“ [ibid]

Nabídka jednotlivých dovolenkových služeb, ale také komplexních domácích i zahraničních zájezdů se neustále rozšiřuje, cestovní kanceláře nabízejí zájezdy například cyklistické, turistické, vodácké, golfové nebo lyžařské,

---

<sup>25</sup> Sportování je nejvýznamnějším - téměř padesátiprocentním – motivem zimní rekreace [Kotíková 2002: 127 dle Sekot 2003: 116]

zakoupit lze pobyty s pravidelnými lekcemi aerobiku nebo jógy, zúčastnit se je možné surfových a snowboardových kempů, zájezdu za potápěním a mnoha dalších programů.

I v průběhu dovolené, jež není primárně zaměřená na sport, se mnozí věnují nějaké formě fyzické aktivity. Také v tomto případě je možné vybírat z nepřeberného množství možností – během dovolené si můžeme půjčit kolo, loďku nebo třeba šlapadlo, pobyt na pláži lze zpestřit jízdou na vodních lyžích či wakeboardu nebo se zapojit do nějaké aktivity z nabídky stále běžnějších hotelových animačních programů.

Možností je mnoho, služby ve sportu se stále rozvíjejí a přinášejí stále více a více nabídek. Podrobněji bude o oblasti služeb pojednávat následující subkapitola.

### **6.3. Služby ve sportu**

Sport se stal předmětem nejrůznějších služeb<sup>26</sup>. V oblasti volnočasového sportu jich existuje celá řada. Služby se snaží podchytit (případně i vytvořit) potřeby zákazníka a nabízejí pomoc s jejich naplněním.

„Za službu považujeme každou užitečnou lidskou činnost, která uspokojuje lidské potřeby samotným svým průběhem“ [Vlček 2003: 35-36]

Při provádění nebo ke zprostředkování sportovních aktivit provozovaných ve volném čase potřebují lidé často nějakou radu nebo pomoc, proto využívají služeb, které jim poskytnou to, co potřebují [Slepičková 2000: 81].

Služby v oblasti sportu rozděluje Irena Slepičková [2000: 84 - 86] do následujících šesti kategorií:

---

<sup>26</sup> Služby v Služby v oblasti sportu jsou záležitostí nejen soukromého, ale i veřejného sektoru [Slepičková 2000: 81], poskytovatelé těchto služeb mohou být jak komerčně tak i nekomerčně orientované subjekty.

- 1) Pravidelné lekce - probíhají minimálně jednou týdně, účast na sportování je tedy systematická.
- 2) Kurzy - jednorázové akce trvající několik dní. Jejich cílem je naučit se nebo se zdokonalit v nějaké sportovní aktivitě, ale v programu bývají zahrnuté i jiné činnosti než sport.
- 3) Veřejné sportovní školy - forma se podobá kurzům, ale specializuje se na nácvik dovedností. Doba trvání je variabilní.
- 4) Víkendové akce a akce o dovolených a o prázdninách- zájezdy (pobytové či putovní) nebo tábory se sportovním programem
- 5) půjčovny sportovních potřeb a sportovního vybavení a sportovní opravy
- 6) poradenské a sportovní služby – návody a rady jak sportovat, odborná pomoc se sestavením tréninkového plánu a podobné služby. Do této kategorie patří také informace o nabídce služeb ve sportu

Cílem všech těchto služeb je, z hlediska zákazníka, jeho spokojenost. „Pohlížíme-li na sport ve volném čase jako na společenský jev, je primárním cílem „zisk“ účastníka služby. Na dosažení tohoto cíle se značnou měrou podílejí odborníci, kteří jsou v přímém kontaktu s uživateli služeb. Ve sportu a rekreaci jsou to ti pracovníci, co vedou a organizují program určený zákazníkům.“ [ibid: 83]

Ti odborníci, kteří se zabývají výukou nebo vedením různých pohybových aktivit, mají nezanedbatelný podíl na formování vztahu jedince ke sportu. Sport by neměl být jen drilem, ale v první řadě zábavou. Jen tak si člověk může vytvořit pozitivní vztah k pohybu a získat chuť se mu i nadále věnovat.

“Je důležité, aby aktivity ve volném čase nabízely především příjemné prožitky. Tuto zásadu je nezbytné respektovat zejména u začínajících zájemců o sport.“ [Slepičková 2000: 57]

Sport dokáže vylepšit momentální psychické naladění a to je pro mnohé silným motivem pro věnování se sportovní aktivitě. „Proto je nezbytné posilovat

tendence k nabízení sportovních aktivit umožňujících okamžité obohacení prožitkové sféry sportujícího jedince bez nezbytnosti dosahování výkonnostních cílů“ [Hošek 2003: 48].

## **7. Životní styl a sport**

Životní styl je další obtížně vymežitelnou kategorií, pod kterou si každý něco představí, ale její odborné definování je náročné. Využijí zde tedy dvě definice Jany Duffkové: „životní styl je způsob, jakým lidé žijí – tedy jak bydlí, stravují se, vzdělávají se, chovají se v různých situacích, baví se, pracují, spotřebovávají, vzájemně komunikují, jednají, rozhodují se, cestují, vyznávají a dodržují určité hodnoty, starají se o děti, pěstují potraviny, vyrábějí atd.“ [Duffková 2008: 51-52] a jinými slovy: „životní styl je systémem důležitých činností a vztahů a s nimi provázaných praktik charakteristických pro určitý subjekt v jeho každodennosti“ [Duffková 2008: 55]

Sport je důležitou součástí životního stylu mnoha lidí a je s životním stylem úzce svázán. Celkový životní způsob významně ovlivňuje volbu sportovních aktivit, kterým se jedinec věnuje.

Věnovat se některým sportům je znakem společenské prestiže. Golf, tenis nebo například lyžování (pokud možno ve vyhlášené lokalitě) patří k životnímu stylu bohatých businessmanů a politiků.

Zajímavou kategorií pak jsou sporty, které jsou spíše než součástí životního stylu jeho tvořiteli.

### **7.1. „Lifestylové sporty“**

Některé sporty kolem sebe formují charakteristické prostředí, dokonce přímo vytváří určitý styl života. Život jejich vyznavačů se plně odvíjí od oblíbeného sportu. „Svým“ sportem doslova žijí.

Společenství, vytvářející se na základě provozování těchto sportů, nazývá Hošek [2005, 2009a] termínem „sportovní subkultura“. Midol a Broyer [1995] píší dokonce o „kultuře klouzavých sportů“.<sup>27</sup>

„Nelze si nevšimnout, že některé sporty si vytvářejí svébytnou sportovní subkulturu, projevující se v mluvě, oblékání, hodnotové orientaci a z toho vyplývajícího životního stylu“ [Hošek 2009a: 26].

Toto se týká hlavně takzvaně klouzavých sportů, ale i některých dalších sportů, při nichž je důležitý vertiginální prožitek [Hošek 2009a].

Vertigo, tedy ilinx, je jednou z kategorií herních prožitků, jak je definoval v roce 1958 Roger Caillois [ibid: 14 ]. Tyto hry (v našem případě sporty) spočívají „v pokusu potlačit na nějakou dobu stabilitu vnímání a vnutit jasnému lidskému vědomí určitý druh slast působícího zmatku [Caillois 1998: 44].“

Vertiginální prožitky „jsou spojeny se senzomotorickou manipulací a objevují se při zrušení stability těla, při akrobatických pohybech, při letu, skluzu, rotacích, pádech, zrychlení, při odstředivé síle, při jízdě, při přetížení, v beztíži.“ [Hošek 2009a: 14]

Sporty akcentující tento prožitek, se v posledních letech bouřlivě rozvíjejí [Hošek 2005: 18]. Jmenovat můžeme například surfing, windsurfing, wakeboarding, kiteboarding, snowkiting, skateboarding, freeskiing, bmx, mtb, adventure racing, ultimate frisbee, B.A.S.E jumping, paragliding a jistě by se našlo ještě mnoho dalších.

Sporty tohoto charakteru s sebou nesou typický životní styl a jejich vyznavače lze většinou snadno rozeznat, protože se odlišují nejen volbou sportovní aktivity, ale celkovým způsobem života.

Jejich vyznavači jsou jaksi jiní, vykazují charakteristické znaky příslušnosti, podle kterých je pro ostatní snadné je odlišit a odhadnout, jakému sportu se věnují.

---

<sup>27</sup> Protože výraz kultura považuji v tomto případě za příliš „silný“, budu dále, v souladu s texty Václava Hoška používat termín subkultura.

A také naopak se od někoho, kdo se takovému sportu věnuje, očekává, že bude určitým způsobem vypadat a chovat se. Ostatní sporty takto jasné představy a očekávání nevyvolávají.

Pokud se o neznámém člověku dozvíme, že je vášnivým hráčem volejbalu nebo to, že každé ráno běhá, uděláme si o něm jistě nějakou představu. Řekneme si například, že takový člověk je sportovně založený a dává přednost aktivnímu využití volného času. O někom, kdo často hraje golf nebo tenis, si vytvoříme představu o něco přesnější. Zde se vnucuje hlavně finanční stránka věci. Dříve tenis, dnes hlavně golf mají pověst sportů pro snoby.

Představa o člověku, který se věnuje například skateboardingu nebo surfingu, je ale ještě mnohem konkrétnější. Takovému člověku okamžitě přisoudíme určitý způsob oblékání, chování, vyjadřování i přístupu k životu. Očekáváme takové chování, protože se s ním u vyznavačů takovýchto sportů běžně setkáváme. Je zřejmé, že tyto sporty s sebou přinášejí určitý životní styl.

Wheaton tyto sporty přímo nazývá „lifestylovými sporty“, protože takový název podle ní odráží jak charakteristické rysy těchto činností, tak i jejich širší sociokulturní význam [Wheaton 2004: 4].

Hlavní charakteristiky definující „lifestylové sporty“ sestavila Wheaton [2004] do těchto devíti bodů:

- 1) Tyto sporty jsou fenoménem poslední doby; objevily se až v posledních desetiletích.
- 2) Důraz je kladen na participaci obyčejných lidí. Jde o vlastní účast, ne o diváctví.
- 3) Tyto sporty jsou založeny na konzumaci nových objektů (desky, kola, disky), často zapojují nové technologie a dosud přijímají změny a inovace. Zdokonalování technologií způsobilo (a nadále působí) v některých „lifestylových sportech“ rychlé změny jako je fragmentarizace a diverzifikace kultury a forem její identity. Tato fragmentarizace může produkovat nové scény a dokonce vytvářet nové aktivity.

- 4) Kolem aktivity a při ní se rozvíjí časové a/nebo finanční závazky a závazky ve stylu života a formách kolektivního projevu, postojů a sociální identity.
- 5) Vytvořila se participační ideologie, která propaguje zábavu, hedonismus, zapojení se, sebeuskutečnění, stav plynutí<sup>28</sup>, žití okamžikem, hon za adrenalinem a další formy vnitřního prospěchu. Institucionalizace, regulace a komercializace bývají znevažovány a někdy se i daří jim vzdorovat. Vztah k tradičním formám závodění bývá ambivalentní. Většina „lifestylových sportů“ dává důraz na kreativitu, estetičnost a formu provedení.
- 6) Účastníci jsou především běloši ze střední třídy a jejich skladba je genderově méně diferenciována než u tradičních sportů. Ačkoli bývají tyto sporty asociovány s mládeží, mnoho z nich má širší věkové rozpětí.
- 7) Jsou většinou, ale nikoli výhradně, individualistické (výjimku tvoří například Ultimate Frisbee).
- 8) Jde o neagresivní aktivity, které nezahrnují tělesný kontakt, ale přesto obsahují, dokonce až fetišizují, pojem nebezpečí a rizika.
- 9) Jde o outdoorové aktivity probíhající většinou v neohrazeném prostoru.

U nás se pro tyto aktivity nejčastěji používá jako název spojení alternativní sporty, toto pojmenování ale považuji za zavádějící, protože vystihuje spíše vznik než současnost skupiny sportů, jež je názvem zamýšlena.

Tyto sportovní aktivity se vytvořily jako alternativa k běžným sportům a většinovému životnímu stylu, často na sebe dokonce vzaly formu protestu.

---

<sup>28</sup> Belinda Wheaton používá pojem „flow“, který zavedl americký psycholog maďarského původu Mihaly Csikszentmihalyi. Ten pojem definuje jako stav, ve kterém naplno prožíváme činnost, jíž se právě věnujeme. V tomto stavu „jsou lidé tak ponořeni do určité činnosti, že nic jiného se jim nezdá důležité. Tento prožitek je sám o sobě tak radostný, že se ho lidé snaží dosáhnout i za velkou cenu, pro pouhé potěšení, které jim přináší.“ [Csikszentmihalyi 1996: 12] V českém překladu autorova díla se používá spojení „stav plynutí“, někteří čeští autoři pracující s tímto termínem zachovávají jeho anglickou podobu „flow“. Překládání „flow“ do českého jazyka jako „stav plynutí“ bývá některými autory považované za nepřesné a nedostatečně vystihující. „V češtině by lépe než plynutí odpovídaly pojmy: zaujetí, pohroužení do činnosti, stržení činností, unesení činností“ [Hošek 2003: 43]

Mnoho jich bylo vytvořeno v naprosté opozici k převažujícím sportovním technikám a hodnotám [Midol 1993: 24].

Nakolik opoziční byly tyto sporty ve svém ranějším stádiu jasně vyjadřuje text od Midol a Broyer: Kultura klouzavých sportů je extrémně odlišná od oficiální sportovní kultury, podporované sportovními institucemi. Je prosazována avantgardními skupinami, které odmítají existující řád. Tyto skupiny se odvážily chovat se způsobem vymykajícím se normám a vytvářet nové hodnoty. [Midol, Broyer 1995: 210]

Po určité době ale tyto sporty začaly přejímat znaky mainstreamových sportů a dnes spíše než odsouzení vzbuzují zájem široké veřejnosti. Alternativně tak vystupuje spíše subkultura s těmito sporty vázaná, než sporty samotné.

Vzniká určitý paradox. Na jedné straně tyto sporty, vzniklé jako alternativa, získávají fanoušky z řad většinové společnosti, na druhé straně se jejich subkultury natolik osamostatnily, že se k nim často „hlásí“ i lidé, kteří s konkrétními sporty už nemají nic společného. Mnoho takových (převážně mladých) konzumentů se do těchto sportů vůbec nezapojuje, a tak jsou některými jinými označováni za pozéry [Wheaton 2004: 8].

## **Bibliografie**

BAUDRILLARD, Jean. *The Consumer Society: Myths and Structures*. London: Sage 1998. 208 s. ISBN 0-7619-5691-3. ISBN 0-7619-56 92-1 (pbk).

BIDDLE, Stuart J. H. Emotion, mood and physical activity. In BIDDLE, Stuart J.H; Fox, Kenneth R.; Boutcher, Stephen H. et all. *Physical Activity and Psychological Well-Being*. London and New York: Routledge 2000. s. 63 - 87. ISBN 0-415-23481-6 (hbk) ISBN 0-415-23439-5 (pbk)

BOURDIEU, Pierre. Sport and Social Class. *Social Science Information*. 1978, 17. s 819 – 840.

BOURDIEU, Pierre. The Forms of Capital. In In J. Richardson (Ed.) *Handbook of Theory and Research for the Sociology of Education*. New York: Greenwood 1986. 241-258. ISBN 978-0-313-23529-0

BOURDIEU, Pierre. How Can One Be a Sports Fan? In *The Cultural Studies Reader*. Ed. By During, Simon. London and New York: Routledge 2001. s. 427 - 440. ISBN 0-203-13217-3

BROWN COHLOVÁ, Markéta. *Analýza každodenního dopravního chování dospělého městského obyvatelstva a nástroj regulace dopravy. Analýzy dat a interpretace výsledků 1.7 projektu MD 24/2006-430-OPI/3 z OP „Infrastruktura“ – Priorita 2 (2.4)* Praha, Univerzita Karlova: Centrum pro otázku životního prostředí 2008. 42 s.

CAILLOIS, Roger. *Hry a lidé. Maska a závrať*. Praha: Nakladatelství studia Ypsilon 1998. 215 s. ISBN 80-902482-2-5.

Cambridge Advanced Learner's Dictionary. <http://dictionary.cambridge.org/>

CAVILL, Nick; KAHLMEIERK, Sonja; RACIOPPI Francesca. *Physical activity and health in Europe: evidence for action*. World Health Organization 2006. 34 s. ISBN 92-890-1387-7.

COAKLEY , Jay. *Sports in Society. Issues and Cotroversies*. Ninth edition. New York: McGraw-Hill 2007. 676 s. ISBN-13: 987-0-07-110639-9. ISBN-10: 0-07-110639-1.

CSIKSZENTMIHALYI, Mihaly. *O štěstí a smyslu života. Můžeme ovládat své prožitky a ovládat jejich kvalitu?* Praha: Lidové noviny 1996. 399 s. ISBN 80-7106-139-5 .

ČECHÁK, Vladimír; LINHART, Jiří. *Sociologie sportu*. Praha: Olympia 1986. 241 s.

DUFFKOVÁ, Jana. *Současná struktura mimopracovního času a její změny za posledních deset let*. Data & Fakta. Číslo 2 – 10. 2000  
<http://jana-duffkova.rubicus.com/sociologie-zivotniho-stylu/state-a-jine-texty/>

DUFFKOVÁ, Jana. *Česká dovolená na konci 20. století*. In: Aktér, instituce, společnost. Acta Un. Car., Phil. et hist., Studia sociologica XIII. AUC. Phil. et hist. Praha: Karolinum 2003; s 165-189. ISBN 80-246-0653-4  
<http://jana-duffkova.rubicus.com/sociologie-zivotniho-stylu/state-a-jine-texty/>

DUFFKOVÁ, Jana. Sociologický koncept životního stylu. In *Sociologie životního stylu*. DUFFKOVÁ, Jana; URBAN, Lukáš; DUBSKÝ, Josef. Plzeň: Aleš Čeněk 2008. s. 51-79. ISBN 978-80-7380-123-6

DUFFKOVÁ, Jana. Volný čas jako jedna z (časových) dimenzí životního stylu. In *Sociologie životního stylu*. DUFFKOVÁ, Jana; URBAN, Lukáš; DUBSKÝ Josef. Plzeň: Aleš Čeněk 2008. s. 141 – 165. ISBN 978-80-7380-123-6

ELIAS, Norbert. (1986a). Introduction. In *Quest for Excitement*. ELIAS, Norbert; DUNNING, Eric. Oxford and New York: Basil Blackwell 1986. s. 19 – 62. ISBN 0-631-14654-7

ELIAS, Norbert. (1986b). The Genesis of Sport as a Sociological Problem. In *Quest for Excitement*. ELIAS, Norbert; DUNNING, Eric. Oxford and New York: Basil Blackwell 1986. s 126 – 149. ISBN 0-631-14654-7

ELIAS, Norbert; DUNNING, Eric. Folk Football in Medieval and Early Modern Britain. In *Quest for Excitement*. ELIAS, Norbert; DUNNING, Eric. Oxford and New York: Basil Blackwell 1986. s 126 – 149. ISBN 0-631-14654-7

Eurobarometr. The Gallup Organization. *Attitudes on Issues related to EU Transport Policy*. Flash EB Series #206b. 2007. s 82.

[http://ec.europa.eu/public\\_opinion/flash/fl\\_206b\\_en.pdf](http://ec.europa.eu/public_opinion/flash/fl_206b_en.pdf)

Evropská charta sportu.

<http://www.msmt.cz/sport/evropska-charta-sportu>

FASTING, Kari. *Women and sport in Norway*. In: HARTMANNH-TEWS, Ilse; PFISTERP, Gertrud. *Sport and Women. Social issues in international perspective*. London and New York. Routledge. 2005. s 15 – 34. ISBN 0-415-24628-8.

FOX, Kenneth R.; BOUTCHER, Stephen H.; FAULKNER Guy E.; BIDDLE Stuart J. H. The case for exercise in the promotion of mental health and psychological well-being. In BIDDLE, Stuart J.H; Fox, Kenneth R.; Boutcher, Stephen H. et all. *Physical Activity and Psychological Well-Being*. London and New York: Routledge 2000. s. 1 – 9. ISBN 0-415-23481-6 (hbk) ISBN 0-415-23439-5 (pbk)

GUTTMANN, Allen. *From Ritual to Record: The Nature of Modern Sports*. New York, Columbia University Press 2004. 210 s. ISBN 0-231-13341-3

HARGREAVES, Jennifer. *Sporting Females. Critical issues in the history and sociology of women's sports*. New York: Routledge 2003. 331 s. ISBN 0-203-22194-7

HARTMANN-TEWS, Ilse; LUETKENS, Sascha Alexandra. 2005. *The inclusion of women into German sport system*. In: HARTMANN-TEWS, Ilse; PFISTER, Gertrud. *Sport and Women. Social issues in international perspective*. London and New York: Routledge 2005. s 53- 69. ISBN 0-415-24628-8.

HÁTLOVÁ, Běla. Prožitek vlastního těla. In Ed. KIRCHNER, Jiří; HOGENOVÁ, Anna et al. *Prožitek v kontextu dnešní doby. Sborník příspěvků konference konané dne 26. 4. 2001 na FTVS*. Praha 2001. s. 54 – 56.

HOŠEK, Václav. Pohyb a euforie. In KIRCHNER, Jiří et al. *Prožitek a tělesnost. Sborník konference konané dne 24. 4. 2002 na UK FTVS*. Asociace psychologů sportu České republiky: Praha 2003. s. 41 -44.

HOŠEK, Václav. Prožitková sportovní subkultura. In Ed. KIRCHNER, Jiří et al. *Kontexty prožitku a kvalita života: sborník výběru příspěvků z konferencí konaných ve dnech 9.4.2003 a 22-23.4.2004 na UK FTVS*. UJEP, Ústí nad Labem 2005, s 18-21. ISBN 80-7044-699-4

HOŠEK, Václav. 2009a. Předmět a metody psychologie sportu. In SLEPIČKA, Pavel; HOŠEK, Václav; HÁTLOVÁ, Běla. *Psychologie Sportu*. Praha: Karolinum 2009. s 19 – 29 ISBN 978-80-246-1602-5

Hošek, Václav. 2009b. Maskulinita a feminita ve sportu. In SLEPIČKA, Pavel; HOŠEK, Václav; HÁTLOVÁ, Běla. *Psychologie Sportu*. Praha: Karolinum 2009. s. 101 – 104. ISBN 978-80-246-1602-5

HUIZINGA, Johan. *Homo ludens*. Praha: Dauphin 2000. 297 s. ISBN 80-7272-020-1

KAY, Tess. Sport and Gender. In *Houlihan, Barrie et. all. Sport and Society. A Student Introduction*. Sage, London 2003. s 89 – 104

KELLER, Jan. Socializace. In *Velký sociologický slovník*. Praha: Karolinum 1996. s. 1012. ISBN 80-7184-310-5

KELLER, Jan. *Úvod do sociologie*. Praha, Slon 2002

KÖSSL, Jiří; ŠTUMBAUER, Jan; WAIC, Marek. *Vybrané kapitoly z dějin tělesné kultury*. Praha, Karolinum 2006. 159 s. ISBN 80-246-0802-2.

LINHART, Jiří; ČECHÁK, Vladimír. Sociologie tělesné kultury. In *velký sociologický slovník*. Praha: Karolinum 1996. s 1156. ISBN 80-7184-310-5.

Longman Dictionary of Contemporary English. <http://www.ldoceonline.com/>

McCOMB, David G. *Sports in World History*. Routledge, New York and London 2004. 121 s. ISBN 0-203-69775-8

MIDOL, Nancy. Cultural Dissents and Technical Innovations in the `Whiz` Sports. *International Review for the Sociology of Sport*, 1993, 28. s. 23-32

MIDOL, Nancy; BROYER, Gérard. Toward an Anthropological Analysis of New Sport Cultures: The Case of Whiz Sports in France. *Sociology of Sports Journal*. 1995, 12. s 204 - 212

OLIVOVÁ, Věra. *Sport a hry ve starověkém světě*. Praha, Artia 1988

OLIVOVÁ, Věra. *Odvěké kouzlo sportu*. Praha, Olympia 1989. 285 s.

OLIVOVÁ, Věra. *Lidé a hry. Historická geneze sportu*. Praha, Olympia 1979

PÁCL, Pavel. Čas volný. In *Velký sociologický slovník*. Praha: Karolinum 1996. s. 156 – 157. ISBN 80-7184-164-1.

PURKRÁBEK, Miroslav. Zdraví. In *Velký sociologický slovník*. Praha: Karolinum 1996. s. 1435. ISBN 80-7184-310-5.

SCAMBLERS, Graham. *Sport and Society. History, power and culture*. Open University Press 2005. 211 s. ISBN 0-335-21070-8.

SCHMALZ, Dorothy; KERSTETTEER, Deborah. 2006. „Girlie Girls and Manly Men: Children’s Stigma Consciousness of Gender in Sports and Physical Activities.“ *Journal of Leisure Research*. Vol. 38, No. 4, 2006: 536 - 557

SEKOT, Aleš. *Sport a společnost*. Brno: Paido 2003. 191 s. ISBN 80-7315-047-6

SEKOT, Aleš. *Sociologické problémy sportu*. Praha: Grada 2008. 223 s. ISBN 978-80-247-2562-8

SLEPIČKA, Pavel. Role prožitku v adherenci ke sportu. In KIRCHNER, Jiří et al. *Prožitek a tělesnost. Sborník konference konané dne 24. 4. 2002 na UK FTVS. Asociace psychologů sportu České republiky*: Praha 2003. s. 45 – 49.

SLEPIČKOVÁ, Irena. *Sport a volný čas*. Praha, Karolinum 2000. 111 s. ISBN 80-246-0044-7

SMITH MAGUIRE, Jennifer. *Fit for Consumption: Sociology and the business of fitness*. New York: Routledge 2008. 241 s. ISBN 978-0-203-94065-5

SOMMER, Jiří. *Dějiny sportu aneb o sportech našich předků*. Olomouc: Fontána 2003. 273s. ISBN 80-7336-116-7.

SPENCER, Herbert. 1879. *Vychování rozumové, mravné a tělesné*. Praha, Rohlíček & Sievers 1879

STACKEOVÁ, Daniela. Svalový systém jako prostředník vlivu pohybu na psychiku. In KIRCHNER, Jiří et al. *Prožitok a tělesnost. Sborník konference konané dne 24. 4. 2002 na UK FTVS*. Asociace psychologů sportu České republiky: Praha 2003. s. 50 – 53.

ŠUBRT, Jiří. *Postavy a problémy soudobé sociologie. Sociologické teorie druhé poloviny 20. století*. Praha: ISV 2001. 164 s. ISBN 80-85866-77-3

TAYLOR, Adrian H. Physical activity, anxiety, and stress. In BIDDLE, Stuart J.H; Fox, Kenneth R.; Boutcher, Stephen H. et all. *Physical Activity and Psychological Well-Being*. London and New York: Routledge 2000. s. 10 – 45. ISBN 0-415-23481-6 (hbk) ISBN 0-415-23439-5 (pbk)

THEBERGE, Nancy. *Gender and Sport*. In: Coakley, Jay; Dunning, Eric et. all. *Handbook of Sport Studies*. Sage 2008

*Trávení volného času*. Výzkum Naše společnost 2004. Tisková zpráva. Centrum pro výzkum veřejného mínění. Sociologický ústav AV ČR.

[http://www.cvvm.cas.cz/upl/zpravy/100435s\\_oz50113.pdf](http://www.cvvm.cas.cz/upl/zpravy/100435s_oz50113.pdf)

ROSTOWSKA, Elzbieta. „Women and Sport: A Historical Outline and Contemporary Social and Physiological Issues“ In *Studies in Physical Culture and Tourism*. Vol 14, No 2, 2007: 169 – 175

VLČEK, Josef. Základní východiska a kategorie ekonomické vědy. In VLČEK, Josef a kol. *Ekonomie a ekonomika*. Praha: ASPI Publishing 2003. s. 32 – 49. ISBN 80-86395-46-4

WADDINGTON, Ivan. *Sport, Health and Drugs: A Critical Sociological Perspective*. New York: Routledge 2000. 214 s. ISBN 0-419-25190-1 (hbk). ISBN 0-419-25200-2 (pbk).

WADDINGTON, Ivan. Sport and Health: A Sociological Perspective. In *Handbook of Sport Studies*. Ed. by COAKLEY, Jay; DUNNING, Eric. London: SAGE 2008. s. 408 – 421. ISBN 978-0-8039-7552-1. ISBN 978-0-7619-4949-7 (pbk).

WEBER, Max. *Sociologie náboženství*. Praha, Vyšehrad 1998

WHEATON, Belinda. Introduction. Mapping the lifestyle sport-scape. In *Understanding Lifestyle Sport: Consumption, Identity and Difference*. Ed. WHEATON, Belinda et. al. London: Routledge 2004, s 1-28. ISBN 0-415-25954-1. ISBN 0-415-25955-X

World Health Organization Definition of Health.

<http://www.who.int/about/definition/en/print.html>

World Health Organization Europe. *10 things you need to know about physical activity*.

[http://www.euro.who.int/Document/NUT/10\\_things\\_eng.pdf](http://www.euro.who.int/Document/NUT/10_things_eng.pdf)