

**Univerzita Karlova v Praze**

**Pedagogická fakulta**

**Katedra tělesné výchovy**

**Výkonnost sportovního šermíře  
v závislosti na sociálním zázemí**

**Efficiency of a Young Fencer  
in Determination of Social Circumstances**

**Diplomová práce**

Autor diplomové práce: Aneta Barešová

Vedoucí diplomové práce: PhDr. et PaedDr. Ladislav Kašpar, Ph.D.

Praha 2011

Na tomto místě bych ráda poděkovala PhDr. et PaedDr. Ladislavu Kašparovi, Ph.D. za odborné vedení celé diplomové práce, poskytnutí cenných rad a ochotu a mé rodině a blízkým za morální podporu během mého studia.

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci zpracovala samostatně s použitím uvedené literatury.

V Praze dne 2. 6. 2011

.....

Aneta Barešová

**Anotace:**

Ve své diplomové práci se zabývám tématem sportovního šermu, což je sport, který je mi blízký, ale veřejnosti není příliš známý. V práci analyzuji sportovní šerm jak z teoretického hlediska, ve kterém rozebírám historii, přibližuji sportovní šerm jako takový a popisuji specifika tréninků, tak i z výzkumné části, ve které se pomocí dotazníků a vytvořených grafů výkonnosti na reprezentativním vzorku respondentů snažím zjistit, zda má sociální zázemí vliv na výkonnost sportovního šermíře. Cílem mé práce je tedy zjistit, zda může mít dobré sociální zázemí vliv na dobrou výkonnost nebo naopak.

**Abstract:**

The topic of my thesis is fencing which is kind of sport close to me, however not widely known in public. In level of theory I write about history of fencing, introduce fencing as a sport discipline and describe specifications of trainings. In research part by questionnaires and created graphs and charts of performance based on representative set of respondents I try to find an impact of the social background to fencer's performance. The focus of my work is to disclose whether good social background can have any influence to good fencer's performance or not.

**Klíčová slova:** sportovní šerm, šermíř, výkonnost, sociální zázemí, rodina

**Keywords:** fencing, fencer, efficiency, social background, family

## Obsah:

Úvod.....	8
1. Výzkumný problém a cíl práce.....	9
1.1 Výzkumné problémy.....	9
1.2 Výzkumný cíl.....	9
2. Teorie sportovního šermu.....	10
3. Historie šermu v Čechách.....	10
3.1 Rozvoj sportovního šermu.....	12
3.2 Šerm ve 20. století.....	14
3.3 Nejlepší šermíři historie.....	15
4. Výzbroj.....	16
4.1 Fleret.....	16
4.2 Kord.....	17
4.3 Šavle.....	17
5. Vybavení šermíře.....	18
6. Japonský sportovní šerm kendó.....	23
7. Šerm – členové.....	24
8. Diváci.....	24
9. Pravidla.....	24
9.1 Trenér a šermíř.....	25
9.2 Planš.....	25
9.3 Způsob dosažení zásahů.....	25
10. Kategorie a soutěže ve sportovním šermu.....	26
11. Oddíly v ČR.....	27
12. Trénink sportovního šermu u dětí.....	27
12.1 Kdy začít se sportovním šermem?.....	27
12.2 Zvláštnosti dětského tréninku.....	27
12.3 Výchovný přístup k dětem.....	28
12.4 Přípravný trénink začátečníka.....	29
12.5 Pokračovací trénink.....	31
12.6 Výkonnostní trénink.....	33
12.7 Kondiční příprava šermíře.....	33
12.7.1 Rozvoj schopností u žáků na 1. stupni ZŠ.....	34
12.7.1.1 Silové schopnosti.....	34
12.7.1.2 Rychlostní schopnosti.....	35
12.7.1.3 Vytrvalostní schopnosti.....	36
12.7.1.4 Koordinační schopnosti.....	37
12.8 Psychologická příprava.....	38
12.9 Technická příprava.....	39
12.10 Taktická příprava.....	41
13. Hypotézy praktického výzkumu.....	44
14. Postup práce.....	45
15. Použité výzkumné metody.....	46
15.1 Dotazník.....	46
15.2 Grafy.....	47
16. Výzkumná část.....	47

16.1	Analýza dat.....	47
16.2	Grafy výkonnosti + sumarizace .....	55
17.	Diskuze .....	83
	Závěr .....	85
	Seznam použité literatury .....	86
	<i>Seznam tabulek</i> .....	87
	<i>Seznam obrázků</i> .....	88
	<i>Seznam grafů</i> .....	89
	<i>Seznam příloh</i> .....	90

## Úvod

Šerm je tradiční olympijský sport, který má velmi dlouhou tradici, avšak není tolik rozšířený a povědomí lidí o něm není příliš velké.

Téma mé diplomové práce zní: „Výkonnost sportovního šermíře v závislosti na sociálním zázemí“.

Toto téma jsem si zvolila proto, že sportovní šerm má v naší rodině určitou tradici, a také proto, že patří mezi minoritní sporty, které mohou být pro veřejnost nepopulární a jsou také veřejností často velmi opomíjené. Část mé práce bude věnována i tréninku dětí, neboť to je velmi blízké mému oboru. Rozhodla jsem se tedy věnovat svou diplomovou práci tomuto krásnému sportu a pokusit se jej přiblížit.

O tomto tématu však nebylo vydáno mnoho odborných publikací, proto v seznamu použité literatury není uveden větší počet titulů.

Hlavním cílem mé diplomové práce tedy je zjistit, jestli má na výkonnost sportovního šermíře vliv jeho sociální zázemí.

První část mé diplomové práce bude věnována teorii sportovního šermu. Pokusím se přiblížit historii sportovního šermu v zahraničí i u nás. Dále budu popisovat vybavení šermíře, popularitu tohoto sportu, pravidla. Vymezím kategorii a oddíly sportovního šermu u nás. Dále se budu zabývat kondiční, technickou, taktickou a psychologickou přípravou sportovního šermíře a zvláštnostmi dětského tréninku.

Druhá část mé diplomové práce se bude zabývat přímo výzkumem. Pro zjištění cíle mé diplomové práce jsem zvolila dotazník a grafy výkonnosti podle tabulek dosažených výsledků. Vzorek zkoumaných respondentů je z celé České republiky a je vyvážený tak, aby v něm byl přibližný počet fleretistů, šavlistů i kordistů. Ve většině pražských klubů jsem byla osobně a měla tedy i možnost rozhovoru s respondenty a trenéry.



## **1. Výzkumný problém a cíl práce**

### **1.1 Výzkumné problémy:**

1. Bude mít psychická podpora rodiny vliv na výkonnost šermíře?
2. Je důležitá finanční podpora rodiny vzhledem k tomu, že sportovní šerm je finančně náročný?
3. Může mít na výkonnost šermíře vliv, že jeho blízká rodina či rodiče také šermovali?

### **1.2 Výzkumný cíl:**

Hlavními cíli práce je zjistit, zda má vliv na výkonnost šermíře morální a finanční podpora rodiny, vedlejším cílem pak je zjištění, zda má na jeho výkonnost vliv i to, že někdo z jeho rodiny je také šermířem.

## **2. Teorie sportovního šermu**

Co může šerm dát v současnosti cvičencům, když už neslouží k zabíjení? Především je to dynamický sport, který s výjimkou břišních svalů cvičí svaly celého těla. Dále cvičí rychlou, ale správnou reakci a taktické myšlení. Šerm také učí čestnému boji. V šermu je zvykem bojovat naplno, ale zároveň se omluvit za každý bolestivý úder způsobený nechtěně soupeři. Šerm, ostatně jako každý bojový sport, je sportem ducha i těla. To znamená, že dobrý šermíř musí mít vysokou inteligenci a k tomu dokonalou a všestrannou fyzickou kondici, aby vydržel námahu často i několikadenního turnaje. V posledních dvaceti letech se šerm rozšířil opravdu do všech kontinentů a všechny kontinenty také zaznamenávají medailové úspěchy. Jedinou výjimkou je Afrika, kde se v šermu daří pouze v deseti státech, z nichž nejúspěšnější je Egypt. V současnosti jsou ve světě i šermířští profesionálové, zejména v šermířsky vyspělých zemích (Francie, Německo, země bývalého SSSR, Itálie, Maďarsko, SRN a další). V České republice je asi pět šermířů, o kterých se dá říci, že to jsou profesionálové (Vincenc 2002: s. 57).

## **3. Historie šermu v Čechách**

Je velmi obtížné určit přesnou dobu, kdy šerm začal být brán jako sport a přestal být nástrojem pro vítězství nad protivníkem. Školy šermu fungovaly však již v době, kdy měl šerm jen vojenský charakter. V této chvíli již přichází sportovní šerm jako disciplína, při níž jde o vítězství v zápase, nikoliv však s cílem usmrcení protivníka (Michálek 2005: s. 4).

„Od raného středověku byly i Čechy zasaženy módou turnajů, dá se říci obdobou šermířských soubojů. Významné období pro šerm bylo na přelomu 16. a 17. století. Císař Rudolf II. roku 1607 kodifikoval svým výnosem výsady a povinnosti pražského cechu Fedrfechtýřů, udělil jim erbovní znak a jejich výsady několikrát v pozdějších letech potvrdil. Toto šermířské bratrstvo představuje významnou kapitolu v dějinách českého šermu“ (Vincenc 2002: s. 51). „Kuriozitou Čechů je, že přestože byli a jsou v evropském šermířském světě pouhým lepším průměrem, drží jeden nepřekonaný primát – prvenství v délce trvání šermířské školy. Česká stavovská a zemská šermírna

byla založena za vlády Habsburků v Praze v roce 1659 a její činnost skončila teprve v roce 1914, současně se začátkem první světové války. V této slavné šermířské škole se vystřídala řada slavných šermířských mistrů. Byli to mistři šermu především italští a později i francouzští. Je určitě třeba zmínit taková jména jako Francouz Antoine François de Touche, Jean-Baptiste de Trento, dále česká jména: Leopold Bezdíček a Václav Just. Úctyhodná řada vrcholí otcem a synem Gustavy Hergsellovými, rakouskými důstojníky belgického původu, z nichž syn proslul především jako odborný badatel a spisovatel v oboru historie šermu. Je velmi lichotivé pro český národ, že posledním mistrem české stavovské šermířny byl český šlechtic Adam rytíř Sokolowski, který ještě dlouho po zániku školy působil jako mistr šermu za první republiky. Kromě stavovské šermířny existovaly v Praze další šermířské školy – soukromé, univerzitní i tělocvičné“ (Vincenc 2002: s. 51-52).

„V roce 1862 byla v Praze založena tělocvičná jednota Sokol, v jejíchž stanovách je, že jejím účelem je, aby se pěstoval tělocvik společným cvičením, výlety a šermováním. Oba zakladatelé Sokola – Jindřich Fügner a Miroslav Tyrš – byli nadšenými šermíři. V roce 1868 přechází také do Sokola v duchu doby celý tehdejší pražský Tělocvičný šermířský spolek. První veřejný turnaj uspořádali čeští šermíři 20. dubna 1886 v sále Konviktu. V dobovém tisku o něm referoval i Jan Neruda. Koncem 19. století šermířských škol i spolků přibývá. Modernímu sportovnímu šermu dali šavli Italové v 60. letech 19. století. Šavle, v té době důstojnická zbraň téměř celé Evropy, se začala používat jako zbraň samostatné šermířské disciplíny. Luigi Barbasetti byl koncem druhé poloviny 19. století asi nejlepším evropským učitelem v šermu šavlí. Tento mistr vynalezl nový typ šavle, vlastně první typ šavle sportovní, která se používala až do konce 20. let našeho století. Barbasetti koncipoval moderní metodiku šermu šavlí, a protože působil později ve Vídni, zavádí nakonec jeho metodu do vojenské výuky i vojenská správa Rakousko-Uherska. Touto školou vyučovali šerm i bývalí rakouští mistři šermu na československé vojenské akademii, takže její prvky přetrvaly téměř do poloviny 20. století. Po Barbasettiho působení v Rakousku převzali jeho způsob šermu šavlí Maďaři a stali se až do dnešní doby světovou špičkou ve sportovním šermu šavlí spolu s Rusy, Italy a Poláky. Roku 1902 odchází nadporučík Riegel na odpočinek a jeho klub přerušuje svoji činnost. Čeští členové klubu zakládají toho roku Český

šermířský klub, kterému z piety ke starému a zasloužilému učiteli ponechali název Riegel. Němečtí členové zakládají Herrenfechtclub, který je převahou důstojnický. Tento 1. ČŠK Riegel existuje dodnes, a je tak vlastně nejstarším českým a dosud existujícím klubem. V listopadu 1913 se zástupci ČŠK Riegel Jaroslav Tuček a V. C. Vaníček zúčastnili ustavujícího zasedání Mezinárodní šermířské federace (FIE) a ČŠK Riegel se tak stal jejím spoluzakladatelem. Po návratu ze zasedání založili zástupci českých šermířských klubů Český šermířský svaz. Členové klubu Riegel udržovali svými příspěvky, zasílanými z fronty, činnost klubu i v době první světové války. V době do vypuknutí druhé světové války vzniklo v Praze mnoho šermířských klubů, které však nepřečkaly válečná léta. Po válce bylo v důsledku sjednocování československé tělesné výchovy provedeno mnoho administrativních změn, jejichž výsledkem bylo nejprve začlenění ČŠK Riegel do Sokola, později do tělocvičné jednoty Baník. Dnes však klub opět používá svůj historický název. Československý a nyní Český šermířský svaz sdružoval řadu dalších klubů“ (Vincenc 2002: s. 51-53).

### **3.1 Rozvoj sportovního šermu**

„Šerm nabývá stále více na významu jako sportovní disciplína. Výcvik v zacházení zbraní dospěl logicky k prvnímu veřejnému změřeni sil šermířů (zatím profesionálů) v prvním doloženém mezinárodním turnaji uspořádaném v Londýně roku 1825. Samozřejmě to nebylo první veřejné vystoupení šermířů, ale bylo první, které mělo sportovní charakter, bylo bojováno cvičnými zbraněmi a s maskami na obličej. Jméno vítěze není známo, nejspíš to ale byl někdo z francouzských mistrů. Turnaj byl mezinárodní a konal se před zraky mnoha diváků, jehož velkou část tvořila londýnská smetánka, složená z členů předních šlechtických a měšťanských rodin. Přibližně ve stejnou dobu byla ve Francii definována poslední šermířská akce, čímž byl vývoj šermu definitivně ukončen“ (Vincenc 2002: s. 53).

„V současné době nové akce nevznikají, pouze se vylepšují staré akce, především se zjednodušují a zrychlují a jinak se kombinují, stejně jako pohyby nohou. V minulém století nastal mohutný rozvoj tělovýchovy po celé Evropě i Americe. Šerm samozřejmě patřil mezi přední sporty té doby. Určitým paradoxem je, že v té době neměl šerm

mezinárodní organizaci, kterou ale měly i sporty daleko mladší, například cyklistika nebo veslování. Důvodem bylo patrně to, že šerm byl po celé 19. století stále ještě prostředkem soubojů. V 70. a 80. letech minulého století působil ve Francii filozof, historik a také nadšenec tehdy vznikajícího tělovýchovného hnutí Pierre hrabě Coubertin. Jeho životním cílem bylo obnovit po 1600 letech olympijské hry starověkého Řecka. Tedy nejen je obnovit, ale zároveň jim dát novou podobu. Pierru de Coubertinovi dalo mnoho práce, než se mu podařilo založit mezinárodní olympijský výbor, ale nakonec se mu to povedlo a dnes patří olympijské hry a sport k fenoménům našeho století. Coubertin měl i zásluhy o šerm, neboť sám byl aktivním šermířem kordem i šavlí. Coubertin prosadil šerm i v jiné sportovní oblasti. Sám v 90. letech vymyslel sport vpravdě rytířský – moderní pětiboj. Tento sport, který je stejně jako šerm neustále v programu olympijských her od roku 1912, má jako jednu z pěti disciplín šerm kordem, dalšími disciplínami moderního pětiboje jsou střelba, jezdeckví, plavání a běh“ (Vincenc 2002: s. 54).

„Zapomenutým, ale z určitého hlediska nejúspěšnějším šermířem všech dob byl Vilém Goppold z Lobsdorfu. Narodil se roku 1869 pravděpodobně v Praze, kde později spolu s manželkou vlastnil malé kožešnictví ve Vodičkově ulici. Přes německy znějící jméno byl Goppold českého původu. Šermoval v tehdejším prestižním pražském klubu nadporučíka Riegela. Goppold měřil téměř dva metry, a ač uměl šermovat fleretem i kordem, jeho hlavní zbraní byla šavle, ve které tehdy vynikali Maďaři a Italové. Ve svých 39 letech dosáhl v této zbraní svého největšího úspěchu, když na IV. olympijských hrách v roce 1908 v Londýně skončil na 3. místě a získal bronzovou medaili. O den později získal druhou bronzovou medaili, a to jako člen družstva šavlistů, které skončilo za Maďary a Italy. Vilém Goppold i družstva startovali za Čechy a nikoliv za Rakousko-Uhersko, do jehož svazku jinak Čechy patřily. Družstvo šavlistů tvořili ještě Otakar Lada, Viliam Tvrzský, Bedřich Schejbal a Jaroslav Tuček, který je také známý jako jeden z prvních moderních historiků šermu v našich zemích. Kuriozitou je, že ač český šerm získal od té doby až do roku 2000 na soutěžích mistrovství světa a Evropy řadu medailí, žádný český ani slovenský reprezentant či družstvo nezískali po Goppoldovi už žádnou olympijskou medaili. Vilém Goppold z Lobsdorfu zemřel za druhé světové války v Praze, poměrně chudý a zapomenutý.

Sportovní historici komunistické éry neměli zájem oslavovat člověka s německy znějícím šlechtickým jménem, navíc pěstitele buržoazního sportu, jak šerm označovali“ (Vincenc 2002: s. 54-55).

### 3.2 Šerm ve 20. století

„Šerm se stal organizovaným sportovním odvětvím koncem 19. století. Ve Velké Británii byla roku 1902 založena Amateur Fencing Association a ve Francii roku 1906 Fédération des Salles des Armes et Sociétés d’Escrime. Šerm mužů se stal součástí olympijských her, a to od jejich obnovení roku 1896. Od roku 1900 se kord připojil k fleretu a šavli jako samostatná disciplína olympijského programu. Soutěže družstev ve fleretu byly zavedeny na olympiádě v roce 1904, následovaly šavle a kord v roce 1908. Na olympijských hrách v roce 1912 však Francie odstoupila a Itálie odmítla soutěžit v kordových disciplínách kvůli nesouhlasu s pravidly. Výsledkem bylo, že v roce 1913 byla založena Fédération Internationale d’Escrime a od té doby tato mezinárodní šermířská federace vládne amatérskému šermu jak na olympijských hrách, tak při světových šampionátech. Jednotlivá utkání žen v šermu fleretem byla poprvé zahrnuta do olympijských her v roce 1924 a soutěže ženských družstev se objevily na olympijských hrách v roce 1960. Ženská družstva a individuální šermířky kordem se objevily na olympijských hrách v roce 1996. Své vlastní organizace mají v mnoha zemích profesionální šermíři a existuje profesionální světová organizace“ (Vincenc 2002: s. 55).

„Šerm je jedním z pěti sportů, který nikdy na olympijských hrách nechyběl. Na OH se celkem vystřídalo 50 sportů. Nejmladším vítězem OH v šermu byl Kubáncem Ramón Fonst (flet-1904), kterému bylo 17 let, a nejstarším Maďar Aladár Gerevich (šavle-1960), kterému bylo 50 let. Nejvíce olympiád absolvoval šermíř Ivan Osier (Dánsko), který startoval na OH 1920-1960 bez přestávky. Od roku 1920 se pořádalo v šermu pouze ME, od roku 1937 i MS. ME bylo obnoveno v roce 1981. V roce, kdy se konají OH, se MS nekoná. Od roku 1950 se každoročně koná MS junior do 20 let. Od roku 1985 se koná takzvaná soutěž mistrů, což je velmi vznešené utkání pro vybrané publikum pořádané v nějakém luxusním hotelu, při němž spolu soutěží nejlepších 10

šermířů z celého světa ve všech zbraních. V každé zbrani se bojuje o 33 tisíc švýcarských franků“ (Vincenc 2002: s. 56).

„Současný sportovní šerm, i když je někdy velmi tvrdým sportem, patří z hlediska úrazovosti k nejbezpečnějším sportům. Nejvíce smrtelných úrazů mívají tyto sporty: horolezectví, fotbal, rugby, motorismus, jezdeckví, lední hokej. Posledním smrtelným úrazem byl asi před deseti lety případ, kdy zlomená čepel kordu žáka pronikla trenérovi pod masku. Od konce 19. století až do doby po druhé světové válce dominovali soutěžím v šermu kordem a fleretem Francouzi a Italové. Poté, co šerm získal větší popularitu po celém světě, prosadili se více sovětsí a maďarští šermíři. Japonci, kteří po celá staletí šermovali s bambusovou holí ve sportu zvaném kendó, začali být dobří i v šermu západního stylu, zvláště fleretem – stejně tak Korejci a Číňané. V roce 1935 byl pro soutěže zaveden elektrický kord, a tak zmizely občas nepřesné závěry přihlízejících rozhodčích. Zásahy a jejich posloupnost registruje elektrický aparát. V roce 1955 byl pro soutěže předepsán elektrický fleret, jenž měl premiéru na MS 1955 v Římě, ale stále jsou nutní rozhodčí, aby určili prioritu zásahů. Elektrický záznam zásahů šavlí se objevil poprvé na MS 1989. V roce 1999 byla pro šerm šavlí a kordem vynalezena bezdrátová dálková signalizace zásahů, takže odpadlo připoutávání šermířů na elektrické navijáky“ (Vincenc 2002: s. 56-57).

### **3.3 Nejlepší šermíři historie**

„Nejlepšími sportovními šermíři historie jsou podle počtu vítězství na OH nebo MS: fleret muži: Christian d’Oriola (Francie 5x), Alexandr Romankov (SSSR 5x), kord muži: Eduardo Mangiarotti (Itálie 5x), Pavel Kolobkov (Rusko 4x), šavle muži: Jerzy Pawlowski (Polsko 4x), Alexandr Pozdniakov (Rusko 4x), fleret ženy: Ildiko Rejtő (Maďarsko 4x), Alexandra Zabelina (SSSR 3x), kord ženy: Laura Flessel (první černošská mistryně světa, Francie 3x). Šavle žen měla teprve dva šampionáty“ (Vincenc 2002: s. 57).

## 4. Výzbroj

„Každá zbraň se skládá ze tří částí. První částí je čepel z pružné ocele, která je na hrotu ukončena zárazníkem a na zadní části trnem (tento trn je součástí rukojeti při montáži zbraně). Další částí je rukojeť, ve které je trn uchycen maticí nebo jakýmkoliv jiným způsobem, která umožňuje šermíři držet zbraň v ruce. Může se skládat z jedné nebo více částí, v tomto případě se skládá z držadla (které obvykle drží ruka) a ukončení (koncová část rukojeti, kterou se upevňuje držadlo na trn). Třetí částí je kovová číška – upevněná konvexní částí – mezi čepelí a rukojetí, která slouží k ochraně ruky držící zbraň. Číška může obsahovat podušku k tlumení nárazů, kromě toho obsahuje elektrickou zásuvku k připojení osobní šňůry.“

(*Czechfencing* [online]. 2006 [cit. 2011-02-02]. Český šermířský svaz. Dostupné z WWW: <[http://www.czechfencing.com/czech\\_html/download.php](http://www.czechfencing.com/czech_html/download.php)>.)

### 4.1 Fleret

Fleret je zbraň sportovních šermířů se štíhlým ostřím a malým košem. Od začátku 17. století se vyvíjel jako tréninková zbraň pro šermíře šermující kordem i rapírem. Délka celého fleretu není větší než 110 centimetrů, délky ostří (čepelí) se pohybují mezi 88-90 centimetry. Dnešní fleret má hmotnost 275-500 g. V první polovině 20. století byly vynalezeny elektrické aparáty, které umožňovaly záznam zásahů, na hrotu čepelí fleretu pak byl pružinový zárazník, který signalizoval zásah. V dnešní době jsou zásahy signalizovány šermířovou elektrickou vestou. (Křížek, Čech 2003: s. 67)

**Obrázek 1 Fleret**



Zdroj: [www.sermuj.cz](http://www.sermuj.cz)



## 4.2 Kord

„Kord je chladná poboční zbraň, která se vyvinula z pozdních typů bodných mečů. Název se odvozuje od perského slova kárd, což znamená nůž. Se svou štíhlou a dlouhou čepelí vytlačoval kord postupně mohutnější meče. Když už ruka nebyla chráněna železnou rukavicí, chránil ji koš ze železných úponků“ (Křížek, Čech 2003: s. 67). Celková délka kordu by neměla přesáhnout 110 cm a zbraň by neměla být těžší než 770 g. Kordy se dají rozdělit také podle ostří na kordy s jednosečnou, dvojsečnou a trojsečnou čepelí. V dnešní době je kord zbraní pouze pro sportovní šermíře.

**Obrázek 2 Kord**



Zdroj: [www.sermuj.cz](http://www.sermuj.cz)

## 4.3 Šavle

„Šavle je dlouhá poboční a chladná zbraň s různě tvarovaným jílcem a zakřivenou, jednostranně broušenou čepelí s ostrým hrotem. Zakřivená čepel způsobovala větší řezné rány než čepele rovné, ale rány šavlí, přestože hrozivě vypadající, byly relativně méně nebezpečné než většinou smrtelné body kordem či rapírem“ (Křížek, Čech 2003: s. 249). Zbraň se k nám dostala z Východu. Nyní se však uvádí, že pochází ze střední Asie. Maximální celková délka šavle je 110 cm a hmotnost je menší než 500 g. Šavle je také častým zástupcem zbraní v privátních i veřejných sbírkách a často reprezentuje historické zbraně.

**Obrázek 3 Šavle**



Zdroj: [www.sermuj.cz](http://www.sermuj.cz)

## **5. Vybavení šermíře**

Šermířská maska je vyrobena z ocelového pletiva, případně s hledím z plexiskla. Maska může být průhledná, ta je povinná pro všechny části (základní skupiny) poháru MS, ME a OH. Obvyklá šermířská maska se pak používá při trénincích, domácích a zahraničních soutěžích. Předepsaná pevnost materiálu musí být dle pravidel FIE  $1600\text{Nm/cm}^2$  (Newtonů na centimetr čtvereční).

**Obrázek 4 Šermířská maska**



Zdroj: vlastní fotografie

U šermířské vesty je v provedení určeném na mistrovské turnaje (MS, ME, SP), turnaje v zahraničí a mezinárodní turnaje probíhající v ČR předepsaná pevnost mezinárodní šermířskou federací  $800\text{Nm/cm}^2$ . Materiálem pro výrobu je kevlar (používá se také pro výrobu neprůstřelných vest a přileb pro policii a armádu). Na republikové závody a tréninky je povolené používat vesty s pevností  $350\text{Nm/cm}^2$ . Tyto vesty jsou vyráběné z elastického nebo pevného materiálu.

**Obrázek 5 Šermířská vesta**



Zdroj: vlastní fotografie

Spodní ochranná vestička (podesta, plastron) se obléká pod šermířskou vestu a navléká se jen na šermující ruku (pouze na polovinu těla). Šermířskou federací je předepsaná pevnost materiálu  $800\text{Nm/cm}^2$  a šermíř by bez ní nebyl puštěn na závody. Povolena není ani podesta s pevností  $350\text{N}$ , ta je povolena pouze na tréninky.

**Obrázek 6 Spodní ochranná vestička**



Zdroj: vlastní fotografie

Elektrická vesta je vyrobena z vodivých vláken, která umožňují přenos signálu do aparátu. U této části výstroje je pravidly přesně daná velikost. Elektrické vesty jsou rozdílné pro fleret a pro šavli.

**Obrázek 7 Elektrická vesta**



Zdroj: [www.5mfencing.com](http://www.5mfencing.com)

Šermířské kalhoty jsou oblékány po kolena. Stejně jako vesta musí také splňovat bezpečnostní předpisy stanovené FIE. To znamená  $800\text{Nm/cm}^2$ . Vyráběny jsou také z kevlaru.

**Obrázek 8 Šermířské kalhoty**



Zdroj: vlastní fotografie

Podkolenky chrání hlavně holeň, kde mají přední část zdvojenou, potřebují je zejména kordisté. Jsou součástí povinného vybavení šermířů předepsaného FIE, nejsou na ně však stanovena přesná pravidla. Musí být ovšem dlouhé, protože mezi nimi a kalhotami nesmí koukat kůže. Mohou být tedy použity i běžné podkolenky.

**Obrázek 9 Šermířské podkolenky**



Zdroj: [www.5mfencing.com](http://www.5mfencing.com)

Rukavice je šermířem oblékána jen na ozbrojenou ruku. Druhá ruka není nijak chráněna. Při šermování šavlí je možné použít dva druhy rukavic. Běžnou rukavici šermíři využívají při trénincích a volném šermu na signalizačním aparátu, na závodech se na ni musí natáhnout vodivý návlek. V návleku jsou vodivá vlákna, ta přenáší signál po zásahu do aparátu přes elektrickou vestu.

**Obrázek 10 Šermířská rukavice**



Zdroj: vlastní fotografie

**Obrázek 11 Návlek na rukavici**



Zdroj: Vlastní fotografie

Naproti tomu u elektrické rukavice je vodivá látka již její součástí.

**Obrázek 12 Elektrická rukavice**



Zdroj: [www.5mfencing.com](http://www.5mfencing.com)

Chránič prsou (plastron) je povinný u dívek.

**Obrázek 13 Chránič prsou**



Zdroj: vlastní fotografie

Dnes se již vyrábějí speciální šermířské boty. Nejsou na ně daná žádná pravidla, ale měly by naplňovat nároky, které plynou ze specifik šermu. Měly by mít hlavně vyztužené třecí plochy a pata by měla být zaoblená, nikoliv hranatá. Šermíři používají vysoké boty, které zpevňují kotníky, i nízké boty.

**Obrázek 14 Šermířské boty**



Zdroj: vlastní fotografie

Osobní šňůra spojuje zbraň s vedením, a tak je možný převod signálu po zásahu na masku přes elektrickou vestu do aparátu. Jeden konec se napojuje na masku a druhý se připíná na elektrickou vestu. Je povinné, aby měl závodník na turnajích dvě funkční šňůry.

**Obrázek 15 Osobní šňůra**



Zdroj: vlastní fotografie

## **6. Japonský sportovní šerm kendó**

Tento japonský sport se provozuje jen asi ve třiceti zemích, ale má asi jednu tolik členů než klasický šerm, který se dnes provozuje ve 104 zemích. Japonský sportovní šerm kendó je v osnovách tanních škol povinným předmětem, což je asi důvod velkého množství kendistů (Vincenc 2002: s. 58).

## **7. Šerm – členové**

Francie má nyní dle dostupných informací největší množství členů sportovního šermu (35 000), dalšími v počtu šermířů jsou Itálie a Německo (27 000), následuje Rusko a Čína (20 000) a také USA (15 000). Maďarsko, přestože je již velmi dlouhou dobu velmocí v šermu, má pouze 4 500 členů sportovního šermu, stejně tak Polsko, to je také možné považovat za velmoc. Jihoamerické státy a Afrika mají velmi malý počet sportovních šermířů, točí se okolo několika stovek. V České republice bylo roku 2000 asi 1 200 členů sportovního šermu (Vincenc 2002: s. 58).

## **8. Diváci**

Velkou popularitu, co se týče diváctví, má sportovní šerm ve Francii a na Kubě, dříve byl šerm divácky populární v SSSR, Maďarsku a Německu. V České republice není sportovní šerm divácky oblíbený, a proto je návštěvnost na závodech opravdu velmi malá. Důvodem je hlavně to, že sportovní šerm je pro laického diváka velmi obtížný a požitek z něj může mít pouze člověk, který mu opravdu rozumí (Vincenc, 2002: s. 58).

## **9. Pravidla**

„V prvním kole se bojuje ve skupinách na 5 zásahů a čistý čas boje jsou 3 minuty. Jestliže šermíř docílí pěti zásahů rychleji, je zápas ukončen. Končí-li regulérní čas nerozhodně, rozhoduje následující zásah v nastavené minutě. Od druhého kola až do finále se šermuje přímým vylučovacím způsobem na 15 zásahů s časovým limitem 9 minut, rozděleným do 3 částí po 3 minutách s přestávkami po 1 minutě.“

(*Czechfencing* [online]. 2006 [cit. 2011-02-02]. Český šermířský svaz. Dostupné z WWW: <[http://www.czechfencing.com/czech\\_html/download.php](http://www.czechfencing.com/czech_html/download.php)>.)



## 9.1 Trenér a šermíř

Trenér šermu nesmí během utkání svěřenci radit, pouze o pauzách. Šermíř je tudíž v boji odkázán pouze na sebe, tak jako to dříve bývalo při soubojích. Rozhodčí je ve sportovním šermu pouze jeden a jeho verdikt je konečný, k protestu nelze použít ani televizní záznam. To je rozdíl od začátků sportovního šermu, kdy se zásahy neregistrovaly elektricky, a byli nutní postranní rozhodčí. Rozhodčí může ze soutěže vyloučit červenou kartou nejen šermíře, ale také diváky ze sálu, většinou pro nesportovní chování.

## 9.2 Planš

Planš je ohraničená část půdy určená k zápasu. Při soutěžích ve fleretu, kordu i šavli se šermuje na stejných planších. Šířka planše je 1,5 až 2 metry, jeho délka je 14 metrů. „Planš je uspořádána tak, aby každý šermíř umístěný dva metry od středu planše měl k dispozici pro ústup bez toho, aby překročil oběma nohama koncovou čáru, celkovou délku 5 m.“

(*Czechfencing* [online]. 2006 [cit. 2011-02-02]. Český šermířský svaz. Dostupné z WWW: <[http://www.czechfencing.com/czech\\_html/download.php](http://www.czechfencing.com/czech_html/download.php)>.)

## 9.3 Způsob dosažení zásahů

„Fleret je pouze bodná zbraň, útočná akce se tedy vykonává výlučně jen hrotem. K platnému povrchu zásahu nepatří hlava a údy. Patří k němu pouze trup ohraničený nahoře čarou procházející 6 cm nad vrcholky klíčních kostí, na stranách švy, jimiž jsou připevněny rukávy, které mají přecházet hlavu kosti pažní, dole vodorovnou čarou procházející na zádech vrcholky bederních kostí a odtud pokračující k místu, kde se sbíhají ohyby slabin. Součástí platného povrchu je také část límce pod vodorovnou linií 1,5-2 cm pod bradou, která ale nesmí být v žádném případě níže, než je linie ramen“

(*Czechfencing* [online]. 2006 [cit. 2011-02-02]. Český šermířský svaz. Dostupné z WWW: <[http://www.czechfencing.com/czech\\_html/download.php](http://www.czechfencing.com/czech_html/download.php)>.)

„Kord je pouze bodná zbraň, útočná akce se tedy vykonává výlučně jen hrotem. Platný povrch tvoří celé tělo šermíře včetně jeho oblečení a výzbroje. Proto se počítá každý zásah, který zasáhl kteroukoliv část těla (trup, údy nebo hlava), oblečení nebo výzbroje“ (Czechfencing [online]. 2006 [cit. 2011-02-02]. Český šermířský svaz. Dostupné z WWW: <[http://www.czechfencing.com/czech\\_html/download.php](http://www.czechfencing.com/czech_html/download.php)>.)

„Šavle je bodná a sečná zbraň, všechny seký provedené ostřím, plochou nebo rubem čepele se považují za platné zásahy. V šermu šavlí jsou platné pouze zásahy na tzv. platný povrch, tím je celá vrchní část těla nad vodorovnou čarou, která prochází vrcholy ohybů tvořených stehny a trupem šermíře stojícího ve střehu“

(Czechfencing [online]. 2006 [cit. 2011-02-02]. Český šermířský svaz. Dostupné z WWW: <[http://www.czechfencing.com/czech\\_html/download.php](http://www.czechfencing.com/czech_html/download.php)>.)

## **10. Kategorie a soutěže ve sportovním šermu**

Kategorie ve sportovním šermu jsou: dospělí (bez omezení), junioři (do 20 let), kadeti (do 17 let), žáci (do 15 let), mladší žáci (do 13 let). Každý rok je pořádáno mistrovství světa pro juniory a kadety, pro dospělé každoročně kromě roku, ve kterém se konají olympijské hry. Mistrovství Evropy dospělých, juniorů a kadetů probíhá každý rok. Každoročně se uskutečňuje také mistrovství ČR.

Každý rok se také koná mnoho mezinárodních turnajů, z nichž 8-10 v jednotlivých zbraních se počítá do světového poháru. Čeští sportovní šermíři se mohou ve světovém srovnání pyšnit lepším průměrem.

(Czechfencing [online]. 2006 [cit. 2011-02-02]. Český šermířský svaz. Dostupné z WWW: <[http://www.czechfencing.com/czech\\_html/download.php](http://www.czechfencing.com/czech_html/download.php)>.)

## **11. Oddíly v ČR**

V Českém šermířském svazu je nyní 1 600 členů ve 42 šermířských oddílech. Z nich 28 oddílů je v Čechách, jen v hlavním městě to je 13 oddílů, na Moravě je pak 14 oddílů. Největšími oddíly jsou USK Praha, Lokomotiva Karlovy Vary, SC Praha, Dukla Olomouc, Bohemians Praha, ŠK Houštka, Sokol Brno 1, FC Karlín, Sokol Dejvice a Lokomotiva Liberec. Je však potřeba jmenovat i oddíly, které se mohou chlubit nejlepšími výsledky ve výchově mladých šermířů pro českou reprezentaci. Jsou to oddíly Šerm Ostrava, Slovácká Slavia Uherské Hradiště, Slavoj Litoměřice, VSK Humanita Praha, AMU Praha a Sokol Bystřice n. P.

(*Czechfencing* [online]. 2006 [cit. 2011-02-02]. Český šermířský svaz. Dostupné z WWW: <[http://www.czechfencing.com/czech\\_html/download.php](http://www.czechfencing.com/czech_html/download.php)>.)

## **12. Trénink sportovního šermu u dětí**

### **12.1 Kdy začít se sportovním šermem?**

Odpověď na otázku, kdy začít se sportovním šermem, je velmi složitá. Mělo by být pravidlem, že budoucí šermíř by měl zahájit trénink šermu až v době, kdy jednostranná zátěž nebude negativně působit na jeho zdraví a stavbu těla. Se sportovním šermem je vhodné začít až ve starším školním věku kvůli náročné motorice a koordinaci pohybů. Pro děti mladšího školního věku je to velmi obtížné, proto se doporučuje začít až po 10. či 11. roce. Dále je důležité zohlednit stránku zdravotní. Lokomoce šermířů je velmi jednostranná a ne příliš podobná běžnému pohybu a motorice, takže může dojít k poškození kloubů a páteře (Michálek 2005: s. 10).

### **12.2 Zvláštnosti dětského tréninku**

Vzhledem k tomu, že v mnoha menších klubech jsou věkově rozdílní šermíři, bývá někdy problémem správně vytvořit skupinu pro trénink. Nejvhodnější je skladba stejně či podobně starých dětí obou pohlaví. Zmínila jsem se již o tom, že se sportovním

šermem by se mělo začít po desátém či jedenáctém roce. Jak jsem zjistila, v klubech nefunguje ani příprava pro mladší děti a nábor se opravdu provádí až po desátém roce života dítěte. Příprava funguje pouze v jediném klubu v Praze. Příprava probíhá formou her a soutěží, je zaměřena na zlepšení kondice, koordinace a postřehu a pomalu začíná s prvky sportovního šermu tak, že nedochází k nechtěnému jednostrannému zatěžování. V ostatních klubech probíhá po náboru asi 11letých dětí přibližně první půlrok nácvik šermířských dovedností. Pro jejich zvládnutí je důležitá správná motorika a koordinace pohybů, což děti v tomto věku již zvládají. Začít se sportovním šermem v tomto věku je vhodné proto, že šermíř během jednoho roku začne závodit v kategorii mladších žáků, pravidelně se zúčastňuje soutěží, a získává tak cenné zkušenosti do budoucna.

### **12.3 Výchovní přístup k dětem**

Při trénování dětí by si měl trenér hlavně uvědomit, že na něj jsou kladeny i požadavky výchovné. Měl by dodržovat pedagogické zásady, a to hlavně: zásadu uvědomělosti, názornosti, soustavnosti, přiměřenosti a trvalosti. „Pro uplatňování zásady uvědomělosti je důležité pochopení smyslu a podstaty prováděné činnosti i ztotožnění se s tím, proč a jak se daná činnost nacvičuje. Cvičení by mělo být vedeno tak, aby se děti aktivně zúčastňovaly jeho průběhu a výsledku. Zásada uvědomělosti vyžaduje, aby trenér u sportovců rozvíjel schopnost rozpoznat vlastní chyby, aby je vedl k přesnému a promyšlenému pozorování a přemýšlení. Využívají se k tomu různé druhy rozhovorů, povzbuzení a pobídek, soutěží a podobně. Zásada názornosti znamená účelné využívání všech prostředků k rychlému a pokud možno co nejdokonalejšímu vytvoření správné představy o pohybu. Jako prostředek názorného předvedení pohybu se v praxi používají otázky přímé (trenér či někdo jiný předvádí daný pohyb) i nepřímé (obrázky, schémata, videonahrávky). Doporučují se i návštěvy soutěží a závodů, tréninky se staršími závodníky a podobně. Velký význam při pochopení průběhu pohybu má také znalost rytmu, který je možné provádět i pomocí zvukových signálů (píšťalka, tleskání apod.). Zásadním požadavkem na názornost je však vždy co možná nejlepší provedení dané ukázky. Zásada soustavnosti vytváří požadavek na řazení obsahu tréninku tak, aby na sebe naučené dovednosti a znalosti navzájem navazovaly a utvářely ucelený systém.

Soustavnost znamená také pravidelnost a systematickou práci podle promyšleného plánu, který u dětí bývá rozpracován i na několik let dopředu. Zásada soustavnosti vychází ze známých postupů – od jednoduchého ke složitému, od známého k neznámému a podobně. Zásada přiměřenosti nastoluje požadavek, aby obsah i rozsah tréninkového zatížení, jeho obtížnost i způsob trénování odpovídaly stupni psychického rozvoje, tělesným schopnostem dítěte, jeho věkovým zákonitostem a individuálním zvláštnostem. Ovlivňuje se tak nejen efektivita tréninkového procesu, ale i psychický vývoj dětí a případně i bezpečnost v tréninkové jednotce. Předpokladem správné aplikace této zásady je dokonalá znalost dětí. Hlavním předpokladem její realizace jsou různé druhy dělení družstva dětí do malých skupin. Podstatou zásady trvalosti je efektivní zapamatování si vědomostí a dovedností, které se děti učí, s tím, že si je dokážou kdykoliv vybavit a prakticky je použít. Podstatou této zásady není nacvičovat a rozvíjet dovednosti a schopnosti pouze tak, aby trenér formálně uspokojil požadavek nácvičku, ale tak, aby se důkladně vtiskly dětem do paměti. Je nutné si uvědomit, že jak pohybové dovednosti, tak vědomosti a návyky se po určitém čase zapomínají nebo ztrácejí. Proto je potřeba důkladně a reálně plánovat tréninkový proces, stupňovat přiměřeně požadavky, obměňovat cvičení, pravidelně kontrolovat dosaženou úroveň rozvoje a podle takto zjištěných výsledků upravovat další postupy“ (Perič 2004: s. 23-24). „Všechny zásady spolu úzce souvisejí a promítají se do tréninkového procesu jako komplex, který by měl trenér chápat, respektovat ho a využívat. Je zřejmé, že jejich uplatňování může výrazným způsobem urychlit a zefektivnit celý proces tréninku dětí, ale didaktické zásady nejsou jedinou oblastí, která by se měla dodržovat“ (Perič 2004: s. 24)

#### **12.4 Přípravný trénink začátečníka**

Na úplném začátku je velmi důležitý rozvoj pohybových schopností, což je předpoklad pro pozdější osvojení šermířských dovedností. Jedná se především o rozvoj rychlosti, akcelerace, obratnosti a koordinaci a také trénink postřehu. U dětí, které začínají se šermem, je jako v každém sportu velmi důležitá motivace. Děti musí být zaujaté, proto by většina činností měla být formou soutěží a her, činnosti by se měly pravidelně střídát, nemělo by docházet k prostojům.

„V prvním půlroce se děti učí základním pohybům šermíře. Jde o základní kroky vpřed a vzad po planši, posun a odsun a základní útočný prvek, kterým je výpad“ (Michálek 2005: s. 11). Řádné osvojení těchto základních prvků je předpokladem pro jejich rozvoj v budoucnu při obtížnějších akcích. Proto není cílem naučit tyto základy začínající šermíře v krátké době, ale to, aby se to naučili důkladně a později nedělali zbytečné technické chyby.

„Další etapa přichází po osvojení základní techniky nohou, avšak často je tato etapa zařazována dříve. Úkolem této fáze je obeznámit se všemi sportovními zbraněmi a naučit žáky správné držení zbraní, držení správné pozice zbraně ve střehu a základním pohybům rukou při bodech, secích, krytech“ (Michálek 2005: s. 11). Tato fáze je často dříve zařazována z toho důvodu, že pro žáka je mnohem přitažlivější pracovat se zbraní, než jen trénovat nohy. Pro žáky je tedy velkou motivací, když je snaha při základním tréninku oceněna tréninkem se zbraní. V této etapě by si žáci měli osvojit synchronizaci mezi horními a dolními končetinami, tedy při posunech a odsunech a při výpadech správně sjednotit činnost paže se zbraní, která by měla být ve flexi před začátkem práce dolních končetin (Michálek 2005: s. 11).

V těchto počátečních etapách by žáci měli zvládnout základní šermířskou terminologii, trenér by měl žáky seznámit s termíny a názvy, se kterými se budou potkávat, nebo se již potkávají. Žáci by se měli také seznámit s výstrojí šermíře a používat ji. Měli by také poznat základní rozdíly mezi jednotlivými sportovními zbraněmi. Trenér musí stále myslet na to, že u dětí je nejdůležitější především psychika. Děti musí být dobře motivované, činnosti je musí bavit. Na další tréninky by se měly těšit, měly by pro ně být zábavou a radostí. To také vede k pozdějšímu vytrvání a stálému nadšení ke sportu (Michálek 2005: s. 12).

### **Příklady postupů v tréninkových jednotkách:**

Rozvoj rychlosti:

Štafety ve družstvech

Sprinty ve družstvech

Honičky

Rozvoj obratnosti

Překážková dráha závodní – pro družstva i jednotlivce

Překážková dráha dovednostní pro družstva i jednotlivce

Rovnovážná a balanční cvičení

Rozvoj rychlostní vytrvalosti

Soutěž jednotlivců s různými starty - hromadný start, starty jednotlivců, a z různých poloh – ze sedu, z lehu, z lehu na břiše na zádech, z lehu na zádech s nohama opřenýma o stěnu.

Trénování postřehu

Žák stojí v základním šermířském postoji, trenér stojí za jeho zády tak, aby žák nemohl vidět, co trenér právě dělá. Trenér nebo spoluhráč vysoko vyhodí rukavici tak, aby dopadla přibližně dva metry před žákem, který okamžitě svou maximální rychlostí vystartuje a snaží se rukavici chytit, než spadne na zem.

Žák opět stojí v základním šermířském postoji, tedy ve střehu, trenér drží v ruce rukavici a v momentě, kdy ji pustí z ruky, ji žák musí chytit, než dopadne na zem. Toto cvičení se dá také provádět s delší tyčí, což je snadnější varianta.

Všechny činnosti by měly být prováděny hravě a soutěžní formou. Žáci by měli být motivováni, v družstvu by mělo být pohodové a kamarádské klima. Žáci by měli být odměněni pochvalou za každý svůj úspěch a dobrý výkon. V případě neúspěchu je důležité povzbuzení do dalších činností (Michálek 2005: s. 12).

## **12.5 Pokračovací trénink**

„Úkolem pokračovacího tréninku je připravit sportovce na soutěžní činnost. Trenér má za úkol především vytvořit u žáka koncepci činností v útočné a v obranné fázi boje,

akce, které jsou v této koncepci zahrnuty, musí žák dobře technicky zvládnout a jejich provedení nadřilovat“ (Michálek 2005: s. 13).

Trenér by však neměl opomíjet to, že trénuje asi 12 až 13leté žáky a tuto skutečnost by měl zohlednit při přípravě tréninkové jednotky. V tomto věku se již mohou začít objevovat předpubertální symptomy a liknavost psychiky, podceňování, přeceňování, kritika, vytahování a podobně. V tomto věku také často dochází ke zhoršení motoriky, zejména pak obratnosti, a to kvůli náhlému a rychlému růstu. Na to by trenér neměl zapomínat a zařít se podle toho. Ale v tomto věku dochází k rozvoji myšlení a chápání, logickému i abstraktnímu, rozvíjí se paměť, racionální uvažování a žák je schopen se více intenzivně soustředit (Trohař 1973: s. 45).

Tento věk je vhodný k osvojení pravidel, zvládnutí taktiky v obraně i útoku. Trenér by měl žákům tyto činnosti demonstrovat na praktických ukázkách a situacích, činnosti by měly být žákům podávány v množství, které jsou schopni pobrat, aby v tom neměli nepořádek. Rozhodně by se měl trenér vyvarovat toho, aby nazpaměť žákům vtlokal do hlavy pravidla (Michálek 2005: s. 13).

#### „Příklady osnovy pokračovacího tréninku v šavli

##### Útočné akce

- Přímý útok zakončený sekem na hlavu
- Přímý útok zakončený sekem na bok
- Přímý útok zakončený sekem na prsa
- Útok na hlavu, v případě soupeřova krytu dokončení útoku se sekem na bok
- Přímý útok s odražením soupeřovy čepele

##### Obranné akce

- Kryty (kvinta, kvarta, terca)
- Provedení krytu s menzurou – vykrytí soupeřova útoku prodloužením vzdálenosti např. urychleným odsunem, resp. záskokem



- Převzetí soupeřova práva útoku odražením čepele“ (Michálek 2005: s. 14).

## 12.6 Výkonnostní trénink

„I v této etapě práce s dětmi by trenér měl pamatovat na období, kterým jeho svěřenci procházejí. U nich dochází formování vztahu k okolí, a tudíž i ke sportu jako činnosti, která jim může přinést silné uspokojení, ale také neúměrné zklamání. Proto by chování trenéra ke svým svěřencům mělo motivovat k dalším sportovním výkonům, naopak výchovné zásahy trenéra v roli pedagoga by měly být omezovány na nejnutnější míru. Fixace na sportovní činnost usnadňuje překlenutí tohoto rozporuplného stádia. Děti již mají vyhlédnuté svoje sportovní i mimosportovní vzory, které se snaží napodobovat. Vedle sportovní a tréninkové činnosti by se měl trenér zajímat i o mimosportovní zájmy svých svěřenců. Počínaje jejich životními plány a budoucím výběrem profese až po jejich koníčky a školní povinnosti.

V této fázi tréninkového procesu není nutné za každou cenu své svěřence nutit do tréninku složitých akcí, které v tomto věku nedokážou účelně využít. V technické přípravě je spíše žádoucí vytvářet u žáků dovednosti, které využijí v budoucnu. Závodníci již mají zkušenosti k tomu, aby dokázali číst taktiku boje a dokázali se učit věcem, jako je změna tempa boje, imitování pohybů k oklamání a překvapení soupeře, řešení situací, jako je např. ve fleretu a šavli současná akce obou soupeřů, atd.

Velmi důležitým aspektem v období výkonnostního šermu je i konkrétní rozbor žákových chyb na soutěžích, a to jak technických, tak hlavně taktických. Při této činnosti se velmi osvědčilo používání záznamové techniky, které žákovi názorně demonstruje chyby, které si často v zápalu boje není schopen uvědomit“ (Michálek 2005: s. 15-16).

## 12.7 Kondiční příprava šermíře

„Kondiční příprava, jedna ze složek tréninku, se primárně zaměřuje na ovlivnění pohybových schopností. Pohybové schopnosti nepochybně patří k významným faktorům většiny sportovních výkonů, ve svém celku mají také podstatný význam jako

kondiční základ sportovní výkonnosti vůbec“ (Dovalil a kol. 2005: s. 107). „Kondiční příprava ve větší nebo menší míře, více nebo méně komplexně, zasahuje různé fyziologické funkce lidského těla, dotýká se ale i procesů psychických.“ (Dovalil a kol. 2005: s. 107)

Kondiční příprava je ve sportovním šermu velice důležitá, měla by se provádět pravidelně, systematicky a nemělo by se na ni zapomínat, jako se to velmi často děje. Zlepšení a udržování kondice je velmi důležité pro výkonnost každého šermíře.

## **12.7.1 Rozvoj schopností u žáků na 1. stupni ZŠ**

### **12.7.1.1 Silové schopnosti**

Síla je definována jako schopnost překonávat vnější odpor pomocí svalové kontrakce. Dělíme ji na statickou a dynamickou. U statické síly nedochází k pohybu, rozlišuje se pouze doba svalového stahu a velikost úsilí. Doba se dá zjistit jednoduše časem, s úsilím je to již horší. Vyplývá totiž z vůle, a proto není v podstatě měřitelné. V praxi je možné pomoci si tím, jak velké břemeno a po jak dlouhou dobu je udrženo. S dynamickou silou je to obtížnější. Rozdělení vychází ze tří základních ukazatelů, popisujících hmotnost, se kterou sportovec cvičí: velikost odporu, počet opakování, rychlost zvedání (Perič 2004: s. 88-89).

Ve sportovním šermu se horní končetiny posilují jako vyvážení jednostranné zátěže různých svalových skupin. Naopak k nadměrnému posilování horních končetin by nemělo docházet, protože by mohlo dojít ke zpomalení svalové kontrakce a zvýšení svalového napětí. Ale svalová tenze by měla být co nejnižší a pohyb co nejvíce uvolněný. Kvůli vyrovnaní jednostranné zátěže a zlepšení svalového korzetu je také nutné posílit svalstvo trupu, zad a přímé a šikmé břišní svaly. Ve sportovním šermu je však velmi důležitá síla celých dolních končetin, na což by měly být tréninky zaměřeny. Při stimulaci silových schopností je důležitá kombinace odporu, rychlosti, doby trvání pohybu, počet opakování, interval odpočinku (Michálek 2005: st. 25).

### ***Příklady cvičení na rozvoj rychlostních schopností:***

Období do 10 let: šplh, lezení, ručkování, různé visy a jednoduché cviky, přetahování, přetlačování, drobné úpolové hry, cvičení s nářadím a náčiním

Období 10–12 let: kliky, dřepy, sklapovačky, cvičení na nářadí, šplh bez přírazu, cviky ve dvojicích

Období 13–15 let: nácvik techniky posilování, všeobecná silová průprava, metoda rychlostní, vytrvalostní, opakovaných úsilí

(Perič 2004: s. 91–95)

#### **12.7.1.2 Rychlostní schopnosti**

„Podstata rychlostních schopností ve sportu je spojena s krátkým časovým úsekem, maximální intenzitou a minimálním vnějším odporem. Rychlostní schopnosti závisí na nervosvalové kontrakci, typu svalových vláken a velikosti svalové síly. Rychlostní schopnosti mají určitou strukturu, která se projevuje v různých rychlostních pohybech. Tato struktura je obvykle členěna do tří forem: rychlost reakce, rychlost jednotlivého pohybu a rychlost lokomoce“ (Perič 2004: s. 75-76).

Schopnost co nejrychlejšího provedení pohybu je ve sportovním šermu velmi důležitá. Rychlost je výrazně podmíněna geneticky, ale dobrým tréninkem se dá dále rozvíjet. Předpoklady pro rozvoj rychlosti nastupují časně, optimální rozvoj je mezi 8. a 11. rokem, proto je vhodné do tréninků zařadit hodně činností rozvíjejících tuto schopnost – různé druhy honiček, rychlé běhy, rychlé akce v herních činnostech. Pro sportovní šerm je důležitá také reakční rychlost. Je to schopnost reakce na určitý podnět pohybem, proto jsou do tréninků zařazeny činnosti, které ji rozvíjejí (starty na povel, později již výpady).

### ***Příklady cvičení na rozvoj rychlostních schopností:***

Cvičení reakční

Starty z různých poloh

Drobné reakční hry

Štafetové hry

Zrcadlová cvičení

Drobné rychlostní hry

Frekvenční a švihový běh

### **12.7.1.3 Vytrvalostní schopnosti**

Vytrvalost je schopnost vytrvat v pohybové činnosti po relativně dlouhou dobu bez poklesu intenzity. Vytrvalost je buď krátkodobá, nebo dlouhodobá. „Pokud chce organismus dlouhodobě pracovat, vyžadují svaly určité množství kyslíku, a to tím více, čím je vyšší intenzita cvičení. Pokud svaly pracují s vysokou potřebou kyslíku, která vytváří kyslíkový dluh, pracují tzv. anaerobně (s nedostatečným přísunem kyslíku). Pokud svaly pracují s menší potřebou kyslíku a kyslíkový dluh je nízký, pracují tzv. aerobně. Aerobní cvičení má tedy relativně nízké tempo (intenzitu), ale zase může trvat dlouhou dobu“ (Perič 2004: s. 82-83).

Vytrvalostní schopnosti jsou v šermu obzvláště důležité, protože je šerm velmi vyžaduje. „Energetické krytí se pohybuje převážně v pásmu anaerobního laktátového štěpení cukrů, které negativně ovlivňuje výkonnost svalstva a jeho koordinaci. Částečné aerobní štěpení cukrů a tuků je charakteristické pro časově delší utkání v eliminačních bojích na 15 zásahů a při utkáních v kordu, který se nevyznačuje tak vysokou rychlostí a dynamikou jako šerm šavlí nebo i fleretem. Právě pro rychlost a proměnlivost vnějších podmínek není dobré při tréninku vytrvalostních schopností užívat dlouhotrvající uzavřené cyklické pohyby, které převážně stimulují aerobní metabolické krytí. Je účelnější užití metod stimulující rychlostní vytrvalost, tzn. maximální až submaximální zatížení s kratšími intervaly odpočinku, avšak s vysokým počtem opakování. Ideálním tréninkovým nástrojem pro trénink rychlostní vytrvalosti je samotný šerm. Trénink je realizován velkým počtem zápasů do maximálně pěti zásahů“ (Michálek 2005: s. 27).

#### ***Příklady cvičení na rozvoj vytrvalostních schopností:***

Sportovní hry – neřízené, řízené

Drobné hry

Hry v přírodě

Indiánský běh, kros

(Perič 2004: s. 87)

#### **12.7.1.4 Koordinační schopnosti**

Koordinace se často popisuje jako schopnost orientovat vlastní pohyby podle stanovené potřeby, přizpůsobit rychle nové pohyby nebo jednat s úspěchem v odlišných podmínkách, pokud jde o rychlé motorické pohyby. Koordinace se většinou spojuje s činností centrální nervové soustavy, která řídí a organizuje množství oblastí důležitých pro konkrétní pohyb. Mezi hlavní patří činnost analyzátorů (proprioreceptory – zrakový, sluchový, analyzátor ve svalech, kloubech a šlachách), činnost jednotlivých funkčních systémů (oběhového, dýchacího apod.), nervosvalová koordinace a psychologické procesy (vůle, pozornost a motivace) (Perič 2004, s. 68).

Obratnost, soulad pohybů a rozvoj koordinačních schopností, to je nezbytností každého šermíře. Cvičení a trénování obratnosti je jedna z prvních věcí, které se věnují tréninky, ale trvají po celou dobu aktivního šermování.

#### ***Příklady cvičení na rozvoj koordinačních schopností:***

Všechny druhy akrobatických cvičení (kotouly, odrazy, přeskoky atd.)

Cvičení na nářadí (kruhy, hrazda, kůň, koza)

Cvičení s náčiním (švihadla, tyče, lana)

Překážkové dráhy

Různé změny a udržování polohy těla

Rytmická cvičení

Zrcadlová cvičení

Asymetrické pohyby

(Perič 2004: s. 75)

## 12.8 Psychologická příprava

Velmi důležitá je také psychologická příprava. Předpokladem k úspěchu při psychologické přípravě ze strany trenéra je vědomí o šermíři a použití jednotlivých postupů zvlášť pro každého sportovce. Přípravu trenéra ulehčí to, že svého svěřence zná, že zná jeho charakterové vlastnosti a také jednotlivé tréninkové metody, které danému sportovci vyhovují. Trenéři však toto často neberou na vědomí a snaží se svého svěřence změnit například z melancholika na cholera.

Velké množství trenérů po celém světě vytvořilo teorii psychologické přípravy sportovního šermíře. Nejúspěšnějším z nich, který tuto teorii připravoval, je hlavní trenér šermířské reprezentace Polska Zbigniew Czajkowski. Ten za svou éru vychoval mnoho úspěšných šermířů, ať už mistrů světa, či dokonce olympijských vítězů. Czajkowského rozdělení osobnosti šermíře a poté i psychologická příprava jsou racionálním návodem při trénování a psychologické přípravě na soutěžení. Sportovce rozčlenil na dvě skupiny – technika a bojovníka:

**Technik** je šermíř, který je důsledný v taktice a technice, nebývá výbušný ani útočný, jeho emoce a cítění nejsou moc viditelné. Technik většinou dře při tréninku, dřina mu nedělá žádné potíže. Technik má také dobře naučené velké množství situací, které umí využít a použít v konkrétní situaci, a dokáže tak dosáhnout mnoha zásahů. Jeho povaha a charakter jsou podobné flegmatikovi či klidnějšímu sangvinikovi. U technika je při soutěži velmi důležitá motivace, nebo alespoň pokus o ni, protože to u něj většinou nemá moc velkou odezvu.

O **bojovníkovi** by se dalo říct, že je opakem technika. Situace nemá tak dobře nastudované, a proto je jejich počet celkem skromný, úspěchu dosahuje odhodláním a dychtivostí po zásahu. Dřina při trénování je pro něho nepříjemností až utrpením. Vzhledem k tomu, že má rád rychlé dosažení daného cíle, nerad používá obtížné akce. Je hodně odolný vůči vyčerpání a únavě v soutěži, soustředí se na zápas, opomíjí však trochu techniku a taktiku. Povaha a charakter bojovníka odpovídají cholera, případně citově se projevujícímu sangvinikovi. U bojovníka by motivace měla být trenérem trochu mírněna.

Toto rozdělení však nikdy nemůže být bráno jako stoprocentní. Nikdo ze sportovních šermířů nemůže být absolutním bojovníkem či absolutním technikem. Toto silné podobenství se jednomu nebo druhému naopak není vůbec žádoucí, protože je málo pravděpodobné, že takto vyhraněný šermíř někdy dosáhne velkých úspěchů.

Absolutní technik často neuspěje v soutěži kvůli nedostatečné motivaci a touze po výhře a také kvůli nedotahování akcí. Absolutní bojovník bude mít sice občas nějaké úspěchy díky své motivaci a přáním uspět, ale jeho špatná technika a používání stále podobných situací při zápasech bude pro jeho protivníky nástrojem pro snadný odhad jeho reakcí. Dokonalým šermířem tedy bude technicky a takticky zdatný bojovník. Takových šermířů však mnoho není, je spíše častým jevem, že se šermíři přiklání buď k technikovi, nebo k bojovníkovi.

Předpokladem k dobrým soutěžním výkonům je rovnováha v oblasti citů a emocí. Závody jsou velmi náročnou situací a šermíř by na ni měl být připraven. To je samozřejmě také záležitostí trenéra, který by měl svého svěřence dostatečně připravit po psychické stránce. Je také důležité mladému šermíři přiblížit situace a prostředí na závodech, což se dá také částečně nasimulovat při trénincích. To bude mít za následek, že šermíř nebude tolik nervózní a vystresovaný, protože už to pro něj nebude něco nového, co nezná.

Aktivita trenéra je v tomto směru velmi důležitá. Protože svého svěřence zná, může ho dostatečně připravit, ví, co na něj platí, co ho motivuje, jak k němu má přistupovat (Slepička, Hošek, Hátlová 2006: s. 211). Těsně před závodem trenér svému svěřenci zopakuje vše zásadní a důležité, projde s ním možné situace a povzbudí ho. Během zápasu pak svého svěřence sleduje, může si rozebrat chyby a jeho jednotlivé reakce a podle toho také pak přizpůsobit tréninkové jednotky. Chyby pak rozebírá i se závodníkem a radí mu, jak se jim v budoucnu vyhnout (Michálek 2005: s. 28-29).

## **12.9 Technická příprava**

Ve sportovním šermu je náročné to, že je velmi obtížný v oblasti lokomoce, nesouměrný v pohybu, je při něm důležitá rychlost i dostatečně rychlá reakce a také

úplné soustředění. Je také velmi nezbytné správně odhadnout vhodnou dobu akce, a tím i překvapit protivníka tak, že nestihne včas zareagovat.

Sportovní šerm je příznačným druhem sportu, při kterém je potřeba mnoho dovedností. Ty se odehrávají ve změněných podmínkách a okolnostech a jednání protivníka rovnou ovlivňuje činnost šermíře. Proto by při tréninku nemělo docházet k pravidelně se opakujícím činnostem a pohybům, aby si na to šermíř nemohl zvyknout. Do tréninkových jednotek by proto měly být zařazeny změněné situace, na které bude muset šermíř spontánně reagovat (Sedlák 1981: s. 24).

Technická příprava probíhá ve třech fázích.

1) Objasnění jednotlivé činnosti či prvku a jejich názorná demonstrace. Šermíř se pak snaží korektně napodobit danou činnost.

2) Opětné předvedení dané činnosti, pokus o co nejpřesnější techniku. Případné nedostatky se trenér snaží vychytávat a šermíř činnost opakuje, dokud ji nemá dostatečně správně osvojenou.

3) Ustálení osvojené činnosti. Šermíř umí činnost nebo prvek správně aplikovat v dané situaci. Prostřednictvím pomoci trenéra umí osvojenou činnost modifikovat a kombinovat s jinými činnostmi a prvky tak, aby dosáhl zásahu (Michálek 2005: s. 21).

Technická příprava v šermu začíná „tréninkem nohou“. Tento zažitý termín označuje výcvik postoje, tzv. střehu, pohybů po planši, speciálních šermířských kroků vpřed a vzad, tzv. posunů a odsunů, skoků, tzv. předskoků a záskoků, útoků výpadem a skokem, tzv. fleší, a dalších pohybů. Přestože je trénink zaměřen na pohyb po planši, který činí dolní končetiny, je dobré už po několika úvodních tréninkových jednotkách zapojit i ruce a zbraň. Začátečník získá pocit určitého pokroku v tréninku a zároveň i jisté odměny v podobě možnosti trénování se zbraní a trenér je schopen lépe kontrolovat celou koordinaci těla při trénované akci. Trenér by měl v této fázi tréninku dbát především na techniku a nikoliv rychlost prováděných cviků. Špatné návyky získané v této počáteční fázi se velice těžko odstraňují a můžou v budoucnu limitovat výkon např. v délce výpadu, a tím i daní zásahu soupeři. Trénink nohou není časově omezen a šermíř trénuje „nohy“ celou svou sportovní kariéru. V pozdějších etapách



tréninku, jako je výkonnostní šerm, je tento typ tréninku spíše zaměřen na kondiční přípravu (vytrvalost, rychlostní sílu, rychlost)“ (Michálek 2005: s. 20-21).

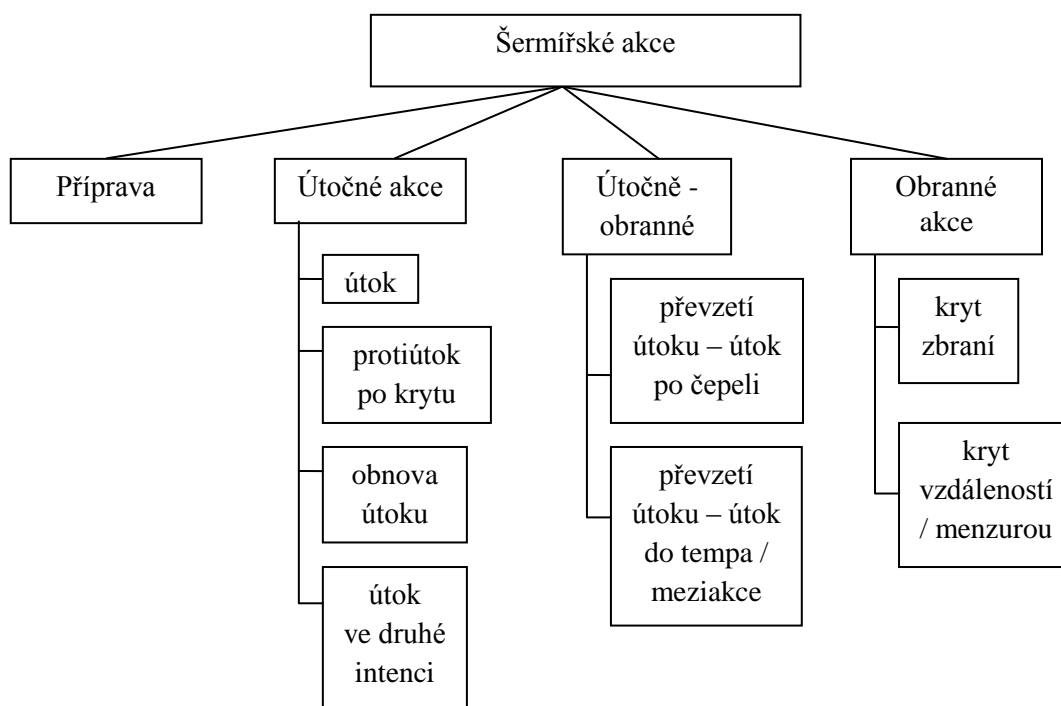
Následující fází v technice je interakce mezi trenérem a šermířem. Podstatou tréninkové jednotky je simulace opravdových akcí, při nichž trenér šermíři poskytuje impulsy, které si předtím dohodli, a šermíř na ně odpovídá. Velmi dobré je, pokud má trenér připravený učební plán, podle kterého se řídí, a dle něj postupně zlepšuje techniku šermíře. Učební plán by měl být udělaný jednotlivě pro obrannou a útočnou situaci. Záměrem je, aby měl šermíř udělanou zásobu situací, ze které je schopen vybrat tu správnou při té dané situaci a dosáhnout díky tomu zásahu. Takový trénink je hodně těžký, co se týče fyzické zátěže, a náročný pro šermíře i trenéra. Nutné je, aby šermíř bral toto cvičení zodpovědně a věděl, že je pro něj velmi důležité. To je však o to složitější u dětí, protože ty obtížně, nebo spíš skoro vůbec, nezvládají dlouhé zatížení v psychické oblasti. Proto je velmi důležité, aby trenér vytvořil plán, díky kterému bude možné projít učivo, ale bude dostatečně prolnuto odpočinkem. V reálu je velmi dobré rozdělit půlhodinový trénink na dvě části. To malým šermířům nečiní takové obtíže. Mezi akcemi a situacemi během tréninku a při zápasech je značná odlišnost, jelikož pro mladého šermíře je problematické promítnout nabyté znalosti do praxe. Proto je důležité, aby v tréninkových jednotkách bylo i řízené utkání. Řízené utkání je vlastně „napůl opravdové utkání“, kdy se trenér snaží svému svěřenci nasimulovat akce a situace, při kterých musí použít naučené dovednosti a bezprostředně na ně odpovídá (Michálek 2005: s. 22).

### **12.10 Taktická příprava**

Spousta těch nejlepších trenérů z celého světa napsala mnoho publikací o taktické přípravě ve sportovním šermu. Všichni vycházeli ze svých zkušeností a praxe, proto je jejich členění v mnoha směrech rozdílné a občas i příliš složité.

Je velmi důležité zmínit, že taktika je v každé zbraní jiná, což je hlavně kvůli odlišným pravidlům a technickým podmínkám v jednotlivých zbraních. Souhrnně je možné všechny akce a situace členit podle tohoto nákresu:

obrázek 16 Šermířské akce



(Michálek 2005: s. 23)

„Hodně obsažným dělením útočných situací je útok s plánovaným zakončením (plánovaný útok) a útok s otevřeným zakončením. Útok s plánovaným zakončením je ten, při kterém má šermíř vymyšlený postup útoku a po celou dobu se jej drží. Avšak útok s otevřeným zakončením je naproti tomu ten, při kterém šermíř odhaduje akci protivníka a koncem útoku odpovídá na jeho akci. Útok s otevřeným zakončením se jinak nazývá také open-eyes attack, tedy „útok otevřených očí“

(Michálek 2005: s. 23 - 24).

„Útok, který také bere v potaz akci protivníka, je tzv. útok v druhé intenci. Rozvíjet se začal ve druhé dekádě 20. století kvůli zdokonalení výkonnosti útočných akcí hlavně ve fleretu. Brzy poté ale začal být používán i při šermování kordem a také šavlí. Objasnění tohoto typu útoku je mnoho a je vymezen více způsoby. Někteří trenéři ho vlastně považují za nástavbu útoku otevřených očí, tedy že závodník zahajuje akci a má dopředu vymyšleno několik způsobů jeho ukončení. Způsob zakončení pak volí podle činnosti protivníka. Reakci protivníka odvozuje na základě domněnky, jak by asi mohl v té akci reagovat. Útočník by měl svou akci na soupeře zatlačit tak, aby byl soupeř

nucen zahájit protiakci, se kterou však útočník počítá, a díky svým dopředu vymyšleným způsobům zakončení zakončí útok zásahem.

Dalším způsobem objasnění útoku v druhé intenci by měl být nazvaný falešný útok. Šermíř směřuje akci tak, aby to skutečně vypadalo jako snadno odklonitelný útok, například tím, že ho vykryje. Útočící šermíř však předpokládá, že soupeř po vykrytí zahájí ripostu (odbod), a to nespíš nejrychleji a nejsnadněji, jak to půjde. Útočník s tím počítá, odklání soupeřův útok a sám úspěšně zakončuje akci zásahem“

(Michálek 2005: s. 24).

V taktice jsou samozřejmě důležité také přípravy na tyto situace a jejich projektování. Je velmi důležité brát v úvahu to, že sportovní šermíř musí jednat okamžitě a ve velmi krátkém časovém úseku, vzpomíná na osvojené prvky a činnosti, které směřují k jeho útoku nebo naopak k odklonění protivníkovy útoku. Tyto situace vždy probíhají ve vysokém napětí závodníka a jsou fyzicky náročné. Ještě před úplným začátkem zápasu probíhá příprava a odhad protivníka. Pokud se s ním již někdy dříve šermíř setkal, je dobré si vybavit typické akce, které se u něho třeba opakují, a nachystat se na ně. Je také velmi dobré, když se šermíř snaží během zápasu soupeře mystifikovat, skrývat svoje úmysly, mást ho, ale také včas odhadovat soupeřovy reakce.

Cvičení techniky je dlouhodobý proces, který vychází z osvojení pravidel, prvků, činností a akcí. Je důležité, aby každý šermíř porozuměl principům šermu a měl představu o tom, co se během zápasů odehrává. Díky pravidelnému cvičení a tréninku by měl být schopen to zvládnout.

### **13. Hypotézy praktického výzkumu**

Před začátkem výzkumu jsem si stanovila hypotézy, které se budu snažit potvrdit nebo vyvrátit pomocí výsledků výzkumu.

H1: Psychická podpora rodiny bude mít pozitivní vliv na výkonnost u 70 % šermířů.

H2: U 60 % šermířů se potvrdí, že finanční, hmotné a materiální zabezpečení ze strany rodiny ovlivňuje pozitivně jeho výsledky.

H3: Tradice sportovního šermu v rodině u 50 % šermířů přispívá k lepším výkonům.

První dvě hypotézy bych považovala za hypotézy hlavní, H3 pak za hypotézu dílčí.

## **14. Postup práce:**

Pro praktickou část jsem zvolila tento postup práce:

1. Výběr výzkumných metod
2. Výběr reprezentativního vzorku respondentů
3. Rozdání či rozeslání dotazníku respondentům
4. Vytvoření grafů výkonnosti podle dostupných tabulek výsledků
5. Vyhodnocení dotazníků, rozbor jednotlivých dotazníků s grafy

## **15. Použité výzkumné metody**

V praktické části jsem použila některé výzkumné metody. „Výzkumná metoda je všeobecný název pro proceduru, která se sleduje při výzkumu. Výzkumná metoda má jisté vlastnosti, které je potřebné dodržet při jejím používání. Obvykle se používají následující výzkumné metody:

- Pozorování
- Škálování
- Dotazník
- Interview
- Metoda verbálních výpovědí
- Projektivní metoda
- Experiment“

(Gavora 1996: s. 11)

### **15.1 Dotazník**

Metodou použitou ve výzkumné části byl dotazník. Jde o pokládání otázek písemnou formou a získávání odpovědí na ně. Dotazník patří mezi nejčastější výzkumné metody.

Před vytvořením dotazníku je nutné stanovit si nejdříve cíl, kterého chceme dosáhnout, abychom předešli špatnému pokládání otázek.

Hlavním cílem dotazníku v mé diplomové práci bylo zjistit, jestli má dobré rodinné zázemí vliv na výkonnost sportovce. Jestli je důležitá psychická a finanční podpora od rodiny a to, jestli v rodině někdo šermoval, nebo ne.

V mém dotazníku byli respondenty šermíři mužského pohlaví narození v letech 1988-1992, byli vybráni ze všech klubů v České republice. Mezi respondenty byli rovnoměrně zastoupeni fleretisti, šermíři i kordisté.

Dotazník obsahoval 18 otázek, z toho čtyři otázky byly otevřené, osm bylo polouzavřených a pět uzavřených. První čtyři otázky zjišťují okolnosti počátku respondenta se sportovním šermem, další se dotazují na rodinu, trenéra a motivaci respondenta.

## **15.2 Grafy**

Grafy výkonnosti jsem zpracovávala z tabulek, které jsem si vytvořila pomocí žebříčků výsledků jednotlivých šermířů. Zpracovávala jsem pouze výsledky z domácích soutěží a jednalo se vždy o počet bodů a zápasů v určitém roce a v určité kategorii. Jednalo se o rozmezí let 2003-2010 a o kategorie mladší žáci, žáci, kadeti, junioři a senioři. U některých šermířů nebyly k dispozici všechny roky, ale počátek v roce 2003 mají všichni šermíři.

## **16. Výzkumná část**

Cílem výzkumu je zjistit, jestli má dobré sociální zázemí v rodině sportovce, konkrétně sportovního šermíře, vliv na jeho výkonnost. Prostřednictvím dotazníků bylo osloveno 28 vybraných sportovních šermířů, kteří splňovali tyto náležitosti: jednalo se pouze o muže, ročníky narození byly 1988-1992, podobný počet šavlistů, kordistů i fleretistů.

### **16.1 Analýza dat**

První otázka v dotazníku byla otevřená a týkala se věku, ve kterém šermíř začal se sportovním šermem. Průměrný věk všech 28 respondentů je přibližně 11 let. Přitom nejnižší věk byl 7 let a nejvyšší věk 15 let. Vzhledem k tomu, že nejvhodnější věk pro začátek sportovního šermu se udává věk kolem 11 let, průměr respondentů tomu odpovídá. Šermíři, kteří udali nízký věk (7 let) jsou většinou z šermířské rodiny nebo je jeden z jejich rodičů dokonce trenérem. Šermíři, kteří začali se sportovním šermem ve vyšším věku (15 let), předtím aktivně provozovali jiný sport.

Druhá otázka směřovala k tomu, jestli šermíř dříve provozoval jiný sport, respondent měl na výběr odpovědi ano/ne, pokud ano, měl uvést jaký. Asi 32 % dotázaných (9 z 28

respondentů) odpovědělo, že dříve jiný sport neprovozovali. Téměř 68 % dotázaných (19 z 28 respondentů) odpovědělo na tuto otázku kladně a uvedli tyto sporty (někteří respondenti jich uvedli více).

**tabulka 1 Dříve provozované sporty u šermířů**

Sport	Počet respondentů, kteří jej provozovali
Gymnastika	4
Volejbal	2
Atletika	1
Basketbal	3
Tenis	3
Florbal	1
Fotbal	8
Hokej	2
Bojové umění	3
Plavání	1
Tanec	2
Historický šerm	1

Zdroj: vlastní výzkum

Respondenti uváděli sporty, které patří mezi nejčastější. Nejvíce byl uveden fotbal a poté gymnastika. Tři respondenti také uvedli bojové sporty a jeden respondent uvedl historický šerm, díky kterému se dostal ke sportovnímu šermu.

Třetí otázka se ptá na to, jestli šermíř provozuje souběžně se sportovním šermem jiný sport. Na tuto otázku odpovědělo 79 % dotázaných (22 z 28 respondentů), že neprovozují, 21 % respondentů odpovědělo, že ano (6 z 28 dotázaných). Šermíři uvedli tyto sporty (každý sport byl uveden pouze jednou): gymnastika, jízda na kole, tanec, florbal, kick-box, historický šerm. Historický šerm byl uveden již v předešlé otázce. Respondent začal s historickým šermem, který nyní provozuje souběžně se sportovním šermem.



Čtvrtá otázka se dotazovala se na to, kdo nebo co přivedlo šermíře ke sportovnímu šermu. Tato otázka byla polouzavřená.

**tabulka 2 Podnět k počátku s šermem**

Rodiče / někdo z rodiny	12
Učitel TV	0
Nábor na ZŠ	6
Kamarád/známý	7
Oblíbená postava z filmu	2
Jiné	1

Zdroj: vlastní výzkum

Nejvíce dotazovaných (43 %, 12 z 28 respondentů) uvedlo, že je k šermu přivedli rodiče nebo někdo z rodiny. Následuje odpověď „kamarád/známý“, což jako odpověď uvedlo 25 % respondentů (7 z 28 dotázaných). O jednoho méně, tedy 6 respondentů (21 % dotázaných), uvedlo odpověď „nábor na ZŠ“. Následovala odpověď „oblíbená postava z filmu“, kterou zvolili 2 respondenti (7 % dotázaných). Jeden respondent uvedl jako odpověď „jiné“, pod kterou uvedl, že to byla ukázka šermu na sportovní akci základní školy. Odpověď „učitel TV“ nezvolil žádný respondent.

Pátá otázka je uzavřená a je možné u ní volit odpověď ano, nebo ne. Ptá se na to, jestli šermíř cítil podporu rodiny k provozování sportovního šermu. Skoro 93 % dotázaných (26 z 28 respondentů) odpovědělo kladně, tedy že podporu od rodiny cítili. Pouze 7 % respondentů (2 z 28 dotázaných) uvedlo, že podporu necítili. Tito dva respondenti ve většině otázek týkajících se podpory rodiny odpovídali záporně.

Šestá otázka se ptala na to, kolik hodin týdně šermíř aktuálně trénuje. Aritmetický průměr vychází na šest hodin týdně. Ovšem odpovědi se u jednotlivých respondentů značně lišily. Jako nejvyšší počet hodin týdně bylo uvedeno 18 hodin, a to u reprezentačního šermíře, který dosahuje velmi dobrých výsledků u nás i v zahraničí. Dva respondenti odpověděli, že již netrénují vůbec, přesto jim to stačí na to, aby se ve své kategorii na domácích závodech umísťovali průměrně. Tři respondenti uvedli, že trénují 2 hodiny týdně. Další čtyři respondenti uvedli, že trénují 4 hodiny týdně. Čtyři respondenti uvedli, že pět hodin týdně a 5 respondentů uvedlo, že trénují 6 hodin týdně.

Sedm hodin týdně trénují dva dotázaní a osm hodin týdně trénuje 6 respondentů. Jeden z respondentů také uvedl, že trénuje 15 hodin týdně.

U 7. otázky měli respondenti napsat, jakých sportovních úspěchů si nejvíce váží. Tato otázka byla otevřená, přesto se odpovědi na tuto otázku velmi často opakovaly. Souhrnně se dá říci, že co se týče domácích úspěchů, šermíři si nejvíce váží umístění na prvních třech místech na mistrovství republiky ve svých kategoriích v družstvech i jednotlivcích. Dále jako velký úspěch uváděli výhru nad například tabulkově výrazně silnějšími soupeři nebo nad soupeři, kteří jsou o několik kategorií výš. Co se týče zahraničních úspěchů, šermíři si nejvíce váží toho, že se mohli zúčastnit mistrovství Evropy a světa, kde se sice většinou neumístují ani v první dvacítky, ale váží si například výhry nad papírově silnějšími soupeři.

Následně byli respondenti dotázáni na to, jestli je jejich trenér motivuje. Tato otázka je polouzavřená. Nabízí odpovědi často – občas – vůbec ne, přičemž u odpovědi často/občas, byli respondenti také dotazováni na to, jakým způsobem. Asi 57 % respondentů (16 z 28 dotázaných) odpovědělo, že je trenér motivuje často. Téměř 29 % dotázaných (8 z 28 respondentů) odpovědělo, že je trenér motivuje jen občas. 14 % dotázaných (4 z 28 respondentů) zvolilo odpověď, že je trenér nemotivuje vůbec. Přitom při osobním vyplňování dotazníků jsem byla dvěma respondenty požádána, aby jejich trenér tyto dotazníky neviděl. U odpovědi „často“ bylo jako důvod nejčastěji uváděno, že šermíře trenér chválí, dává jim cenné rady, chválí je, pomáhá jim, je pro ně vůdčí osobností a také vzorem.

Devátá otázka byla uzavřená a zjišťovala, jestli chtějí šermíři pokračovat ve sportovním šermu i v budoucnu. Možnost odpovědi byla ano – ne. U této otázky 100 % respondentů (28 z 28 dotázaných) odpovědělo ano, tedy že v budoucnu chtějí pokračovat ve sportovním šermu.

Další, desátá otázka se dotazovala, jestli šermířovi rodiče nebo někdo z rodiny dříve provozovali sportovní šerm. Tato otázka je uzavřená a nabízí odpovědi ano – ne. 46 % dotázaných (13 z 28 respondentů) uvedlo odpověď ano, tedy že někdo z rodiny dříve provozoval sportovní šerm. 54 % dotázaných (15 z 28 respondentů) odpovědělo, že rodiče ani nikdo z rodiny neprovozovali sportovní šerm. Z počtu odpovědí je patrné,

že se obě možnosti blíží 50 procentům, dá se tedy říct, že i velká část šermířů nemá vzor v rodině.

Otázka číslo 11 se váže na otázku číslo 10 a ptá se, jestli vůbec rodiče dříve provozovali nějaký sport. Jedná se o polouzavřenou otázku s odpověďmi ano – ne a v případě odpovědi ano se ptá na to, jaký sport provozovali. Přesně 75 % dotázaných (21 z 28 respondentů) uvedlo, že jejich rodiče dříve provozovali nějaký sport. 25 % respondentů (7 z 28 dotázaných) uvedlo zápornou odpověď, tedy že jejich rodiče neprovozovali dříve žádný sport. Při kladných odpovědích byly uvedeny tyto sporty.

**tabulka 3 Sporty provozované rodiči šermířů**

Volejbal	3
Basketbal	2
Fotbal	1
Triatlon	1
Gymnastika	4
Plavání	2
Hokej	1
Lyžování	2
Bojové sporty	2
Střelba	1
Krasobruslení	1
Házená	1
Atletika	2

Zdroj: vlastní výzkum

Z této tabulky je patrné, že rodiče šermířů provozovali velmi oblíbené sporty, o kterých se dá říci, že patří mezi nejčastější. Opakují se také sporty, které šermíři často uváděli v otázce, které sporty provozovali před sportovním šermem.

Další otázka se dotazuje na zaměstnání rodičů sportovního šermíře. Tato otázka je otevřená a ptá se zvlášť na zaměstnání otce i matky. Pro větší přehlednost jsem jednotlivá zaměstnání napsala do tabulky.

**tabulka 4 Zaměstnání rodičů**

Zaměstnání matky	Zaměstnání otce
Pojišťovací agentka	Jednatel společnosti
Pradlena	Soustružník
RTG laborant	Ředitel společnosti
Sekretářka	Rozpočtář
Vedoucí kanceláře ve strojírenské firmě	Nežije, dříve strojní inženýr
Mateřská dovolená	Neuvedeno
Úřednice	Stavař
Učitelka na gymnáziu	Voják v civilu
Rodinná firma	Hasič
Kulturní pracovnice	Archeolog
Vedoucí obchodu	Stavební technik
Operní zpěvačka	Sólista Janáčkovy opery
Investiční technik	Předseda oddílu, trenér reprezentace
Sekretářka	Daňový poradce
Úřednice	Podnikatel
Pečovatelka	Úředník
Ošetřovatelka	Ošetřovatel
Účetní	Skladník
Prodej kosmetiky	Údržbář
Produkční v rozhlasu	Neuvedeno
Státní zaměstnanec	Podnikatel
OSVČ	Strojvedoucí
Učitel	Po smrti, dříve trenér šermu a kaskadér
VŠ učitel	VŠ učitel
Učitelka	Podnikatel
Státní zaměstnanec	Státní zaměstnanec
Státní zaměstnanec	Státní zaměstnanec
Ošetřovatelka	Prodavač

Zdroj: vlastní výzkum

Třináctá otázka se dotazovala na to, jestli podporují rodiče nebo někdo z rodiny finančně nebo jinak šermířovy aktivity v oblasti sportovního šermu a pokud ano, jakým způsobem. Pouze 11 % respondentů (3 z 28 dotázaných) odpovědělo, že nikoliv. Dva respondenti uvedli, že jejich rodiny na tom nebyly finančně příliš dobře a pokud jim například závody nezaplatil svaz, nezúčastnili se jich. Kladně odpovědělo 89 % respondentů (25 z 28 dotázaných). Odpovědi na otázku, jakým způsobem je rodiče nebo někdo z rodiny finančně podporovali, se velmi shodovaly. Respondenti nejčastěji odpovídali, že jim rodiče platili veškeré výdaje, které se jakkoli týkaly sportovního šermu a nebyly placeny svazem. Konkrétně to bylo vybavení, veškeré potřeby, výdaje na cesty na závody po republice i do zahraničí (neplacené svazem), soustředění, startovné na závodech, kapesné na soustředění i závody.

Otázka číslo 14 byla uzavřená a směřovala k tomu, jestli sportovní šermíře vozili rodiče na tréninky. V nabídce byly odpovědi často – občas – vůbec ne. U této otázky respondenti odpovídali velmi rozdílně. Téměř 43 % respondentů (12 z 28 dotázaných) odpovědělo, že je rodiče vozili na tréninky často. Asi 21 % dotázaných (6 z 28 respondentů) odpovědělo, že občas a skoro 36 % (10 z 28 respondentů) odpovědělo, že vůbec ne. Dva respondenti uvedli, že v době, kdy již dosáhli plnoletosti, měli od rodičů k dispozici automobil.

Další otázka se zdánlivě podobala té předešlé. Taktéž byla uzavřená a dotazovala se na to, jestli šermíře vozili rodiče či někdo z rodiny na zápasy. Možnosti odpovědí byly opět často – občas – vůbec ne. Přesně 50 % respondentů (14 z 28 dotázaných) odpovědělo, že je rodiče vozili na zápasy často. 32 % dotázaných (9 z 28 respondentů) zvolilo odpověď občas. Pouze necelých 18 % respondentů (5 z 28 dotázaných) odpovědělo, že vůbec ne. Oproti předešlé otázce se odpovědi u této otázky více lišily. Předpokládá se, že závody se konaly po celé republice a rodiče šermíře na závody dováželi, oproti tréninkům, které jsou většinou blízko bydliště.

Šestnáctá otázka byla polouzavřená. Dotazovala se na to, zda rodiče šermířů pomáhali nebo pomáhají finančně nebo jiným způsobem šermířskému klubu. Možnosti odpovědí byly ano – ne, v případě odpovědi ano měl respondent uvést, jakým způsobem rodiče klubu pomáhali. Přesně 25 % dotázaných (7 z 28 respondentů) odpovědělo kladně, tedy že jejich rodiče podporovali klub. Avšak většina, tedy 75 % dotázaných (21 z 28

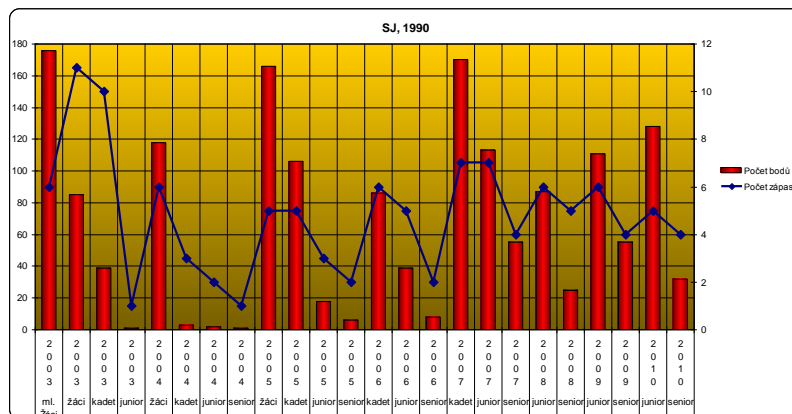
respondentů), odpověděla, že jejich rodiče klub nepodporovali. U kladných odpovědí se na otázku, jak rodiče klub podporovali, objevila třikrát odpověď týkající se finanční podpory – pravidelné sponzorství, občasná sponzorství, příspěvky. Jeden respondent odpověděl, že jeho otec je jednatelem firmy, která finančně i materiálně podporuje klub – pravidelnými peněžními částkami, zajištěním reklamy, zajištěním reprezentačního oblečení i tréninkového oblečení. Co se týče nefinančního zajištění, objevily se odpovědi, že rodiče pomáhají s organizačními záležitostmi, například při pořádání závodů. Jeden z respondentů odpověděl, že jeho otec je hlavní trenér i trenér reprezentace. Jiný respondent uvedl, že jeho matka pomáhala založit šermířský klub a dlouhou dobu v něm pomáhala jako pokladní a organizátorka.

Předposlední otázka dotazníku byla uzavřená. Dotazovala se na to, jestli se některý ze sourozenců šermířů také věnuje sportovnímu šermu. Možnosti odpovědí byly ano – ne – nemám sourozence. Asi 39 % dotázaných (11 z 28 respondentů) odpovědělo, že ano. Téměř 54 % respondentů (15 z 28 dotázaných) odpovědělo, že ne. Pouze 7 % dotázaných (2 z 28 respondentů) odpovědělo, že nemá sourozence. Již zmíněných 11 respondentů, kteří odpověděli, že ano, jsou většinou ti, kteří v otázce číslo 10 uvedli, že oba nebo jeden z rodičů provozovali sportovní šerm. Jedná se tedy o rodiny s dlouhou šermířskou tradicí, ve kterých šermovalo hodně členů rodiny.

Otázka číslo 18 byla polouzavřená a ptala se na to, jestli sourozenci šermířů provozují jiný sport než sportovní šerm. Možnosti odpovědí byly ano – ne – nemám sourozence. V případě odpovědi ano měli respondenti uvést jaký. Pouze 29 % respondentů (8 z 28 dotázaných) odpovědělo, že jejich sourozenci provozují jiný sport než sportovní šerm. 64 % dotázaných (18 z 28 respondentů) odpovědělo, že jejich sourozenci neprovozují žádný sport. Podle předpokladu stejně jako v minulé otázce 7 % dotázaných (2 z 28 respondentů) odpovědělo, že nemá sourozence. Tato otázka by mohla působit klamavě, neboť u záporných odpovědí, kterých bylo 18, odpověděli záporně i respondenti, jejichž sourozenci šermují. Z 18 případů tak je 11 těch, jejichž sourozenci šermují, a pouze v sedmi případech sourozenci šermířů neprovozují žádný sport. Znamená to tedy, že sourozenci osmi respondentů provozují jiný sport. Zmíněna byla gymnastika, atletika, volejbal, moderní tanec, baseball, jízda na koni, fotbal a basketbal.

## 16.2 Grafy výkonnosti + sumarizace

Graf 1 S. J. 1990



Zdroj: [www.czechfencing.com](http://www.czechfencing.com)

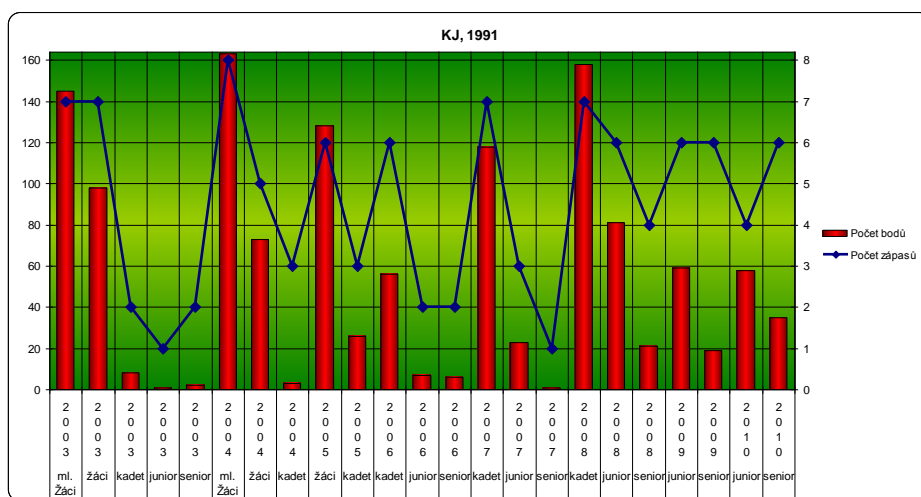
Zpracoval: autor

Závodník S. J. dlouhodobě vykazuje velmi dobré výsledky. V roce 2003, kdy mu bylo 13 let, šerموval ve čtyřech kategoriích (ml. žáci, žáci, kadeti, junioři), ačkoliv podle věku patřil do kategorie mladších žáků. V kategorii mladších žáků také dosáhl velmi vysokého počtu bodů na počet zápasů. Velmi dobře se ale umisťoval i v kategorii žáků a dokonce i kadetů, což je vzhledem k nízkému věku velmi dobré. V roce 2004 také závodil ve čtyřech kategoriích (žáci, kadeti, junioři, senioři). V kategorii žáků měl velmi dobré výsledky. V roce 2005 taktéž závodil ve čtyřech kategoriích a v žácích a kadetech dosahoval velmi dobrých výsledků. Od roku 2006 do roku 2010 závodil ve třech nebo ve dvou kategoriích a vždy ve dvou kategoriích odpovídajících jeho věku dosáhl vynikajících výsledků.

Šermíř S. J. v dotazníku uvedl, že se sportovním šermem začal v 10 letech, což je ideální věk. V současnosti trénuje 6 hodin týdně a má velkou motivaci od trenéra i podporu od rodiny. K šermu ho přivedla rodina, dědeček byl také šermířem a sestra šerموvala pět let. Oba rodiče byli aktivními sportovci, matka dokonce na reprezentační úrovni. Otec vystudoval VŠ, již nežije. Matka pracuje jako vedoucí kanceláře ve strojírenské firmě a taktéž má vysokoškolské vzdělání. Po finanční stránce měl S. J. velkou podporu. Rodiče jej také často vozili na tréninky i na zápasy, v pomoci klubu se nijak neangažovali.

U šermíře S. J. je možné předpokládat, že velmi dobré rodinné zázemí a podpora rodiny mohou mít pozitivní vliv na jeho výsledky.

graf 2 K. J. 1990



Zdroj: www.czechfencing.com

Zpracoval: autor

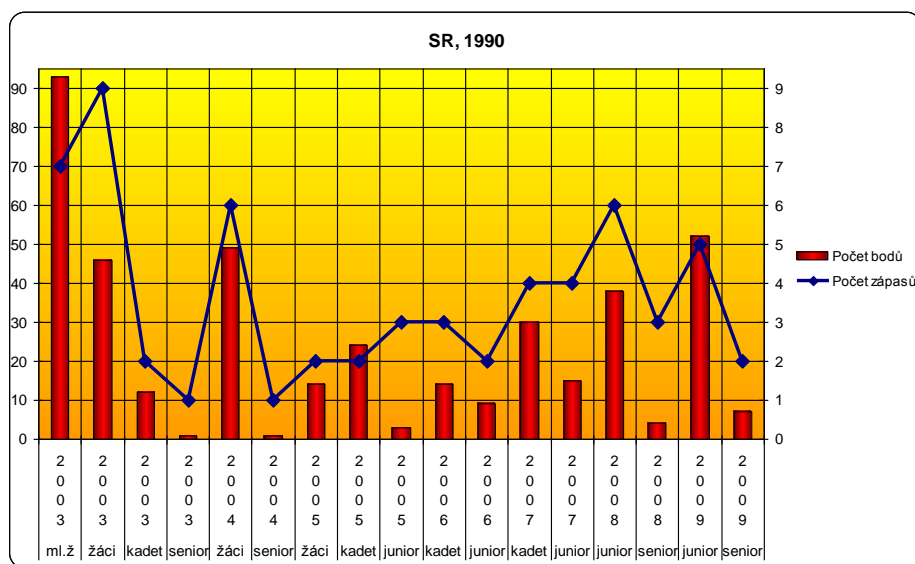
Šermíř K. J. vykazuje dlouhodobě velmi slušné výsledky. Již v roce 2003, v jeho dvanácti letech, šermoval ve všech kategoriích (ml. žáci, žáci, kadeti, junioři, senioři). V kategorii mladších žáků a žáků šermíř dosahoval velmi dobrých výsledků a umíšťoval se v čele tabulky. V letech 2004-2010 závodil většinou ve třech kategoriích. V kategoriích, do kterých K. J. aktuálně patřil, většinou vedl tabulky, ve vyšších kategoriích však také dosahoval dobrých výsledků, ačkoliv šermoval se staršími závodníky.

Šermíř K. J. uvedl v dotazníku, že se sportovním šermem začal již v sedmi letech. V současné době trénuje 8 hodin týdně. Jeho trenér ho často velmi motivuje a cítí podporu rodiny. K šermu ho přivedla právě rodina, konkrétně otec, který také šermoval. Sourozenec je taktéž šermířem. Matka aktivně sportovala. Otec pracuje jako hasič a matka vede rodinnou firmu. Co se týká financí, rodiče jej podporovali, většinou formou kapesného na závody, ostatní mu hradí klub. Rodiče také finančně podporují klub.



Šermíř K. J. pochází z šermířské rodiny a je možné předpokládat, že velmi dobré rodinné zázemí a podpora rodiny mohou mít pozitivní vliv na jeho výsledky.

graf 3 S. R. 1990



Zdroj: [www.czechfencing.com](http://www.czechfencing.com)

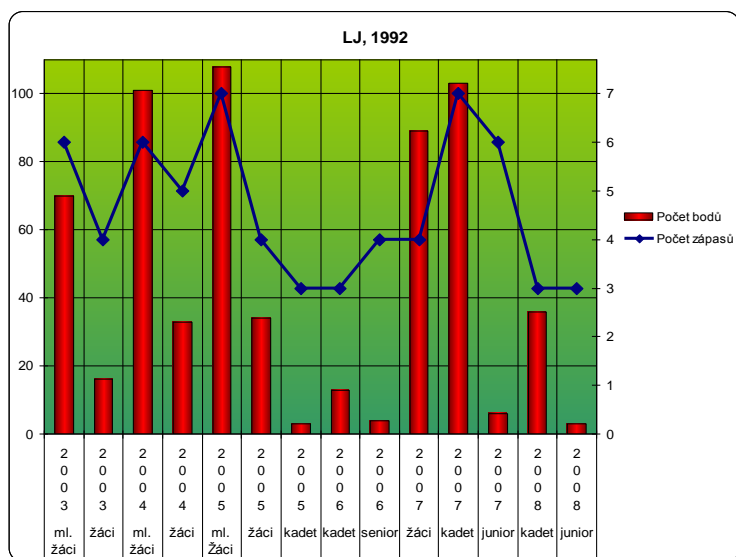
Zpracoval: autor

Šermíř S. R. také často závodil ve více kategoriích. V roce 2003, ve svých 13 letech, dosáhl velmi dobrých výsledků zejména v kategorii mladších žáků, ale i v kategorii žáků. V roce 2004 již výsledky nebyly tak dobré. Následující roky, 2005-2009, již nedosahoval tak dobrých výsledků, ale bylo to zejména proto, že absolvoval méně závodů.

Šermíř S. R. v dotazníku uvedl, že se sportovním šermem začal v 11 letech, což je vhodný věk. Nyní trénuje 8 hodin týdně a jeho trenér ho často motivuje. V dotazníku také uvedl, že cítí podporu rodiny. K šermu ho přivedla rodina, ale ani jeden z rodičů nešermoval. Jeho sourozenec se však také věnuje šermu. Oba rodiče sportovali. Matka pracuje jako sekretářka a otec je rozpočtář. Po finanční stránce měl S. R. velkou podporu. Rodiče jej také často vozili na tréninky i na zápasy, v pomoci klubu se však nijak neangažovali.

Z dotazníku S. R. lze vyvodit, že má velkou podporu v rodině. Dobré rodinné zázemí může mít vliv na jeho výsledky.

graf 4 L. J. 1992



Zdroj: [www.czechfencing.com](http://www.czechfencing.com)

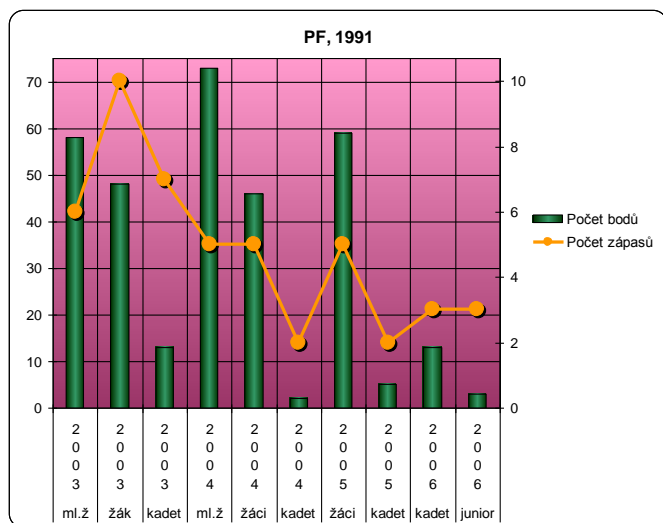
Zpracoval: autor

Závodník L. J. je ročník narození 1992 a většinou závodil jen ve své kategorii. V roce 2003 dosahoval v kategorii mladších žáků dobrých výsledků, roku 2004 a 2005 velmi dobrých výsledků. Jeho výsledky v příslušných kategoriích byly velmi dobré, v ostatních již méně. Roku 2007 dosáhl velmi slušných výsledků v kategorii kadetů.

Šermíř L. J. v dotazníku uvedl, že se sportovním šermem začal již v 11 letech. V současné době trénuje 5 hodin týdně. Jeho trenér ho motivuje jen někdy. Podporu rodiny cítil. K šermu ho přivedli rodiče, i když sami nešermovali. Provozovali však aktivně jiné sporty. Matka lyžovala a hrála také stolní tenis. Otec také lyžoval a hrál i basketbal. Matka je státní zaměstnanec a otec podniká. Na tréninky i závody rodiče dováželi L. J. často. Rodiče šermíře finančně podporovali, hlavně nákupem potřeb a hrazením soustředění a závodů. Klub rodiče finančně ani jinak nepodporují.

Šermíře L. J. rodina velmi podporuje a je možné, že to může mít pozitivní vliv na jeho výsledky.

graf 5 P. F. 1991



Zdroj: [www.czechfencing.com](http://www.czechfencing.com)

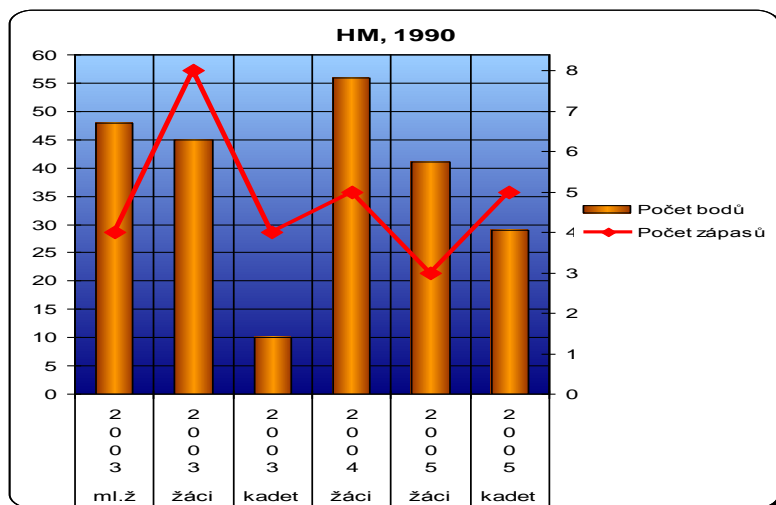
Zpracoval: autor

U šermíře P. F. jsou k dispozici výsledky z let 2003-2006. V letech 2003 a 2004 závodil ve třech kategoriích (mladší žáci, žáci a kadeti) a šermoval ve velkém množství zápasů. V roce 2003 dosahoval v kategoriích ml. žáků velmi dobrých výsledků, v kategorii žáků také, ale ve větším počtu zápasů. V roce 2004 dosáhl v prvních dvou kategoriích velmi dobrých výsledků. V roce 2005 se dobře umisťoval v kategorii žáci. V roce 2006 již výsledky nebyly tak dobré vzhledem k počtu zápasů.

Šermíř P. F. uvedl v dotazníku, že se sportovním šermem začal ve 13 letech. Nyní trénuje 5 hodin týdně a od trenéra má motivaci. V dotazníku také uvedl, že cítí podporu rodiny. K šermu ho přivedla rodina, ale ani jeden z rodičů nešermoval a aktivně nesportoval. Sourozence nemá. Matka pracuje jako účetní a otec jako skladník. Po finanční stránce měl S. R. velkou podporu. Rodiče jej také většinou vozili na tréninky a velmi často i na zápasy. V pomoci klubu se angažovali.

Z dotazníku P. F. lze vyvodit, že má velkou podporu v rodině, avšak nepochází z šermířské rodiny.

graf 6 H. M. 1990



Zdroj: [www.czechfencing.com](http://www.czechfencing.com)

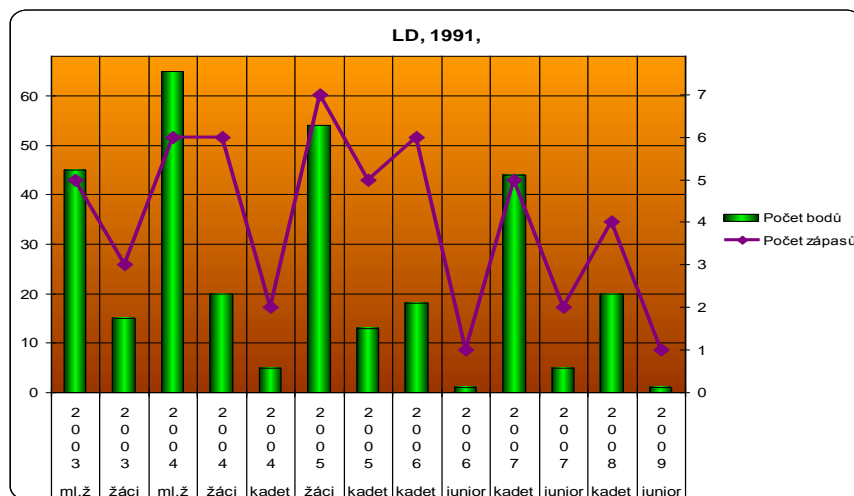
Zpracoval: autor

U šermíře H. M. jsou k dispozici výsledky pouze z let 2003-2005. V roce 2003 nedosahoval nijak zvlášť dobrých výsledků ve své kategorii. V kategorii žáků odšermoval více zápasů, a proto nasbíral body. V roce 2004 a 2005 v kategorii žáků dosahoval podobných výsledků.

Šermíř H. M. uvedl v dotazníku, že se sportovním šermem začal v době mezi 9. a 10. rokem. Nyní trénuje 7 hodin týdně. Jeho trenér ho často velmi motivuje a cítí i podporu rodiny. K šermu ho přivedl kamarád. Rodiče ani nikdo z rodiny neprovozovali sportovní šerm ani aktivně žádný sport. Sourozenec také neprovozuje šerm ani jiný sport. Na tréninky a závody jej rodiče vozili jen někdy. Co se týká financí, rodiče jej podporovali. Finančně také podporují klub.

Šermíř H. M. nepochází z šermířské rodiny a rodiče jej podporují jen v některých případech.

graf 7 L. D. 1991



Zdroj: [www.czechfencing.com](http://www.czechfencing.com)

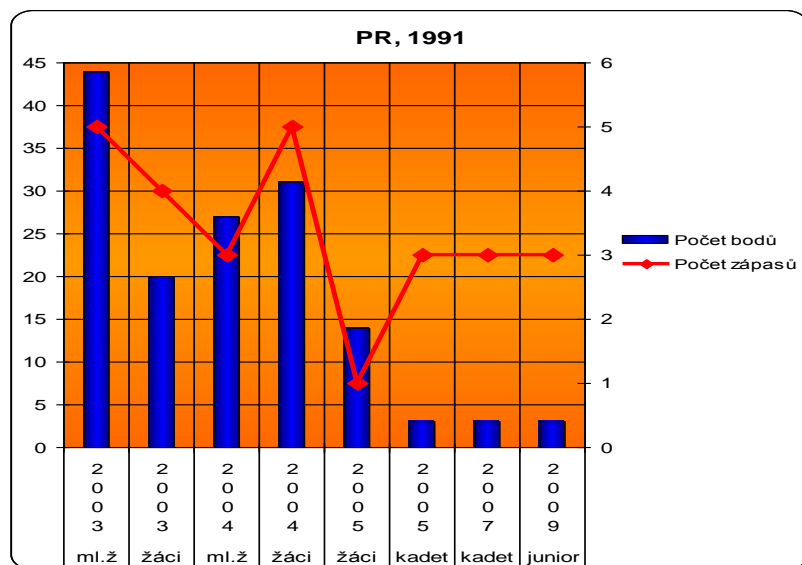
Zpracoval: autor

Od šermíře L. D. jsou k dispozici výsledky z let 2003 až 2009. Po tyto roky vykazoval vždy ve své kategorii standardní výsledky, kromě roku 2006, kdy byly výsledky horší.

Šermíř L. D. v dotazníku uvedl, že se sportovním šermem začal ve 12 letech. V současné době trénuje 6 hodin týdně a od trenéra cítí motivaci jen občas. V dotazníku také uvedl, že cítí podporu rodiny. K šermu ho přivedla rodina, ale ani jeden z rodičů nešermoval. Jeho sourozenec se nevěnuje šermu, ale hraje volejbal. Ani jeden z rodičů nevykonával aktivně žádný sport. Povoláním matky je ošetřovatelka a jako ošetřovatel pracuje i otec. L. D. v dotazníku uvedl, že po finanční stránce měl určitou podporu, rodiče mu hradili některé výdaje na šerm. Rodiče jej vůbec nevozili na tréninky ani na zápasy, v pomoci klubu se nijak neangažovali.

Z dotazníku L. D. je možné vyvodit, že má určitou podporu v rodině, avšak nedá se říct, že by jej rodiče plně podporovali. To může mít určitý vliv na jeho výsledky.

graf 8 P. R. 1991



Zdroj: [www.czechfencing.com](http://www.czechfencing.com)

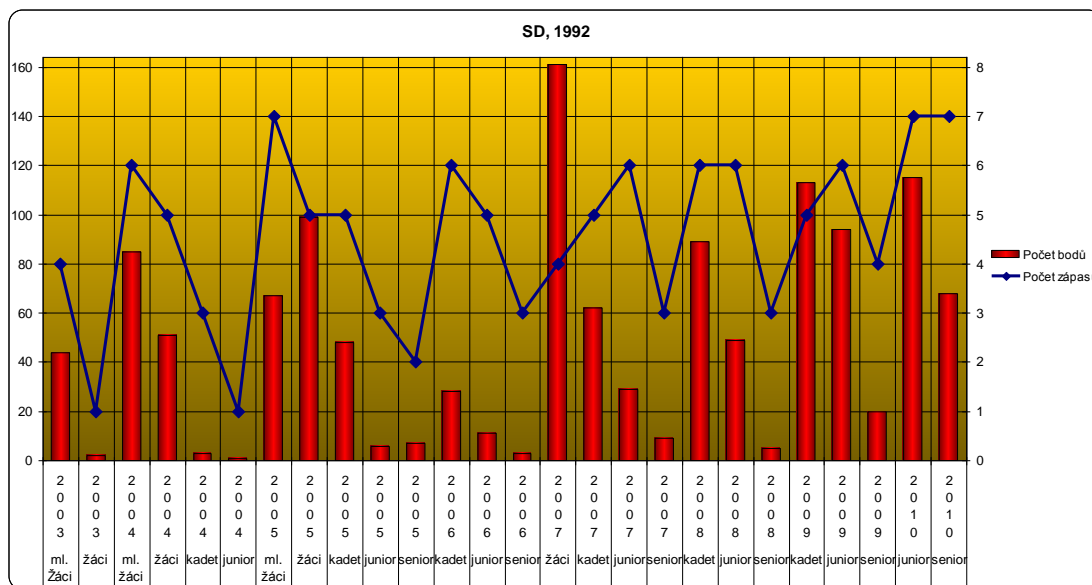
Zpracoval: autor

Šermíř P. R. většinou závodil maximálně ve dvou kategoriích. V roce 2003 a 2004 dosahoval slušných výsledků v kategoriích mladší žáci a žáci. Od roku 2005 absolvoval malý počet závodů, proto nedosáhl ani velkého počtu bodů.

Šermíř P. R. v dotazníku uvedl, že se sportovním šermem začal v 7 letech. V současnosti trénuje 8 hodin týdně a jeho trenér ho často motivuje. V dotazníku také uvedl, že cítí podporu rodiny. K šermu ho přivedl kamarád. Ani jeden z rodičů nešermoval. Jeho sourozenec se nevěnuje šermu, ale aktivně se věnuje tanci. Rodiče aktivně nesportovali. Matka pracuje jako pečovatelka a zaměstnáním otce úředník. Po finanční stránce měl P. R. velkou podporu. Rodiče jej na tréninky nevozili vůbec a na zápasy jen někdy, v pomoci klubu se však nijak neangažovali.

Z dotazníku P. R. lze vyvodit, že nepochází z šermířské rodiny, ale že má podporu v rodině, což může mít vliv na jeho výsledky.

graf 9 S. D. 1992



Zdroj: [www.czechfencing.com](http://www.czechfencing.com)

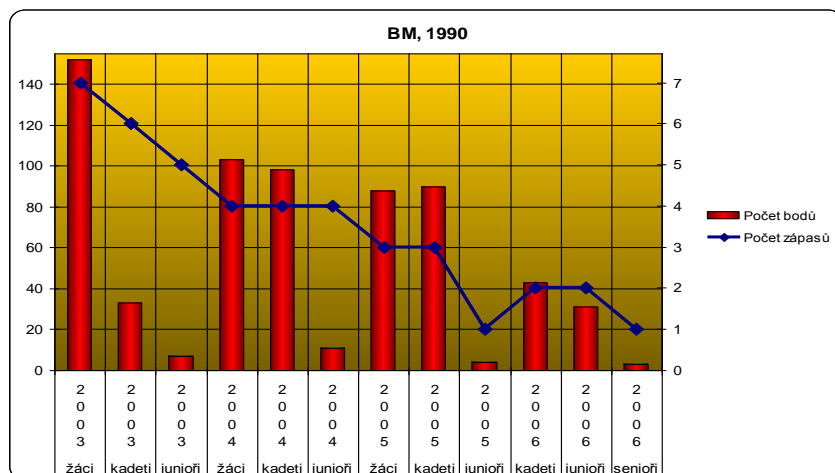
Zpracoval: autor

Šermíř S. D. závodil ve více kategoriích. Vždy ve své kategorii a ve vyšší měl velmi dobré výsledky. Například ale v roce 2005 dosáhl velmi dobrých výsledků ve třech kategoriích (žáci, kadeti, junioři). V roce 2009 dosahoval velmi dobrých výsledků v kadetské, juniorské, ale již i seniorské kategorii.

Šermíř S. D. uvedl v dotazníku, že se sportovním šermem začal ve 12 letech. Nyní trénuje 15 hodin týdně, avšak od trenéra nepocítuje motivaci. V dotazníku také uvedl, že cítí podporu rodiny. K šermu ho přivedli rodiče, kteří oba také šermovali. Také jeho sourozenec šermuje. Matka pracuje jako učitelka. Otec zemřel, dříve byl trenérem šermu a povoláním byl kaskadér. Po finanční stránce měl S. D. velkou podporu. Rodiče jej také často vozili na tréninky a i na zápasy. V pomoci klubu se neangažovali.

Z dotazníku S. D. lze vyvodit, že pochází z šermířské rodiny, přičemž otec byl přímo trenérem. V rodině má velkou podporu, což může přispět k dobrým výsledkům.

graf 10 B. M. 1990



Zdroj: [www.czechfencing.com](http://www.czechfencing.com)

Zpracoval: autor

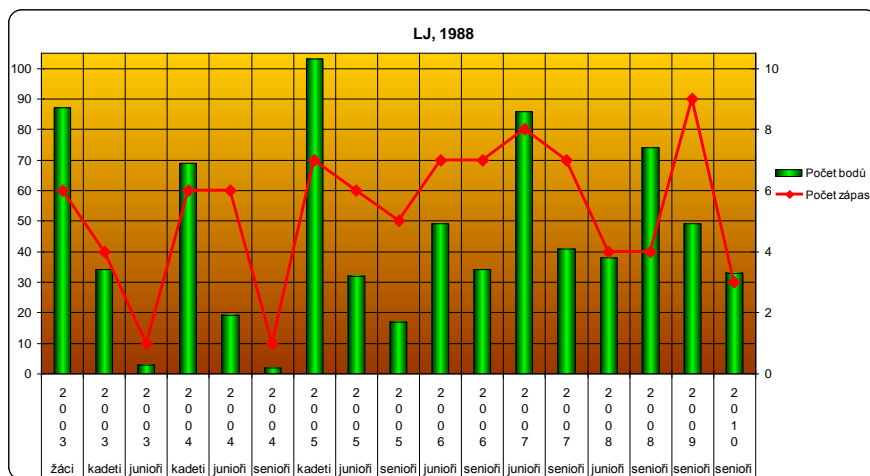
U šermíře B. M. jsou k dispozici výsledky z let 2003 až 2006. Již v roce 2003 v kategorii žáků dosahoval velmi dobrých výsledků. V roce 2004 a 2005 dosahoval velmi dobrých výsledků v kategorii žáků i kadetů, avšak v roce 2005 se nezúčastnil již tolika zápasů a stejně to bylo i v roce 2006.

Šermíř B. M. uvedl v dotazníku, že se sportovním šermem začal již v 11 letech. V současné době trénuje 6 hodin týdně. Jeho trenér ho často velmi motivuje, radí mu a pomáhá mu se zdokonalovat. Podporu měl i od rodiny. K šermu ho přivedla právě rodina, konkrétně otec, který také šermoval, dokonce byl i trenérem šermu. Jeho bratr také šermuje. Co se týká financí, rodiče mu hradili veškeré náklady spojené s šermem – vybavení, soustředění, závody. Otec je ve vedení klubu, stará se o areál a fungování oddílu. Na tréninky i závody jej vozili často.

Šermíř B. M. pochází z šermířské rodiny, trénuje ho jeho otec a je možné předpokládat, že velmi dobré rodinné zázemí a podpora rodiny mohou mít pozitivní vliv na jeho výsledky.



graf 11 L. J. 1988



Zdroj: [www.czechfencing.com](http://www.czechfencing.com)

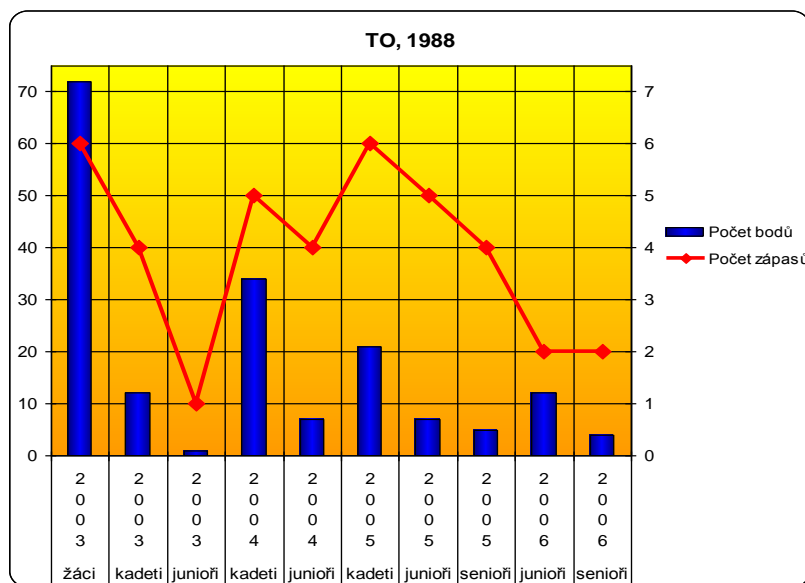
Zpracoval: autor

Šermíř L. J. šermoval ve více kategoriích. Vždy ve své příslušné kategorii dosahoval velmi dobrých výsledků. Obzvláště v roce 2004 dosáhl v kategorii kadetů velmi dobrých výsledků. Další roky už nebyly tak moc dobré. V roce 2005 absolvoval více zápasů v poměru k počtu bodů. O rok později již absolvoval méně zápasů.

Šermíř L. J. uvedl v dotazníku, že se sportovním šermem začal ve 12 letech. V současné době již aktivně netrénuje. Jeho trenér ho často velmi motivoval a cítil i podporu rodiny. K šermu ho přivedla právě rodina, konkrétně matka, která také šermovala. Jeho bratr je taktéž šermířem. Oba rodiče aktivně sportovali. Oba rodiče jsou státní zaměstnanci. Co se týká financí, rodiče jej podporovali většinou tak, že platili příspěvky, závody a nakupovali vybavení. Klub naopak finančně ani jinak nepodporovali.

Šermíř L. J. pochází z šermířské rodiny a je možné předpokládat, že velmi dobré rodinné zázemí a podpora rodiny mohou mít pozitivní vliv na jeho výsledky.

graf 12 T. O. 1988



Zdroj: [www.czechfencing.com](http://www.czechfencing.com)

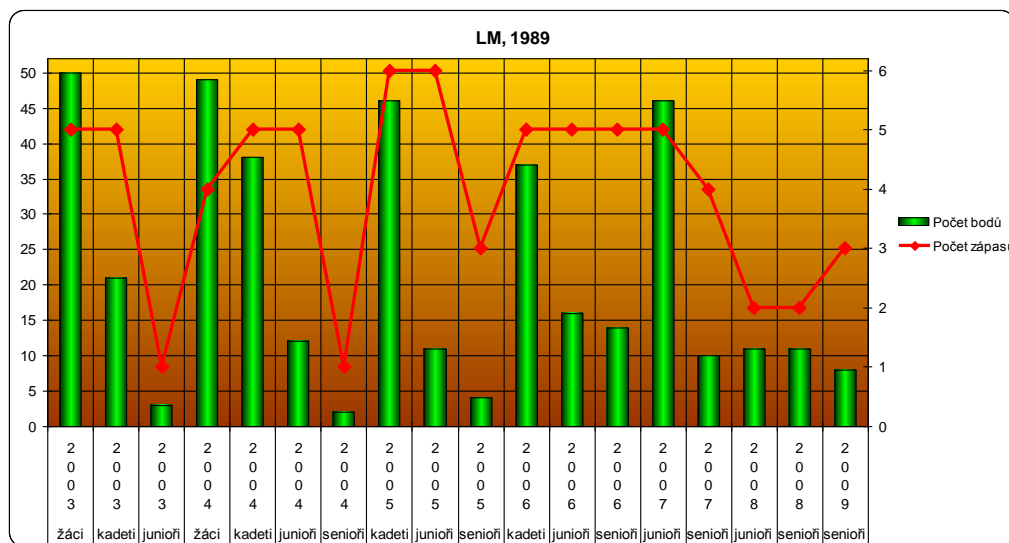
Zpracoval: autor

U šermíře T. O. jsou k dispozici výsledky z let 2003 až 2006. Závodil ve více kategoriích. Vždy ve své kategorii dosahoval určitých výsledků, ale vzhledem k počtu absolvovaných zápasů výsledky nebyly nijak závratné.

Šermíř T. O. uvedl v dotazníku, že se sportovním šermem začal v 11 letech, což je vhodný věk. Nyní trénuje 8 hodin týdně a jeho trenér ho často motivuje. V dotazníku také uvedl, že cítí podporu rodiny. K šermu se dostal tak, že ho zaujala ukázka šermu na sportovní akci ZŠ. Jeho rodiče neprovozovali šerm ani žádný jiný sport. Sourozenec se nevěnuje šermu, ale hraje aktivně basketbal. Matka pracuje jako pojišťovací agentka a otec je jednatelem společnosti. Po finanční stránce měl T. O. velkou podporu rodiny, rodiče mu hradili výbavu, výdaje na cesty atd. Rodiče jej také často vozili na tréninky i na zápasy. Společnost, ve které je otec jednatelem, je sponzorem klubu a finančně mu vypomáhá.

Z dotazníku T. O. lze vyvodit, že má velkou podporu v rodině, přestože v rodině nikdo jiný nešermuje. Dobré rodinné zázemí může mít vliv na jeho výsledky.

graf 13 L. M. 1989



Zdroj: [www.czechfencing.com](http://www.czechfencing.com)

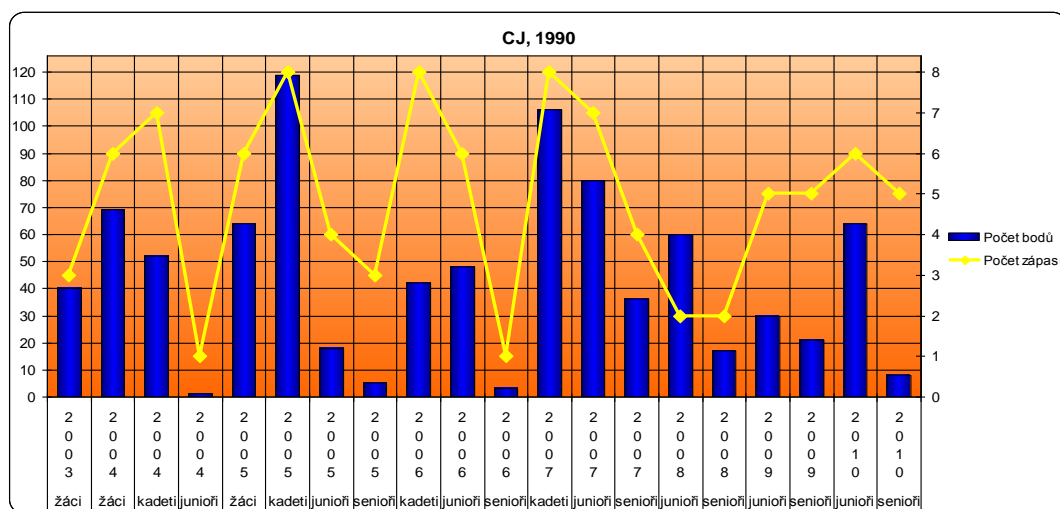
Zpracoval: autor

Šermíř L. M. šermoval ve více kategoriích. Vždy ve své příslušné kategorii dosahoval velmi dobrých výsledků. Od roku 2004 dosahoval vždy ve své kategorii stálých a dobrých výsledků. Od roku 2007 do roku 2009 absolvoval malé množství zápasů.

Šermíř L. M. uvedl v dotazníku, že se sportovním šermem začal v 11 letech. V současné době již aktivně netrénuje. Jeho trenér ho často velmi motivoval a cítil i podporu rodiny. K šermu ho přivedla právě rodina, konkrétně matka, která také šermovala. Jeho bratr je taktéž šermířem. Oba rodiče aktivně sportovali. Oba rodiče jsou státní zaměstnanci. Co se týká financí, rodiče jej podporovali většinou tak, že platili příspěvky, závody a nakupovali vybavení. Klub ale finančně ani jinak nepodporovali.

Šermíř L. M. pochází z šermířské rodiny a lze předpokládat, že velmi dobré rodinné zázemí a podpora rodiny mohou mít pozitivní vliv na jeho výsledky.

graf 14 C. J. 1990



Zdroj: [www.czechfencing.com](http://www.czechfencing.com)

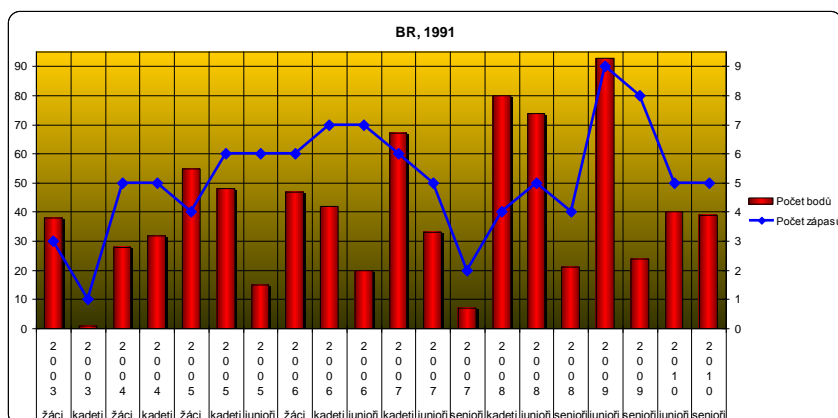
Zpracoval: autor

Šermíř C. J. vykazuje dlouhodobě velmi dobré výsledky. Velmi se mu dařilo například v roce 2005 v kategorii kadetů a například také v roce 2007 taktéž v kategorii kadetů. Standardně však podával vyrovnané a velmi slušné výkony. Absolvoval také všechny roky hodně zápasů.

Šermíř C. J. uvedl v dotazníku, že se sportovním šermem začal ve 12 letech. V současné době trénuje 4 hodiny týdně. Jeho trenér ho často velmi motivuje, a to chválou a podporou. Oceňuje však i konstruktivní kritiku. Podporu rodiny cítil. K šermu ho přivedlo to, že chtěl být jako jeho oblíbená postava z filmu. Rodiče nešermovali ani aktivně neprovozovali jiný sport. Sourozenec nešermuje, ale aktivně jezdí na koni. Otec pracuje jako soustružník a matka je prادلena. Co se týká financí, rodiče jej finančně podporovali na závody. Na tréninky ani na závody ho rodiče nevozili ani žádným způsobem nepodporovali klub.

Šermíř C. J. nepochází z šermířské rodiny. Rodiče ho podporovali pouze finančně.

graf 15 B. R. 1991



Zdroj: [www.czechfencing.com](http://www.czechfencing.com)

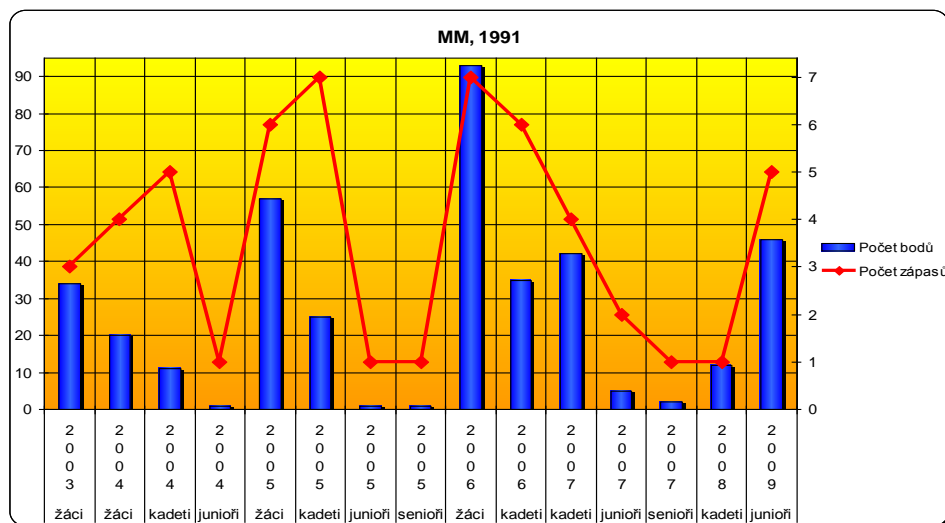
Zpracoval: autor

Šermíř B. R. také často závodil ve více kategoriích. V roce 2003 absolvoval malé množství zápasů. V letech 2005 až 2009 dosahoval velmi dobrých výsledků ve své kategorii. I v jiných kategoriích však absolvoval hodně zápasů a měl velmi slušné výsledky.

Šermíř B. R. uvedl v dotazníku, že se sportovním šermem začal v 10 letech, což je vhodný věk. Nyní trénuje 4 hodiny týdně, ale uvedl, že ho jeho trenér vůbec nemotivuje. V dotazníku uvedl, že podporu rodiny cítí. K šermu ho přivedli rodiče, ale ani jeden z rodičů nešermoval. Jeho sourozenec se nevěnuje šermu, ale aktivně hraje baseball. Oba rodiče však aktivně sportovali. Matka provozovala sportovní gymnastiku a otec karate. Matka pracuje jako sekretářka a zaměstnáním otce daňový poradce. Po finanční stránce měl B. R. velkou podporu. Rodiče jej občas vozili i na tréninky i na zápasy, v pomoci klubu se nijak neangažovali.

Z dotazníku B. R. lze vyvodit, že má velkou podporu v rodině. Dobré rodinné zázemí může mít vliv na jeho výsledky.

graf 16 M. M. 1991



Zdroj: [www.czechfencing.com](http://www.czechfencing.com)

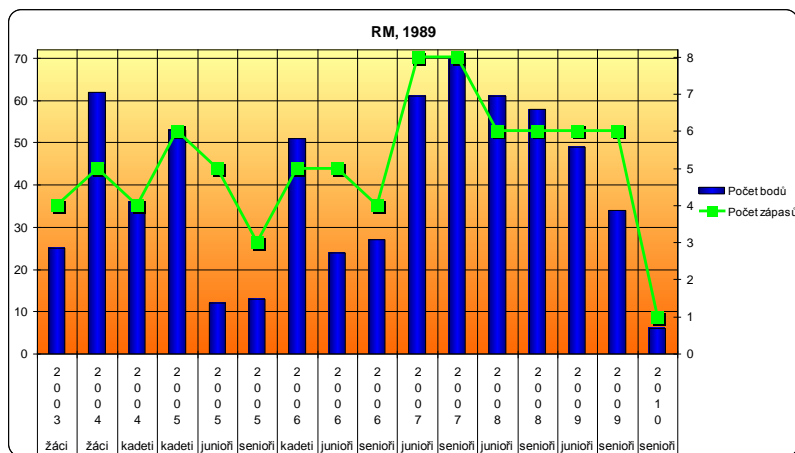
Zpracoval: autor

Šermíř M. M. závodil ve více kategoriích. Velmi dobré výsledky měl v roce 2005, kdy se dobře umisťoval v kategoriích žáci a kadeti. Také v roce 2006 měl velmi dobré výsledky v kategoriích žáků a kadetů. V dalších letech už neabsolvoval tolik zápasů.

Šermíř M. M. uvedl v dotazníku, že se sportovním šermem začal ve 13 letech. Nyní trénuje 6 hodin týdně, motivaci od trenéra má jen občas. V dotazníku také uvedl, že cítí podporu rodiny. K šermu ho přivedla matka, která také šermovala. Také jeho sourozenec dříve šermoval. Matka pracuje jako produkční v rádiu, otec s rodinou nežije. Po finanční stránce měl M. M. velkou podporu, matka jej finančně zajišťuje a hradí i mezinárodní soutěže. Matka jej také často vozila na tréninky i na zápasy. V pomoci klubu se matka angažovala, pomáhala založit oddíl a několik let v něm byla jako organizátorka.

Z dotazníku M. M. lze vyvodit, že pochází z šermířské rodiny. V rodině má velkou podporu, což může přispět k dobrým výsledkům.

graf 17 R. M. 1989



Zdroj: [www.czechfencing.com](http://www.czechfencing.com)

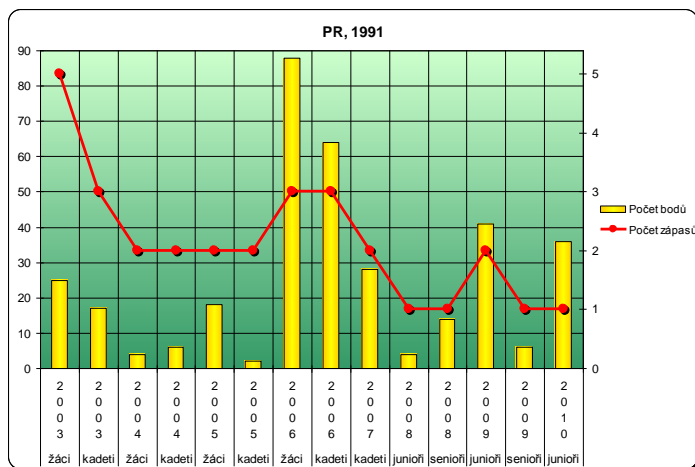
Zpracoval: autor

Šermíř R. M. vykazuje dlouhodobě dobré a stabilní výsledky. Absolvoval také velké množství zápasů v různých kategoriích. Velmi dobré výsledky měl v kategorii kadetů v roce 2005 a 2006 a také v kategorii juniořů v roce 2007, 2008 a 2009.

Šermíř R. M. uvedl v dotazníku, že se sportovním šermem začal ve 12 letech. V současné době již netrénuje. Motivaci od trenéra měl jen občas, ale od rodiny podporu měl. K šermu ho přivedl kamarád. Rodiče šerm neprovozovali ani nijak aktivně nesportovali. Sourozenec nešermuje, ale hraje fotbal. Otec je podnikatel a matka učitelka. Co se týká financí, rodiče jej podporovali, většinou mu kupovali vybavení a hradili mu cesty na závody. Klub rodiče nijak nepodporovali. Na tréninky i zápasy ho vozili často.

Šermíř R. M. nepochází z šermířské rodiny, ale je možné předpokládat, že dobré rodinné zázemí a podpora rodiny mohou mít dobrý vliv na jeho výsledky.

graf 18 P. R. 1991



Zdroj: [www.czechfencing.com](http://www.czechfencing.com)

Zpracoval: autor

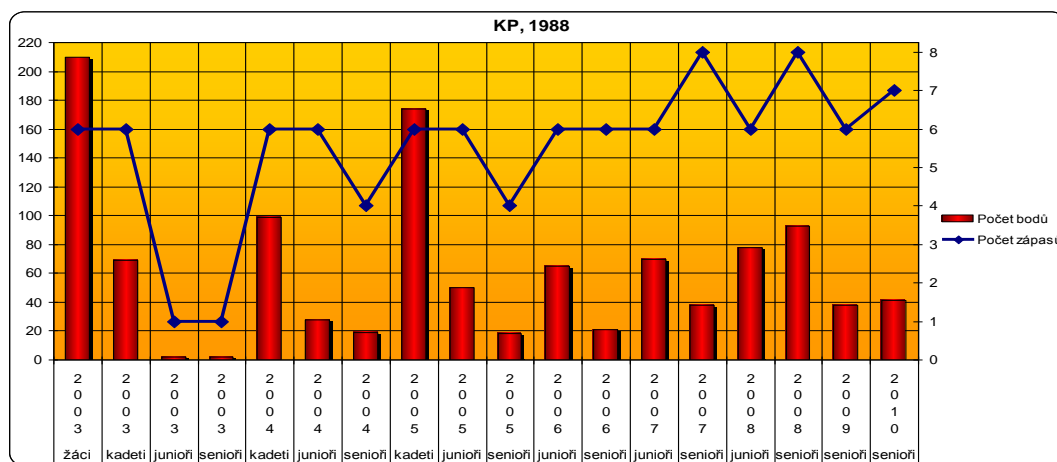
Šermíř P. R. většinou závodil maximálně ve dvou kategoriích. V roce 2006 dosáhl dobrých výsledků hned ve dvou kategoriích, a to žácích a kadetech. Od roku 2007 neabsolvoval velké množství zápasů.

Šermíř P. R. v dotazníku uvedl, že se sportovním šermem začal ve 13 letech. V současnosti trénuje 6 hodin týdně a jeho trenér ho často motivuje. V dotazníku také uvedl, že cítí podporu rodiny. O šermu se dozvěděl na náboru na ZŠ. Ani jeden z rodičů nešermoval. Jeho sourozenec se nevěnuje šermu, ale aktivně provozuje gymnastiku. Rodiče aktivně sportovali, otec provozoval nohejbal. Matka pracuje jako ošetřovatelka a otec je prodavač. Po finanční stránce se P. R. rodiče snažili podporovat. Rodiče jej na tréninky a zápasy vozili jen občas, v pomoci klubu se však nijak neangažovali.

Z dotazníku P. R. lze vyvodit, že nepochází z šermířské rodiny, ale že má podporu v rodině, která se snaží mu pomáhat, což může mít vliv na jeho výsledky.



graf 19 K. P. 1988



Zdroj: [www.czechfencing.com](http://www.czechfencing.com)

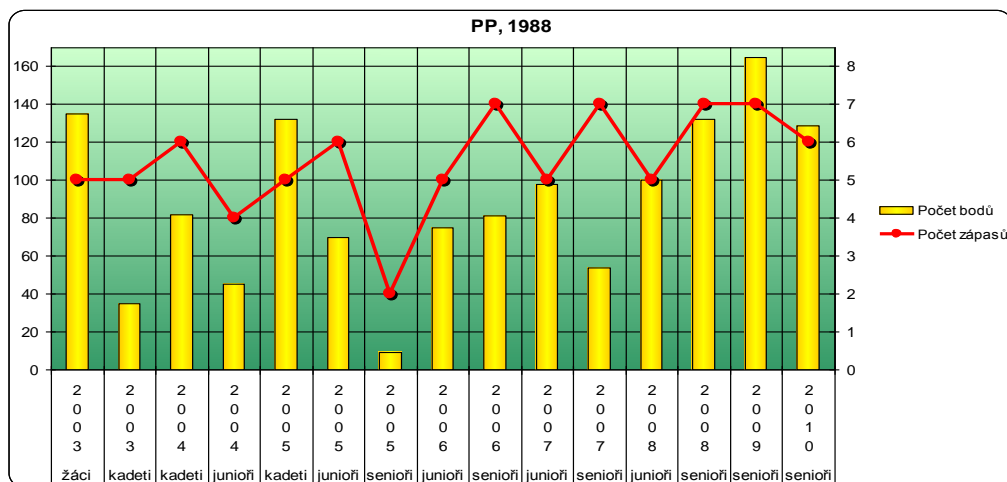
Zpracoval: autor

Šermíř K. P. má velmi dobré výsledky hlavně ve svých kategoriích. V roce 2003 dosáhl výborných výsledků na počet zápasů v kategorii žáků, ale i v kategorii kadetů dosáhl dobrých výsledků. V roce 2004 dosáhl také dobrých výsledků v kategorii kadetů, výborných výsledků dosáhl v kategorii kadetů také v roce 2005. Také v dalších letech vykazoval velmi dobré výsledky vždy ve dvou kategoriích a v roce 2008 měl dobré výsledky v seniorské kategorii.

Šermíř K. P. uvedl v dotazníku, že se sportovním šermem začal v 11 letech. V současné době trénuje 7 hodin týdně, ale dříve trénoval i 15 hodin týdně. V dotazníku také uvedl, že je již sám sobě trenérem, ale dříve ho trenér motivoval. Podporu rodiny měl. K šermu ho přivedli rodiče a filmy jako Tři mušketýři. Otec také šermoval a matka provozovala gymnastiku. Zaměstnáním matky je vedoucí obchodu a otec je stavební technik. K. P. uvedl, že jej rodiče podporovali morálně i finančně. Rodiče jej na tréninky nevozili, ale na zápasy ano. V pomoci klubu se neangažovali.

Z dotazníku K. P. lze vyvodit, že pochází z šermířské rodiny a má v ní velkou podporu, což sám uvedl. Dá se i předpokládat, že to má pozitivní vliv na jeho výborné výsledky.

graf 20 P. P. 1988



Zdroj: [www.czechfencing.com](http://www.czechfencing.com)

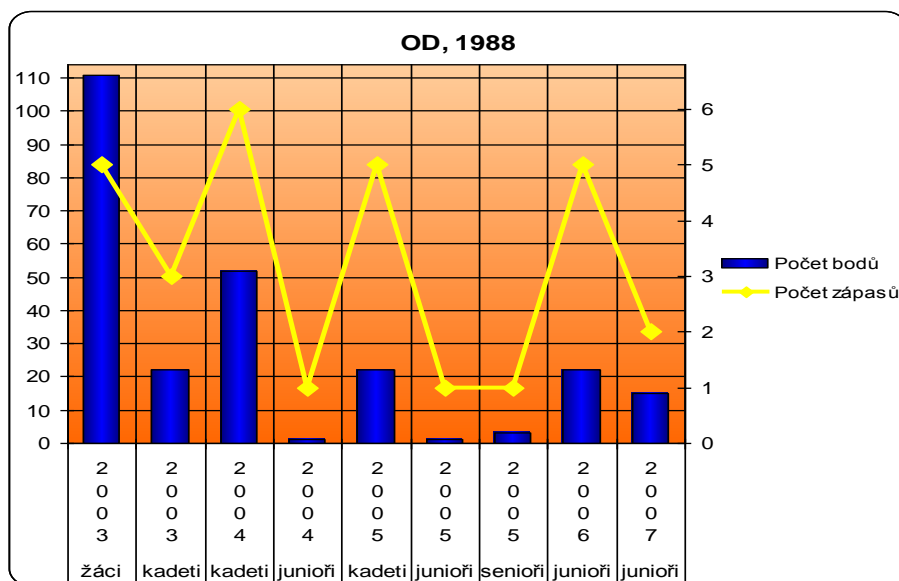
Zpracoval: autor

Šermíř P. P. má velmi dobré výsledky hlavně ve svých kategoriích. V roce 2003 dosáhl velmi dobrých výsledků na počet zápasů v kategorii žáků. V roce 2004 dosáhl také dobrých výsledků v kategorii kadetů, výborných výsledků dosáhl v kategorii kadetů také v roce 2005. V roce 2005 měl již také dobré výsledky v kategorii juniorů. Také v dalších letech vykazoval velmi dobré výsledky vždy ve dvou kategoriích a v roce 2008 a 2009 měl dobré výsledky v seniorské kategorii.

Šermíř P. P. uvedl v dotazníku, že se sportovním šermem začal v 11 letech. V současné době trénuje 18 hodin týdně. V dotazníku také uvedl, že ho trenér velmi často motivuje. Podporu rodiny měl. K šermu ho přivedli rodiče, kteří také šermovali. Otec také dříve jezdil na vodních lyžích. Sourozenec nešermuje, dříve aktivně provozoval basketbal. Matka P. P. je operní zpěvačka a otec je sólista opery. P. P. uvedl, že jej rodiče podporovali finančně, hradili mu vybavení, závody i soustředění. Rodiče jej na tréninky a zápasy vozili často. V pomoci klubu se neangažovali.

Z dotazníku P. P. lze vyvodit, že pochází z šermířské rodiny a má v ní velkou podporu. Dá se i předpokládat, že to má pozitivní vliv na jeho výborné výsledky.

graf 21 O. D. 1988



Zdroj: [www.czechfencing.com](http://www.czechfencing.com)

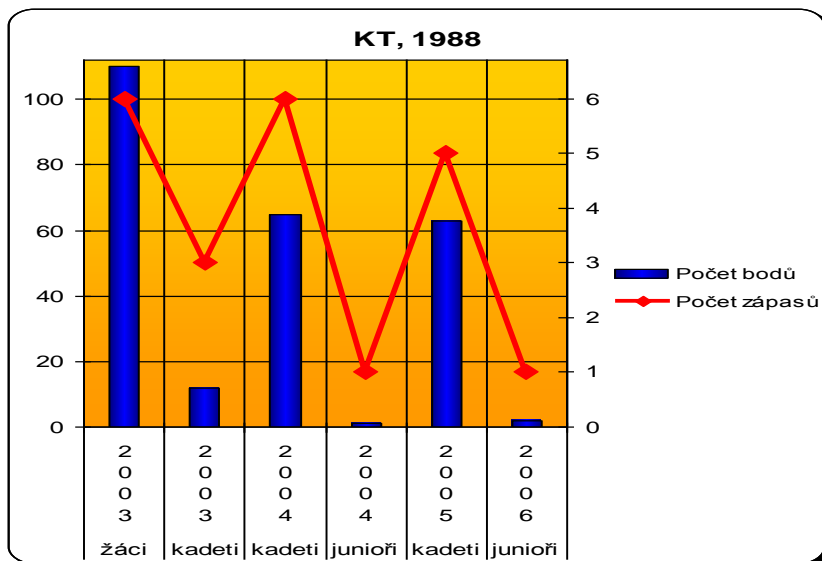
Zpracoval: autor

U šermíře O. D. jsou k dispozici výsledky z let 2003 až 2007. Závodil ve více kategoriích, ale kromě roku 2003, kdy dosáhl velmi dobrých výsledků v kategorii žáků, nepodával nijak zvlášť dobré výkony. Neabsolvoval ani velké množství zápasů.

Šermíř O. D. uvedl v dotazníku, že se sportovním šermem začal v 10 letech, což je vhodný věk. Nyní trénuje 2 hodiny týdně a do dotazníku uvedl, že ho trenér vůbec nemotivuje. Podporu od rodiny prý také necítí. K šermu se dostal díky náboru na ZŠ. Jeho rodiče provozovali šerm. Sourozenec se nevěnuje šermu, ale aktivně se věnoval atletice. Matka je OSVČ a otec je strojvedoucím. Rodiče jej finančně nepodporovali. Zároveň jej vůbec nevozili na tréninky a na zápasy občas. Rodiče ani nijak nepodporovali klub.

Z dotazníku O. D. lze vyvodit, že nepochází z šermířské rodiny a že nemá v rodině příliš podporu. I to může mít vliv na motivaci a výkonnost v šermu.

graf 22 K. T. 1988



Zdroj: [www.czechfencing.com](http://www.czechfencing.com)

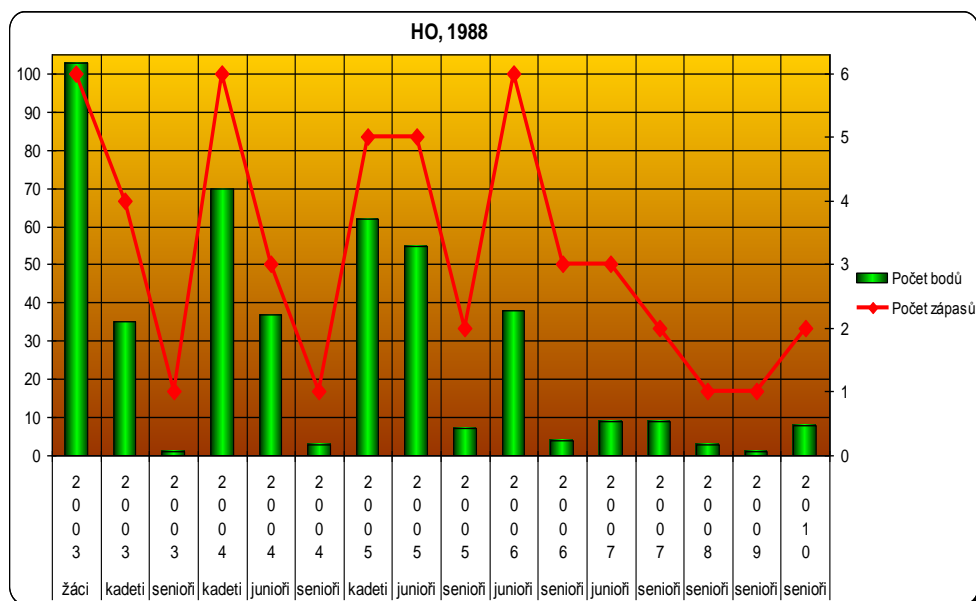
Zpracoval: autor

U šermíře K. T. jsou k dispozici výsledky z let 2003 až 2006. V roce 2003 dosáhl dobrých výsledků v kategorii žáků. V roce 2004 a 2005 měl ještě celkem dobré výsledky v kategorii kadetů.

Šermíř K. T. uvedl v dotazníku, že se sportovním šermem začal ve 12 letech. Nyní trénuje 8 hodin týdně a do dotazníku uvedl, že ho trenér motivuje často. Podporu od rodiny prý také necítí. K šermu se dostal díky kamarádovi. Jeho rodiče neprovozovali šerm, ale matka aktivně provozovala moderní gymnastiku. Sourozenec se nevěnuje šermu ani jinému sport. Oba rodiče jsou vysokoškolští učitelé. Finančně jej nepodporovali a nevozili ho ani na tréninky ani na zápasy. Rodiče ani nijak nepodporovali klub.

Z dotazníku K. T. lze vyvodit, že nepochází z šermířské rodiny a že nemá v rodině příliš podporu. I to může mít vliv na motivaci a výkonnost v šermu.

graf 23 H. O. 1988



Zdroj: [www.czechfencing.com](http://www.czechfencing.com)

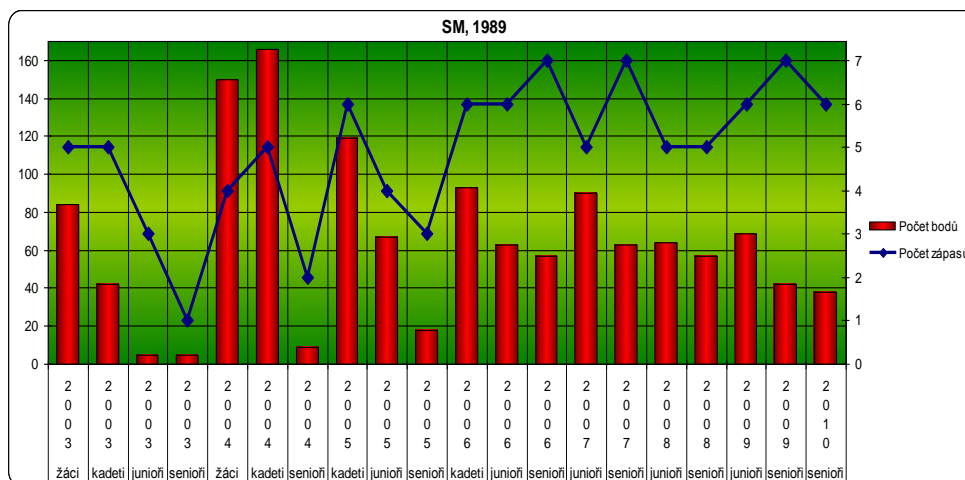
Zpracoval: autor

Šermíř H. O. šermoval ve více kategoriích. Vždy ve své příslušné kategorii dosahoval velmi dobrých výsledků. V roce 2003 dosáhl v kategorii žáků velmi dobrých výsledků. V roce 2004 a 2005 dosáhl dobrých výsledků také v kategorii kadetů, ale i juniorů. Od roku 2006 už neabsolvoval tolik zápasů.

Šermíř H. O. uvedl v dotazníku, že se sportovním šermem začal v 11 letech. V současné době trénuje 6 hodin týdně. Jeho trenér ho často velmi motivoval a cítil i podporu rodiny. K šermu se dostal díky náboru na ZŠ. Jeho rodiče neprovozovali šerm, ale oba aktivně sportovali. Jeho bratr je taktéž šermířem. Matka pracuje jako rentgenová laborantka a otec je ředitelem společnosti. Co se týká financí, rodiče jej podporovali. Na tréninky i na zápasy jej rodiče vozili. Klub finančně ani jinak nepodporovali.

U šermíře H. O. je možné předpokládat, že velmi dobré rodinné zázemí a podpora rodiny mohou mít pozitivní vliv na jeho výsledky.

graf 23 S. M. 1989



Zdroj: [www.czechfencing.com](http://www.czechfencing.com)

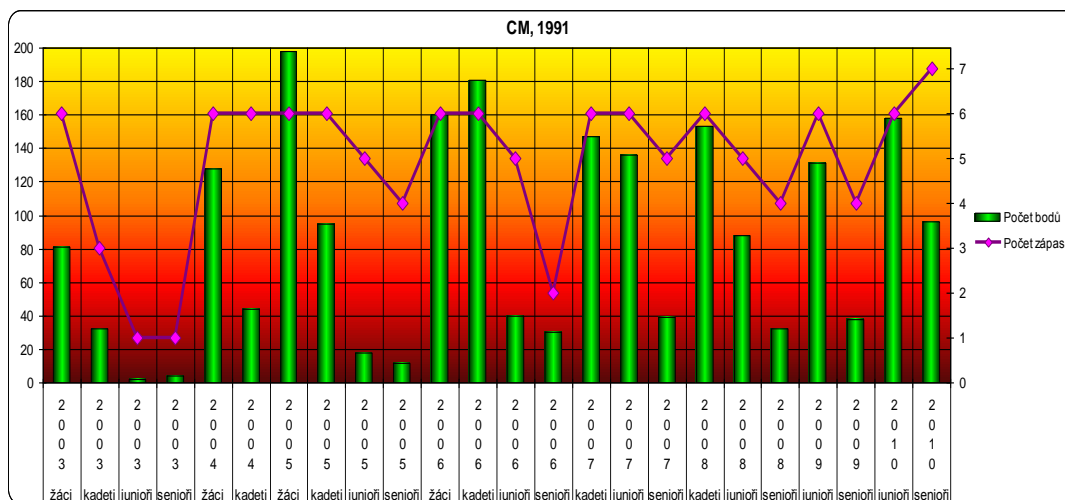
Zpracoval: autor

Šermíř S. M. šermoval ve více kategoriích. Vždy ve své příslušné kategorii dosahoval velmi dobrých výsledků. V roce 2003 dosáhl v kategorii žáků velmi dobrých výsledků. V roce 2004 a 2005 dosáhl dobrých výsledků také v kategorii kadetů, ale i juniorů. Do roku 2010 pak podával dobré výkony ve všech kategoriích. Absolvoval také hodně zápasů.

Šermíř S. M. uvedl v dotazníku, že se sportovním šermem začal již v 7 letech, což je velmi brzy. V současné době trénuje 4 hodiny týdně. Jeho trenér ho často velmi motivoval a cítil i podporu rodiny. K šermu ho přivedl otec, ani jeden z rodičů ale nešermoval, oba ale aktivně sportovali. Sourozenec také dříve šermoval. Matka pracuje jako úřednice a otec je podnikatel. Co se týká financí, rodiče jej podporovali. Na tréninky i na zápasy jej vozili občas. Klub finančně ani jinak nepodporovali.

U šermíře S. M. je možné předpokládat, že dobré rodinné zázemí a podpora od rodiny mohou mít pozitivní vliv na jeho výsledky.

graf 25 C. M. 1991



Zdroj: [www.czechfencing.com](http://www.czechfencing.com)

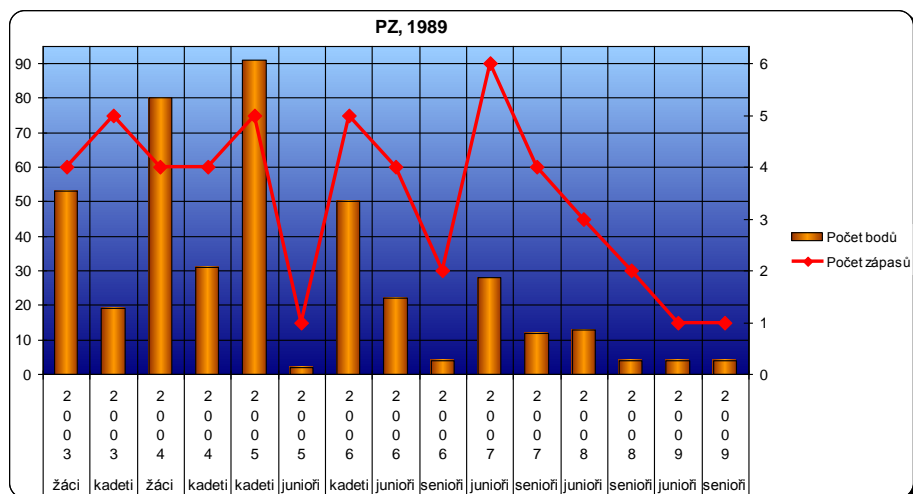
Zpracoval: autor

Šermíř C. M. má dlouhodobě velmi dobré výsledky. V roce 2003 dosáhl dobrých výsledků v kategorii žáků. V letech 2004-2006 měl velmi dobré výsledky v kategorii žáků a v roce 2006 i v kategorii kadetů. Od roku 2007 do roku 2009 měl dobré výsledky v kategorii kadetů a juniorů, v roce 2010 i v kategorii seniorů.

Šermíř C. M. uvedl v dotazníku, že se sportovním šermem začal v 10 letech. V současné době trénuje 8 hodin týdně. Motivaci od trenéra měl často, od rodiny také. K šermu se dostal díky náboru na ZŠ. Rodiče šerm neprovozovali, ale aktivně sportovali. Sourozenec nešermuje ani neprovozuje žádný jiný sport. Matka je na mateřské dovolené, u otce nebylo zaměstnání uvedeno. Co se týká financí, rodiče jej podporovali, ale na tréninky ani na zápasy jej nevozili. Klub rodiče nijak nepodporovali.

Šermíř C. M. nepochází z šermířské rodiny, ale je možné předpokládat, že dobré rodinné zázemí a určitá finanční podpora rodiny mohou mít dobrý vliv na jeho výsledky.

graf 26 P. Z. 1989



Zdroj: [www.czechfencing.com](http://www.czechfencing.com)

Zpracoval: autor

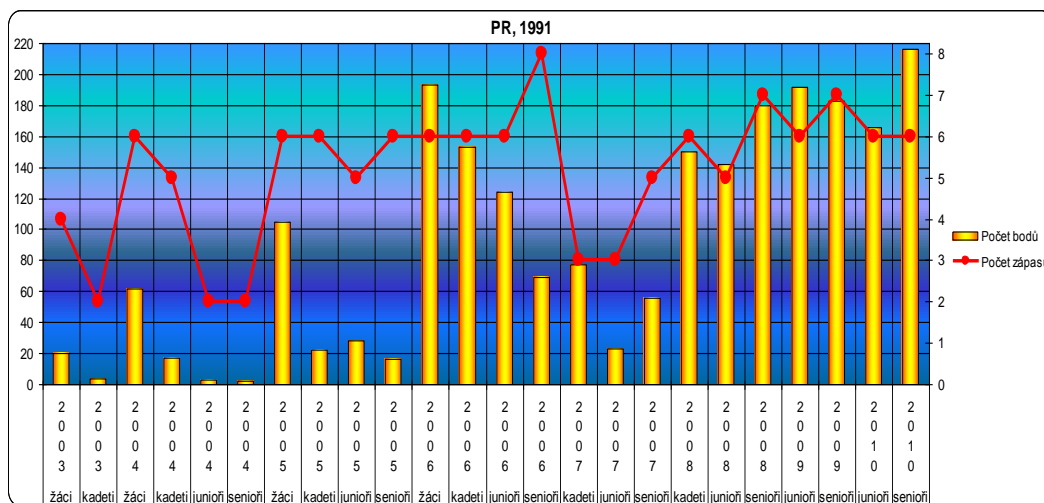
Šermíř P. Z. měl velmi dobré výsledky v kategoriích žáků a kadetů v roce 2003 a 2004. V roce 2005 a 2006 měl v kadetech slušné výsledky. V dalších kategoriích a letech již neabsolvoval tolik zápasů, takže neměl tak dobré výsledky.

Šermíř P. Z. uvedl v dotazníku, že se sportovním šermem začal již v 11 letech. V současné době trénuje 4-6 hodin týdně. Jeho trenér ho občas motivoval a podporu rodiny cítil. K šermu ho přivedl kamarád. Rodiče nešermovali, ale aktivně sportovali, sourozence nemá. Matka je kulturní pracovnící a otec je archeolog. Co se týká financí, rodiče jej podporovali. Na tréninky i na zápasy jej rodiče vozili často. Klub finančně ani jinak nepodporovali.

U šermíře P. Z. je možné předpokládat, že dobré rodinné zázemí a podpora od rodiny mohou mít pozitivní vliv na jeho výsledky.



graf 27 P. R. 1991



Zdroj: [www.czechfencing.com](http://www.czechfencing.com)

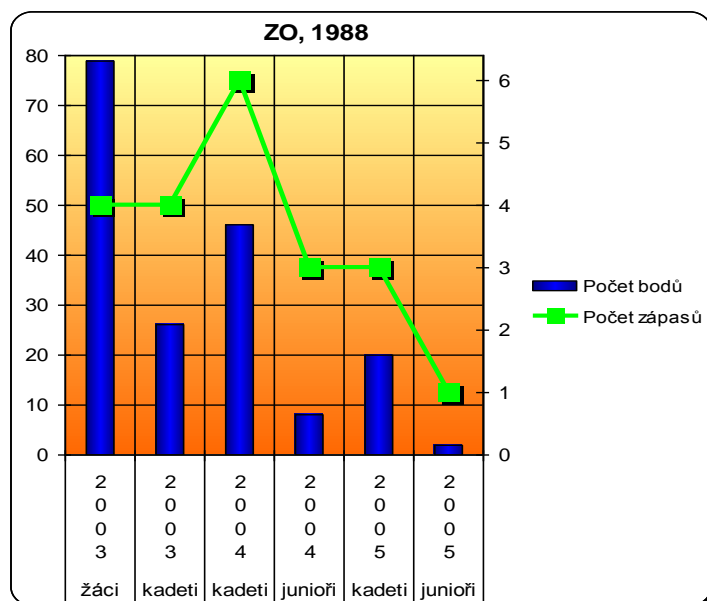
Zpracoval: autor

Šermíř P. R. šermoval ve více kategoriích. První velmi dobré výsledky měl v roce 2005 v kategorii žáků. V roce 2006 dosáhl vynikajících výsledků v kategoriích žáci, kadeti, junioři, ale i v seniorech už měl slušné výsledky. V letech 2008-2010 dosahoval velmi dobrých výsledků ve všech kategoriích, ve kterých závodil.

Šermíř P. R. uvedl v dotazníku, že se sportovním šermem začal již v 7 letech. V současné době trénuje 2 hodiny týdně. Jeho trenér ho často velmi motivoval a cítil i podporu rodiny. K šermu se dostal díky rodičům. Jeho rodiče neprovozovali šerm, ale oba aktivně sportovali. Jeho sourozenec je taktéž šermířem. Matka pracuje jako učitelka na gymnáziu a otec je bývalý voják z povolání, nyní v civilu. Co se týká financí, rodiče jej podporovali. Na tréninky i na zápasy jej rodiče nevozili. Klub finančně ani jinak nepodporovali.

U šermíře P. R. je možné předpokládat, že dobré rodinné zázemí a podpora rodiny mohou mít pozitivní vliv na jeho výsledky.

graf 28 Z. O. 1988



Zdroj: [www.czechfencing.com](http://www.czechfencing.com)

Zpracoval: autor

U šermíře Z. O. jsou k dispozici výsledky z let 2003 až 2005. Závodil vždy ve dvou kategoriích. V letech 2003 měl v kategorii žáků velmi dobré výsledky. V kadetech měl dobré výsledky v roce 2004 a 2005. Moc zápasů neabsolvoval.

Šermíř Z. O. uvedl v dotazníku, že se sportovním šermem začal v 10 letech, což je vhodný věk. Nyní trénuje 2 hodiny týdně a do dotazníku uvedl, že ho trenér vůbec nemotivuje. Podporu od rodiny však má. K šermu se dostal díky náboru na ZŠ. Jeho rodiče neprovozovali šerm, ale aktivně provozovali atletiku. Sourozenec se nevěnuje aktivně žádnému sportu. Matka pracuje jako úřednice a otec je stavař. Rodiče jej finančně podporovali a vozili ho i na tréninky a na zápasy. Klub nijak nepodporovali.

Z dotazníku Z. O. lze vyvodit, že nepochází z šermířské rodiny, ale má v rodině podporu. To může mít vliv na motivaci a výkonnost v šermu.

## 17. Diskuze

První hypotéza, kterou považuji za hlavní, zněla: H1: Psychická podpora rodiny bude mít pozitivní vliv na výkonnost u 70 % šermířů.

93 % respondentů uvedlo, že je rodina psychicky podporovala, což se mohlo projevit na jejich výkonnosti. Kladnou odpověď však uvedli i respondenti, kteří dlouhodobě neměli příliš dobré výsledky. Dá se tedy vyvodit, že i když šermíři měli velkou psychickou podporu rodiny, v souvislosti s ostatními faktory to nenapomohlo tomu, že by vykazovali dobré výsledky. Pouze 7 % respondentů uvedlo, že je rodina psychicky nepodporovala. Jednalo se o šermíře, kteří dlouhodobě neměli příliš dobré výsledky. Přesto se dá konstatovat, že tato hypotéza se naplnila, a to vzhledem k procentuálním výsledkům.

Druhá hypotéza, kterou rovněž považuji za hlavní, měla znění: H2: U 60 % šermířů se potvrdí, že finanční, hmotné a materiální zabezpečení ze strany rodiny ovlivňuje pozitivně jeho výsledky.

Na otázku v dotazníku, zda respondent měl finanční podporu rodičů, odpovědělo 89 % respondentů, že mělo finanční podporu od rodiny. Jednalo se o finanční podporu jako nákup vybavení, hrazení příspěvků, závodů i soustředění a výdaje na cesty. Kladně odpověděli respondenti, kteří dlouhodobě a stabilně vykazovali velmi dobré výsledky. 11 % dotázaných uvedlo, že finanční podporu od rodiny nepociťovali, opět šlo o šermíře, kteří nevykazovali příliš dobré výsledky. Ve dvou případech, kdy šermíři také nevykazovali příliš dobré výsledky, však odpovědi byly kladné, tedy že je rodina finančně podporovala. Přesto se dá konstatovat, že se hypotéza potvrdila vzhledem k procentuálním výsledkům.

Poslední hypotéza, kterou již považuji za dílčí, zněla: H3: Tradice sportovního šermu v rodině u 50 % šermířů přispívá k lepším výkonům.

Tato hypotéza byla posuzována z více otázek v dotazníku. Na otázku, kdo přivedl respondenta ke sportovnímu šermu, odpovědělo 43 % dotázaných, že rodiče nebo někdo z rodiny, ostatní odpovědi měly menší počet zastoupení. Na otázku, jestli rodiče nebo někdo z rodiny šermoval, odpovědělo kladně 46 % respondentů, ale 54 % dotázaných odpovědělo, že ne. Šermujících sourozenců má pouze 39 % respondentů. Přesto, že šermíři z „vyloženě šermířských rodin“ mají velmi dobré výsledky, podle procentuálních výsledků se tato hypotéza nepotvrdila.

## **Závěr:**

V diplomové práci jsem se zabývala tématem sportovního šermu, který je minoritním sportem a není mezi veřejností příliš populární, a tím, zda má sociální zázemí vliv na výkonnost sportovního šermíře.

V teoretické části jsem přiblížila sportovní šerm jako takový. Nejdříve jsem se zabývala teorií sportovního šermu, postupovala jsem od historie sportovního šermu až k šermu ve 20. století. Přiblížila jsem, jaký je rozdíl mezi jednotlivými zbraněmi, jaké je vybavení šermíře, jak je sport populární u diváků, jaká jsou pravidla a podobně. V teoretické části jsem také rozebrala, kdy je vhodné začít se sportovním šermem, protože určit vhodný věk je dlouhodobým problémem trenérů. Přiblížila jsem také specifika dětského tréninku a jednotlivé etapy tréninku. Rozebrala jsem i jednotlivé složky přípravy.

Hlavním cílem mé diplomové práce bylo zjistit, zda šermíři, kteří mají dobré sociální zázemí, mají i dobré výsledky. K tomuto výzkumu jsem vybrala reprezentativní vzorek 28 šermířů z celé České republiky v určitém věkovém rozmezí tak, aby v něm byl rovnoměrně zastoupen počet fleretistů, šermířů a kordistů. Výzkum jsem prováděla formou dotazníků a také pomocí grafů vytvořených z tabulek výsledků. Dotazníky byly zpracovány nejdříve souhrnně. Druhý způsob byl ten, že každému respondentovi, který vyplnil dotazník, byl vytvořen jeho graf výkonnosti se stručnou sumarizací výsledků z grafu a z dotazníku.

V závěru mé diplomové práce mohu zodpovědět, že cíl mé diplomové práce, tedy zda má sociální zázemí vliv na výkonnost šermíře, byl splněn a mohu tvrdit, že dobré sociální zázemí má velmi pozitivní vliv na výkonnost šermíře a naopak nepříliš dobré sociální zázemí (nulová finanční i psychická podpora, nulová pomoc ve sportu) může být příčinou špatných výsledků ve sportovním šermu.

Z uvedených závěrů a získaných informací mohu tvrdit, že pokud má šermíř morální a finanční podporu rodiny, vypomáhá mu například s dojížděním na zápasy a na tréninky, vykazuje dlouhodobě velmi dobré výsledky, což může být náповědou nebo i radou pro některé rodinné příslušníky šermířů.

## Seznam použité literatury:

1. DOVALIL, J.: *Výkon a trénink ve sportu*. Nakladatelství Olympia 2005
2. GAVORA, P.: *Výzkumné metody v pedagogice*. Paido 1996
3. KŘÍŽ, L., ČECH, Z. J. K.: *Encyklopedie zbraní a zbroje*. Nakladatelství Libri 2003
4. MICHÁLEK, T.: *Závěrečná práce: Teorie tréninku sportovního šermu*. Praha 2005
5. SEDLÁK, A.: *Metodika a organizace šermířského tréninku*. Metasport Ostrava 1981
6. SKÝVA, S.: *Šerm šavlí*. Sportovní a turistické nakladatelství 1961
7. SLEPIČKA, P., HOŠEK, V., HÁTLOVÁ, B.: *Psychologie sportu*. Nakladatelství Karolinum 2006
8. SOMMER, J.: *Dějiny sportu*. Nakladatelství Fontána 2003
9. PERIČ, T.: *Sportovní příprava dětí*. Grada Publishing 2004
10. TROHAŘ, R.: *Základy šermu*. Olympia Praha 1973
11. VINCENC, J.: *Stručná historie šermu*. Nakladatelství Elka Press 2002
12. *Czechfencing* [online]. 2006 [cit. 2011-02-02]. Český šermířský svaz. Dostupné z WWW: [http://www.czechfencing.com/czech\\_html/download.php](http://www.czechfencing.com/czech_html/download.php)

***Seznam tabulek:***

***Tabulka 1 Dříve provozované sporty u šermířů***

***Tabulka 2 Podnět k začátku s šermem***

***Tabulka 3 Sporty provozované rodiči šermířů***

***Tabulka 4 Zaměstnání rodičů***

### ***Seznam obrázků:***

Obrázek 1 Fleret

Obrázek 2 Kord

Obrázek 3 Šavle

Obrázek 4 Šermířská maska

Obrázek 5 Šermířská vesta

Obrázek 6 Spodní ochranná vestička

Obrázek 7 Elektrická vesta

Obrázek 8 Šermířské kalhoty

Obrázek 9 Šermířské podkolenky

Obrázek 10 Šermířská rukavice

Obrázek 11 Návlek na rukavici

Obrázek 12 Elektrická rukavice

Obrázek 13 Chráníč prsou

Obrázek 14 Šermířské boty

Obrázek 15 Osobní šňůra

Obrázek 16 Šermířské akce



***Seznam grafů:***

Graf 1 S. J. 1990

Graf 2 K. J. 1991

Graf 3 S. R. 1990

Graf 4 L. J. 1992

Graf 5 P. F. 1991

Graf 6 H. M. 1990

Graf 7 L. D. 1991

Graf 8 P. R. 1991

Graf 9 S. D. 1992

Graf 10 B. M. 1990

Graf 11 L. J. 1988

Graf 12 T. O. 1988

Graf 13 L. M. 1989

Graf 14 C. J. 1990

Graf 15 B. R. 1991

Graf 16 M. M. 1991

Graf 17 R. M. 1989

Graf 18 P. R. 1991

Graf 19 K. P. 1988

Graf 20 P. P. 1988

Graf 21 O. D. 1988

Graf 22 K. T. 1988

Graf 23 H. O. 1988

Graf 24 S. M. 1989

Graf 25 C. M. 1991

Graf 26 P. Z. 1989

Graf 27 P. R. 1991

Graf 28 Z. O. 1988

***Seznam příloh:***

Příloha 1 Dotazník

## **Přílohy**

Příloha 1: Dotazník

### **Dotazník DP**

#### **Výkonnost sportovního šermíře v závislosti na sociálním zázemí**

Vážený pane,

obracím se na Vás s velkou prosbou. Jmenuji se Aneta Barešová a jsem studentkou 5. ročníku Pedagogické fakulty Univerzity Karlovy v Praze. Obor, který studuji, se jmenuje Učitelství pro 1. stupeň ZŠ se specializací na tělesnou výchovu. Nyní píši diplomovou práci, jejímž tématem je Výkonnost sportovního šermíře v závislosti na sociálním zázemí. Ke zpracování praktické části jsem zvolila grafy podle výsledků a metodu dotazníku. Moc Vás proto prosím o jeho vyplnění. Dotazník je anonymní a údaje v něm jsou pouze pro mou diplomovou práci. Vaše jméno potřebuji pro přiřazení k výsledkům, které zjistím z žebříčků, v práci budou uvedeny pouze Vaše iniciály a ročník narození.

Předem moc děkuji.

Se srdečným pozdravem

Aneta Barešová

U Skály 186/6, Praha 5, 159 00

[anybar@centrum.cz](mailto:anybar@centrum.cz)

Jméno a příjmení:

1. Kolik Vám bylo let, když jste začal se sportovním šermem?

2. Provozoval jste dříve jiný sport?

Ano – ne (pokud ano, jaký)

3. Provozujete souběžně se sportovním šermem ještě jiný sport?

Ano – ne (pokud ano, jaký)

4. Kdo nebo co Vás přivedlo ke sportovnímu šermu?

Rodiče/někdo z rodiny - učitel TV - nábor na ZŠ - kamarád/známý - oblíbená postava z filmu - jiné (jaké)

5. Cítil jste podporu rodiny k provozování sportovního šermu?

Ano – ne

6. Kolik hodin týdně nyní trénujete?

7. Jakého sportovního úspěchu si nejvíc vážíte a proč?

8. Motivuje Vás Váš trenér?

Často – občas – vůbec ne (Pokud často/občas, jak)

9. Chcete ve sportovním šermu pokračovat i v budoucnu?

Ano - ne

10. Provozovali rodiče nebo někdo z rodiny dříve sportovní šerm?

Ano - ne

11. Provozovali rodiče dříve nějaký sport?

Ano-ne (pokud ano, jaký?)

12. Jaké je zaměstnání Vašich rodičů?

zaměstnání matky:

zaměstnání otce:

13. Podporují rodiče nebo někdo z rodiny finančně nebo jinak Vaše aktivity v oblasti sportovního šermu?

Ano – ne (pokud ano, jak?)

14. Vozili Vás rodiče nebo někdo z rodiny na tréninky?

Často – občas – vůbec ne

15. Vozili Vás rodiče nebo někdo z rodiny na zápasy?

Často – občas – vůbec ne

16. Pomáhali nebo pomáhají Vaši rodiče finančně nebo jiným způsobem šermířskému klubu?

Ano – ne (pokud ano, jak)

17. Provozují Vaši sourozenci sportovní šerm?

Ano – ne - nemám sourozence

18. Provozují Vaši sourozenci nějaký jiný sport?

Ano – ne – nemám sourozence (pokud ano, jaký)