

Univerzita Karlova v Praze
Pedagogická fakulta

Motivace dětí v jezdeckém sportu

2021

Petra Bacílková

Univerzita Karlova v Praze

Pedagogická fakulta

Motivace dětí v jezdeckém sportu

Petra Bacílková

Pedagogická fakulta

Vedoucí bakalářské práce: Mgr. Martin Pádivý

Studijní program: Specializace v pedagogice (B7507)

2021



UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE

PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Katedra tělesné výchovy

MOTIVACE DĚTÍ V JEZDECKÉM SPORTU

akademický rok 2020/2021

Jméno a příjmení studenta: **Petra Bacílková**

Studijní program: **Specializace v pedagogice (B7507)**

Studijní obor: **B TVS-VZ (7507R043, 7507R031)**

Název tématu práce v českém jazyce: **Motivace dětí v jezdeckém sportu**

Název tématu práce v anglickém jazyce: **Motivation of children in equestrian sport**

Pokyny pro vypracování:

Vedoucí bakalářské práce: **Mgr. Martin Pádivý**

Předpokládaný rozsah bakalářské práce: **63 stran**

Datum zadání práce: **16.04. 2021**

Předběžný termín odevzdání práce: **19.04. 2021**

V Praze dne:

.....

vedoucí katedry

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma Motivace dětí v jezdeckém sportu vypracovala pod vedením vedoucího bakalářské práce pana Mgr. Martina Pádivého samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Prohlašuji, že tato bakalářská práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

Datum

.....

Podpis

Ráda bych touto cestou vyjádřila poděkování panu Mgr. Martinu Pádivému za jeho cenné rady, trpělivost při vedení mé bakalářské práce, vstřícnost a pomoc při získání potřebných informací a podkladů.

Datum

.....

Podpis

NÁZEV:

Motivace dětí v jezdeckém sportu

AUTOR:

Petra Bacílková

KATEDRA

Katedra tělesné výchovy

VEDOUČÍ PRÁCE: Mgr. Martin Pádivý

ABSTRAKT:

Bakalářská práce se zabývá tématem motivace v jezdeckví. Práce se zabývá motivací, motivačními prostředky v jezdeckém sportu u dětí a možnostmi trenéra na jejich zlepšení.

V teoretické části jsou popsány poznatky z oblasti motivace, didaktiky sportu, specifika jezdeckého sportu a charakteristiky věkových zvláštností dětí mladšího a staršího školního věku.

Teoretické aspekty jsou podkladem pro výzkumnou část, která se zabývá získáním odpovědí na hlavní cíl práce, dílčí cíle a potvrzení, nebo vyvrácení hypotéz. Závěr práce vychází ze zpracovaných dotazníků, dlouhodobého pozorování jezdců školního věku a teoretických znalostí.

KLÍČOVÁ SLOVA:

Motivace

Mladší školní věk

Starší školní věk

Jezdeckví

TITLE:

Motivation of children in equestrian sport

AUTHOR:

Petra Bacílková

DEPARTMENT:

Department of Physical Education

SUPERVISOR: Mgr. Martin Pádivý

ABSTRACT:

The bachelor thesis deals with the topic of motivation in equestrianism. The thesis deals with motivation, motivational means in equestrian sport for children and the possibilities of the coach to improve them.

The theoretical part describes the knowledge in the field of motivation, didactics of sport, the specifics of equestrian sport and the characteristics of age peculiarities of children of younger and older school age.

Theoretical aspects are the basis for the research part, which deals with obtaining answers to the main goal of the work, sub-goals and confirmation, or refutation of hypotheses. The conclusion of the work is based on processed questionnaires, long-term observation of school-age riders and theoretical knowledge.

KEYWORDS:

Motivation

Younger school Age

Older school Age

Equestrianism

Obsah

1	Úvod	10
2	Teoretická část	11
2.1	Charakteristika motivace	11
2.1.1	Termín motivace	11
2.1.2	Dělení motivace	11
2.1.3	Pojetí motivace ve sportu	13
2.2	Didaktika sportu	15
2.3	Charakteristika školního věku dětí	15
2.3.1	Vývojové období mladší školní věk	16
2.3.2	Vývojové období starší školní věk	17
2.4	Specifika jezdeckého sportu	19
2.4.1	Charakteristika jezdeckého sportu	19
2.5	Didaktika v jezdeckém sportu	20
2.5.1	Příprava koně a jezdce	20
2.5.2	Příprava jezdce	21
2.5.3	Charakteristika trenéra	23
3	Výzkumná část	24
3.1	Hlavní a dílčí cíle	24
3.1.1	Výzkumná otázka	24
3.1.2	Dílčí cíle	24
3.2	Hypotézy	25
3.3	Metodika výzkumu	25
3.3.1	Výzkumná metoda	25
3.4	Výsledky výzkumu	27
3.4.1	Dotazník	27

3.5	Diskuse a potvrzení hypotéz	44
3.5.1	Nesrovnalosti ve výzkumu	44
3.5.2	Vyhodnocení dílčích cílů	45
3.5.3	Potvrzení hypotéz	48
4	Závěr	51
5	Zdroje	53
6	Jezdecká terminologie	56
7	Cizí slova	57
8	Zkratky	58
9	Přílohy	59
9.1	Seznam obrázků	63
9.2	Seznam grafů	63
9.3	Seznam tabulek	63

1 Úvod

Hlavní myšlenkou k vytvoření bakalářské práce bylo zjistit, co děti u koní motivuje a co je vede k dalšímu jezdeckému rozvoji. Výsledky práce by měly pomoci lépe poznat motivaci, potřeby dětí v jezdeckém klubu a tím zlepšit jejich vedení. Pokud si je trenér vědom, co děti u koní baví, čeho chtějí dosáhnout a jaké chování trenéra vnímají jako nevhodné. Lze z toho vyvodit ideální motivaci dětí k péči o koně, jízdě na koni a ostatním činnostem v rámci jezdeckého sportu.

Zacházení s koněm formuje osobnost, zejména u mladých lidí. Tento přínos jezdeckého sportu je třeba mít na paměti a podporovat ho. Jezdec, se má společně s koněm vzdělávat. Cílem je dosáhnout, co nejlepší harmonie mezi koněm a jezdcem. Rozvoj osobnosti spolu s dosažením harmonie mezi jezdcem a koněm patří mezi etické zásady Mezinárodní jezdecké federace (dále jen FEI). Každý trenér by se měl těmito zásadami řídit a předávat je svým svěřencům. (Fráter a kol., 1998)

Začátek teoretické části se věnuje významu slova motivace, jeho charakteristice, dílčím rozdělením a pojetí termínu motivace ve sportu. Hlavní aspekty motivace a její působení, vytváří základní znalostní rámec pro praktickou část práce.

Práce se věnuje charakteristice mladšího a staršího školního věku dítěte. V tréninku je důležité s dětmi pracovat v souladu s jejich stávajícím stadiem tělesného, mentálního a psychického vývojem. Práce pracuje s věkem dítěte přibližně od 6-15 let věku. V tomto věkovém rozmezí děti začínají docházet do jezdeckých klubů.

Závěr teoretické části se věnuje specifikům jezdeckého sportu, která nejsou stejná jako v jiných párových sportech. Seznámení se s tímto sportovním odvětvím, práci s koňmi, přípravou koně i jezdce a vliv koně na jezdce.

Ve výzkumné části je popsána příprava výzkumu, stanovení cíle, dílčích cílů, zhotovení hypotéz a vytvoření dotazníku. V práci se nachází vyhodnocení získaných dat ze 48 dotazníků. Dotazníky byly zpracovány anonymně v Jezdeckém klubu Počín (dále jen JK Počín). V klubu, kde byl prováděn výzkum, autor práce osobně pracuje. Všechny děti zná autor osobně a některé trénuje. Výsledky dotazníků byli doplněny o poznatky z celoročního pozorování, které jsou rozepsány v diskusi.

2 Teoretická část

2.1 Charakteristika motivace

Motivaci lze definovat různými způsoby, podle toho, jak na ni člověk nahlíží. Slovo motivace je odvozeno z latinského „*movere*“ neboli pohyb, hýbat, pohybovat se. Různí psychologové a pedagogové vysvětlují motivaci širokým způsobem, všichni se ale shodnou na tom, že se jedná o základní hnací motor pro to, aby člověk něco udělal. (Čáp, 2001)

Pro každého člověka je hnacím motorem něco jiného. Lidé například chtějí dosáhnout uznání ostatních, obdivu, zisku, mít dobrý společenský status, vysoké postavení v kolektivu. Někteří díky motivaci provozují pravidelnou aktivitu. Jiní chtějí dostat pochvalu, dosáhnout pozornosti blízkých, získat dobrý pocit ze sebe sama, pohybovat se v příjemném kolektivu nebo mít vlastní pohodu. (Prukner, 2014)

2.1.1 Termín motivace

Motivace se definuje jako hybný celek, soubor pohybů, hybných momentů a sil v jednání i vnímání člověka. Motivace podněcuje člověka k určité činnosti a reakci konat. Působí také jako tlumič, který zabraňuje některé činnosti provést. (Čáp, 2001)

Další možnost, jak slovo motivace vysvětlit, jsou termíny instinkt a pud. Ty se projevují jako vnitřní a vnější faktory, které ovlivňují lidské chování. Fungují jako spouštěč vnitřních podnětů, které vedou člověka k jednání. (Blažej, 2019)

Prukner (2014) vychází z různých definic motivace a ve své závěrečné práci tvrdí, že: „*Motivace je hybnou silou pro jedince i skupinu lidí, nutí je rozhodovat, konat, přemýšlet, vynalézat, tvořit a studovat, aby dosáhli cíle. Vše se však odvíjí od uspokojení sebe základnějších potřeb.*“ (Prukner, 2014 str. 25)

2.1.2 Dělení motivace

Motivaci lze rozdělit různě. Nejčastěji se rozděluje na vnitřní a vnější motivy, na pudy a instinkty a na základní lidské potřeby. Motivace se dá rozdělit i na vědomou a nevědomou. Vědomá motivace je jasná, chtěná, ukazuje nastavení jedince. Umožňuje sledovat konkrétní cíl

a vědomě se na něj zaměřit. Nevědomá motivace se naproti tomu projevuje v situacích, kdy člověk neví, proč tak reagoval, své chování si může sám vysvětlit i mylně. (Průcha, 2020), (Čáp, 2001)

Vnitřní a vnější faktory

Vnitřní a vnější faktory spouštějí a aktivují lidské jednání. Udržují a řídí průběh dosahování cílů. Hodnotí vlastní jednání, úspěchy i neúspěchy jedince. (Prukner, 2014)

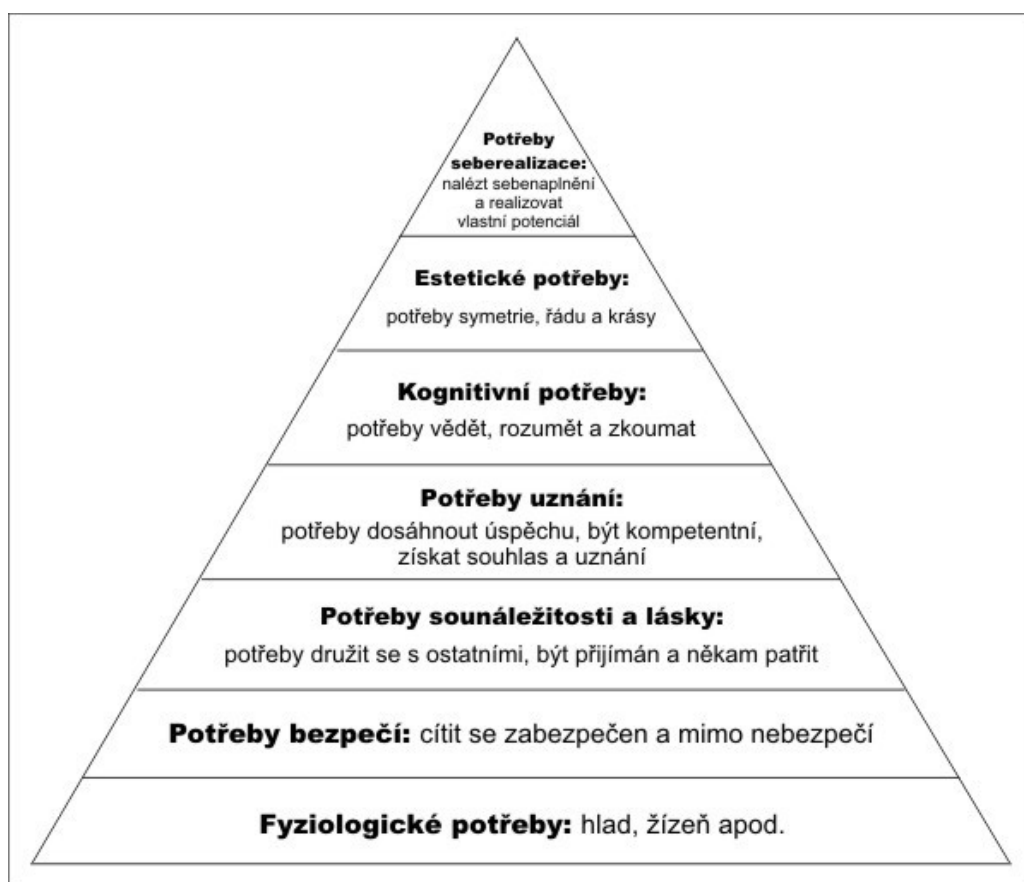
Vnitřní činitelé vznikají na základě vlastního impulsu, potřeby, chťiče něco udělat, být lepší. (Prukner, 2014) Podle Nekonečného (1998) v tomto případě vnitřní (intrinsické) motivy jsou to, co jedince naplňuje, co dělá sám pro sebe.

Vnějším vlivem je pak okolí, vliv kultury, rodiny, přátel, práce, vše, co nějak na člověka působí. (Prukner, 2014) Motivování, v tomto případě vnější (extrinsické) motivy, jsou pouze ty, co přichází odjinud, z okolí. (Langmeier a Krejčířová, 2006)

Lidské potřeby

Základní lidskou motivací jsou prvotně primární potřeby člověka. Abraham Harold Maslow vytvořil jednoduché uspořádání potřeb od nejzákladnějších po ty pro život nejméně důležité. Pro člověka je typické stále něco chtít, pokud je jedna potřeba uspokojena, motivace se přesouvá na další potřebu. Maslow svou pyramidovou teorii potřeb vytvořil na základě klinických zkušeností. Základním pilířem jsou fyziologické potřeby, jako je hlad, žízeň nebo spánek, to znamená potřeby spojené se základním nedostatkem, bez kterých nejde dlouhodobě žít. Postupně se v pyramidě objevují potřeby spojené s pocity lásky, potřebou rozvoje osobnosti a se seberealizací. Uspořádání je určeno vývojovou naléhavostí potřeb, které vystupují do popředí podle potřeby vědomí, ale to až za předpokladu uspokojení vývojově nižších potřeb. (Langmeier a Krejčířová, 2006), (Čáp, 2001)

Maslowova pyramida lidských potřeb:



Obrázek 1. Maslowova pyramida lidských potřeb

(Velagiová, 2015)

Výjimkou jsou některé osoby s poruchou osobnosti, lidé s dlouhodobým nedostatečným uspokojením základních potřeb nebo osoby s tvořivým duchem. U těchto osob se liší hierarchické rozložení pyramidy. Například lidé s dlouhodobou psychickou frustrací nemusí pociťovat potřebu lásky, ale vyžadují respekt a sebeúctu. (Čáp, 2001)

2.1.3 Pojetí motivace ve sportu

Ve sportu se pracuje s pojmem „motivace výkonu.“ Motivace výkonu je „*snaha jedince překonat překážky, obstát ve výkonových situacích (jak ve vlastních očích, tak v očích jiných lidí), vytrvat v náročné činnosti, dosáhnout cíle, být úspěšný. Jedinec je motivován vnitřními faktory (zejména potřebami) a faktory vnějšími (tzv. incentivy). Mezi výkonové potřeby žáka patří: potřeba samostatnosti, potřeba kompetence, potřeba úspěšného výkonu, potřeba vyhnutí se neúspěchu a někdy (paradoxně) i potřeba vyhnutí se úspěchu, tj. potřeba neupozorňovat na sebe.*“ (Průcha, 2009, str. 158)

Pohybový výkon je ovlivňován vnějšími i vnitřními faktory motivace. Nedostane-li se dítěti podpory například ze strany rodiny, nebo bude-li jeho snaha shazována či omezována, výkon dítěte se bude snižovat, nebo chuť k pohybu úplně vymizí. V období mladšího školního věku (dále jen MŠV), ale významněji pak ve starším školním věku (dále jen SŠV) se začínají děti ve výkonech srovnávat a jsou si dobře vědomy svých předností i nedostatků, které se projevují ve sportovních výsledcích. (Langmeier a Krejčířová, 2006)

Tím se zabývá psychologie sportu, která pomáhá sportovce naučit vědomě ovládat emoce a myšlenky snižující výkon a soustředěnost na pohybovou činnost. K tomuto stavu by sportovce měl vést jeho trenér nebo sportovní psycholog. Stav se nazývá „*flow*“, neboli soustředění, optimální koncentrace. (Blažej a Kostolánská, 2020)

Flow je chvíle, kdy sportovec cítí, že je vše perfektně sladěné, má naprostou kontrolu nad vším. Při tomto stavu pociťuje naprostý pocit blaha, uspokojení a euforii. Sportovní psychologie učí, jak se nenechat rozhodit nepříjemnými situacemi, nervozitou, špatnými myšlenkami, emocemi a jak se pouze soustředit na to důležité. Psychologové rozlišují sporty podle jejich zátěže na psychiku. (Blažej a Kostolánská, 2020)

Slepička (2009) popisuje tyto zátěže ve 4 sportovních skupinách:

1) Senzomotorické: Tyto sporty zaměstnávají lidské smysly. Největší nároky pak mají na koordinaci. Člověk musí být přesný, rychlý, precizní, jednoduše by měl dobře ovládat linii oko, ruka. Do této kategorie patří střelba s mířením, sporty esteticko-koordinační, kde je hlavním cílem provést ladný kontrolovaný pohyb. (Slepička a kol., 2009)

2) Funkčně-mobilizační: Pro tuto činnost je důležitý výdej energie. Může být krátkodobý nebo dlouhodobý. Do první skupiny se řadí házení a skákání. Do druhé patří veškeré vytrvalostní sporty, kde je potřeba mít silnou vůli. Například cyklistika, běžecký maraton či veslování. (Slepička a kol., 2009)

3) Anticipační: V některých případech se používá název heuristické. Takové sporty stojí na vypořádávání se s různými situacemi. Takové to situace se sportovec učí předvídat a zareagovat na ně. Spadá sem individuální sporty, jako tenis a bojová umění. Tento typ ovšem zahrnuje i sporty týmové, kde jde hlavně o spolupráci ve skupině. Jsou to divácky oblíbené sportovní hry, například: fotbal, hokej. (Slepička a kol., 2009)

4) Technické: Někdy též rizikové sporty jsou poslední samostatnou skupinou. Nejde zde tolik o ovládnání vlastního těla, jako o kontrolu nad technickým vybavením. Řadí se sem veškeré sporty zahrnující motorová vozidla, lodě, lyže. Mohou se překrývat s tzv. adrenalinovými sporty. (Slepička a kol., 2009)

2.2 Didaktika sportu

Sportovní didaktické metody a přístupy obsahují soubor aktivit trenéra s učební činností žáka. Trenér by měl volit přístup motivující cvičence, aby sami projevovali zájem o sport, trénink, tréninkové aktivity, sami získávali a vnímali poznatky a zkušenosti z jiných zdrojů informací, pro zpětnou vazbu a korekci chyb při učení. (Jansa, 2018)

Jansa (2018) rozděluje výukové postupy: *„Výukové přístupy se dělí na induktivní, deduktivní, individualizované, genetické didaktické, prognostické, kooperativní atd. Všechny tyto postupy zahrnují obsah, který může být komplexní, vedený od nejjednoduššího ke složitějšímu a naopak. Obsah s kvalitativním nebo kvantitativním rozšiřováním, postupy založené na již osvojené pohybové dovednosti a mnoho dalších.“* (Jansa, 2018 str. 89)

Záleží na typu sportu, konkrétní vyučované činnosti a přístupu trenéra. Pro dobré vedení žáků by trenér měl disponovat dovednostmi činnost teoreticky vysvětlit, didakticky uvést a názorně předvést nebo simulovat. Tutoriál spočívá ve vytvoření jednoduchých pohybových schopností, návyků, které se postupně zdokonalují a prohlubují. Pohyby s vyšší mírou obtížnosti se ze začátku nácviku rozdělí na nácvik činnosti, provedení cviku v jednodušší verzi a ve snížené rychlosti. Jinak řečeno je výuka rozdělena na fragmentaci, segmentaci a zjednodušení cviku. Pro správné zafixování, odbourání strachu a získání jistoty je důležité opakování činnosti v praxi i mentálně. Mentální technika opakování procvičuje svalovou paměť. Cvičení spočívá v představování a reprezentaci správně provedené akce. Při mentálním tréninku techniky se zapojují nervová vlákna stejně jako u cviku prováděného v praxi. (Raiola et Tafuri, 2015)

2.3 Charakteristika školního věku dětí

Pro práci s dětmi je důležité znát zákonitosti jejich vývoje, které umožňují pedagogům lépe chápat jejich možnosti, motivaci a vedení. (Raiola et Tafuri, 2015)

2.3.1 Vývojové období mladší školní věk

Mladší školní věk podle Langmeiera a Krejčířové (2006) a Jansena (2018) začíná v rozmezí mezi 6 a 7 rokem života, končí v 11 až 12 letech. Rozhodujícím aspektem ve vývoji se ukazuje povinná školní docházka, která výrazně ovlivňuje vývoj dítěte. Toto období se nazývá období takzvané „*latence*.“ První psychosexuální část vývoje jedince je ukončena a s tím vyvinuta základní pudová a emoční složka. (Langmeier a Krejčířová, 2006)

Psychické zvláštnosti

Období lze označit jako střízlivý realismus. Dítě nedává takovou váhu svým přáním a fantazii, ale vnímá neupravenou realitu. Dítě se orientuje v čase, prostoru a zdokonaluje ostrost všech smyslů. Má větší zájem o reálnou strukturu světa, chce pochopit, jak to doopravdy funguje. Vzniká zájem o poučné knihy, dětské encyklopedie, robinzonky, vědeckou tematiku s reálnými ilustracemi. Dítě závisí na informacích přetlumočených knihami, rodiči, učiteli, není schopno si vytvořit vlastní názor, spadá do naivního realismu. Časem se stává kritičtějším a přesouvá se do kritického realismu. Důležité je sdílení společné činnosti, zábavy, legrace, oproti sdílení emocí a pocitů. V toto věku hledají děti podporu převážně v rodině, nikoliv u svých vrstevníků. (Vágnerová, 2000), (Langmeier a Krejčířová, 2006), (Ptáček a Kuželová, 2013)

Tělesný vývoj

Tělesný vývoj je pozvolný, rovnoměrný s průměrnými přírůstky výšky o 6 cm ročně. Po předchozí době vytáhlosti se dítě pomalu začíná zaoblovat, kolem 8 a 9 roku se opět začíná vyťahovat a projevují se rozdílné genderové růstové křivky. Zakřivení páteře již je vyvinuté, ale nyní se ustaluje, proto je dobré klást důraz na správné držení těla. Funkce mozku je pravidelná, ale rychle se unaví. Nejvíce nervovou soustavu vyčerpávají činnosti vyžadující přesnou koordinaci pohybů, jako práce s jemnou motorikou. Únavu způsobuje nedozrálость mozkových koordinačních center. Pro dostatečnou obnovu energetické látkové přeměny dítě potřebuje kolem 10 hodin spánku denně. (Kouba, 1995), (Ptáček a Kuželová, 2013)

Motorický vývoj

Motoriku ovlivňuje vývoj nervové soustavy, mentální úroveň a tělesné predispozice, jako jsou osifikace kostí a podíl svalstva ve vztahu k tělesné hmotnosti. MŠV se vyznačuje motorickou stabilitou se zvýšenou schopností motorického učení. Dítě se rychle, snadno a efektivně učí pohybovým dovednostem na základě vizuální demonstrace a jednoduché instrukce. (Vágnerová, 2000), (Ptáček a Kuželová, 2013)

MŠV se vyznačuje jako období vysoké spontánní potřeby pohybu až kolem 5 hodin denně. Potřeba pohybu se pak během prvních roků ve škole přeměňuje na záměrnou a vede k řešení různých pohybových aktivit. V začátcích bývá motivací pochvala, která se později stává vnitřní potřebou. Děti se ideálně učí hrou, pro zdokonalování a zjemňování motoriky je hra v MŠV důležitou součástí motorické přípravy. (Kouba, 1995)

2.3.2 Vývojové období starší školní věk

Za starší školní věk se považuje období přibližně od 11 do 15 let. Období SŠV spadá do první části dospívání, nazývá se jako „*pubescence*.“ Dostavuje se komplexní proměna, která je spojena s pohlavní zralostí. V myšlení začíná dítě uvažovat abstraktně, orientuje se více na vrstevníky než na rodiče. Tělesný a psychický vývoj probíhá v různém tempu, pokud je tělesné zrání rychlejší než psychické, jedinec nemusí daný stav správně zvládat. Vnitřní rovnováha je podle Vágnerové (2000) narušena, ovlivněna růstem pudových tendencí. Objevuje se hledání vlastní identity, nejistota, pochybnosti o sobě samém a o svém postavení ve společnosti. (Vágnerová, 2000), (Ptáček a Kuželová, 2013)

Psychický vývoj

Psychický vývoj ovlivňuje hormonální soustava. U pubescenta se projevuje emoční labilita, na běžné podmínky reaguje přecitlivěle. Jeho projevy mohou být nepředvídatelné, nekontrolovatelné, často jsou krátkodobé a velice proměnlivé. Kolem 11 roku vzniká potřeba důvěrného vztahu – silného přátelství, které později nahrazuje partnerský vztah. Pubescenti sdílí své pocity, vyhledávají mezi sebou důvěru a porozumění. (Vágnerová, 2000)

K dalším emočním projevům patří:

- Úbytek projevování citů navenek, uzavřenost.
- Zvýšená přecitlivělost na sebehodnocení.
- Egocentrismus.
- Urážlivost.
- Vztahovačnost jako obraná reakce, osobní nejistota.
- Zvýšená kritičnost.
- Potřeba polemizovat, využít své intelektové kompetence.

Velký vliv na psychickou pohodu má změna vnějšího vzhledu. Pocit nespokojenosti mají více dívky než chlapci. Fyzický vzhled udává atraktivnost pro přijetí vrstevníky. Dalším aspektem psychiky je konec povinné školní docházky a volba další budoucnosti. Dítě se musí správně rozhodnout a klade si důležité otázky: „*Jaké povolání by chtěl dělat? Co chce rodina? Co chci já?*“ Zde dochází ke ztrátě jistoty a stability. Na dítě přechází větší odpovědnost za své rozhodnutí a činy. (Kosíková, 2011), (Vágnerová, 2000)

Tělesný vývoj

V pubescenci dosahuje dospívání svého vrcholu, jedná se o velký biologický mezník v životě člověka. Hlavními rysy jsou růst postavy do výšky, změna proporcí, projev sekundárních pohlavních znaků, fyzická rozdílnost mezi chlapcem a dívkou, připravenost pohlavních orgánů. Zevnější vzhled se stává součástí vlastní identity, proporční změny významně ovlivňují psychiku jedince, jak pozitivně, tak negativně. Pubescent pracuje s jinak vyváženým tělem. Chlapci se rychle vytahují do výšky, prodlužují se jim končetiny a začíná se jim tvořit muskulatura. Dívky se začínají zaoblovat, zvyšuje se jim hmotnost, rozšiřuje se pánev a rostou prsa. (Vágnerová, 2000), (Jedlička, 2017)

Motorický vývoj

V tomto období popisuje Kouba (1995) a Tilinger a kol. (2014) zvýšenou výkonnost a významnější svalové zapojení dílčích celků, ale na druhou stranu také snížení zručnosti, obratnosti a nervosvalové koordinace pohybů. Zvyšuje se výkonnost všech orgánů. Dítě je

velice aktivní a dochází k rychlé únavě. Kvalitu motoriky ovlivňují nejen fyzické změny, ale rovněž ty psychické. Jedinec je emočně labilní, to má za následek nesoustředěnost, výbušnost, roztěkanost a podaný výkon není dostačující. Dítě se díky tomu víc snaží a ze stresu tuhne, výsledek se o to zhorší. (Ptáček a Kuželová, 2013)

2.4 Specifika jezdeckého sportu

„Vzhledem k tomu, že jedinci téhož druhu vykazují totožnou anatomii, platí pro všechny stejné zákony biomechaniky. Pokaždé, když jezdec objeví jeden z těchto principů a předá je svým žákům, jezdecké umění vzrůstá. Tyto principy se dají univerzálně aplikovat na všechna plemena, typy a jedince. Je ale nezbytné přizpůsobit obecná pravidla vlastnostem individuálního koně, stejně jako obecná matematická rovnice musí odpovídat specifickému matematickému problému nastavením proměnných.“ (Ritter, 2020 str. 10)

2.4.1 Charakteristika jezdeckého sportu

Jezdectví se řadí do párového sportu. Ve všech jezdeckých disciplínách musí být přítomni dva závodníci, jeden jezdec a jeden kůň. Spolu tvoří závodní pár, který by si měl dobře rozumět. Společnými tréninky se snaží dosáhnout, co nejlepšího sladění. (Fráter a kol., 1998)

„Kůň je jediný sportovec, který si svého partnera nevybírá.“ Ing. Jan Metelka

Jezdecké disciplíny

Jezdecký sport se těší velké popularitě v závodní i v rekreačním sféře. Česká jezdecká federace (dále jen ČJF) v roce 2018 registrovala 18 512 členů a 7 590 aktivních sportovců. Jezdectví je jediným sportovním odvětvím, kde si jsou muži i ženy rovni. Přesto v jezdeckém sportu dominují ženy v 87,70 %. Jízda na koni se dělí na tři typy: vyučuje se anglický, westernový styl a úplně mimo se řadí dostihové závodění. (Nováková, 2014), (ČJF, 2016)

Anglický styl patří mezi nejčastěji používaný jezdecký způsob v České republice. Rozdíl je v postroji koně a vedení koně pomůckami. Anglické ježdění, jinak bráno jako klasické ježdění, se považuje za mladý styl. Vzniklo za účelem zefektivnit výkon koně a usnadnit jezdcovi lepší kontakt s koněm. (Nováková, 2014)

Westernové ježdění je uzpůsobené dlouhým tratím, rychlému, jednoduchému vedení jednou rukou a nahánění a chytání dobytka. V dnešní době je klasický western spíše přežitkem. Atraktivní se pak staly westernové soutěžní disciplíny, jako například Reining, Barrel Race a Trail. Westernové ježdění není v České republice moc rozšířené, Reiningu se věnuje 0,90 % jezdců z celkového počtu. Ve westernovém ježdění má být jezdec uvolněný, používá jemné pobídky a koně vede na dlouhých otěžích. Pro zastavování může používat hlasové pomůcky. (Hermsen, 2007), (ČJF, 2016), (Fráter a kol., 1998)

Jedna z nejméně atraktivních disciplín mezi jezdcí, vedená pod záštitou FEI v České republice, je parkur se 65,20 % ze všech jezdců. Drezura tvoří 20,60 %, všestrannosti se věnuje 5,60 %, zbylé disciplíny si rozdělují 7,16 %. V parkuru dvojice jezdec a kůň překonávají v jasném pořadí různé typy překážek. Jízda se hodnotí z hlediska rychlosti, stanoveného limitu nebo stylu, ale vždy se hodnotí bezchybnost jízdy v počtu shozených překážek. Parkurový jezdec musí umět vést koně v dobrém, pravidelném tempu, na otěži, pod holení, odhadovat vzdálenost odrazu a při skoku jít s pohybem koně. (Hermsen, 2007), (ČJF, 2016)

Dostihy se považují za nevlivnější jezdecký sport. Jedná se o jedinou jezdeckou disciplínu, ve které se smí sázet. Dostihy jsou buď rovinové nebo překážkové. Jedny z hlavních rovinových závodů jsou závody plnokrevných koní, které jsou rozděleny podle hendikepů. Hendikep udává váhu jezdce, která se určuje věkem koně. Čím mladší kůň tím lehčí jezdec, to samé určuje i pohlaví koně. Klisny mají váhy nižší. Na první závody mohou koně ve 2 letech. Jezdci se před závodem musí zvážit se vším, co kůň v závodě ponese. Celková váha musí splňovat váhovou kategorii hendikepu, jinak dvojice nesmí odstartovat. Jezdec musí umět správně určovat tempo, tak aby v rozhodujícím okamžiku mohl s koněm vyrazit co nejvyšší rychlostí. Dostihy spadají v České republice pod záštitu Jockey clubu. (Britannica, 2021), (ČJF, 2016), (Kentucky derby, 2021)

2.5 Didaktika v jezdeckém sportu

2.5.1 Příprava koně a jezdce

U správného výcviku musí být vždy přítomen zkušený trenér a dobře příježděný školní kůň. Na nezkušeném koni se nezkušený jezdec nenaučí správně používat pomůcky neboli pobídky, protože kůň na ně nebude umět reagovat. Základní výcvik jezdce se zakončuje Zkouškou základního výcviku jezdce (dále jen ZZVJ), kde jezdec dokazuje schopnost předvést a dobře vést koně v prostředí s více jezdci, na parkurovém kolbišti a drezurním obdélníku.

Splní-li všechny požadavky zkoušky, získává jezdeckou licenci, která ho opravňuje účastnit se závodů pod hlavičkou ČJF a FEI. (Hermsen, 2007)

Příprava koně

Jezdecký výcvik začíná přípravou koně, která začíná už u hříběte. Hříbě se učí důvěřovat člověku a nechávat se člověkem vést na ruce. Jakmile hříbě zvládá základní ošetření, spolupráci s lidmi ze země, reaguje na hlasové pomůcky, vnímá řeč těla, může se přistoupit k obsednutí. Kůň by se měl obsedat ideálně v pěti letech, kdy má kompletně vyvinutou páteř. V dnešní době předpisy unožují obsedání již od tří let. Dostihoví koně se obsedají v 1,5 roce. Ve 2 letech běží svůj první dostih, to ale pro ně není vůbec dobré. (Fráter a kol., 1998), (Hermsen, 2007)

Mladý kůň krátce obsednutý se nazývá „*remonta*.“ Remontní výcvik koně začíná na lonži, vedení koně po kruhu na dlouhém laně. Konec přiježdí zkušený, lehký jezdec, který koně naučí správným návykům. Lekce jsou krátké a musí končit pozitivně, aby remontní kůň neztratil důvěru v jezdce. Kůň odpouští, ale nezapomíná, proto prvotní práce musí být vždy pozitivní. Remontní výcvik je ukončen tehdy, kdy kůň zvládá všechny základní pomůcky sedem, holení a ochotně jde na přílnutí. Takový kůň je připraven se zdokonalovat pod zkušeným jezdce a může se začít seznamovat se začátečníky. (Fráter a kol., 1998), (Hermsen, 2007)

Školní kůň

Nejdůležitějším předpokladem pro dobrý výcvik jezdce je dobrý školní kůň. Jezdecký klub by měl své koně vybírat různorodě. Každý jezdec je jedinečný a potřebuje k sobě jedinečného koně. Hlavními charakterovými vlastnostmi školního koně jsou mírná povaha, vyrovnanost, klidný temperament, spolehlivost, trpělivost, ochota spolupracovat a dobrá míra přiježděnosti. Za nevhodného se naopak považuje shazující, kopavý, plachý a lekavý kůň. Za nevhodné se nepovažují fyzické proporce a jezdecké vlastnosti koní, jako je výška, stavba těla, různorodost chodů, tlačivost kupředu nebo dopřednost. (Fráter a kol., 1998), (Neuman a kol., 1970)

2.5.2 Příprava jezdce

Po dobrém jezdci se vyžadují určité charakterové vlastnosti, které v průběhu výcviku usměrňuje a rozvíjí. Proto je jezdecký sport vhodný pro rozvoj osobnosti dětí a mládeže. Mezi

tyto vlastnosti se řadí trpělivost, empatie, chuť se vzdělávat, touha po sebezdokonalování, logické myšlení, spravedlnost, disciplína, odolnost proti stresu a pokora. Jezdec nese odpovědnost za sebe i koně, chyby musí umět hledat převážně u sebe. (Nováková, 2014) (Korfantego, 2016), (Fráter a kol., 1998)

Příprava ze země

K přípravě jezdce patří zvládnutí si koně sám přivést, připravit, ošetřit, nasedlat a nauzdit. Dítě se učí, jak koně mezi sebou komunikují a jak se chovají. To se považuje za jeden z klíčů bezpečné práce s koňmi. Koně jsou od přírody kořist, mají tedy velmi rychlou reakční dobu. Ve stádě panuje hierarchie stanovená dominancí nad kontrolou pohybu ostatních koní. Dítě musí vnímat a respektovat chování koní a při pohybu mezi nimi brát na to zřetel. Začátečník se učí vnímat koně jako partnera, kterého musí umět, kromě jiného, vyčistit. Většinou se jedná o první kontakt s koněm. Při čištění získává dítě s koněm vztah, vnímá jeho pohyby a řeč těla. (Wiliams, 2019), (Hermsen, 2007), (Wiliams, 2019)

Správné nasedláni a nauzdění patří mezi dovednosti každého jezdce. Nesprávné nastojení koně může vést k vážnému poranění jezdce, tak i koně. Odpovědnost za koně spadá na jezdce a ten si jí musí být plně vědom. (Neuman a kol., 1970)

Je-li kůň nachystán, dítě si oblékne jezdeckou výstroj stanovenou FEI v minimálním rozsahu: helmu, pérka (jezdecké boty s podpatkem), přiléhavé nešustící kalhoty (ideálně jezdecké rajtky) a triko s dlouhým rukávem. Bezpečnostní vesta je pro děti do 18 let povinná pouze na závodech. (ČJF, 2020)

Příprava ze sedla

Výcvik jezdce začíná stejně jako u remontního koně na lonži. Jezdec nejdříve potřebuje získat rovnovážný sed a stabilitu ve všech chodech koně, ve kterých mu koně udržuje trenér. Během toho jezdce od trenéra získává teoretický základ vedení koně. Dítě na lonži začíná k sedu používat i holeň, nakonec přibírá otěže. (Hermsen, 2007), (Neuman a kol., 1970)

Výcvik na lonži končí, jakmile jezdce zvládá tyto tři celky (sed, holeň a ruku) nezávisle na sobě používat. V tu chvíli začíná nejtěžší část v jezdecké přípravě. Dítě s koněm jsou vypuštěni na volno do ohraničené jízdárny. Během výcviku by dítě mělo koně vystřídat, aby našlo

nejvhodnějšího koně podle váhy, vlastností, obratnosti, povahy a temperamentu jezdce. (Neuman a kol., 1970), (Hermsen, 2007)

Nejdůležitějším znakem jezdce je „jezdecký takt,“ jinak řečeno cit. Trenér se snaží během tréninků tuto vlastnost rozvíjet, aby jezdec mohl zjemňovat své pomůcky, působit správným způsobem, tj. ve správný okamžik, správnou silou a ve správném poměru sedu, holeně a ruky. (Fráter a kol., 1998)

Základní výcvik jezdce:

Výcvik je ovlivněn fyzickým a psychickým stavem jedince, příježděností koně a schopností trenéra vysvětlovat. Trvá jeden a půl roku, kolem 150 hodin ve čtyřech obdobích.

1. Období (40 hodin): Získání sedu a rovnováhy.
2. Období (40 hodin): Zdokonalování sedu, vedení koně ve všech chodech
3. Období (40 hodin): Osvojování působení pomůcek – Sed, holeň, ruka. Zvládnutí obrátů a vedení koně na překážku.
4. Období (30 hodin): Prohlubování a zdokonalování výcviku, příprava na zkoušky ZZVJ. Cílem je docílit u jezdce nezávislého sedu od horní části trupu, samostatného působení ruky a pevného a pružného vedení koně. (Neuman a kol., 1970)

2.5.3 Charakteristika trenéra

Cvičitelem nemůže být každý jezdec, kdo disponuje vědomostmi, praktickými znalostmi a předpoklady být dobrým trenérem, ačkoli je sám vynikajícím jezdcem. Důležitými charakteristickými vlastnostmi, které nelze získat studiem, jsou obzvláště klid, trpělivost, rozhodnost, energické vystupování a přizpůsobení svého jednání každé neočekávané situaci. Nesmí být ukvapený a nejistý v rozhodování. Trenér musí mít smysl pro odpovědnost za jezdce i koně v tom nejlepším poměru. Musí mít rád jezdecký sport a budit zájem o své svěřence. Trenér má jít příkladem svým svěřencům v životosprávě, v jednání a v celkovém způsobu života. Tím získává autoritu a respekt u cvičenců a jeho pedagogická práce má kladný výsledek. Cvičitel musí být trpělivý, i když jeho svěřenci pokračují pomalu a opakují stále ty samé chyby. Příčinou neuspokojivých výsledků mohou být tělesné či duševní nedostatky jezdce, ale i aktuální stav těla. Výklad vést krátce a hlasitě. Chyby opravovat hned. Jen opětovné opravy umožňují vyvarovat se neprovedení cviku. Chyby trenér neřeší obecně, ale konkrétně s daným jezdcem tak, že si ho zavolá s koněm k sobě a názornými posunky chybu vysvětlí. (Neuman

a kol., 1970), (Hermsen, 2007), (Blažej a Kostolánská, 2020), (Fráter a kol., 1998), (Blažej, 2019)

3 Výzkumná část

Ve výzkumné části práce je nejdříve zvolen hlavní cíl práce a jeho dílčí cíle. Jsou stanoveny východiska a hypotézy. Následně je popsána metodika výzkumu, tvorba a skladba dotazníku. Největší část zabírá vyhodnocení všech výsledků, vyhodnocení je poté s hypotézami rozebráno v diskusi.

Pro výzkum byly vybrány děti ve školním věku z JK Počín. Z 89,58 % do klubu dochází dívky. Jezdecký kroužek je tedy spíše dámská volnočasová aktivita. Celkem se výzkumu účastnilo 48 dětí.

3.1 Hlavní a dílčí cíle

Hlavním cílem práce je zjistit, co děti k jezdeckému sportu motivuje a jaké faktory ovlivňují setrvání dětí v jezdeckém sportu.

3.1.1 Výzkumná otázka

Co děti v jezdeckém sportu motivuje se posouvat dál a jak děti správně motivovat?

3.1.2 Dílčí cíle

V dílčích cílech se zjišťuje:

1. Jestli docházení do jezdeckého klubu omezuje děti v jejich normálním životě.
2. Důvody, proč děti docházejí do jezdeckého klubu, kladné a záporné faktory ovlivňující tento vztah.
3. Význam závodních ambic, jako faktor motivace.
4. Ideální způsob trénování dětí.

3.2 Hypotézy

Pro vytvoření hypotéz se vycházelo z trenérské praxe autora, konzultací se zkušenými trenéry a odborné literatury.

Předpokládám, že:

- Hypotéza 1. Přibližně 55 % dětí přivedla ke koním vlastní touha naučit se jezdit a starat se o koně.
- Hypotéza 2. 80 % dětí pravidelně dochází do jezdeckého kroužku, z důvodu jízdy na koni.
- Hypotéza 3. Minimálně polovině dětí vadí těžká práce kolem koní.
- Hypotéza 4. 60 % dětí v jezdeckém klubu má závodní ambice.
- Hypotéza 5. Trenér je ze 70 % hlavní motivující faktor při zlepšování se v jízdě na koni.
- Hypotéza 6. Polovina dětí si nepřipouští při neúspěchu v tréninku svoji chybu.

3.3 Metodika výzkumu

Následující stať se věnuje vzniku dotazníku, výsledkům z výzkumu, jejich sběru a hodnocení.

Stať je koncipována do 2 podkapitol:

- Výzkumná metoda
- Výsledky výzkumu

Podkapitola Výzkumná metoda obsahuje informace o tom, jakým způsobem byly zvoleny otázky a rozdělení dotazníku. Seznamuje s průběhem získávání dat a počty respondentů.

Poté navazuje podkapitola Výsledky výzkumu, kde jsou zpracovaná data získaná dotazníkem a pozorováním.

3.3.1 Výzkumná metoda

Hlavní výzkumná metoda se zakládá na dotazníku. Doplňující výzkumnou metodou bylo pozorování autora. Výzkumu se účastnily děti ve věku 8 až 15 let z JK Počín. Odpovídaly na 17 otázek, z toho 9 uzavřených s možností vysvětlení a 8 otevřených. Výzkumný vzorek byl

rozdělen na mladší a starší školní věk z důvodu odlišných potřeb, fyzických možností, chování, motorice a vnímání okolí.

Všechny děti pravidelně navštěvují koně jednou týdně, od pondělí do pátku, v maximálním počtu 10 dětí na den, vždy ve stejném složení. Při své návštěvě ve stáji absolvují přípravu a obstarání koně a hodinovou lekci na koni. 2 krát za měsíc docházejí na víkendovou službu, kdy se věnují práci spojené s údržbou stájí, areálu a výběhu bez možnosti jezdit.

Dotazník byl rozdělen na 3 části:

- Základní otázky s informacemi o pohlaví, věku a volnočasových aktivitách dětí.
- Úvodní, obecné šetření ohledně jezdeckého klubu.
- Konkrétní jezdecké otázky, kde se zjišťovala motivace, cíle a vnímání tréninků.

Děti dostávaly dotazník při příchodu ve všední dny v průběhu dvou týdnů. Před vyplňováním bylo poskytnuto dostatečné vysvětlení, během vyplňování byl autor dětem k dispozici a zodpovídal všechny jejich dotazy. Nejčastěji se ptaly na upřesnění: „*Co vše se započítává do vybraných volnočasových aktivit? (kamarádi, sport, počítač, telefon atd.); Co si mám představit pod pojmem závodní ambice a cíle v jezdeckví?*“ Děti měly na vyplnění dotazníku neomezený časový prostor. Vyplňování dotazníků jim trvalo kolem 15–30 minut.

Rodiče dětí byly prostřednictvím e-mailu seznámeni s bakalářskou prací, výzkumnou metodou a požádáni o souhlas se zapojením jejich dětí do výzkumu. Nikdo z rodičů nebyl proti účasti svého dítěte ve výzkumu.

3.4 Výsledky výzkumu

3.4.1 Dotazník

Výsledky dotazníku jsou zpracované v tabulkách a grafech, které jsou doplněné popisem.

1) Věk a pohlaví dětí

Výzkumu se účastnilo 43 dívek ve věku od 8 až 15 let a 5 chlapců ve věku 8 až 14 let. Děti v mladším a starším školním věku mají výrazně rozdílnou charakteristiku vývoje. Předpokládá se, že některé jejich motivy a odpovědi budou výrazně odlišné.

V jezdeckém klubu je zastoupení dětí v MŠV 52,08 % a ve SŠV 47,92 %. U MŠV převažují děti mezi 11 a 12 lety, což je 35,42 % z celkového počtu respondentů. U SŠV převažují děti ve věku 13 a 14 let, z celkového počtu to vychází na 37,50 % respondentů.

V tabulce č. 1 jsou respondenti rozdělení podle věku a pohlaví.

Tabulka 1. Věkové kategorie s počtem respondentů

Věkové rozmezí		Počet dívek	Počet chlapců	Počet respondentů
Mladší školní věk	8–10 let	7	1	25
	11–12 let	16	1	
Starší školní věk	13–14 let	15	3	23
	15 let	5	0	
Celkový počet respondentů		43	5	48

2) Sportuješ rád/a?

ANO: 100 %

NE: 0 %

Z výsledku vyplývá, že děti mají pozitivní vztah ke sportovním aktivitám.

3) Jak často trávíš svůj volný čas těmito aktivitami?

Tabulka 2. Týdenní zastoupení volnočasových aktivit

Aktivity	Mladší školní věk		Starší školní věk		Všichni respondenti	
Kolik dní v týdnu se vidíš s kamarády?	60,00 %	40,00 %	81,82 %	18,18 %	54,17 %	45,83 %
	1-3×	5-7×	1-3×	5-7×	1-3×	5-7×
Kolik dní v týdnu sportuješ?	60,00 %	40,00 %	45,45 %	54,55 %	47,92 %	52,92 %
	1-3×	4-7×	1-3×	4-7×	1-3×	4-7×
Kolik dní v týdnu jsi na počítači?	16,00 %	84,00 %	45,45 %	54,55 %	31,25 %	68,75 %
	0-2×	6-7×	1-2×	6-7×	0-2×	6-7×
Kolik dní v týdnu jsi na telefonu?	24,08 %	76,92 %	0,00 %	100 %	24,08 %	75,92 %
	0-3×	6-7×	0-3×	6-7×	0-3×	6-7×
Kolik hodin denně jsi na telefonu?	38,00 %	62,00 %	30,43 %	69,57 %	31,25 %	68,75 %
	0-3 h	4-6 h	1-3 h	4-7 h	0-3 h	4-7 h
Kolik dní v týdnu koukáš na televizi?	56,00 %	44,00 %	86,96 %	13,04 %	77,08 %	22,92 %
	0-2×	5-7×	0×	2-3×	0-2×	3-7×
Kolik dní v týdnu se učíš doma?	36,00 %	64,00 %	52,17 %	41,83 %	14,58 %	85,42 %
	0-3×	5-7×	4-5×	6-7×	0-4×	5-7×
Kolik dní v týdnu trávíš volný čas jinou aktivitou?	56,00 %	44,00 %	53,17 %	47,83 %	54,17 %	45,83 %
	2-3×	6-7×	2-4×	6-7×	2-4×	6-7×

Děti si v klubu často stěžují, že nemají kvůli koním dostatek času na další činnosti. Cílem otázky bylo zjistit, jestli koně omezují jejich běžný životní rytmus a jakým způsobem děti tráví svůj volný čas mimo jezdecký klub. Mají dostatek času na další aktivity? Jsou společensky aktivní a zvládají plnění svých povinností?

Tabulka ukazuje, že děti kromě povinné školní docházky zvládají během dne 4 až 6 dalších aktivit. Mezi hlavní aktivity spadají telefon, domácí učení, počítač, sport, kamarádi a televize.

Z tabulky lze vyčíst:

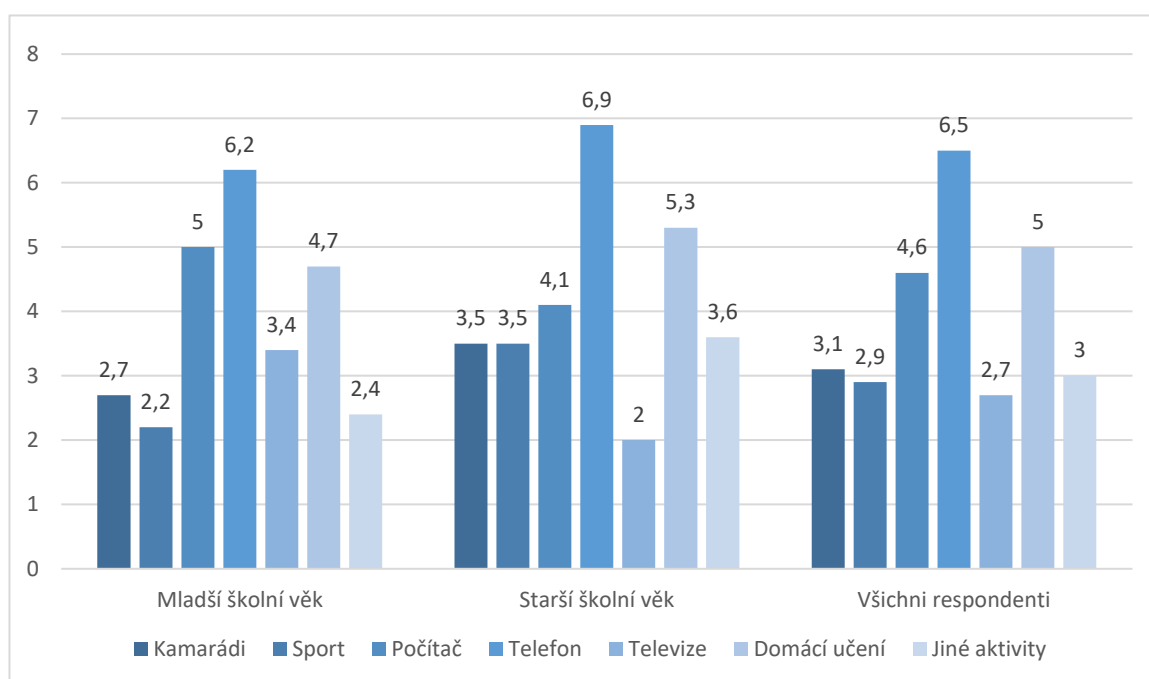
- Sociální kontakt s kamarády zvládá 40,00 % dětí v MŠV 5–7× týdně mimo školu a kroužek jezdeckví. Děti v SŠV se v 81,82 % vídají s kamarády méně než 3× týdně. V 54,17 % převažují přátelská setkání 1–3× týdně.
- Sportu se věnuje 75,00 % dětí v klubu a 52,92 % z nich sportuje 4–5× týdně. Více sportují respondenti ve SŠV.
- Sezení u počítače se více věnují děti MŠV, 84,00 % je na PC skoro každý den. Děti SŠV, 54,55 %, jsou průměrně 6× týdně na počítači, druhá polovina vůbec nebo maximálně 2× týdně.
- V dnešní době není závislost na telefonu žádným neznámým pojmem. Děti v jezdeckém klubu nejsou výjimkou. 62,00 % respondentů v MŠV a 69,57 % ve SŠV je na telefonu kolem 5 hodin denně. Pouze nejmladší respondent je úplně bez telefonu a děti do 10 let jsou na telefonu maximálně 3× týdně.
- 44,00 % dětí v MŠV kouká na televizi průměrně 6× týdně. Druhá polovina vůbec, nebo maximálně 2× týdně. 86,96 % dětí v SŠV se na televizi nedívá vůbec a 13,04 % se dívá maximálně 3× týdně.
- 64,00 % dětí MŠV a 41,83 % dětí SŠV se učí 5–7× týdně. 8,11 % žáků MŠV se neučí skoro vůbec, na učivo se kouknou pouze před testem.
- 100 % respondentů provozuje další aktivity nad rámec aktivit uvedených v tabulce. 96,00 % žáků SŠV se věnuje 2–4 jiným aktivitám. V tabulka níže vypisuje, jaké další aktivity děti uvedly.

Tabulka 3. Volnočasové aktivity mimo seznam

Aktivita	Mladší školní věk	Starší školní věk	Všichni respondenti
Péče o mazlíčky	7,55 %	11,11 %	9,38 %
Procházky a výlety	15,09 %	18,09 %	16,67 %
Vaření a pečení	16,98 %	15,56 %	16,67 %
Hudba, zpěv	15,09 %	20,00 %	17,71 %
Čtení knih	9,43 %	6,67 %	8,33 %
Kreativní práce	11,32 %	4,44 %	8,33 %
Domácí práce	15,09 %	20,00 %	16,67 %
Sourozenci	9,43 %	3,22 %	6,25 %

Mezi volnočasové aktivity mimo uvedený seznam (kamarádi, sport, počítač, telefon, televize a domácí učení) se děti věnují na první místě poslechu hudby, hraní na hudební nástroj a zpěvu, především děti SŠV 20,00 %. Následují s 16,67 % domácí práce, procházky, výlety s rodinou nebo vaření a pečení. U dětí MŠV nejvíce vede vaření s 16,98 %, nejméně péče o mazlíčky. Děti SŠV nejčastěji kromě hudby pomáhají s domácími pracemi. Nejméně se věnují hraní si se sourozenci a kreativním činnostem.

Graf 1. Grafické srovnání volnočasových aktivit



Z grafu vyplývá, že obě skupiny dětí nejvíce času tráví na telefonu. Druhou časově nejnáročnější aktivitou je domácí příprava do školy, děti v SŠV se na školu připravují častěji než děti v MŠV. Sociální kontakt vyhledávají více děti SŠV. To uvádí i Vágnerová (2000) ve své publikaci. Potřebu navazovat sociální a přátelské vztahy mají všechny děti. Z grafu lze také pozorovat, že děti od koní se věnují sportovním činnostem průměrně 3× týdně. Respondenti SŠV mají o sportovní aktivity větší zájem než respondenti v MŠV.

4) Chodíš na nějaké jiné sportovní kroužky, než je jezdecký klub, a od kolika let?

ANO: 75,00 %

NE: 25,00 %

Tabulka 4. Od kolika let děti sportují

Věkové období začátku docházky	Mladší školní věk		Starší školní věk		Všichni respondenti	
Od 1 až 5 let	6	37,50 %	6	30,00 %	12	33,33 %
Od 6 až 12 let	10	62,50 %	10	50,00 %	20	55,56 %
Od 13 až 15 let	0	0,00 %	4	20,00 %	4	11,11 %

Z tabulky lze vyčíst, v jakém věkovém období začaly děti docházet na různé sportovní a volnočasové kroužky. Výsledky jsou uvedeny jak v počtech respondentů, tak v procentech. Nejčastěji děti začínají s kroužky až na prvním stupni základní školy, více jak 30,00 % dětí začíná už před zahájením školní docházky.

5) Od kolika let a jak dlouho chodíš do jezdeckého klubu?

Tabulka 5. V kolika letech přicházejí děti do jezdeckého klubu

Příchod do jezdeckého klubu	Od 10 a méně let	Od 11–13 let	Od 14 a více let
	85,42 %	10,42 %	4,17 %

Do JK Počín děti nejčastěji začínají docházet před desátým rokem života. To je pod doporučovanou věkovou hranicí, kterou pro jezdeckví uvádějí odborníci. Klub dříve přijímal pouze děti od 10 let věku, postupným vývojem společnosti a poptávkou veřejnosti byl vytvořen

speciální kroužek – Aktivity s využitím koní (dále jen AVK) pro děti od 6 do 10 let. Odlišuje se tím, že děti nevykonávají tolik práce, jezdí v kroku do přírody nebo pracují s koněm ze země.

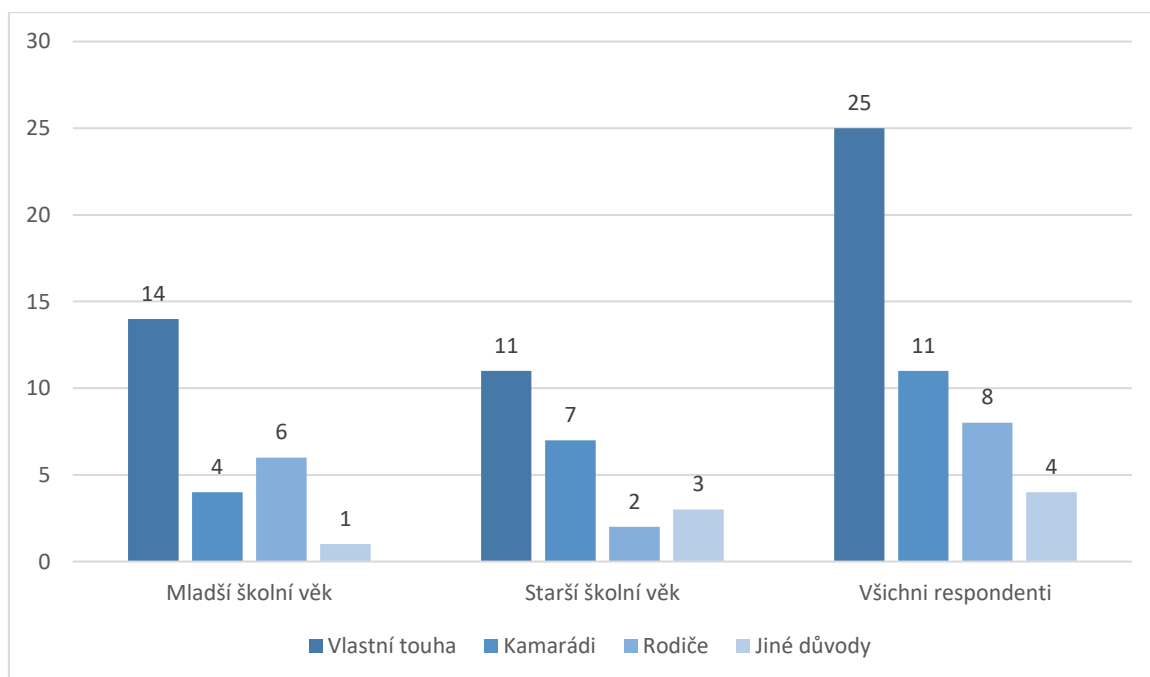
Tabulka 6. Jak dlouho dochází děti do jezdeckého klubu

Jak dlouho dochází děti do jezdeckého klubu	
2 roky a méně	56,00 %
3-4 roky	16,00 %
5 a více let	28,00 %

56,00 % respondentů zůstává u koní kolem 2 let. Jedním z hlavních důvodů odchodu dětí z klubu do sportovních stájí, může být velké množství práce, kterou v klubu dělají. Ve sportovních areálech si děti zaplatí pouze hodinové lekce a o koně se kromě přípravy na ježdění nestarají.

6) Co Tě přivedlo do jezdeckého klubu?

Graf 2. Prvotní motivace příchodu do jezdeckého klubu v počtu dětí



Z grafu je čitelné, že na prvním místě je láska ke koním a možnost s nimi pracovat. Polovinu dětí v MŠV 52,00 % přivedla do jezdeckého klubu vlastní touha naučit se jezdit

a starat se o koně. Tento faktor významně přechází nad ostatními motivy a nejbližší k němu je rodičovský vliv 24,00 %.

U dětí ve SŠV nejsou tak výrazné rozdíly, nejvíce dětí 34,78 % přivádí vlastní touha pracovat s koňmi, ale podobné hodnoty má i vliv přátel 26,09 %.

Celkově respondenty 52,08 % vede ke koním vlastní touha starat se a jezdit na koni. 22,92 % respondentů přivedli ke koním kamarádi a přátelé. 16,67 % přivedli rodiče nebo sourozenci. 8,33 % uvedlo jako motiv docházení ke koním jiné důvody. Mezi tyto důvody patří nespokojenost v jiných stájích a láska ke zvířatům.

Tato otázka odpovídá na první hypotézu, ve které se předpokládá, že přibližně 55 % dětí přivedla ke koním vlastní touha jezdit a být s koňmi. Hypotézu lze brát za potvrzenou. Přes polovinu dětí vede do jezdeckého klubu láska ke koním s možností jezdit.

7) Chodíš do jezdeckého klubu rád/a

ANO: 89,58 %

OBČAS NE: 6,25 %

NE: 4,17 %

a. Pokud ano, proč?

58,33 % dětem se líbí ježdění na koních, práce s nimi ze sedla i ze země, možnost vybrat si svého oblíbeného koně, ale i využívat rozmanitost výběru jiných koní.

Kromě koní je pro děti ve 47,92 % velice důležitý kolektiv a kamarádi. 27,08 % respondentů odpovědělo, že jsou zde spokojeni a baví je všechno. Děti v SŠV uvedly jako další důvod příjemný relax a odreagování v 10,42 %. Stejně často byl zmíněn i trenér v 10,42 % jako kladný motiv.

Některé konkrétní odpovědi:

- „Příjemná atmosféra, jsem ráda už jen za ten čas strávený s koňmi a přáteli. Možnost výběru koní.“
- „Ježdění kamarádi, taky že mám přístup ke koním a mám rád všechny akce.“
- „Vyzkoušení více koní a povah, najdeme si kamarády. Líbí se mi trenérky, koně a vycházky s koňmi.“
- „Líbí se mi, že se uvidím s Hugem a blbneme tady.“

- „*Libí se mi hlavně jízda na koni.*“
- „*Všechno, hodní lidé, koně, zábava, sranda, úklid a práce, tréninky.*“
- „*Fajn lidi, práce se zvířaty. Můžeme se naučit, jak se opravdu starat o koně. Vedoucí se mi snaží vyjít ve všem vstříc. Možnost tu být často i v jiné dny.*“

b. Pokud občas ne, co bývá/je příčinou?

Pokud se někdo vyjádřil negativně, důvodem byl špatný, náročný den a únava v 10,42 %. V poslední řadě 4,17 % uvedlo jako důvod nespokojenosti nutnost kolem koní pracovat.

Negativně odpovídaly pouze děti mladší 10 let a převážně chlapeci. Ukazuje se tedy, že děti v tomto věku jsou na práci kolem koní ještě moc malé. Nejsou schopné si uvědomit, co obnáší práce s koněm, na rozdíl od starších dětí, které přijímají práci jako součást péče o koně.

Některé konkrétní odpovědi:

- „*Špatný den. Špatná nálada.*“
- „*Jsem občas unavený.*“
- „*Netěším se na pracování.*“
- „*Někdy mě to ježdění hodně stresuje.*“

8) Co se Ti v jezdeckém klubu líbí?

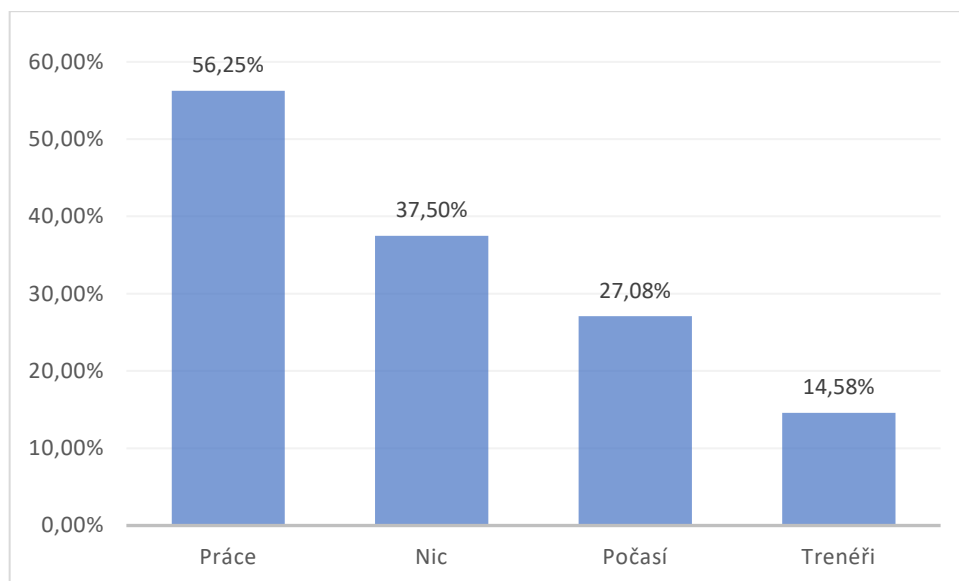
Respondenti uváděli poznávání nových lidí, získávání kamarádů a přátelský kolektiv v 77,08 %.

Možnost si vyzkoušet více koní. Práce s různými typy, plemeny a povahami koní. Možnost následné, cílené práce s jedním koněm a vylepšování společného vztahu napsalo 68,75 %. Polovina respondentů uvedla jako oblíbenou činnost péči o koně, obvyklou práci u koní, kydání, zametání, příprava sena a slámy. Děti zmínily v 54,17 % klubové akce, jako jsou závody, akce města s účastí klubových koní.

V odpovědích vychází, že činnosti spjaté s koňmi, jsou u dětí na prvním místě. Trenéra jako důvod spokojenosti při pobytu u koní zmínilo 27,08 % dětí. Hypotéza č. 5, že pro 70 % dětí je trenér hlavním motivujícím faktorem ke zlepšování, je otázkou č. 7. a 8. vyvrácena.

9) Co se Ti u koní nelíbí?

Graf 3. Neoblíbené aktivity u koní



Nejčastěji se objevovala odpověď spojená s nějakým typem práce. Dotazovaní často odpovídali, že nemají rádi kydání slámy v boxech a ve výběhu, valení sena, nekonečné zametání areálu. Zde se potvrdila hypotéza č. 3., že minimálně polovině dětí vadí těžká práce kolem koní. Dokonce více jak polovině dětí vadí práce u koní. Protikladem jsou děti, které jsou nadšené do jakékoliv činnosti nějak spojené s koňmi, ty odpovídaly, že jim v klubu nevadí nic.

Velkým nepřítelem dětí je počasí. Protože jezdeckví je venkovní sport a JK Počin nedisponuje krytou halou, nepříjemné počasí, jako je déšť, holomrazy či silný studený vítr, kazí náladu všem.

Respondenti MŠV si v 32,00 % nestěžují na nic. Ve 12,00 % uvádějí hroznou zimu od nohou a zmrzlé prsty. 24,00 % nezvládá práci, která je pro některé mladší jedince dlouhá a náročná.

Některé konkrétní odpovědi:

- „Musíme pracovat, to je těžké“
- „Tolik práce, jsem někdy vyčerpaný a je mi zima.“
- „Občas se mi nechce pracovat, ale když tu mám kamarády, tak práce je fajn.“

Děti SŠV v 35,42 % neuvádí žádný negativní bod. Zmiňují však v odpovědích jeden hodně důležitý nepříjemný aspekt – 31,25 % popisuje neshody mezi trenéry a vzájemné shazování autority mezi vedoucími před dětmi.

Některé konkrétní odpovědi:

- „*Občas mi vadí, když jsou vedoucí někdy nepříjemní, nebo když se nedokážou domluvit a říkají něco jiného.*“

- „*Vadí mi, že se občas vedoucí nedomluví a každý říká něco jiného. Občas jsou zbytečně nepříjemní, a to potom zamrzí.*“ - V odpovědích byla tato negace zajímavá.

Děti upozornily na fakt, kdy trenéři způsobují v jezdcích vnitřní konflikt, jestli poslechnout svého trenéra, nebo výše postaveného cizího trenéra. Tohle by se nemělo stávat a trenéři by si měli to uvědomovat, než zasáhnou druhému vedoucímu do vedení hodiny.

Jeden z respondentů uvedl že: „*Platím hodně peněz za nedostatečný jezdecký trénink.*“ Pokud do jezdeckého klubu přijdou jezdci se špatně naučenými základy, je potřeba se s nimi vrátit na začátek a přeucít zažitá zlozvyky. Někteří jezdci se s tím neumí vyrovnat a svádí vinu na koně nebo na trenéra.

10) Máš závodní ambice?

ANO: 6,25 %

NEVÍM: 89,58 %

NE: 4,17 %

Ve výzkumném vzorku uvedlo 6,25 % odpověď ANO. Odpověď bylo možné doplnit vlastními slovy, kde uvedlo 16,67 % dětí, že by chtělo závodit.

Jeden respondent, 4,17 %, vyjádřil nezájem o závody. Po odečtení doplněných 16,67 % neví 79,16 %, zda bych chtělo se v jezdeckém sportu účastnit soutěží. Část z těchto respondentů by si chtěli závod aspoň zkusit.

Některé konkrétní odpovědi:

- „*Já to nepoznám. Nepřemýšlela jsem o tom.*“

- „*Určitě bych to chtěla zkusit, ale nejsem si jistá, jestli jsem připravená. Asi až budu v ježdění lepší, tak bych možná chtěla jet na hobby závody.*“

Děti v MŠV po doplnění otevřené odpovědi uvedlo ve 12,00 % zájem o závodění a účast na závodech. S dětmi SŠV stoupl počet závodních ambicí na 16,67 %. Přesto vychází, že děti v JK Počín nemají u koní žádné závodní plány. Jejich motivací je dobrý pocit z práce s koněm na tréninku, ze země a z péče o něj. Potřebují cítit pocit bezpečí a sounáležitosti.

Hypotéza č. 4., že 60,00 % dětí má v jezdeckém klubu závodní ambice, se nepotvrdila. 79,16 % respondentů neví, jestli by chtěli závodit. Hypotéza byla probrána s dalšími trenéry, kteří se pokouší děti více motivovat, aby se snažily svůj jezdecký um stále zdokonalovat a nezastavily se na určité jezdecké úrovni moc dlouho. Tento fakt ukazuje, že úsilí děti motivovat závody je vedeno špatným směrem. Pohled dospělých je odlišný od dětského a toto zjištění se musí zohlednit v dalším přístupu v jezdeckém klubu.

11) Máš v jezdeckví nějaký cíl, kterého chceš dosáhnout?

Mít dosažitelný cíl v jezdeckví je příjemná motivace, která zásadně ovlivňuje vlastní iniciativu cíle dosáhnout. Pokud si děti vytváří menší dosažitelné cíle mimo požadavky trenéra, nastane rychlejší posun a zlepšení. Děti se těší, až daného bodu dosáhnou a získají pochvalu za svou samostatnou činnost. Respondenti vypisovali cíle vlastními slovy, převážná většina dětí uvedla 1-3 cíle. Procenta jsou získána z celkového počtu odpovědí.

V dotazníku se děti nejvíce shodovaly na odpovědích:

- | | |
|--|---------|
| • Obecně se zlepšovat v ježdění | 35,38 % |
| • Mít svého koně | 24,62 % |
| • Být dobrý jezdec | 20,00 % |
| • Udělat ZZVJ (viz. níže), vyhrát nějaký závod | 15,38 % |
| • NE, žádné cíle nemám | 4,62 % |

Děti v MŠV by se chtěly nejvíce zlepšovat v ježdění a práci s koněm. Velkým snem pro děti je mít svého vlastního koně.

Děti v SŠV jsou na tom s odpověďmi podobně. Převládá odpověď obecně se zlepšovat v ježdění, v péči o koně, ve vztahu s koněm. Starší školní děti pak mají jasný cíl udělat si zkoušky základního výcviku jezdce (dále jen ZZVJ) a získat jezdeckou licenci, která opravňuje nositele účastnit se oficiálních závodů FEI.

Některé konkrétní odpovědi:

- „*Dosáhnout velmi dobré jezdecké výkonnosti. Mít hezký vztah s koněm. Být úspěšná.*“
- „*Mít dobrý vztah s koněm, porozumět obecnému chování všech koní, udělat si ZZVJ.*“
- „*Chtěla bych mít svého koně. Být co nejlepší jezdec.*“
- *Zatím bych se chtěla naučit základy a naučit se cválat.*“
- „*Moc ne, samozřejmě se chci zlepšovat, ale jde mi hlavně o to, že mě to baví.*“

Většina dětí v tomto věku neví, čeho chce dosáhnout. Jejich rozhodování ovlivňuje spousta vnějších i vnitřních faktorů. Výsledek i potvrzuje literatura. Děti v MŠV jsou hodně pod vlivem rodičů a názor dítěte nemusí být brán vážně, protože si děti nedovolí za svým názorem tak pevně stát. U pubescentů je to naopak, své názory dávají jasně najevo, snaží se je prosadit, ale jsou nestálí a jejich názory se někdy mění jako počasí.

12) Máš v jezdeckém klubu kamarády, se kterými se scházíš i mimo jezdecký klub?

ANO: 60,42 %

NE: 37,50 %

Děti v jezdeckém klubu nacházejí mnoho nových přátel, vznikají zde silná přátelství, která pokračují i za hranicemi klubu. Jednou z nejčastěji se vyskytující odpovědí v otázce „*Co se dětem v klubu líbí?*“ bylo poznávání nových lidí, získávání kamarádů a přátelský kolektiv. Odpovědělo tak 77,08 %. Z toho vyplývá, že pouze 16,66 % jejich přátel, se kterými se vídají ve volném čase, jsou z jiného kolektivu než od koní.

Respondenti, kteří uvedli, že s dětmi od koní nenavazují kontakt mimo jezdecký kroužek, byli z 87,52 % v mladším školním věku.

13) Chodil/a bys do jezdeckého klubu sám/sama, na soukromé tréninky? Bez kamarádů a možnosti sdílet radost z tréninků s ostatními jezdci?

ANO 77,08 %

NE 29,17 %

Výsledek je překvapivý. Existoval předpoklad, že 60,00 % dětí má závodní ambice, a kvůli tomu by více jak polovina odpověděla na tuto otázku – Ano. V předchozích otázkách děti uváděly, že jeden z nejčastějších faktorů jsou pro ně přátelé – 60,42 % se stýká s těmito kamarády i mimo klub. Přesto by 77,08 % na koně chodilo bez přátel.

Vysvětlení může být, že si děti neuvědomují, jaké to je, dělat nějaké aktivity bez radosti sdílení. Tuto situaci nezažily a nejsou schopni si ji představit.

a. Pokud ne, proč?

95,23 % odpovědí NE, bylo od dětí MŠV.

Některé konkrétní odpovědi:

NE:

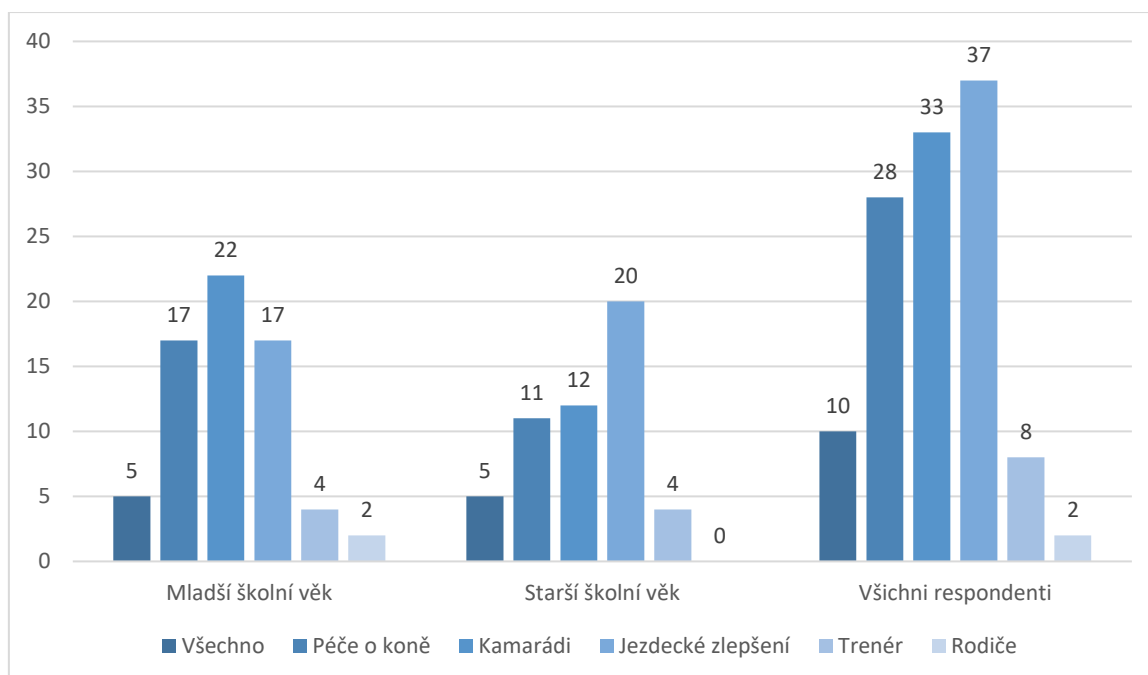
- „Chyběli by mi kamarádi. Psychicky bych to sama nezvládala.“
- „Nebylo by to vůbec tak super. Nechci být sám.“
- „Jsem hodně kolektivní člověk, ráda sdílím svoje zážitky s ostatními.“

ANO:

- „Nepotřebuji ostatní jezdce, stačí to a jiné kamarády mám v jiném kroužku.“

14) Co Tě v jezdeckém klubu drží? Jaká je Tvá motivace?

Graf 4. Motivace dětí pro pravidelné docházení do jezdeckého klubu.



Z grafu je možné vyčíst lehkou rozdílnost v odpovědích staršího a mladšího školního věku, pokud se týče hlavní motivace docházení do JK Počin.

Děti v MŠV uvádějí nejčastěji kamarády a kolektiv. Druhé místo patří podle grafu péči o koně a chuti zlepšovat se v ježdění. Spojením se, ale tyto 2 odpovědi, na první místo se u obou hodnocených skupin dostanou koně jako takoví.

U SŠV je ve vedení chuť zlepšovat se v práci ze sedla, ustupuje potřeba péče o koně a kamarádi. Důvodem těchto změn jsou psychické změny v myšlení. Ačkoliv pubescenti od MŠV tíhnou více ke kamarádům než k rodičům, důležitější je pro ně aspekt vlastního prosazení. Právě předvedení se před kamarády je pro ně důležité. Kůň se v tomto období stává nástrojem pro získání obdivu vrstevníků.

Odpověď „všechno,“ ukazuje, že 33,71 % dětí si uvědomuje, že ke koním práce patří a je součástí práce s nimi.

Nejmenší vliv mají rodiče. Mezi respondenty v SŠV nejsou žádné děti, které by ke koním vedli rodiče. Ze zkušenosti autora vyplývá, že pokud rodiče chtějí, aby se jejich dítě věnovalo jezdeckému sportu, je lepší platit mu soukromé tréninky bez práce kolem koní. Pokud nejsou děti pro koně nadšené, nemají většinou po splnění povinností ani chuť jít jezdit. Často už vědí, že je kůň zase nebude poslouchat a trenér ne vždy pomůže, protože se věnuje dalším dvěma

jezdcům na jízdárně. Dítě se na koni nudí, protože mu chybí vlastní potřeba na koni něco dokázat, například zvládnout koně otočit od ostatních.

15) Vyhovuje Ti, když ti trenér říká, co děláš špatně?

ANO: 89,58 %

NE: 10,42 %

a. Pokud ano, proč?

91,67 % dotazovaných se shoduje na tom, že jedině se zpětnou vazbou ze strany trenéra se naučí jezdit, samy si chyby neuvědomí. Z chyb se mohou poučit a rychleji se zlepšit. Uvítaly by, aby jim trenér sděloval chyby hezkou formou.

Některé konkrétní odpovědi:

- „Musím vědět, že dělám něco špatně, jinak bych se nic nenaučil.“
- „Ano, mohu se zlepšit. Vím kde se mám snažit. Z chyb se můžu poučit.“
- „Protože si to sama neuvědomím, a můžu se tak posouvat dál.“
- „Samozřejmě, jen díky tomu se posouvám furt dopředu. Bez toho bych se nikdy neposunula. Je fajn, když to trenér říká hezkou formou bez křičení na mě.“
- „Sama nevidím všechny své chyby, rychleji se je odnaučím a soustředím se na ně.“
- „Pocit, že to může změnit k lepšímu. Kdyby mi to neříkal, tak bych se nemohla zlepšovat.“
- „Ano, ale do určité míry. Spíše co dělám dobře. Můžu se držet toho, co dělám správně.“

b. Pokud ne, proč?

Děti v MŠV si stěžují, pokud na ně trenér křičí. Byly by raději, kdyby trenér raději pojmenoval to, co jim jde, místo aby jim vytýkal chyby.

16) Máš rád/a, když jsi na chybu přijdeš sám/sama a trenér Tě jen navádí správným směrem?

ANO 95,83 %

NE: 4,17 %

a. Pokud ano, proč?

77,08 % dětí se shoduje na tom, že pokud si na chybu přijdou samy, rychleji a lépe si správné vedení koně zapamatují. Mají ze sebe větší radost. Cítí pokrok, pokud si uvědomí chybu dřív, než je na ni trenér upozorní.

Některé konkrétní odpovědi:

- „Dobrý pocit, když mě trenérka chválí bez toho, aby mě napomenula.“
- „Jakmile na chybu přijdu sama, většinou ji hned pochopím, pokud mi ji řekne trenér, trvá to déle.“
- Myslím, že si to lépe zapamatuji, ale když dlouho nevím, tak je fajn se to dozvědět.“
- „Protože v sobě už tu chybu potom nemívám. Vím, v čem dělám chybu, opravím si ji sama.“
- „Je dobré uvědomit si své chyby, v budoucnu to bude třeba zásadní, ale vždy je lepší, když to trenér potvrdí.“
- „Nemusí mi to říkat. Dokážu si to nějak sama vysvětlit – Proč a co dělám špatně.“

b. Pokud ne, proč?

Děti v MŠV se shodují, že pokud mají velký prostor pro to, aby si chyby našly samy, dojde ke zlepšení mnohem později.

Některé konkrétní odpovědi:

- „Většinou je nenajdu.“
- „Trvá to déle.“
- Jsem ráda, když mi trenér řekne chybu hned.“

17) Když se Ti v ježdění nedaří, kde hledáš příčinu neúspěchu?

Tabulka 7. Příčiny neúspěchu v ježdění

Příčina neúspěchu	Mladší školní věk	Starší školní věk	Všichni respondenti
Já sám	60,42 %	31,25 %	91,67 %
Kůň	14,58 %	8,33 %	22,92 %
Špatný den	22,92 %	18,75 %	39,58 %
Jiné důvody	2,08 %	8,33 %	10,42 %

91,67 % respondentů uvedlo, že chybu hledají v sobě. Ze zkušenosti trenérů a pozorování odpověď není pravdivá. Dokazuje to fakt, kdy trenér jezdcům říká, co musí dělat, aby je kůň poslechl, co udělali špatně a co musí opravit. Poslechne mě přibližně 1 dítě ze 7. Pokud dítě poslechne a správně opraví své pomůcky, kůň z pravidla na 90 % cvik provede. Proces uvědomování trvá zhruba půl roku, než dítě začne svou chybu vnímat a opraví ji.

Odpovědi v této otázce odpovídají realitě, ne však praxi. Obecně v 90 % je chyba v jezdcích, zbylých 10 % tvoří psychické rozpoložení jezdce a nálada koně spolupracovat. V některých situacích si kůň skutečně usmyslí, že daný cvik dělat nebude, a dítě pak nemá šanci cvik zvládnout. Je potřeba počítat s tím, že jezdeckví je práce s živou myslící bytostí. Konec stejně jako lidé mají svůj temperament a povahu. Se všemi faktory se dá pracovat. I když úplně nevymizí, sníží se alespoň jejich četnost. Nespolečnost koně se dá dobře vyřešit pravidelným příjezďováním zkušeným jezdce a úměrným vytížením koně.

Rozladěnost dětí se upraví vnímavým trenérem, který nechce po dítěti nic opravdu náročného a uzpůsobí tréninkový obsah tak, aby se dítěti dařilo a z hodiny odcházelo se svým výkonem spokojené.

Některé konkrétní odpovědi:

- „Občas každý trenér říká něco jiného a pak nemohu dobře jezdit.“
- „Každý má svůj den, i kůň. Líný kůň. Špatná nálada.“
- „Teprve se učím jezdit, je větší šance, že chybu dělám já.“

3.5 Diskuse a potvrzení hypotéz

Hlavním motivem výzkumu bylo zjistit, co děti v jezdeckém sportu motivuje se posouvat dál. Jak je motivovat a co nejlépe na ně působit, aby trenér jezdeckví mohl tyto poznatky použít v kladném posunu v jezdecké technice.

3.5.1 Nesrovnalosti ve výzkumu

Výzkum měl za cíl zjistit, co děti nejvíce u koní ovlivňuje, aby je trenér mohl lépe pochopit a lépe s nimi pracovat. Předpoklad byl, že výrazná fyzická i psychická odlišnost ve vývoji mladších a starších školních dětí se významněji projeví ve výsledcích. Ne však vždy byly rozdíly natolik velké, aby se dalo uvažovat o úplně rozdílném přístupu v práci na jízdárně. Ukázalo se, že pokud se trenér bude držet tréninkových zásad a brát zřetel na individualitu jezdce, empaticky jednat, nemusí vytvářet nijak velké úlevy pro zohlednění vývojového stadia dítěte.

Při průzkumu týdenní vytiženosti dětí se zjistilo, že nejvíce času děti stráví na mobilním telefonu. Počítač i televize ustupují do pozadí před mobilními vymoženostmi dnešní doby. Příčinou může být cenová dostupnost mobilních dat a jednoduchý přístup na wifi sítě v městských částech.

Jedno z témat k zamyšlení vyvstal výsledek v otázce č. 5. Od kolika let a jak dlouho chodíš do jezdeckého klubu. Nejvíce dětí ke koním přichází před 10 rokem života a velká část respondentů je u koní maximálně 2 roky, tedy velkou většinu klubu tvoří začátečníci. Kritickým obdobím je věk kolem 14 a 15 let, kdy děti procházejí velkými psychickými i fyzickými změnami.

Vznikají zde otázky:

Zda není lepší brát děti ke koním ve vyšším věku, kdy jsou připraveny zvládat všechny činnosti u koní, jak fyzicky, tak psychicky a jsou si schopny práci u koní odůvodnit, což potvrzuje otázka č. 9. ve které si ve 24 % dětí MŠV stěžují na práci, ale SŠV nikoliv.

Brát děti mladší 10 let, ale v prvních letech ubrat práci, tak aby polovina z 60 % dětí neztratila motivaci dále pokračovat ve sportu. Druhá polovina, tedy 30 % dětí pod 10 let, zůstane u koní déle než 5 let. Pro klub tedy vnika přínos dětí, které jsou adepty pro další

pokračování v klubu a mají zafixovány pracovní návyky a správný cit pro koně. To potvrzuje otázka č. 14, kde děti uvedly, že pro ně je péče o koně stejně důležitá jako jezdecké zlepšení.

Odpověď se nachází v kompromisním řešení. Pokud by byly přijímány převážně děti mladší 10 let, většina práce by byla na vedoucím nebo na zbylém malém procentu starších dětí, kterým by se díky přidání práce mohl kroužek zprotivit. Možným řešením by mohlo být přijímat děti rovnoměrně, aby v každém dni byla část mladších a část starších jezdců. Obě poloviny by si mohly pomáhat, doplňovat se v činnostech, ve kterých mají rozdílné preference, a pozitivně se tak ovlivňovat. Starší děti by to vedlo k získávání určité odpovědnosti a mladší by mohly mít ve starších dětech dobrý příklad.

Ideálním věkem pro nástup do klubu je období před pubertou, tedy věk od 11 do 13 let, tyto děti již zvládnou náročnost práce kolem koní. Zároveň jsou schopné pochopit velké množství informací o tom, jak se u koní chovat, co dělat a jaké věci neprovádět. Potvrzuje to literatura i zkušenosti trenérů v práci s dětmi. V tomto věku však nastupuje přibližně jen 10 % jezdců.

Dalším zajímavým výsledkem, který vyplynul z dotazníku, je že přibližně 77 % dětí drží v klubu mimo jiného kamarádi. Přes polovinu z nich se schází i mimo klub, ale přesto 77 % dětí uvedlo, že by na tréninky chodily i bez možnosti vidat se s kamarády a sdílet s nimi společnou radost.

Vysvětlením je, že si děti takovou situaci vůbec neumí představit a tato otázka byla pro ně špatně zformulována. Děti v otázce vidí možnost soukromých tréninků, a z toho plynoucí rychlejší jezdecký posun kupředu, než velkou ztrátu přátel. Lepší formulací otázky by bylo, zda by chodily do jezdeckého klubu bez možnosti kontaktu s ostatními dětmi. Spojení „soukromé tréninky“ by bylo dobré zcela vyřadit.

3.5.2 Vyhodnocení dílčích cílů

Dílčími cíli práce bylo zjistit:

1. Jestli docházení do jezdeckého klubu omezuje děti v jejich normálním životě.

V rámci motivace se jedná o negativní vnější faktor projevující se v kroužku, jde o nechuť něco dělat, pocit únavy a nesoustředění se na koni vedoucí k neúspěšnému tréninku.

Výsledky ukazují, že jezdecký klub děti spíše nutí lépe si uspořádat a naplánovat týdenní aktivity, než že by je omezoval. Děti mají dostatek prostoru na povinnosti, zábavu a sociální kontakt s vrstevníky. Důležitou roli hrají preference dětí a důležitost daných aktivit. Nejvíce času tráví na mobilních zařízeních, sociálních sítích a přípravou do školy. Sportu se věnuje valná většina jezdců. Během týdne má 75 % dětí dva a více volnočasových sportovních kroužků. Vedle toho tráví čas s rodinou, kreativními činnostmi a domácími pracemi. Děti za den zvládnou v průměru 6–8 různých aktivit. Koně dětem ubírají čas na realizaci jejich dalších týdenních činností, ale ne natolik, aby se musely některých činností vzdát nebo je výrazně omezit. Příjemná atmosféra, fungující kolektiv a práce na čerstvém vzduchu dětem dodávají energii a potřebný relax. Děti by měly mít dostatek energie věnovat se dalším činnostem a povinnostem. Pokud trenér špatně odhadne situaci nebo psychický stav dítěte a na tréninku ho přetíží, dítě odchází domů zničené, povinnosti odsouvá na další dny a aktivity se mu hromadí. Trenér musí děti vnímat při každé tréninkové jednotce individuálně, brát v potaz, že jezdecký kroužek není jediná činnost, kterou dítě během dne dělá. Hledáním vyvážené zátěže je důležité pro harmonické fungování s koňmi a v běžném životě.

2. Důvody, proč děti docházejí do jezdeckého klubu, kladné a záporné faktory ovlivňující tento vztah.

Zde zjišťuji vnější motivaci dětí a jak jako trenér mohu tyto vnější faktory ovlivnit. Většina respondentů do klubu chodí ráda, jezdecký kroužek si vybrala sama a nikdo je nenutil. Už to ovlivňuje, jak bude dítě vnímat svou roli v klubu a jak přijme nebo nepřijme činnosti spojené s koňmi. Nejvíce se dětem v klubu líbí koně – možnost pracovat s více typy plemen a povah, jezdit na nich, pečovat o ně, hrát si s nimi i mít možnost být s koněm chvíli sám. Kromě koní má velký vliv na děti kolektiv, pro trenéra je důležité, aby ho jeho svěřenci měli rádi jako blízkou osobu, které se mohou svěřit a zároveň ho respektovaly jako autoritu. Pokud si trenér získá přízeň většiny jezdců na svou stranu, problémoví jedinci se přizpůsobí většině. Trenér jen musí ve správný moment takovému dítěti ukázat, že si jeho snahy všiml a musí ho pochválit. Vedoucí by měl nepopulární činnosti předvést v lepším světle, ukázat jiný úhel pohledu, často stačí vysvětlit, proč se to či ono tak dělá.

Polovina dětí si stěžuje na práci nebo určitou činnost ve stáji. Je však lidské si na něco stěžovat, obzvlášť pokud člověka vyzveme ke stížnostem. Vždy se něco najde. Za obdivuhodné lze považovat, že některé děti jsou u koní natolik spokojené, že napsaly v odpovědích „*nic*.“ Je úplně normální, že děti něco nebaví, důležité je, jak se k činnosti postaví a jestli ji přijmou jako součást výcviku. Pokud jezdcí uvidí, že trenér nedělá stejnou práci jako oni, mohou děti získat

mylný dojem, že až budou velcí, taky nebudou muset dělat nepříjemné činnosti. Je potřeba, aby si i trenér udělal čas jít s dětmi pracovat a být s nimi i mimo trénink.

3. Význam závodních ambic, jako faktor motivace.

Třetí dílčí cíl odpovídá na jednu ze stěžejních otázek, zda mají děti závodní ambice. Zde bylo cíleno na jejich vnitřní motivaci. Ve většině sportů trenéři děti motivují přípravou na závody, nějakou exhibicí, na které se děti předvedou. Trenéři se téhle myšlenky drží a minulý rok připravili sportovní akce, kterých se děti mohly účastnit v domácím prostředí, aby měly šanci si zazávodit. Poměrně velká část dětí v dotazníku uvedla, že by chtěla závodit, ale až se svým koněm. Vyplývá z toho, že děti jsou v tomto věku nerozhodné, bojí se neúspěchu a selhání. Potvrzuje to literatura, která popisuje nestálost, nerozhodnost, odkázanost na dospělé autority a vlivné vrstevníky, na kterých nechávají svá rozhodnutí.

Z dotazníku vyplynulo, že pro děti není závodění na koních natolik atraktivní, aby je závod motivoval se více snažit a zlepšovat se. Mnohem důležitější vnitřní motivací je pro ně příjemný vztah a čas strávený s koněm, dobrý pocit z tréninku, příjemné prožití dne s lidmi u koní nebo pochvala od trenéra. Tuto odpověď potvrdila účast dětí na námi pořádanými závody, kdy jsme děti museli skoro nutit, aby se přihlásily do soutěže. Děti mají největší vnitřní motivaci v koni. Chtějí, aby s nimi kůň spolupracoval, ukázal jim lásku, že jsou pro něj víc než jen další jezdec, který se pravidelně střídá. Trenér tohoto faktu může využít při motivaci jezdce, tzn. že až děti dosáhnou určité úrovně, budou pracovat s jedním koněm, se kterým můžou hledat společné sladění a vylepšovat vztah.

4. Ideální způsobu trénování dětí.

Posledním dílčím cílem bylo zjistit, jaký způsob trénování dětem vyhovuje. Děti v dotazníku odpovídaly, jestli jim vyhovuje, když je trenér stále opravuje a říká, co dělají špatně a jak to opraví. V druhém případě si jezdci na chybu přichází sami, trenér pouze vypichuje, co dělají dobře. Předpokládala jsem, že si děti spíše vyberou, co jim vyhovuje víc, ale v obou otázkách děti skoro jednohlasně odpověděly, že jim vyhovuje jak stálé opakování chyb, tak možnosti si chybu najít sám, bez korekce trenéra. Většina dětí si uvědomuje, že bez korekce trenéra se nenaučí jezdit a je důležité vědět, co jezdec dělá špatně. Na druhou stranu chtějí motivovat v samostatnosti. Musí mít prostor se samy projevit a přijít si na problém samy. S dětmi vždy na konci hodiny proběhne shrnutí, co se jim povedlo a na co se příště zaměřit. Jezdci je třeba prezentovat chyby jako motivaci k zamyšlení na další hodinu. To u dětí funguje

skvěle, ideálně pokud si trenér jako první všimne, že se problém z minulé hodiny jezdec snaží opravit sám, i když mu to třeba zrovna nejde. Dítě pak odchází z hodiny nadšené, že byla vidět jeho vlastní snaha.

3.5.3 Potvrzení hypotéz

Práce obsahuje šest hypotéz. Čtyři hypotézy se potvrdily, dvě se nepotvrdily.

Hypotéza 1. Přibližně 55 % dětí přivedla ke koním vlastní touha naučit se jezdit a starat se o koně.

Tato hypotéza Hypotéza č. 1 se potvrdila otázkou č. 6. v dotazníku, kde 52,08 % dětí odpovědělo, že je ke koním přivedla vlastní touha. Pokud děti chtějí u koní vydržet, musí být jejich prvotním cílem láska ke koním. Pokud jdou do jezdeckého klubu kvůli rodičům, málokdy vydrží docházet déle jak rok. Vnější motivace rodiče je zde slabá. Kůň se jen tak sám od sebe nebude pohybovat správným směrem, k tomu je potřeba úsilí jezdce, fyzická zdatnost a trpělivost, tu má jezdec, který se těší, až z něj jednou bude dobrý jezdec. Dítě vyslané ke koním rodiči si chce rovnou dobře zajezdit a pak teprve zjišťovat, jestli ho to baví.

Hypotéza 2. 80 % dětí pravidelně dochází do jezdeckého kroužku, z důvodu na koni.

Hypotézu lze brát za potvrzenou. Výsledky grafu č. 4. ukazují, že 37 respondentů, tedy 77,08 %, drží v klubu jízda na koni a možnost se v ježdění zlepšovat. Pokud by se přičetly děti, které napsaly, že je drží u koní „všechno,“ tedy i jízda na koni, výsledek by byl skoro 100 %. Vnitřní motivace je v takovém případě u dítěte nulová a vnější motivace je spíše negativní, hodně práce, disciplína, stále si musí něco hlídat, být pečlivé. Koně začínají být zajímaví až kolem druhého roku docházení do klubu, kdy kůň začíná jezdce více vnímat i v jiném chodu, než je krok.

Hypotéza 3. Minimálně polovině dětí vadí těžká práce kolem koní.

Hypotézu potvrzuje graf č. 3. znázorňující, co se dětem v klubu nelíbí.

Jezdectví se od řady sportů liší tím, že ke sportu nepatří pouze trénink, ale také péče o koně a obstarání všeho potřebného. Jezdecké kluby tedy děti učí kromě jízdy na koni i pracovat. Ohled na věk se v práci bere spíše v tempu udělané činnosti, ale všechny děti musí umět koni připravit box se žrádlem a koně obstarat.

I když si na práci stěžuje více než polovina dotazujících, neochotně práci dělá maximálně 15 % dětí. Důležité není, jestli si děti na práci stěžují, ale jak ji přijmou. Trenér může dětem práci ukázat jako motivaci ke zlepšení, podmět pro získání uznání, pochvaly a zároveň podněcovat vytváření vnitřního uspokojení.

Hypotéza 4. 60 % dětí v jezdeckém klubu má závodní ambice.

Hypotéza se nepotvrdila. V otázce č. 6: Máš závodní ambice? Odpověděla valná většina „nevím.“ V doplňujících odpovědích 16,67 % dětí napsalo, že by časem možná chtělo závodit, nebo si jen nějaký závod zkusit. Děti v mladším a straším školním věku netuší, co chtějí dělat. Děti v MŠV jsou pod vlivem rodičů a děti ve SŠV jim odporují. Dětem stačí doba strávená u koní jako relax, který je posouvá mentálně i fyzicky, zdokonaluje jejich osobnost.

U koní všichni, i ti nejaktivnější jezdci nejprve motivovala vnitřní touha stát se tím, kdo má po svém boku koně. Tato prvotní touha během práce s koňmi zůstává, ale jezdec si uvědomuje, že to není tak lehké, jak si na začátku představoval. Motivace nadále se zdokonalovat zpomaluje, a aby se nezastavila na určité úrovni, trenéři vymýšlejí, čím jezdecký vývoj zpestřit. Nejčastěji spoléhají na závody.

Hypotéza 5. Trenér je ze 70 % hlavní motivující faktor při zlepšování se v jízdě na koni.

Hypotéza se nepotvrdila. K hypotéze nebyla v dotazníku žádná konkrétní otázka, která by respondenty mohla nějak navádět k odpovědi. Odpověď pro potvrzení hypotézy byla čerpána z otázek č. 8., 9. a 14. v dotazníku. Ačkoli by děti bez trenéra neměly možnost s koněm pracovat, zlepšovat se a koně správně vnímat, berou ho jako samozřejmost, nikoliv jako motiv. Úkolem trenéra je děti vše naučit, vysvětlit, bezpečně vést ve výcviku a motivovat je pro daný sport. Málokteré dítě si pak v obecném měřítku na trenéra vzpomene. Hypotéza byla stavěna na důležitosti trenéra, bez kterého by jejich cíle, možnost s koněm se dál posouvat a zlepšovat

by nebyla. Pokud by v dotazníku byla otázka vedená přímo na vliv trenéra, zaznamenaný vliv trenéra by byl pravděpodobně podstatně vyšší.

Hypotéza 6. Polovina dětí si nepřipouští při neúspěchu v tréninku svoji chybu.

Hypotéza se nepotvrdila. Přes 90 % dětí odpovědělo, že chybu hledá v sobě. Pokud dítě udělá chybu a trenér chybu neukáže a neopraví, dítě si myslí, že ho kůň jednoduše nechce poslouchat. Pokud by si jezdec byl schopný chybu připustit, změnil by své působení pomůcek, aby kůň mohl zareagovat. To se ale v 90 % nestává. Jelikož děti uvedly, že hlavní problém je v nich samotných a pouze 20 % je chyba ze strany koně, je jasné, že má smysl opakování a dokazování trenéra, co děti dělají špatně, protože děti si uvědomují, že mají hledat chybu v sobě. Potvrzuje se zde, že trenér musí být trpělivý, klidným vedením má dětem stále opakovat, co a jak mají dělat, aby to časem přijaly za své a pochopily.

Výzkumná otázka Co děti v jezdeckém sportu motivuje se posouvat dál a jak děti správně motivovat?

Navzdory všem odborným knihám, zkušenostem trenérů, motivace posouvat se při práci s koňmi, nikdo nenapsal a doopravdy neřekl hlavní motivaci v jezdecké. Všichni o ní ví a nechávají se jí vést, ale přesto hledají motivační faktory jinde.

Je to kůň, živá bytost, vrozený pud se o někoho starat a vidět jeho radost. Vnitřní touha sounáležitosti, společného úspěchu, přátelství. Děti není potřeba u koní motivovat závody, akcemi, krátkodobými cíli. Tento postup dlouhodobě nefunguje. Dětem stačí pouze ukázat cestu, jak s koněm komunikovat, jak ho vnímat a jak na něj reagovat. Kůň sám pak bude dítě motivovat, aby se zlepšovalo pro koně samotného. Důležité je, aby trenér tuto přirozenou motivaci nehasil svým příliš striktním vedením. Děti se vždy snaží najít svoji vlastní cestu, ačkoliv nakonec zjistí, že se nevyhnou cestě, kterou je vede trenér. Potřebují dostat prostor, aby to zjistily samy.

Ukázalo se, že není nutné hledat složité odpovědi. Správná odpověď je většinou ta nejjednodušší odpověď, ale cesta k ní zůstává složitá.

4 Závěr

Cílem práce bylo zjistit motivaci dětí v jezdeckém sportu a jak děti motivovat ke zlepšení. K získání odpovědi bylo potřeba získat dostatek podkladů pro vytvoření výzkumu a jeho vyhodnocení, které bylo doplněno o pozorování.

V teoretické části práce byl rozveden pojem motivace, jak z obecné ho hlediska, tak z pohledu důležitosti v jezdeckém sportu. Podstatné bylo motivaci rozdělit. Motivace působí na každého jinak a různě intenzivně, pro každého jedince je stěžejní jiný faktor motivace. Jaká motivace působí nejsilněji, ovlivňuje i vývojové období, ve kterém se dítě nachází. Práce pracovala s dětmi školního věku, který je charakteristický ve svých 2 hlavních etapách, které se od sebe významně (hlavně psychicky) odlišují. Děti MŠV přebírají názory a zkušenosti autorit, oporu hledají v rodině. Opakem jsou pubescenti, kteří se snaží prosadit svůj názor proti autoritě, jsou přecitlivělí a kritičtí, oporu hledají mezi vrstevníky. Jakmile se děti rozhodnou věnovat se jezdeckému sportu, přebírají na sebe odpovědnost za živého tvora. V tu chvíli musí zvládnout překonat všechny nejistoty, pochyby a ponechat své potřeby stranou. Proto práce s koňmi výrazně rozvíjí osobnost. Jezdeckví je rozmanitý sport s různými odvětvími, kterým se jezdec časem může věnovat. Nejčastěji se jedná o parkur. Aby si jezdci mohli vybrat disciplínu, která jim vyhovuje, musí nejdříve získat obecné základy ježdění, na kterých pak mohou stavět při dalším zdokonalování se. Pro získání kvalitních základů je potřeba dobrý trenér a správně zvolený školní kůň. Kůň musí projít výcvikem, než dostane na hřbet začátečníka. Dobře příježděný školní kůň je pro děti skvělým učitelem a odrazem jejich jednání.

Teoretické poznatky se staly podkladem výzkumné části, tedy dílčích cílů, hypotéz a vyhodnocení výsledků. Výzkumná část nejprve seznamuje s metodikou, způsobem výzkumu a výzkumným vzorkem. Výzkumná otázka práce, jaké vznikly dílčí cíle a předpoklady v hypotézách.

Výzkum ukázal, že otázky v dotazníku by se daly ještě rozšířit a prozkoumat z více úhlů pohledů. Vyvstaly lehké nesrovnalosti různého charakteru v odpovědích. V diskusi tyto nesrovnalosti byly více probrány. Ve větším počtu respondentů nebo při dalším podrobnějším výzkumu by se vniklé neshody vyjasnily. Zajímavou možností by bylo udělat stejný či podobný výzkum ve sportovní stáji, kde jezdci pravidelně závodí a závodní ambice se zde předpokládají.

Úkolem dotazníku bylo získat přehled o vytíženosti dětí v běžné životě, kde nejvíce času stráví na mobilních zařízeních. Faktory ovlivňující jejich vztah k jezdeckému sportu, kde jsou

a vždy budou koně. Skutečnost vlivu koně, nezmění trenér, závody, škola, ani kamarádi, ale pouze a jedině kůň. Trenér může hodinu vést, různým způsobem, zásadní ale je, aby na děti zbytečně nekřičel, byl férový, vnímavý, pozorný, věděl, co dělá a za svým rozhodnutím si stál. Jako perlu na závěr by měl znát koně, kterého má dítě rádo.

Práce předpokládala 6 hypotéz, potvrdily se čtyři. V hypotézách bylo hodně čerpáno z praxe autora. První hypotézy, v nichž se předpokládalo, co děti přivedlo a drží v jezdeckém kroužku, se potvrdily. Potvrdila se hypotéza, jak velkému počtu dětí vadí těžká práce kolem koní, ale vyvstala otázka pro další zamyšlení, jak děti práci přijímají. Je lidské si na něco stěžovat, důležité je však, jakým způsobem se k tomu přistoupí a jak práci děti přijmou. Jednou z nepotvrzených hypotéz se stal předpoklad závodních ambicí. Předpokládal se mnohem větší počet dětí, které chtějí závodit. Děti měly možnost u otázky odpovědět kromě „ano, nevím, ne“ i vlastními slovy. V doplňujících odpovědích uvedlo necelých 20 % jezdců chuť v budoucnu zkusit závodit. Dalším milníkem byl vliv vnější motivace v podobě trenéra. Tato hypotéza by si zasloužila samostatný výzkum. Vliv trenéra je obrovský a děti na něj reagují i nevědomě, například úpravou vlastních cílů. Poslední hypotéza se týkala toho, jak vnímají děti samy sebe a jak si uvědomují příčiny svých neúspěchů v jezdecké činnosti. Většina dětí uvedla jako hlavní příčinu neúspěchu sebe, předpoklad byl, že se bude jednat přibližně o polovinu. Výsledek mohl být z velké části ovlivněn vedením trenérů, kteří děti učí, že ve většině případů je chyba na straně jezdce a v menší míře v neochotě koně spolupracovat.

Všechny získané poznatky vedly k odpovědi na výzkumnou otázku práce, co děti doopravdy motivuje v jezdeckém sportu se posouvat dál a jak je trenér může správně motivovat. Z dotazníku vyplynulo, že posun dětí nejde nijak významně urychlit vnější motivací, např. sportovními akcemi nebo tlakem trenéra. Je možné posun pouze korigovat, udržovat nadšení, navést děti správným směrem a být jim vzorem. Hlavní část motivace obstará kůň. Kůň jakož to živá, citů schopná bytost s vlastní hlavou, nutí děti se nad sebou zamyslet, zrcadlí jejich pocity a chování vůči němu. To vytváří v dětech vnitřní pohnutky, pudy, potřeby udržet koňské pohodlí, získat si lásku koně a společně dosáhnout uznání okolí.

Hlavní a dílčí cíle mé práce považuji za splněné. Výzkumná otázka byla zodpovězena. Pro trenéry v JK Počin poslouží práce, jako materiál k zamyšlení se nad vedením dětí v jezdeckém kroužku.

Závěr práce pozměnil vnímání autora ve způsobu výkonu trenérské činnosti. Výsledky mohou posloužit jako podněty k dalším pohledům i v jiných jezdeckých klubech.

5 Zdroje

Blažej, A. a Kostolanská, K. 2020. *Flow ve sportu - O budování pozitivní motivace ve sportu i v životě.* Praha : Grada, 2020. ISBN 978-80-271-1392-7.

Blažej, A. 2019. *Motivace dětí a mládeže ve sportu.* Brno : Masarykova univerzita, 2019. ISBN 978-80-210-9355-3.

Britannica. 2021. Britannica, The Editors of Encyclopaedia. "Horse racing". *Encyclopedia Britannica*. [Online] ©2021 Encyclopædia Britannica, Inc., 2021. 03 2021. [Citace: 19. 04 2021.] <https://www.britannica.com/sports/horse-racing>.

Čáp, J., Mareš, J. 2001. *Psychologie pro učitele.* Praha : Portál, 2001.

Čapek, R. 2015. *Moderní didaktika - Lexikon výukových a hodnotících metod.* Praha : Grada, 2015. ISBN 978-80-247-3450-7.

ČJF. 2016. Vítejte vás na stránkách ČJF. *Česká jezdecká federace*. [Online] Design, sp. ACE, 2016. [Citace: 04. 04 2021.] <http://www.cjf.cz>.

ČJF. 2020. Všeobecná pravidla 2020. *Česká jezdecká Federace*. [Online] Copyright © 2020 Fédération Equestre Internationale, 01. 01 2020. [Citace: 06. 04 2021.] http://www.cjf.cz/files/stranky/dokumenty/pravidla/2020/2020_vseobecna_pravidla_FINAL_v20200301.pdf.

Fráter, A., Fráterová, M. a Stachová, D. 1998. *Učebnice jezdeckví a vozatajství - Základní výcvik jezdce a koně.* Praha : SAGA spol. s r.o., 1998. Sv. I. ISBN 80-86133-17-6.

Hermesen, J. 2007. *Koně encyklopedie.* Praha : Levné knihy KMa s. r. o., 2007. Sv. V.

Jansa, P. a kolektiv. 2018. *Pedagogika sportu.* Praha : Karolinum, 2018. ISBN 978-80-246-3986-4.

Jedlička, R. 2017. *Psychický vývoj dítěte a výchova.* Praha : Grada, 2017. ISBN 978-80-271-0096-5.

Kentucky derby. 2021. Kentucky Derby History. *Kentucky Derby*. [Online] © 2021 Churchill Downs Incorporated, 2021. [Citace: 04. 04 2021.] <https://www.kentuckyderby.com/history/kentucky-derby-history>.

Kentucky derby. 2021. The Race. *Kentucky derby*. [Online] © 2021 Churchill Downs Incorporated, 2021. [Citace: 04. 04 2021.] <https://www.kentuckyderby.com/history/the-race>.

- Korfantego, A. 2016.** 12 TRAITS AND SKILLS OF A GOOD RIDER. *www.equishop.com*. [Online] Copyright by © Equirria sp. z o.o., 13. 04 2016. [Citace: 08. 04 2021.] <https://www.equishop.com/en/blog/12-traits-and-skills-of-a-good-rider-n66>.
- Kosíková, V. 2011.** *Psychologie ve vzdělání a její psychodidaktické aspekty*. Praha : Grada, 2011. ISBN 978-80-247-2433-1.
- Kouba, J. 1995.** *Motorika dítěte*. České Budějovice : Pedagogická fakulta JU, 1995. ISBN: 978-80-704-0137-8.
- Langmeier, J. a Krejčířová, D. 2006.** *Vývojová psychologie 2., aktualizované vydání*. Praha : Grada, 2006. Sv. II. ISBN 978-08-247-1284-0.
- Neuman, P., Vilimovský, Z. a Hozy, F. 1970.** *Jezdeckví, příručka pro školení cvičitelů a trenérů III. třídy*. Praha : Olympia, 1970. ISBN 27-103-70.
- Nováková, P. 2014.** *Koně a poníci, Ottova encyklopedie*. Praha : Ottovo nakladatelství, 2014. ISBN 978-80-7451-342-8.
- Průcha, J. 2020.** *Psychologie učení*. Praha : Grada, 2020. ISBN 978-80-271-2859-2.
- Prukner, V. 2014.** *Manažerské dovednosti*. Olomouc : Univerzita Palackého v Olomouci, 2014. ISBN 978-80-244-4329-4.
- Ptáček, R. a Kuželová, H. 2013.** Vývojová psychologie pro sociální práci. *MPSV*. [Online] 2013. [Citace: 20. březen 2021.] <https://www.mpsv.cz/documents/20142/954010/psychologie.pdf/91da3174-0856-99ce-5c24-2704a0cc7d55>. ISBN – 978-80-7421-060-0.
- Raiola, G., Tafuri D. 2015.** Teaching method of physical education and sports by prescriptive or heuristic learning. *Journal of Human Sport and Exercise*. 10.14198/jhse.2015.10.Proc1.28, 2015.
- Ritter, T. 2020.** *Drezurní principy založené na biomechanice*. Jihlava : Arcaro s.r.o., 2020. ISBN 978-80-907983-0-4.
- Slepička, P., Hošek, P. a Hátlová, B. 2009.** *Psychologie sportu*. Praha : Karolinum, 2009. ISBN 978-80-246-1602-5.
- Tilinger, P. a kolektiv. 2014.** *Odborné pedagogické praxe ve sportu a tělesné výchově*. Praha : Karolinum, 2014. ISBN 978-80-246-2795-3.
- Vágnerová, M. 2000.** *Vývojová psychologie*. místo neznámé : Portál, 2000. 8071783080.

Velagyiová, P. 2015. *Kvalita života a výzkum hodnotového systému současné generace.* Hradec Králové : Univerzita Hradec Králové, 2015.

Williams, C. A. 2019. Basics of Equine Behavior. *Horses* . [Online] © 2021 Extension Foundation, 31. 07 2019. [Citace: 5. 04 2021.] <https://horses.extension.org/basics-of-equine-behavior/>. 2020-41595-30123.

6 Jezdecká terminologie

Dopřednost	Kůň s tendencí chodit ve svižném tempu
Lonž	Dlouhé, vodící lano, které se používá při lonžování.
Lonžování	Vedení koně na lonži s dlouhým bičem v kruhu
Nasedlat	Připravit koně se správně upevněným sedlem na zádech
Nauzdit	Připravit koně se správně nasazenou uzdečkou
Obsednutí	Příprava mladého koně na nošení sedla a jezdce na zádech
Otěž	Součást jezdeckého postroje, vedoucí od koňské huby k jezdcově ruce
Pérka	Speciální jezdecká obuv
Pomůcky:	Úkony potřebné pro správné vedení koně, 3 základní (sed, holeň, ruka)
Holeň	Působení na koně tlakem kolene, holeně a patou jezdce (kůň pod holení)
Ruka	Působení jezdce na koně otěží a udidlem (kůň na otěži)
Sed	Působení na koně vahou, pánví a rameny jezdce (jít s pohybem koně)
Příježd'ování	Ježdění koně zkušeným jezdce
Přilnutí	Stálý kontakt jezdcovy ruky s koňskou hubou.
Rajtky	Speciální jezdecké kalhoty
Remonta	Mladý kůň v základním výcviku
Školní kůň	Zkušený kůň v jezdeckém klubu
Tlačivý kůň	Kůň s tendencí jít v pomalém tempu

7 Cizí slova

Extrinsické	Vnější motivy
Flow	Soustředění, koncentrace
Fragmentace	Dělení na menší části
Incentiva	Motivace, popud, pohnutka
Intrinsické	Vnitřní motivy
Latence	Neprojevovanost
Movere	Pohyb, hýbat
Osifikace	Zkostnatění
Pubescence	Období staršího školního věk
Segmentace	Rozdělení podle určitých společných znaků
Tutoriál	Názorný návod, krok za krokem

8 Zkratky

ČJF	Česká jezdecká federace
FEI	Fédération Equestre Internationale - Mezinárodní jezdecká federace
JK Počín	Jezdecký klub Počín
MŠV	Mladší školní věk
SŠV	Starší školní věk
ZZVJ	Zkouška základní výcviku jezdce

9 Přílohy

Příloha č. 1: Dotazník

Dotazník – Motivace dětí v jezdeckém sportu

Prosím o vyplnění anonymního dotazníku, který sleduje motivaci dětí v jezdeckém sportu. Jsem studentkou Univerzity Karlovy v Praze, Pedagogické Fakulty, výsledky výzkumu zpracuji ve své závěrečné bakalářské práci.

Pokyny k vyplnění:

- Vybrané odpovědi zakroužkuj.
 - Pokud budeš odpověď vypisovat, piš tiskacím písmem.
-

1. **Jsi?** (Vyber 1 odpověď) Dívka Chlapec
2. **Kolik je Ti let?** (Vypiš číslicí.) let
3. **Sportuješ rád/a?** (Vyber 1 odpověď) ANO NE
4. **Jak často trávíš svůj volný čas těmito aktivitami?** (Napiš číslem, kolik dní v týdnu)
 - a. Kolik dní v týdnu se vidíš s kamarády?
 - b. Kolik dní v týdnu sportuješ?
 - c. Kolik dní v týdnu jsi na počítači?
 - d. Kolik dní v týdnu jsi na telefonu?
 - e. Kolik dní v týdnu koukáš na televizi?
 - f. Kolik dní v týdnu se učíš doma?
 - g. Kolik dní v týdnu trávíš volný čas jinou aktivitou?
5. **Chodíš na nějaké jiné volnočasové sportovní kroužky, než je jezdecký klub?**
(Vyber 1 odpověď a pokračuj v podotázce.)

ANO NE
 - a. Pokud ano, od kolika let a na jaký sport/y? (Vypiš vlastními slovy.)
Od let,
 - Od let,

6. **Od kolika let a jak dlouho chodíš do jezdeckého klubu?** (Vypiš vlastními slovy.)

Od let,

7. **Co Tě přivedlo do jezdeckého klubu? Vlastní touha, kamarádi, rodiče, jiný důvod a jaký?** (Vypiš vlastními slovy.)

.....

8. **Chodíš do jezdeckého klubu rád/a?** (Vyber 1 odpověď a pokračuj v podotázce.)

ANO OBČAS NE NE

a. Pokud ano, proč? (Vypiš vlastními slovy.)

.....
.....

b. Pokud občas ne, co bývá/je příčinou? (Vypiš vlastními slovy.)

.....
.....

9. **Co se Ti v jezdeckém klubu líbí?** (Vypiš vlastními slovy.)

.....
.....
.....

10. **Co Tě u koní nebaví nebo Ti vadí?** (Vypiš vlastními slovy.)

.....
.....
.....

11. **Máš závodní ambice?** (Vyber 1 odpověď a vypiš vlastními slovy.)

ANO NE NEVÍM

.....

12. **Máš v jezdecké oblasti nějaký cíl, kterého chceš dosáhnout?** (Vypiš vlastními slovy.)

.....
.....
.....
.....

13. Máš v jezdeckém klubu kamarády, se kterými se scházíš i mimo jezdecký klub? (Vyber 1 odpověď.)

ANO NE

14. Chodil/a bys do jezdeckého klubu sám/sama, na soukromé tréninky? Bez kamarádů a možnosti sdílet radost z tréninků s ostatními jezdci? (Vyber 1 odpověď a vypiš vlastními slovy.)

ANO NE

a. Pokud ne, proč?.....
.....

15. Co Tě v jezdeckém klubu drží? Proč do něj chodíš, jaká je Tvá motivace? (Vypiš vlastními slovy.)

.....
.....
.....
.....

16. Vyhovuje Ti, když ti trenér říká, co děláš špatně? (Vyber 1 odpověď a pokračuj v podotázce.)

ANO NE

a. Pokud ano, proč? (Vypiš vlastními slovy.)
.....
.....

b. Pokud ne, proč? (Vypiš vlastními slovy.)
.....
.....

17. Máš rád/a, když jsi na chybu přijdeš sám/sama a trenér Tě jen navádí správným směrem? (Vyber 1 odpověď a pokračuj v podotázce.)

ANO NE

a. Pokud ano, proč? (Vypiš vlastními slovy.)

.....
.....

b. Pokud ne, proč? (Vypiš vlastními slovy.)

.....
.....

18. Když se Ti v ježdění nedaří, kde hledáš příčinu neúspěchu? (Můžeš vybrat více odpovědí (a. – d.) a vypiš vlastními slovy.)

a. V sobě (*Např. špatné vedení koně, někde dělám chybu.*)

b. V koni (*Např. kůň nechce poslouchat, dělá si, co chce.*)

c. Špatný den (*Např. je ti mizerně, kůň se vleče, neposlouchá.*)

d. Jiný důvod + Vlastní poznámky k vybraným odpovědím

.....
.....
.....
.....

Děkuji Ti za vyplnění dotazníku, za čas nad ním strávený a upřímné odpovědi.
Informace z dotazníku budou zpracovány v praktické části mé bakalářské práce.

Petra Bacílková, studentka UK, PedF.

9.1 Seznam obrázků

<i>Obrázek 1. Maslowova pyramida lidských potřeb.....</i>	<i>13</i>
---	-----------

9.2 Seznam grafů

<i>Graf 1. Grafické srovnání volnočasových aktivit.....</i>	<i>30</i>
<i>Graf 2. Prvotní motivace příchodu do jezdeckého klubu v počtu dětí.....</i>	<i>32</i>
<i>Graf 3. Neoblíbené aktivity u koní</i>	<i>35</i>
<i>Graf 4. Motivace dětí pro pravidelné docházení do jezdeckého klubu.</i>	<i>40</i>

9.3 Seznam tabulek

<i>Tabulka 1. Věkové kategorie s počtem respondentů.....</i>	<i>27</i>
<i>Tabulka 2. Týdenní zastoupení volnočasových aktivit.....</i>	<i>28</i>
<i>Tabulka 3. Volnočasové aktivity mimo seznam</i>	<i>30</i>
<i>Tabulka 4. Od kolika let děti sportují.....</i>	<i>31</i>
<i>Tabulka 5. V kolika letech přicházejí děti do jezdeckého klubu</i>	<i>31</i>
<i>Tabulka 6. Jak dlouho dochází děti do jezdeckého klubu</i>	<i>32</i>
<i>Tabulka 7. Příčiny neúspěchu v ježdění.....</i>	<i>43</i>