

Univerzita Karlova v Praze, Fakulta humanitních studií
Historická sociologie

Bc. Radka Nechvátalová

Diplomová práce na téma:

**„Proměny významu sportu v životě lidí zralého,
středního a staršího věku“**

Vedoucí práce: PhDr. Jiří Šafr, Ph.D.

Praha 2013

PROHLÁŠENÍ

Prohlašuji, že jsem předkládanou práci zpracovala samostatně a použila jen uvedené prameny a literaturu. Současně dávám svolení k tomu, aby tato práce byla zpřístupněna v příslušné knihovně UK a prostřednictvím elektronické databáze vysokoškolských kvalifikačních prací v depozitáři Univerzity Karlovy a používána ke studijním účelům v souladu s autorským právem. Zároveň prohlašuji, že práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze dne 15. května 2013

Radka Nechvátalová

PODĚKOVÁNÍ

Na tomto místě bych ráda poděkovala vedoucímu mé práce PhDr. Jiřímu Šafrovi, Ph.D., za jeho vstřícný přístup a podnětné konzultace a rovněž mé rodině za jejich podporu a trpělivost.

OBSAH

ABSTRAKT	6
1. ÚVOD	8
2. VYMEZENÍ SPORTU	12
3. PROMĚNA ŽIVOTNÍ STYLU NA POZADÍ SPOLEČENSKÉ TRANSFORMACE	16
4. PROMĚNA V OBLASTI SPORTU	22
4.1. Socialistická koncepce sportu	22
4.2. Soudobá koncepce sportu	24
4.3. Prostorové podmínky pro podporu sportovních aktivit v socialistické éře	25
4.4. Prostorové podmínky pro podporu sportovních aktivit v současné době	27
4.5. Sportovní aktivity v životním stylu československé populace za socialismu	28
4.6. Sportovní aktivity v životním stylu české populace od 90. let	32
4.6.1. Nové druhy sportovních aktivit	33
4.6.2. Fenomén fitness	35
4.7. Význam a funkce sportu	37
4.8. Příprava na stáří a sport	41
4.9. Budoucí (předpokládaný) vývoj na poli sportovních aktivit	45
4.10. Shrnutí	49
5. EMPIRICKÁ ČÁST	50
5.1. Zdroje dat	50
5.2. Metodologie výzkumu	51
5.3. Operacionalizace a metody analýzy	51
5.4. Výzkumná otázka a formulace hypotéz	52
5.4.1. Hlavní výzkumná otázka	52
5.4.2. Pracovní hypotézy	52
5.5. Analýza sportovních aktivit a jejich sociodemografických souvislostí v letech 1984, 1991, 2007	54
5.5.1. Vývoj sportovní aktivity a její sociodemografické souvislosti	54
5.6. Sportovní aktivity v současnosti a jejich kontext - Analýza dat z roku 2007	62
5.6.1. Základní socio-demografické rozdělení podle pohlaví a vzdělání	63
5.6.2. Motivace ke sportování	64
5.6.3. Obliba jednotlivých sportů	67

5.6.4. Socializace ke sportu a organizovaná forma sportu.....	69
5.6.5. Souvislosti sportování: hodnotové orientace, kvalita života a zdravý životní způsob 70	
5.7. Mezinárodní srovnání	75
5.8. Výsledky sekundární analýzy + diskuse.....	77
6. ZÁVĚR – „Když jsem zdravý, jsem mladý (a integrovaný člen společnosti ...)“.....	79
SEZNAM LITERATURY	84

ABSTRAKT

Tato práce mapuje na základě teoretických poznatků a empirického šetření proměny sportovních aktivit v rámci volného času na pozadí společenské transformace od poloviny 80. let do současnosti. Pozornost věnuji otázce sportu, jako možnosti pro přípravu na stáří a v souvislosti s růstem symbolického významu sportu v současné době.

Práce se skládá se ze dvou částí. Teoretická část popisuje jak se proměňoval životní styl české populace, rekreační sport i jeho směřování, jak se proměňovaly podoby sportovních aktivit. Tato část mimo jiné poukazuje na význam sportovních aktivit, zejména v souvislosti s nedostatkem pohybových aktivit u naší populace, postupujícím stárnutím našeho obyvatelstva i konceptem aktivního stárnutí.

Empirická část má charakter kvantitativního (sekundárního) šetření a analyzuje v čase (data z roku 1984, 1991, 2007) populaci zralého (31 – 45 let), středního (46 – 60 let) a staršího (61 – 75 let) věku s cílem poznat jejich sportovní aktivity, postoje a motivace ke sportování, podstatné pro pochopení potenciálu, resp. bariér aktivního stárnutí po přechodu do kategorie seniorského věku. Pro zjištění pozice České republiky v provozování sportovních aktivit je doplňkově provedena komparace s dalšími evropskými zeměmi

This work maps change in leisure time sports activities against the background of social transformation from mid 1980s until the present time, taking into account both theoretical studies as well as empirical surveys. It approaches sport as one of the possibilities of preparing oneself for old age in connection with the growing symbolic importance of sport in the present time.

The work comprises of two parts. Theoretical part outlines how the lifestyle of the Czech population evolved during the period in focus, and surveys recreational activities and its trends and corresponding change in favoured sports activities. This part addresses the importance of sports, especially in connection with the lack of active lifestyle that is prevalent among the population, as well as gradual ageing and the concept of active retirement.

The empirical part is in its nature a quantitative (secondary) survey and analyses population over time (data available for years 1984, 1991, 2007) for mature age (31 – 45 years), middle (46 – 60 years) and old age (61 – 75 years) with the objective of mapping sports activities undertaken by these age segments, their attitudes and motivations toward sports which are key to understanding the potential, respectively the barriers to active ageing after entering what is termed a senior age. A comparison with other European coun-

tries is undertaken at the closing stages of the work to outline the position of the Czech Republic in this regard.

Klíčová slova

Sport, sportovní aktivity, pohybové aktivity, aktivní životní styl, rekreační zájmový sport, volný čas, aktivní stárnutí, zdraví.

1. ÚVOD

Sport je součástí naší každodennosti. Pohybové aktivity představují jeden ze základních fenoménů lidského bytí a podílí se na všech složkách dění moderní společnosti. Sport je jejím zrcadlem, nositelem jejích hodnot i postojů. Má globální charakter, provozuje se na všech kontinentech a těší se velké popularitě, bez ohledu na náboženský, politický či ekonomický systém.

Sport plní řadu funkcí; stává se součástí procesu socializace, přispívá ke zdraví a kvalitě života, podílí se na vytváření společenských vztahů. Smyslem sportovních aktivit je fyzické, psychické i sociální zdokonalování a rozvoj člověka. V nejširším vymezení bychom mohli sport definovat jako pohybovou aktivitu, která se vyznačuje určitými pravidly a zvyklostmi.

Pohyb je též od pradávna spojen se zdravím, resp. zdraví člověka bylo historicky spojováno s jeho pohybem. Sport je i prostředkem, způsobem, jak se připravit na stáří. Zvláště ve světle demografické změny, tedy kontinuálním stárnutím populace, se tato otázka stává aktuální. (viz. Graf.1)

Právě demografické stárnutí populace¹ se v současné době stává závažným problémem pro celou společnost. Hlavní příčinou tohoto procesu je kromě poklesu porodnosti trvalý pokles úmrtnosti, který znamená prodloužení délky života, a tudíž se lidé častěji dožívají vyššího a vysokého věku. Důsledky demografického stárnutí se dotýkají všech sfér společenského a ekonomického vývoje, přičemž nejčastější obavy vyvolávané změnou věkové struktury se pojí „s *udržitelností financování důchodového systému, růstem nákladů na sociální zabezpečení a zdravotní péči a nedostatkem pracovních sil na trhu práce. Proces populačního stárnutí se nicméně promítá též do postavení seniorů ve společnosti i do sféry soukromé, do mezigeneračních vztahů a vztahu uvnitř rodiny*“ (Svobodová, 2012)

¹ Demografické stárnutí populace je proces, při němž se postupně mění věková struktura obyvatelstva takovým způsobem, že se zvyšuje podíl seniorů a snižuje se podíl dětí mladších 15 let, tzn. starší věkové skupiny rostou početně relativně rychleji než populace jako celek (www.demografie.cz).

Graf 1: Vývoj dětské a poproduktivní složky obyvatelstva ČR mezi lety 2009-2065 (v %)



Zdroj, ČSÚ

Předpokládá se, že v roce 2050 bude Česká republika spolu s Itálií a Španělskem patřit mezi nejstarší populace na světě. (Haškovcová, 2010).

V této práci bych na základě teoretických poznatků a dat z empirických šetření ráda zmapovala účast lidí zralého, středního a staršího věku na sportovních aktivitách a její proměnu v kontextu životního stylu a volnočasových aktivit. Protože stejně tak jak doznala česká společnost významných změn po pádu totalitního režimu, transformoval se i sport a změnila se jeho role.

Nebudu se zabývat vrcholovým a elitním sportem (nebo jen okrajově pro doplnění kontextu), který je záležitostí jen malé části jedinců, ale zaměřím se na sport dostupný širokým masám, tedy většinové společnosti, na sport v rámci volného času. K výběru tohoto tématu mě primárně přivedla záliba v rekreačním sportu. Sportovní aktivity patří přirozeně do mého života a jsou součástí mého životního stylu. I z mého subjektivního pohledu je zajímavé zamyslet se nad tím, jak se sport vyvíjí; jak se sportovalo v dobách mého dětství, v době komunistického režimu a jak se sportuje dnes či jaké cíle sport naplňoval dříve a jaké nyní. Kolik nových sportů si našlo místo v našich zeměpisných šířkách nebo jaké hodnoty byly se sportem spojovány dříve a jaké hodnoty v sobě sport zrcadlí v dnešní době. Neméně zajímavé je zamyslet se nad tím, jak se sportu zmocnila média, zejména televize, která přispěla k mohutné komercializaci sportu, potažmo k jeho velké popularitě. Jen máloco může v divácké sledovanosti konkurovat sportu. Otázka, zda se více lidí věnuje

aktivně sportu nebo pasivně sportovnímu diváctví, či jaké místo zaujímá sport v jejich volnočasových aktivitách, by byla určitě zajímavé téma pro další bádání.

Výběr tématu byl ovlivněn taktěž mým subjektivním pocitem a nemilým zjištěním, že v mém, ať už bezprostředním nebo širším okolí, skutečně málo lidí aktivně sportuje. Navíc jsem občas konfrontovaná se skutečností, kdy někteří nesportovně založení lidé považují sportující jedince za „blázný“ nebo „nenormální“. Je snad sport doménou bláznů a podivínů? Nebo je to snad epidemie sedavého způsobu života, která v lidech aktivizovala lenost a deaktivovala chuť k pohybu? Copak si lidé neuvědomují prospěšnost pohybových a sportovních aktivit pro náš organismus? Pakliže lidé reflektují pozitivní účinky sportu, proč odmítají aktivně sportovat? Co lidem brání, aby si přisvojili aktivní životní styl? To jsou otázky, které mě v souvislosti se sportem napadají a byly pro mě podnětem, proč o sportu psát.

Dalším významným impulsem pro výběr tématu byla má sportovně založená matka, která překročila věk šedesáti let, čerstvě nastoupila do důchodu a byl jí „přidělen“ status starobního důchodce. Má její celoživotní sportovní aktivita vliv na „hladký“ přechod z produktivního do důchodového věku? Může za to sport nebo sportovní duch, že je zdravá, soběstačná, plná síly, bez stesku po pracovním životě? Může za to její sportovní nastavení, že je stále aktivní a činná? Může tedy sport sloužit jako prostředek, který nám ulehčí a zpomalí stárnutí tím, že nás udrží „fit“ a „ve formě“ nebo zprostředkuje nové sociální kontakty? Může nás sport připravit na stáří? Může být sport cestou ke stáří aktivnímu a spokojenému?

Moje matka, která jistě patří do nové generace seniorů, tzv. „*nový senior*“ (Flemer a kol., 2009, s. 70), je důkazem toho, že sportovní aktivita (samozřejmě vedle fyziologických daností a dispozic, které nemůžeme ovlivnit) může být prostředkem přípravy na stáří, které nám kromě vlastní soběstačnosti a autonomie má stále co nabídnout. Otázka sportu jako jedné z možností přípravy na stáří je tedy oblastí, kterou bych ve své práci nechtěla opomenout a které bych ráda věnovala pozornost.

Na jedné straně jsme spíše sportovně pasivní - pouze 1/3 naší populace aktivně sportuje a cvičí (Sekot, 2008), na druhé straně však prahneme po dokonalém vzhledu. A náš zájem o vlastní tělo neustále vzrůstá. Body image neboli vztah k vlastnímu tělu a jeho prezentace jako důležitá část celkového sebepojetí se dostává do popředí zájmu naší společnosti. Vzhled je určován módním průmyslem a snaha po dokonalém těle je využívána médii i farmaceutickými firmami k masivní reklamě, která pak následně působí, a v mnoha případech i ovlivňuje, naše chování a jednání.

S transformací společnosti došlo i k hodnotové transformaci, která přinesla také růst symbolického významu sportu. Slouží tedy sport jako nástroj pro budování a upevnování identity? To je další otázka, kterou se pokusím na základě empirických dat objasnit.

Rozdělení populace na tři věkové kohorty - zralý věk (31 – 45 let), střední věk (46 – 60 let) a mladší seniorský věk (61 -75 let) - odpovídá mému výzkumnému záměru. Zaměření na seniorskou věkovou skupinu vyplývá ze sílícího významu provozování sportovních aktivit v tomto věku, a to jak ve spojení s prodloužením délky života a jeho zkvalitněním, tak s integrací seniorů do společnosti. V důsledku výše zmíněné demografické proměny společnosti a jejího postupujícího stárnutí se nedostatek pohybu u seniorů stává problémem pro zdravotní a sociální systém. Proto mě zajímá i skupina středního věku (46 - 60 let), do které patří lidé ještě v produktivním věku, často na vrcholu kariéry, s odlišnými postoji, motivacemi i vztahem ke sportu. Tato skupina může sledovat sportem jiné cíle než kategorie seniorská. Poznat sportovní aktivity generace středního věku a její postoje ke sportování, je podstatné pro pochopení potenciálu, resp. bariér aktivního stárnutí, po přechodu této věkové kategorie do kategorie seniorské. Nejmladší kategorie, reprezentující zralost, v sobě nese potenciál zejména pro vztah sportu a fyzického vzhledu. Zastává u této skupiny sport zejména funkci symbolickou?

Tyto tři věkové kategorie, lišící se svými životními fázemi, představují zajímavý materiál pro hledání rozdílů mezi motivacemi a tendencí jejich směřování.

Obecně vzato je prokazatelné, že volnočasový sport je rozmanitou a zajímavou oblastí, která zcela jistě přináší nové podněty k (nejenom) sociologickému zkoumání.

V teoretické části se tedy nejprve pokusím o zmapování proměn v oblasti volnočasového sportu a sportovních aktivit na pozadí společenských proměn od 80. let do současnosti.

V empirické části se pak zaměřím na tři vybrané věkové kohorty, u kterých budu zjišťovat proměny sportovních aktivit v čase a současnou motivaci k provozování sportovních aktivit. Zajímavé bude se podívat, jaké místo v realizaci sportu zaujímá každá z vybraných sportujících skupin mezi ostatními evropskými zeměmi. Použiji rozdělení věkových kohort podle klasifikace ontogeneze WHO², kde se předpokládá, že s vývojem jedince se bude proměňovat i význam, motivace a podoba sportovních aktivit.

² 18–30 let – mladá dospělost, 31-45 let – zralost, 46-60 let – střední věk, 61-75 let – starší věk, 79-90 let – stáří, nad 91 let – velmi vysoký věk

2. VYMEZENÍ SPORTU

Vymezení pojmu „sport“ je dosti široké a různí autoři ho pojmají a kategorizují různými způsoby. Podle některých (Sekot, 2008) se sport dělí na dva dominantní typy: vrcholový sport a zájmový rekreační sport. Každý z těchto typů se vyznačuje rozdílnými atributy.

Vrcholový sport (výkonnostní a elitní) akcentuje sílu, soutěživost, rychlost ovládnutí protivníka, posouvání hranic lidských možností, úsilí o vítězství, v neposlední řadě klade důraz na vytváření a překonávání rekordních výkonů. Je založen na myšlence, že *„sportovní mistrovství je výsledkem soutěživého úspěchu a výsledků dosažených na bázi systematické oddanosti tvrdé sportovní přípravy, umocňované ochotou k oběti a bolesti a zřeknutí se zdraví a duševní pohody“* (Sekot, 2008, str. 30). Vrcholový sport je v současné době spojen také se světem peněz, byznysu, politiky a masových médií a hlavním zájmem všech jeho protagonistů je materiální zisk a co největší pozornost veřejnosti. Kromě těchto konzumních vlastností však vrcholový sport přispívá a motivuje širší veřejnost k aktivnímu přístupu ke zdraví a fyzické kondici, je propagátorem aktivního způsobu života.

Rekreační sport je oproti vrcholovému ve své podstatě neorganizovaný a profilující se jako volnočasová aktivita. Rekreační sport je tedy svou postatou sport volnočasový. V porovnání se sportem vrcholovým je zaměřen primárně na společný prožitek a sdílení, tělesné aktivity přinášejí radost oproti zisku, jakým jsou medaile či finanční odměny ve vrcholovém sportu. Je přirozeně zakotven v oblasti zábavy a hry a rozvíjí především sociálně interakční stránku životního způsobu (Čechák, Linhart, 1986). Volnočasový sport v sobě nenese ambice vítězství a rekordů, nespécializuje se na soupeření, jeho cílem je dobrá fyzická kondice a radost z pohybu (Slepičková, 2005, Sekot, 2008).

Do oblastí volnočasového sportu, kam patří rekreační sport, spadá i sport výkonnostního charakteru (Čechák, Linhart, 1989; Flemr, 2009), mezi jehož atributy patří orientace na výkon, určitá soupeřivost i účast v určitých soutěžích (dálkové běhy a pochody za socialismu, v dnešní době tak populární cyklistický seriál Kolo pro život, Jizerská padesátka, Pražský maraton, silniční běh Běchovice-Praha apod.). Je potřeba dodat, že výkonnostní sport v sobě zahrnuje i dávku disciplíny, je tedy provozován podle určitých pravidel a zvyklostí.

Pro snadnější uchopení pojmu sport v kontextu mé práce, předkládám jednoduché grafické rozdělení sportu.

- Volnočasový rekreační
 výkonnostní
- SPORT
- Vrcholový elitní
 výkonnostní

Sport, sportovní aktivity, pohybové aktivity - to jsou pojmy, které jsou tomuto druhu sportu vlastní a které jsou si velmi podobné. Rozdíly však mezi nimi jsou. Zatímco sport a sportovní aktivity jsou synonymem téhož, pohybové aktivity mají odlišnou povahu. Pohybová aktivita (z latinského názvu *activus* – činný) je pojem, který se dá velmi obtížně vymezit (Teplý, 1983 in Flemr a kol., 2009). Lze jej pojímat jako zastřešující termín pro veškerou sportovní aktivitu, „*tělocvičně-sportovní činnost a lokomoční aktivitu – aktivní transport*“ (Flemr a kol., 2009, s 17); nebo jako souhrn všech motorických aktivit jedince (Teplý, 1983; Sýkora a kol., 1995 in Flemr a kol., 2009). Nejvýstižnější pojetí pohybové aktivity uvádí Hedl, který ji vymezuje jako „*druh pohybu člověka, který je výsledkem svalové práce provázené zvýšením energetického výdeje, charakterizované svébytnými vnitřními determinantami a vnitřní podobou. Pohybové aktivity představují mnohovýznamový konstrukt a podle kontextu jsou dále různě označovány jako strukturované, nestrukturované, zdraví podporující, bazální, běžné každodenní, sportovní apod.* (Hendl, Dobrý a kol., 2011, s. 16). Samotné pohybové aktivity ještě nemusí nutně znamenat sport, a to v případě krátkých či nepravidelných procházek.

Sportovní aktivity jsou veškeré formy fyzické činnosti, které se, ať individuální či organizovanou formou, zaslouhují o zdokonalování tělesné i duševní stránky jedince, podílí se na rozvoji společenských vztahů a v neposlední řadě jsou i prostředkem jak dosahovat výsledků ve výkonnostní oblasti.

Sportovní aktivity lze dělit podle několika faktorů: v závislosti na období jejich provozování (letní, zimní), na prostředí, kde jsou provozovány (venkovní - outdoorové, sálové -indoorové), na počtu účastníků (individuální, kolektivní), či na formě jejich organizace (organizované, neorganizované). V souvislosti s transformací společnosti, která se odrazila i na podobě sportu, jsou pro tuto práci zajímavé především rozdíly mezi organizovaným a neorganizovaným sportem a mezi sportem individuálním a kolektivním.

Z tohoto členění je patrné, že sport má skutečně mnoho podob a pro každého jedince mohou znamenat něco jiného. Zatímco pro profesionálního sportovce je sport denním chlebem a způsobem obživy, pro jedince středního či staršího věku mohou znamenat sportovní aktivity způsob, jak být mezi lidmi či navazovat nové kontakty, tzv. „*společenský model sportu*“ (Flemr a kol., 2009, s. 18). Vyznačují určitou strukturou a jsou vykonávané

podle určitých pravidel (Hendl, Dobrý a kol., 2011). V závislosti na jejich povaze (vrcholový, rekreační) jsou nebo nejsou spojené s účastí v organizovaných sportovních soutěžích a snahou dosahovat individuálních subjektivně hodnocených výkonů ve specifické sportovní disciplíně. K jejich provozování je nutný adekvátní prostor, zařízení, náčiní a oblečení (Hendl, Dobrý a kol., 2011).

Ve světě je sport všeobecně pojímán ze dvou hledisek, z nichž první je sport soutěžní, který akcentuje hru, soutěž a výkon (Slepičková, 2005). Druhý přístup pak, v souladu s etymologií slova sport, klade důraz na schopnost rozptýlovat se a bavit. (Slepičková, 2005, Flemr, 2009)

Podle Evropské charty sportu (MŠMT, 1994; čl.2a) se sportem rozumí „*všechny formy tělesné činnosti, které ať již prostřednictvím organizované účasti či nikoli si kladou za cíl projevení či zdokonalení tělesné i psychické kondice, rozvoj společenských vztahů nebo dosažení výsledků v soutěžích na všech úrovních*“.

Sportovní aktivity současné populace jsou zpravidla realizovány v tzv. volném čase, tedy v mimopracovní době. Volný čas jakožto historický jev vznikl diferenciací lidského času na dobu práce a dobu odpočinku. Je spojován především se západní kulturou a moderní kapitalistickou společností. Je to svobodný prostor, v němž jedinec uspokojuje své lidské potřeby a své zájmy v rámci fyzického i duševního kultivování a stejně tak je to prostor, kdy se člověk věnuje činnostem, jež jsou spojené s jeho rozvojem a směřují k formování osobnosti. Především je to však čas odpočinku, regenerace sil a zrekreování se (Slepičková, 2005; Flemr a kol., 2009; Šafr, 2012).

Sportovní aktivity jsou součástí pojmu pohybová rekreace. Tento pojem začal být užíván koncem 60. let jako propagace a podpora sportovních aktivit pro širokou veřejnost. Původně se rozlišovalo mezi pojmy „tělesná výchova“, „sport“, „turistika“ a „pohybová rekreace“. Postupným vývojem sportu, se však za posledních 40 let tyto rozdíly setřely, navíc se pojem pohybová rekreace ztotožnil s pojmem sport v jeho širokém pojetí (Slepičková, 2005). Pro sportovní aktivity volnočasového typu se též užívá spojení „sport pro všechny“ a jedná se „*o část sportu prováděného ve volném čase bez ambicí po vysoké výkonnostní úrovni, tedy mimo vrcholový sport*“ (Slepičková, 2005, s. 36).

V textu se též objevují termíny tělesná výchova, tělovýchovné aktivity apod. Tyto pojmy se používaly v Československé socialistické republice až do roku 1989. Pojem tělovýchovné a sportovní hnutí zahrnoval tělesnou výchovu, sport, turistiku a také některé další pohybové aktivity (Strachová, 2011). Tělovýchova tudíž představuje veškerou sportovní činnost na vrcholové či rekreační úrovni.

Sport je v úzkém vztahu se zdravím - sport a zdraví jsou spojené nádoby. Dalším pojmem, vztahujícím se ke zdraví, je zdatnost, resp. „*zdravotně orientovaná zdatnost*“ (Slepičková, 2005, s. 48). Je to takový stav, který je dosahován běžnou fyzickou aktivitou, nutnou pro každodenní život. V současnosti je zvláště aktuální z důvodu alarmujícího zdravotního stavu (nejen) českého obyvatelstva, který je důsledkem současného způsobu života (Možný, 2002, Slepičková, 2005).

Ačkoliv bylo zdraví Světovou zdravotnickou organizací definováno jako „*stav plné tělesné, duševní a sociální pohody*“, není toto tvrzení úplné, protože už nehovoří o tom, jak má jedinec tohoto stavu dosáhnout. Nyní se na zdraví poukazuje nikoliv jako na cíl, ale jako na prostředek, vedoucí k prožití harmonického života. Zdraví se tedy stalo jedním z prostředků vedoucích k životní spokojenosti. V tomto pojetí je definováno jako „*schopnost vést sociálně a ekonomicky produktivní život*“ (Slepičková, 2005, s. 43). Zdraví však není danost, je podmíněno genetickými dispozicemi, životními či kulturními podmínkami. Z 50 až 60 % se však na kvalitě zdraví podílí způsob života (Možný, 2002; Slepičková, 2005). A je to naše chování, kterým můžeme náš způsob života do jisté míry ovlivňovat a utvářet. Vhodná volba životního stylu může alespoň částečně směřovat k naplňování životní spokojenosti a pozitivně ovlivňovat zdraví člověka (Slepičková, 2005).

Zdraví je v první řadě věcí každého jedince, v druhé řadě je však i záležitostí celé společnosti. Je na nás, jak ke svému zdraví přistupujeme a je na společnosti, jaké podmínky nám pro naplňování našeho zdravého životního stylu vytváří. V našich podmínkách se příslušné orgány snaží zlepšovat vnější podmínky a dostupnost zdravotního systému (Slepičková, 2005).

Sportovní aktivity jsou součástí aktivního životního stylu. Aktivní životní styl je pak takový způsob života, ve kterém dochází k interakci mezi jedincem a okolím. Mění se v průběhu životního cyklu jedince a ovlivňuje jeho fyzické, mentální i sociální chování a jednání. Utváří osobnostní vývoj, kompetence jedince, formuje jeho identitu. „*Je podmíněný jak vnitřními (např. věk, pohlaví, zdraví), tak i vnějšími podmínkami, které reflektují kulturní tradice, sociální, ekonomickou a politickou situaci apod.*“ (Flemler a kol., 2009 s. 27). Obecně se pak má za to, že aktivní životní styl je takový styl, v němž hraje nezastupitelnou roli nějaká pravidelná pohybová aktivita. Toto pojetí aktivního životního stylu se pak ztotožňuje s pojetím zdravého životního stylu.

Aktivní životní styl je jistě spojen i s aktivním stárnutím. Tento přístup je definován především Světovou zdravotnickou organizací (WHO), zabývají se jím však i vládní dokumenty Národního programu přípravy na stárnutí na období 2007 až 2012. Koncept ak-

tivního stárnutí nemá explicitní definici, ve svém širokém pojetí znamená především „*sna- hu zlepšit podmínky života seniorů*“ (Hasmanová Marhánková, 2010). V praxi to znamená přijmout zdravý životní styl, déle pracovat, být aktivní i po nástupu do penze a přijmout osobní zodpovědnost za kvalitu svého života ve stáří.

V kontextu mé práce představují sportovní aktivity, pohybové aktivity a sport synonymum a budou obsahovat jeden elementární a velice významný prvek – pravidelnost. Znamená to, že nahodilé sportování a věnování se nějaké sportovní aktivitě v nepravidelných intervalech nepovažují (zejména v empirické části své práce) za sportování ve spojení s kvalitou života. V empirické části pak proměnnou „sportuje“ vydefinuji v tomto pojetí.

3. PROMĚNA ŽIVOTNÍ STYLU NA POZADÍ SPOLEČENSKÉ TRANSFOR- MACE

Životní styl je jedním z faktorů, které ovlivňují kvalitu života (Slepičková, 2005). Utváří se během našeho života, kdy se člověk dostává do interakce se svým okolím. Životní styl je převládající způsob života, který se skládá z ustálených každodenních praktik, způsobů realizace činností i způsobů chování. Vyznačuje se určitými hodnotovými orientacemi a životními postoji. Je ovlivňován vnějšími faktory, což jsou životní podmínky (geografické, demografické, politické, kulturní apod.), na druhé straně je ovlivňován faktorem vnitřním, kterým je samotný člověk a jeho osobnostní rysy, potřeby, hodnoty, dovednosti, postoje apod. Životní podmínky vytvářejí ohraničený prostor, ve kterém se život člověka pohybuje a nabízí možnosti a limity pro činnosti a způsoby chování. Životní styl je vlastně reakce člověka na životní podmínky (Duffková, Tuček, 2003, Slepičková, 2005).

K výrazné proměně životního stylu v důsledku změny životních podmínek došlo s nastupující industrializací, která znamenala rozdělení dne na dobu pracovní a dobu po práci, a s postupnou mechanizací, která zkrátila pracovní dobu. Pracovní doba se dlouhodobým vývojovým procesem zkracuje ve prospěch doby mimopracovní. V 60. letech se snížila pracovní doba, zavedly se volné víkendy, automatizovaly se některé domácí práce a tím se rozšířil celkový objem volného času (Filipcová, 1974). Volný čas se tak stává hodnotou svobody jedince, kdy nemusí dělat, co je mu předesláno, ale zůstává mu prostor k vlastní volbě.

Sedmdesátá léta jsou ve znamení pokračující normalizace a česká společnost se stala předmětem sociálního experimentu, tzv. reálného socialismu, který se (s uplatňová-

ním státního teroru) snažil budovat specifické společenské zřízení moderní společnosti. Toto zřízení bylo „*pokrokovým svazkem dělníků, rolníků a inteligence, v jehož čele je dělnická třída*“ (Kabele, 2002, s. 10). Pod vedením komunistické strany toto sdružení tříd budovalo socialismus, resp. komunismus pod silným diktátem Sovětského svazu. Komunistické vedení se snažilo zavést jakousi pseudokonzumní společnost, kde se každý stará o sebe a svoji rodinu, volný čas tráví sportovními aktivitami nebo návštěvami biografu a sledováním televize. Právě pěstováním tělesné výchovy a sportu se totalitní režim snažil regulovat a řídit chování svých občanů v duchu socialistických ideálů.

Sedmdesátá i osmdesátá léta byla dobou restrikcí, cíleného potlačování lidských svobod, nedostatečných až mizivých možností k rozvoji osobnostních vlastností a omezeného cestování. Byly to časy ideologické propagandy „správného socialistického života“. Životní úroveň obyvatelstva odpovídala socialistickému směru, který zajišťoval práci pro všechny a rovnostářské uspokojování základních složek životní úrovně v podobě standardního zboží. Kvalita životní úrovně byla nedostatečná do konce trvání socialismu, což dokreslovalo mimo jiné nedostatečné zásobování, omezený sortiment zboží i služeb, byrokratismus v jejich poskytování apod. Vývoj životní úrovně se odrážel i ve vývoji obyvatelstva; snižovala se porodnost, úmrtnost se pohybovala ve vysokých číslech a střední délka života (naděje na dožití), jako jeden ze souhrnných ukazatelů kvality života v Československu, prakticky stagnovala, zatímco v západní Evropě rostla (Bálek, 2007). „*Příznačné se stalo stáhnutí se do soukromí, ve kterém byly uspokojovány životní potřeby v úzkém kruhu rodiny, typickým fenoménem doby bylo chataření a chalupaření.*“ (Šafr, 2012, s. 231–265)

I když se upravila délka pracovní doby, čímž vznikly volné víkendy skládající se ze dvou nepracovních dnů a celkově se snížil počet pracovních hodin, čímž vzrostl podíl volného času, určité vrstvy obyvatelstva (zejména ženy) byly stále zatíženy ve své mimopracovní době domácími pracemi, různými dalšími doplňkovými a výdělečnými aktivitami, péčí o dům apod. (Filipcová, 1974)

Významnou část mimopracovní doby pohltila doprava do zaměstnání, čekání v obchodech i špatná dostupnost obchodních, kulturních a sportovních zařízení. Množství volného času ve všední dny bylo rozkouskováno do menších nesouvislých bloků. Mnoho oborů lidské práce zaměstnávalo navíc velký podíl těžce manuálně pracujících³, což sebou neslo značnou fyzickou i duševní zátěž, a sportovní aktivity ustoupily do pozadí (Čechák, Linhart, 1986).

³ V Mikrocensu 1984 uvedlo přes 35 % ekonomicky aktivních osob a kolem 50 % pracujících v dělnických profesích, že jejich práce klade značné nároky na fyzickou sílu a odolnost (Čechák, Linhart, 1986, str.71)

Větší oblibu si pak nakonec získaly takové aktivity, které se aktivnímu životnímu stylu moc nepřibližují (sledování televize, zahrádkářství, chovatelství, sběratelské aktivity či autoturistika). Sledování televize bylo oblíbenou volnočasovou aktivitou zejména u vyšších věkových skupin. Autoturistika coby nová podoba turistiky byla z počátku typická především pro vrstvu inteligence (vlastnila nejvíce aut), později i pro nižší vzdělanostní vrstvy. I když si stát vytyčil jako jeden z reálných cílů kulturního vývoje rozvoj pohybových aktivit (masového charakteru) a i někteří tehdejší autoři (Choutka 1981 in Čechák, Linhart, 1986) predikovali sportovním aktivitám v životních stylech napříč všemi vrstvami obyvatelstva pozitivní vývoj, tehdejší tendence měly spíše opačný ráz. Na úkor aktivního sportu se výraznou měrou rozšiřoval sport pasivní ve formě diváctví; kvůli televizi, rozhlasu a sportovním zpravodajstvím v denním tisku se sport ve své pasivní podobě stala jednou z nedostupnějších a zároveň nejoblíbenějších oblastí masové kultury (Čechák, Linhart, 1986).

Na výběru a preferencích volnočasových aktivit, které lidé provozovali mimo rámec města, se do jisté míry podílela i urbanizace. Vylidňování venkova a stěhování obyvatel do velkých měst znamenalo rozvoj tzv. druhých bydlení. Tím, jak lidé opouštěli venkov, docházelo k uvolňování prostorů pro druhé bydlení, které bylo následně zabíráno a užíváno právě obyvateli z měst. *„Neustálý růst města sebou přináší ekologické a zdravotní problémy, městský životní styl je charakteristický stresem a svojí rychlostí. Díky těmto jevům vzniká a v souvislosti s růstem měst neustále sílí potřeba obyvatel trávit volný čas mimo město.“* (Smékalová, 2009, kap. 2.1)

České rostoucí město nebo velkoměsto se rodilo v duchu panelákové výstavby. Stavěla se rozsáhlá anonymní sídliště, kde bylo jen málo kulturního i sportovního vyžití a téměř žádná příroda.

Přijatelnou alternativou oproti trávení volného času v průmyslovém velkoměstě představoval tramping⁴, neorganizované hnutí, které vzniklo jako *„reakce na racionálně organizovanou průmyslovou městskou společnost“* (Kubátová, 2010, s. 163). Tramping zastával významnou roli v životním stylu socialistického člověka a stejně jako chataření a chalupaření představoval jakousi „druhou realitu“, útěk ze zaprášeného velkoměsta ven do přírody.

Ačkoliv se chataření a chalupaření začalo masově rozšiřovat již v 60. letech 20. století, svého vrcholu dosáhlo hlavně v 80. letech. Od 70. a 80. let se tak stalo životním stylem, formou protestu proti masové organizovanosti volného času (podobně jako tram-

⁴ První čeští trampové (starší skauti, kterým přestal vyhovovat pevný řád skautské organizace) se objevili v Čechách v letech první světové války. Velkou oblibu zaznamenal tramping právě i za dob totality, kdy v osadách v údolích řek lidé zažívali svobodu a nekonformitu.

ping), hromadným a veřejným aktivitám, byl to jakýsi útěk před realitou. K oblíbenosti této volnočasové aktivitě určitě přispěla i politika socialismu s jejím nejcitelnějším dopadem na život jedince a omezováním individuálních svobod.

Lidé se o víkendech a o dovolených uchylovali do svých druhých domovů, kde se v okruhu svých rodin a přátel věnovali činnostem dle jejich vlastní volby. Chataření a chalupaření se stalo „*prostředím intimizace a privatizace životního stylu a sférou seberealizace, do níž bylo možné zvnějšku zasahovat jen velmi obtížně*“ (Duffková, Tuček, 2003, s 196.).

Komunistické vládnutí vnucovalo svým občanům identifikaci jedinců se státním zřízením a jeho institucemi a díky tomu se stát a jedinec stali nepřáteli (Muller, 2008). V případě, že se občan neztotožňoval se státní ideologií, ztrácela politická seberealizace, občanská angažovanost i vyjadřování ve sféře pracovní význam. Lidé si tuto frustraci z nedostatku seberealizace ve veřejné sféře kompenzovali únikem do soukromé oblasti, kde hrála dominantní roli rodina a okruh nejbližších přátel „*Lidé si začali si vytvářet svůj „druhotný svět“, ve kterém si kladli druhotné cíle a stávali se součástí druhotné společnosti*“ (Vávra, 2008). Byť byly možnosti seberealizace velice omezené, hledali lidé takové volnočasové aktivity, kde by mohli být aktivní. Člověk žil de facto dvojím životem. Sféra veřejná a soukromá byla oddělena jasnými hranicemi a v každé z nich se nacházely jiné hodnoty. Na významu tak získávaly různé zájmové spolky (např. rybářské, myslivecké, sportovní), lidé se věnovali ochotnickému divadlu, stávali se z nich chataři, chalupáři, zahrádkáři či trampové. Tato svobodnější alternativa představovala individualizovanou složku volného času, kde bylo více možností k seberealizaci.

Dveře ke svobodě otevřela v roce 1989 sametová revoluce, jež byla zásadním milníkem v transformaci české společnosti. V průběhu relativně krátkého období se zhroutil dřívější politický komunistický režim s vládou jedné strany a jedné ideologie. Pád totalitního politického systému, kolektivismu, organizovanosti a uniformního jednání odstartoval politický, sociální, ekonomický i technologický transformační proces, který otevřel cestu individualismu, pluralismu a toleranci. Došlo k zásadní přeměně na společenský a politický systém zcela jiného typu. Ve společnosti docházelo k postupnému formování demokratických institucí.

Započalo se období geneze a formování pravicově orientovaných vlád, čemuž odpovídala i ekonomická doktrína tržního hospodářství. Důsledkem vleklých národnostních sporů zanikl společný stát Čechů a Slováků a k 1. 1. 1993 se český a slovenský stát osamo-

statnily. Svobodná společnost znamenala otevření veřejného prostoru, který nabídl nové ekonomické (podnikání) i kulturní možnosti (cestování, dostupnost vzdělání apod.).

V této souvislosti došlo ve společnosti k proměnám životních podmínek a životního stylu. Kromě společensko-politického uspořádání se změnil i obsah a struktura životní úrovně, nastaly změny v pojmání rodinného a partnerského života, došlo ke komunikačnímu boomeru díky nástupu internetu (Duffková, Tuček, 2003). Došlo rovněž ke změnám hodnot a to jak prosazovaných společností, tak i hodnotových orientací jednotlivců. Změnily se i formy a možnosti trávení volného času a rozšířil se prostor pro svobodnou volbu v jakékoliv oblasti.

Po letech omezení a státem řízených institucí přestalo mít trávení volného času státem organizovaný charakter kolektivismu a masovosti a začalo být ve větší míře určováno individualizovanými preferencemi. Objevily se nové a nové možnosti a způsoby trávení volného času a široká nabídka kulturního průmyslu. Česká společnost nebyla nikdy tak různorodá, nikdy v ní nežilo vedle sebe tolik skupin různých životních stylů a nikdy nenabízela takový individualizovaný výběr životního způsobu jako v současnosti (Možný, 2002; Duffková, Tuček, 2003). S širokým spektrem možností se objevily i nové cesty a podněty při budování identity a životní cesty člověka.

Industriální společnost se v rychlém čase změnila na společnost postindustriální, která se vyznačuje i nerovnoměrným rozvrstvením společnosti (Haškovcová, 2010). Nárůst společenských nerovností ovlivňoval i způsob trávení volného času. Společenské nerovnosti se začaly krystalizovat u finančně náročnějších aktivit a to jak z hlediska jejich dostupnosti, tak vybavení (Šafr, 2012). Tím došlo k rozdiferencování volnočasových aktivit na základě ekonomického kapitálu.

Následující tabulka dokumentuje změnu životního stylu české populace během téměř 30 let – od roku 1984 do současnosti, v rámci devíti vybraných volnočasových aktivit (převzata je z (Šafr 2012)).

Tabulka 1. Činnosti ve volném čase 1984 až 2011, řádková procenta

	Rok	Vůbec ne	Méně než jednou za rok	Několikrát za rok	Jednou za měsíc	Několikrát za měsíc	Jednou týdně	Několikrát týdně	Denně
Návštěva divadel, koncertů, vystav	1984	60,0	x	28,3	9,8	x	1,0	0,7	0,2
	1993	34,1	23,7	36,9	3,2	x	1,0	1,1	x
	1999	42,6	x	39,4	9,1	5,8	2,2	0,4	0,3
	2006	43,9	x	39,8	9,2	4,5	1,4	0,8	0,3
	2011	28,5	12,3	41,7	13,6	x	3,5	x	,4
Čtení beletrie	1984	28,1	x	21,7	7,5		9,0	19,3	14,4
	1993	12,1	7,2	33,2	16,9		12,8	17,8	x
	1999	18,3	x	18,7	9,8	12,9	9,8	16,9	13,6
	2006	23,1	x	17,3	9,9	13,5	8,8	16,9	10,5
	2011	22,2	6,7	19,3	16,7	x	24,3	x	10,8
Studium jazyků, odborné literatury	1984	74,1	x	9,8	5,9	x	3,6	4,1	2,5
	1993	58,9	7,0	13,4	5,4	x	7,7	7,6	x
	1999	59,7	x	8,7	4,4	6,0	6,4	9,4	5,4
	2006	61,4		8,9	5,0	6,7	6,3	8,0	3,6
	2011	29,6	8,1	20,8	17,2	x	18,4	x	5,9
Domácí práce	1984	6,3	x	5,3	2,7	x	10,8	17,4	57,6
	1993	19,0	4,2	23,6	11,1	x	17,9	24,2	x
	1999	7,2	x	2,8	2,8	7,7	11,3	23,1	45,2
	2006	5,2	x	3,8	3,7	8,0	11,1	26,5	41,7
	2011	77,3*	-	-	-	-	-	-	-
Koníčky, záliby	1984	32,3	x	11,4	8,5	x	15,5	18,7	13,6
	1993	23,5	5,5	21,6	13,1	x	16,3	20,1	x
	1999	14,4	x	5,3	6,6	13,5	19,0	23,8	17,5
	2006	9,0	x	4,6	5,8	14,5	20,2	26,3	19,5
	2011	29,0	6,1	17,9	22,1	x	19,1	x	5,7
Cvičení, sport, turistika	1984	21,1	x	18,3	11,6	x	24,0	17,6	7,4
	1993	14,3	4,7	24,6	15,6	x	21,8	19,0	x
	1999	8,3	x	8,8	9,5	17,3	20,9	24,5	10,8
	2006	9,9	x	7,6	8,8	17,7	20,1	25,6	10,2
	2011	2,6	1,2	11,2	25,1	x	48,7	x	11,4
Návštěva restaurace, diskoték apod.	1984	44,1	x	29,1	11,9	x	10,0	4,0	0,9
	1993	37,4	8,7	30,9	11,7		7,7	3,7	x
	1999	32,0	x	21,6	13,1	12,1	12,1	7,8	1,4
	2006	42,7	x	13,7	10,5	11,4	12,5	7,5	1,8
	2011	4,3	2,1	23,6	38,5	x	28,7	x	2,8
Navštěvování se s přáteli	1984	22,1	x	29,5	24,3	x	16,4	5,9	1,8
	1993	4,6	3,5	30,9	25,6	x	20,4	15,1	x
	1999	1,5	x	10,5	11,5	27,5	23,7	20,2	5,2
	2006	3,0	x	12,0	14,1	26,3	20,6	20,3	3,7
	2011	,4	,3	10,2	35,8	x	46,8	x	6,5

Zdroj: (Šafr 2012: 238-239), ekonomicky aktivní populace ve věku 20 až 60 let

Poznámka: * Domácí práce a práce na zahradě nebyly v roce 2011 zjišťovány pomocí otázky po frekvenci, místo toho je uveden podíl těch, kdo nezmínili nějakou takovouto činnost mezi oblíbenými způsoby trávení volného času.

Tabulka zachycuje probíhající změny v životním stylu české populace, což dokazuje preference vybraných volnočasových aktivit. V duchu kapitalistické doby se v dnešní době klade důraz na neustálé sebevzdělávání, alespoň jednou týdně se věnuje v současné době samostudiu téměř ¼ ekonomicky aktivních občanů, zatímco v roce 1984 to byly pouze necelá 4 %. Lidé po pádu komunismu objevili nové možnosti trávení volného času a tak

logicky vzrostl podíl těch, kteří se věnují svým koníčkům a zálibám. Došlo i k nárůstu počtu lidí, kteří pěstují sportovní aktivity. Provozování sportu jedenkrát týdně se v roce 2011 oproti roku 1984 zdvojnásobilo, což znamená, že dvakrát tolik lidí v produktivním věku provozuje alespoň jedenkrát týdně nějaké sportovní aktivity. *Zvyšující se zájem jak o koníčky, tak i pohybové aktivity souvisí s růstem životní úrovně a rostoucí nabídkou možných činností a prostorem k jejich realizaci, ale i s proměnnou hodnot a důrazem na aktivní životní styl* (Šafr, 2013, s. 231–265).

4. PROMĚNA V OBLASTI SPORTU

Socialistický stát prosazoval své zájmy prostřednictvím nabízených volnočasových činností a určoval tendence a směr vývoje. I do oblasti volného času, stejně jako do jakékoli jiné oblasti společenského života, intervenovala tehdejší vládnoucí struktura. A podstatným aspektem této intervence byla hodnotová preference, tedy preference určitých hodnot, eventuálně odmítnutí hodnot jiných (zákazem, příkazem, příp. donucením apod.) (Filipcová, 1974).

Nejenom sport, ale i kultura, zábava, rekreace, tedy veškeré složky volného času byly pod drobnohledem státní moci, prostřednictvím společenských institucí a organizací, jejichž činnost kontrolovala komunistická strana.

Kromě pěstování vrcholového sportu se komunistický režim snažil v rámci propagace masového sportu, aby se tělesná výchova stala součástí životního stylu obyvatel. Až do roku 1989 však bylo obtížné tuto představu řádně naplnit, protože většina lidí nejevila o aktivnější podobu tělesné výchovy přílišný zájem, což se dá přičítat i sociálním a kulturním procesům. „*Čím hlouběji sahají kořeny určité společenské skutečnosti, tím nesnadněji je její změna, tím delší čas potřebuje a tím soustavněji musí působit síly, jež ji mohou vyvolat.*“ (Kožíšek a kol., 1989, s. 178).

Hlavní funkcí masové tělovýchovné činnosti byl její dosažitelný stupeň fyzické, sociální i duševní kultivace, kterého měli dosáhnout prakticky všichni zdraví jedinci a měl tedy předpoklady stát se významnou náplní jejich volného času.

4.1. Socialistická koncepce sportu

Sportovní aktivity se až do komunistického převratu v roce 1948 organizovaly v rámci rozmanitých tělovýchovných spolků a hnutí, které se formovaly do podoby pluralitního systému. Činnost těchto vysoce organizovaných spolků byla většinou spojena s

politickými stranami. Největšími spolky byly Klub československých turistů (KČST), Sokol a Junák. Rozvíjel se i specifický druh skautingu - český tramping, který neměl v Evropě obdoby.

Po komunistickém uchopení moci v únoru 1948 byl dříve vytvořený pluralitní systém sportovního hnutí narušen a hnutí bylo označeno za věc státního zájmu. K charakteristickým rysům této doby patřila především ideově-organizační jednotata, kterou v různých oblastech života obvykle garantovala jediná zastřešující organizace. Tradice sokolského hnutí byly využity k transformaci do socialistické podoby a následně došlo k jeho likvidaci, když se komunistický režim pokoušel vytvořit jednotnou organizaci řízenou státem.

Česká obec sokolská (ČOS), coby násilné sjednocení spolků, ztrácela svou členskou základnu. V pozdějších letech došlo ještě k hlubšímu zasahování státu do sportovního hnutí, které bylo centrálně řízeno podle sovětského vzoru (Strachová, 2011). Veškerou sportovní a tělovýchovnou činnost tedy řídil a reguloval stát prostřednictvím Státního výboru pro tělesnou výchovu a sport (SV TVS), a to na všech úrovních správní organizace státu.

Další organizační úroveň tvořilo Revoluční odborové hnutí (ROH), které sdružovalo dobrovolné sportovní organizace (DSO) jako byly Slávie, Dynamo, Jiskra, Tatran apod. Vrcholový sport byl soustředěn v armádě v rámci (pod) ATK (Armádní tělovýchovný klub). V šedesátých letech vznikla dobrovolná tělovýchovná organizace Československý svaz tělesné výchovy a sportu (ČSTV), která se stala jediným představitelem celého sportovního hnutí. ČSTV byl nadřazen jednotlivým sportovním svazům a byl dozorován stranickými orgány KSČ. V rámci ČSTV působily i tělovýchovné jednoty (TJ) i odbory Základní rekreační tělesné výchovy (ZRTV) a turistiky (Strachová, 2011). Tělovýchovná činnost se realizovala nejčastěji v subsystémech masového sportu v ČSTV a ve Svazarmu.

Masový sport, sport dostupný co největšímu množství lidí, tedy také rekreační sport, rekreační tělesná výchova nebo pohybová rekreace, se od sedmdesátých let začal označovat termínem Sport pro všechny (SPV).

Cílem tělovýchovy a sportu bylo vychovávat členy v duchu jednotné politické linie socialistického státu. Socialistická výchova se orientovala na masovost a boj proti individualismu (Čechám, Linhart, 1986). Klád se důraz na výkonnost na straně vrcholového sportu a masovost na straně rekreačního sportu, což dokazuje i dobové heslo „*Za masovost – za rekordy*“ (Strachová, 2011, s. 22). Rekordy a výrazné sportovní úspěchy demonstrovaly sílu a přednost socialistického systému a konkurenceschopnost vůči kapitalistickým zemím Západu.

4.2. Soudobá koncepce sportu

Se změnou společenských jevů po roce 1989 se proměnila i podoba sportu. Sportovní hnutí se „za pochodu“ muselo adaptovat na nové sociální a politické podmínky, tržní prostředí, podnikání a otevřenou profesionalizaci vrcholového sportu (Strachová, 2011). Do té doby byl sport v rukou státu a byl regulován mocenskými strukturami prostřednictvím tělovýchovné organizace ČSTV. Po té, co se i v oblasti sportu začaly prosazovat snahy o demokratizaci, decentralizaci a pluralismu, přestala tato jednotná organizace tělovýchovy a sportu nadále vyhovovat požadavkům, které sebou transformační změny společnosti přinesly. ČSTV, do té doby monopolní organizace, se začala proměňovat. Tento proces proměn sportovního prostředí probíhal až do konce roku 1992 a byl mimo jiné ovlivněn i rozdělením České a Slovenské Federativní republiky na dva samostatné státy od 1. 1. 1993 (Slepička, Slepičková, 2000). Zrušením zákona č. 68/1956 Sb., o organizaci tělesné výchovy se docílilo toho, že zajišťování sportu se přeneslo na další subjekty. Začala tak nabývat na významu i soukromá zisková sféra, která se začala orientovat především na poskytování celé škály sportovních služeb. „Organizace sportu je v České republice v současné době založena na tomto triumvirátu státní, spolkové a privátní sféry.“ (Slepička, Slepičková, 2000, s. 98).

Už od prvních let transformace si ČSTV i další obnovené či nové vzniklé sportovní subjekty kladly za cíl propagovat a zpřístupňovat nejrůznější pohybové aktivity co nejširšímu okruhu lidí. Rozvoji SPV se v současné ČR věnují např. organizace ČSTV, ČOS, Orel, Junák či Český svaz rekreačního sportu. Byla obnovena tradiční spolupráce se zahraničím například formou sokolských sletů. Svoji činnost také postupně začaly rozvíjet organizace, které se primárně nevěnovaly vrcholovému sportu a podporovaly sport pro všechny, jehož propagace a rozvoj se stal jedním z prioritních cílů státní politiky ČR.

Organizace ČSTV se podílí na rozvoji koncepce sportu pro všechny prostřednictvím programu Sportuj s námi, který organizuje od roku 1995 spolu s Českou asociací sportu pro všechny (ČASPV).⁵ Záměrem tohoto projektu je nadchnout občany, zejména děti a mládež, pro dlouhodobější sportování a motivovat je k účasti na akcích organizovaných TJ/SK a sportovními svazy sdruženými v ČSTV.

Zájem o propagaci sportu v rámci SPV ze strany státu je způsoben zejména zjištěným nárůstem civilizačních chorob, rostoucím nezájmem o sportovní aktivity a s tím související sníženou tělesnou zdatností obyvatel (Strachová, 2011). Od poloviny 90. let funguje v Praze Informační centrum SPV (<http://www.info-sport.cz/>), které každoročně připravuje v rámci šíření sportovních aktivit mezi obyvateli celorepubliková a zejména školní

⁵ (<http://www.caspv.cz/cz/o-nas/zakladni-informace>)

klání a soutěže a je též organizátorem akcí, které pořádá ČOS. Svým programem oslovuje nejen žáky a studenty, ale i širokou veřejnost.

V roce 2003 byl vládou schválen dokument „*Směry státní politiky na rok 2004-2006*“, kde se s konceptem sport pro všechny (SPV) počítá jako prioritním programem státní politiky. Cílem tohoto programu je přesvědčovat o pozitivním vlivu sportovních aktivit. Dokument také klade důraz na tyto oblasti sportu: sport pro zdraví, sport pro regeneraci sil, sport jako zdravotní prevence a sport jako aktivní využití volného času.

ČSTV taktéž oslovuje veřejnost prostřednictvím hnutí Pohyb je život, který se zaměřuje na propagaci významu pohybové aktivity, zdravé výživy apod. (ČSTV, 2003).

Otázka dalšího směřování sportu je zakotvena i v rámcovém dokumentu EU, které byl přijat v Bruselu roku 2006 v tzv. Bílé knize sportu (MŠMT, 2007). Tento dokument mimo jiné poukazuje i na společenskou úlohu sportu s apelem na jeho zdravotní benefity.

V roce 2009 byla vypracována Koncepce státní podpory sportu v ČR⁶, která poukazuje na současný stav sportovního hnutí SPV, který se dostal na okraj společenského, ekonomického i mediálního zájmu a navrhuje reformu v oblasti dobrovolnictví tak, aby byla nastavena pozitivní motivace zájemců pro práci v této veřejně prospěšné činnosti. Cílem Koncepce je zvýšit zájem o SPV (Strachová, 2011).

Stát podnikl dílčí kroky pro podporu sportovních aktivit u našich občanů. Jakým způsobem se tyto dopady projeví v praxi, to se ukáže za delší časové období.

4.3. Prostorové podmínky pro podporu sportovních aktivit v socialistické éře

Propagace a podpora sportovních aktivit, coby cesty ke zdravému způsobu života, jde ruku v ruce s dostupností sportovního zázemí, jako jsou sportovní a rekreační stavby a zařízení, a s přírodním prostředím.

Do nástupu komunismu po druhé světové válce byly u nás prostorové podmínky pro realizaci tělovýchovných a sportovních aktivit velice příznivé. Tělocvičny a cvičiště se zřizovaly u každé školy a později se díky vysokému zájmu o fotbal a jiné sportovní disciplíny budovaly další sportovní plochy. O další rozmach sportovních zařízení se zasloužilo především sokolské hnutí a dělnické tělocvičné jednoty (Flemer a kol., 2009).

Po nástupu komunismu se plánovaný rozvoj sportovišť dostal pod centrální moc státu. Došlo ke sjednocení tělovýchovy a veškeré řízení přešlo pod státní ústřední orgán SV TVS. Sjednocení tělovýchovy a sportu vedlo k oslabení činnosti mnohých tělovýchov-

⁶ (<http://www.msmt.cz/pro-novinare/koncepce-statni-podpory-sportu-v-ceske-republice>)

ných jednot. Důraz se kladl na masovost tělovýchovy a sportu, což vedlo k budování areálů zdraví, tělovýchovných komplexů, center oddychu, domů kultury těla apod. Sportovní zařízení se budovala i svépomocí nebo v rámci tzv. akcí „Z“ a „T“, ale i tak byl pro neorganizovaný sport sportovních zařízení a sportovišť spíše nedostatek. Po zrušení Sokola a nastolení SV TVS a později ustanovení ČSTV se situace ještě zhoršila (Flemr a kol., 2009).

Od 60. let u nás začala výstavba první generace sídlišť, kdy bylo potřeba vybudovat za co nejnižší náklady co nejvíce bytů. Výstavba sportovišť a ostatního občanského vybavení se odložila na další etapu. Tato strategie „dvouetapové výstavby“ pokračovala i v 70. letech, kdy v první etapě byla postavena školní budova a teprve ve druhé etapě se měla postavit tělocvična. Vesměs se jednalo o velmi špatně vybavená sídliště s velmi omezenou občanskou vybaveností (Flemr a kol., 2009). Byť byly vypracovány studie (Flemr a kol., 2009), které měly problematiku tělovýchovných zařízení řešit, žádné zlepšení ve stavu sportovišť v rámci volnočasových aktivit nenastalo.

I 70. léta byla ve znamení výstavby druhé generace převážně panelových sídlišť a problém nedostatečné občanské vybavenosti a sportovišť těchto sídlišť stále přetrvával. Byť byla výstavba poslední generace centrálně plánovaných sídlišť oproti předešlým vlnám v lepší kvalitě, úroveň sportovišť byla stále nízká (Flemr a kol., 2009). Stát se snažil přimět lidi k tomu, aby se věnovali organizované tělovýchově, ale nebyl schopen jim k tomu vytvořit vhodné podmínky. Ti, kteří se věnovali neorganizovanému sportu, na tom však byli mnohem hůře. To můžeme vidět i v tabulce níže, ve které je patrný zřetelný rozdíl mezi objemem ploch určených pro organizovanou tělovýchovu a ploch pro neorganizované sportovní aktivity.

Tabulka 2. podíl ploch k realizaci sportovních aktivit podle určení

Druh aktivity	Plocha (m ² /ob.)	Podíl ploch (%)	Podíl občanů (%)
Organizovaná tělovýchova	8,00	47,06	6
Školní tělovýchova	6,87	40,41	19
Neorganizovaná tělovýchova	2,13	12,53	75
Celkem	17,00	100,00	100

Zdroj: Urbanistické ukazatele pro tělovýchovu a sport z roku 1960 ⁷

⁷ Bereme v úvahu pouze sporty, které potřebují vybudované zázemí.

Z tabulky je patrné, že nejpočetnější zájmová skupina občanů, která preferovala neorganizované tělovýchovné aktivity, měla při přepočtu na obyvatele cca 110krát méně plochy přizpůsobené sportu než občané sportující v tělovýchovné organizaci. (Flemr a kol., 2009).

4.4. Prostorové podmínky pro podporu sportovních aktivit v současné době

Po roce 1989 se zhroutil systém centrálního řízení společnosti, v územních plánech se začalo rozlišovat mezi veřejným a soukromým majetkem a investicemi (Slepičková, 2005). Územní plánování přešlo na nově vzniklý systém střediskových obcí, kterým se dostalo i v oblasti územního plánování jisté autonomie.

Hlavní úlohu v péči o rozvoj sportu a tělovýchovy převzalo v první polovině 90. let Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy (MŠMT) ČR. Z důvodů kritického stavu ucelené koncepce sportovní politiky vznikl v roce 2000 materiál na podporu tělovýchovy a sportu v ČR Národní program rozvoje sportu pro všechny, ve kterém se mj. uvádí, že *většina občanů si význam sportu uvědomuje a mnozí z nich by se chtěli sportu soustavně věnovat za předpokladu lepších podmínek*“ (Usnesení vlády č. 17/2000).

V dalším vzniklém zákoně č. 115/2001 Sb.⁸ o podpoře sportu stojí, že kraje a obce mají povinnost zajišťovat výstavbu, rekonstrukce a provozování sportovních zařízení (Flemr a kol., 2009). V devadesátých letech u nás přetrvávala zařízení pro organizovanou tělovýchovu, což bylo z hlediska proměny společnosti, která se značně individualizovala (a to i ve sportu), nevyhovující (Slepičková, 2000, 2005).

Kvůli těmto značným nepoměřům vzniklo počátkem devadesátých let z podnětu MŠMT ČR nové urbanistické řešení, které by lépe vyhovovalo tehdejším nárokům. Od roku 1995 se v metodickém manuálu Ústavu územního rozvoje člení sportovní zařízení na zařízení pro rekreační tělovýchovu (tj. neorganizovaná s volným vstupem) a na zařízení pro školní tělesnou výchovu a pro organizovanou tělovýchovu (Flemr a kol., 2009). Dnes to jsou především větší města, která si nechávají zpracovat své vlastní koncepce rozvoje.

V dnešní době nelze realizovat výstavbu (nejenom) sportovních zařízení bez toho, aby se vycházelo z územního plánu. Podle Ministerstva pro místní rozvoj však velká část menších a malých obcí nemá pořízený územní plán. S tímto problémem souvisí i jeden z fenoménů polistopadového období v oblasti urbanizačního procesu a to je suburbanizace vyšších příjmových vrstev zejména v okolí velkých měst – Prahy a Brna (Ouředníček, 2003). Tato suburbanizace má však mnoho nedostatků v podobě nekomplexních řešení občanské vybavenosti, včetně nedostatků rekreačních a sportovních ploch a zařízení.

⁸ Dnes ve znění zákona č. 219/2005 Sb.

V otázce prostorových podmínek pro provozování sportovních aktivit je tedy zřejmé, že národní politika sportu preferovala až do roku 1989 kolektivismus, čemuž odpovídalo i zaměření budované sportovní infrastruktury na organizovaný a vrcholový sport. Lidé, kteří se věnovali sportu neorganizovanému a individuálnímu, byli odkázáni na přírodní prostory. Od 90. let 20. století docházelo k individualizaci společnosti, což se odrazilo i v tvorbě prostorových podmínek pro pohybové aktivity občanů ČR. Zatímco dříve se preferovala výstavba sportovišť pro soutěžní organizované sportovní aktivity, v dnešní době je vyšší zájem o individualizovaný neorganizovaný sport. Tato změna se projevuje i v oblasti investic.

Protože si současná doba žádá dostatek sportovních aktivit, měly by zejména orgány státní a veřejné správy rozvíjet, jak po kvalitativní tak i po kvantitativní stránce, stav tělovýchovných a veřejně dostupných sportovních zařízení. Filozofie výstavby a provozu sportovních zařízení by pak měla vzít v potaz i jejich využití širší veřejností i mimo občasná sportovní klání.

4.5. Sportovní aktivity v životním stylu československé populace za socialismu

Od nástupu komunismu v padesátých letech u nás, stejně jako jinde na světě, narůstal zájem o vrcholový sport, a to i z politických důvodů. Vychovával státní sportovní reprezentaci a byl těžištěm socialistické éry. Nesl v sobě prvky vysoké výkonnostní úrovně, disciplíny, tvrdého tréninku a odříkání. Pro svou fyzickou i psychickou náročnost ho však provozoval pouze zlomek naší populace, většina obyvatel neměla pro tento typ sportu předpoklady.

Orientace na výkon, především ekonomického charakteru, bylo i hodnotou československé společnosti. Vrcholový sport se stal arénou soupeření dvou nejsilnějších politických systémů – západního kapitalistického a východního socialistického (Slepičková, 2005). Vrcholovým sportem se tedy vedl boj o hegemonii režimů a vrcholový sport sloužil jako prostředek pro demonstrování moci, síly a ideologie. Zasloužil se o vznik vědeckých a odborných institucí a díky němu docházelo k významnému rozvoji vědy a výzkumu v oblasti sportovního hnutí. Stát taktéž významně finančně podporoval budování sportovních tříd, středisek a škol, včetně středisek vrcholového sportu, což si vyžádalo i značný počet odborníků a pedagogů, kteří byli vyškoleni převážně fakultami tělesné výchovy (Slepičková, 2007, Strachová, 2011).

V okresech a krajích vznikaly tělovýchovné jednoty podporující školní sportovní výchovu nebo podnikové sportovní jednoty. ČSTV jako promyšlený tělovýchovný systém

měl již od ranného dětství rekrutovat co nejvíce dětí do sportovních tělovýchovných aktivit s cílem vychovávat jednak elitní sportovce, jednak měl tělovýchovný systém připravit své členy k práci a obraně vlasti (ČT, 2010). Cílem státu byla co největší organizovanost lidí ve sportovních institucích.

Jakýkoliv aktivní sport výkonnostního charakteru se provozoval pod křídly nějaké tělovýchovné organizace. Nejrozšířenější bylo ČSTV nebo Svazarm, kde se sdružovali například kynologové, střelci či sportovní letci.

Od 60. let se i u nás v důsledku hospodářského vývoje začaly objevovat negativní dopady civilizačního pokroku. *Nedostatek pohybu v pracovním i mimopracovním životě měl za následek nízkou úroveň tělesné zdatnosti obyvatelstva a nárůst civilizačních chorob projevujících se špatným zdravotním stavem* (Slepičková, 2005, s. 25).

Nedostatečná fyzická zdatnost a zdravotní stav našeho obyvatelstva otevřely otázku, jak zvýšit podíl tělesné aktivity v životě lidí. Posílila se tedy úloha sportu jako prostředku pro podporu zdatnosti a zdraví. Rostoucí význam volného času vytvořil rovněž prostor pro zlepšení pohybových aktivit naší populace. Sport a cvičení se nabízely jako vhodné řešení a byl to právě masový sport, který se začal ve společnosti prosazovat. Vedle zdraví a zdatnosti však lidé hledali ve sportování i jiné možnosti pro obohacení svého života. Neorientovali se na výkon, ale hledali ve sportování převážně zábavu, poznání sebe sama i přírody, odreagování, přátelské kontakty apod. Významným motivátorem pro sportování byla mnohdy pouze prostá snaha naučit se a osvojit si určitou sportovní aktivitu, nebo i specializované sportovní aktivity (jízda na koni, kánoe, windsurfing apod.). Tedy samotný zájem o určitou sportovní disciplínu byl tím hlavním motivem. Tímto způsobem si volnočasový sport našel místo v životním stylu člověka ve dvou formách, jednak ve formě organizované, a jednak ve formě individualizované. (Slepičková, 2005)

Masový sport se vyznačoval tím, že nabízel sportovní vyžití bez pevné pravidelnosti a tak se zrodila řada akcí masového charakteru jako Jizerská padesátka, Velká kunratická, Běchovice apod., které nebyly podmíněny registrací či členstvím v nějaké organizaci a umožnily tak účast i neregistrovaným či příležitostným zájemcům o sport. Masový sport však nebyl pouze o mase lidí, provozujících najednou nějakou sportovní aktivitu, ale jak uvádí Kožíšek (Kožíšek a kol., 1989) masové tělovýchovné aktivity byly takové aktivity, které byly potenciálně dostupné široké veřejnosti, bez nutnosti členství v nějaké organizaci.

Na základě staršího šetření z roku 1974 (Filipcová, 1974) bylo pěstování aktivního sportu doménou mužů, taktéž se potvrdilo, že 50 – 60 % lidí vůbec nesportovalo a jejich jedinou formou pohybových aktivit byly procházky. 20 – 30 % populace se věnovala sportu nepravidelně a 10 – 20 % sportovalo pravidelně, tzn. nejméně 1x týdně. Mezi nejoblíbenější a nejfrekventovanější aktivity patřily tou dobou výlety, procházky a turistika.

Výzkum z roku 1976 (Lapáčková, 1976) odhalil na základě intenzity účasti ve sportu, že převážná část populace má se sportem spíše ojedinělé kontakty. Aktivnímu sportu se věnovalo zhruba 12 % naší populace. Převážná část účastníků tělovýchovného hnutí se věnovala rekreačnímu sportu, kdežto většina populace (52 %) buď ke sportu neměla žádný vztah, nebo se o něj zajímá jen pasivně jako diváci. Zajímavá je i informace (kvalitativní odhad), že zhruba 25 - 30 % populace (především starší ženy, důchodci a zemědělci) se o sport demonstrativně nezajímali vůbec (Čechák, Linhart, 1986).

I novější výzkumy (TSS 1978, TSS 1984) přinesly víceméně konstantní informaci, že denně se nějaké formě pohybové aktivity (včetně procházek a kondiční gymnastiky) věnovalo necelých 11 % populace, 54 % se pak nevěnovalo žádné. Z toho vyplývá, že přes všechny ideologické cíle rozvíjet pohybové aktivity se státu probudit ten správný motiv pro sportovní nadšení nepodařilo. Tyto výzkumy rovněž přinesly informaci, že *množství času věnovanému sportu (vrcholový, výkonnostní či rekreační) klesalo po dvacátém, výrazněji po pětadvacátém roku věku, po sňatku a narození dítěte a po plném zapojení do profesních společenských rolí* (Čechák, Linhart, 1986, str.74)

Celkové množství času vymezeného sportovním činnostem bylo hluboko pod doporučenou normou. Podle údajů z let 1979-1980 (Čechák, Linhart, 1986) se množství času věnovanému sportovním aktivitám (bez procházek) pohybovalo u české populace v průměru kolem 11 minut denně u mužů a u žen kolem 4 minut. Navíc celkový čas věnovaný sportovním aktivitám byl sociálně velmi málo diferencován.

V provedeném šetření z roku 1984 (Čechák, Linhart 1986) byly zjištěny hodnotové a postojové rozdíly mezi sportující a nesportující populací. Menšina, která tvořila neaktivnější jádro sportovní populace, byla sociálně různorodá a skládala se z vysokého podílu osob středního věku, z lidí s vyšším vzděláním a lidí zaměstnaných jako úředníci. Tato aktivně sportující skupina (tělovýchovného procesu) inklinovala k nekonformnímu způsobu života a nebyla svázaná s tradičním způsobem života v rodině a soukromí. Jako celek se vyznačovala zvýšeným zájmem o sebezdokonalování, ve větší míře akcentovala hodnoty tvořivé práce, vykazovala odborné znalosti, vyznávala hodnoty vzdělání a kvalifikace, stejně tak i specifické hodnoty spojené s aktivním způsobem života a zahrnující aktivní využívání volného času. Aktivnější způsob života byl spojen s preferencí hodnot společen-

ské užitečnosti v oblasti práce i profesní kariéry a participace v řízení společenských procesů. (Čechák, Linhart, 1986).

Jak vyplynulo z výsledků výzkumů (viz výše), aktivně se sportu věnovala jen malá část populace (hodnoty nad 10%), nesportující většina se sportem interagovala naprosto jiným způsobem (diváctví apod.). Obecně pro většinu populace nepředstavoval sport ani tak pohybovou aktivitou jako spíše podívanou a součást kultury tehdejší společnosti. Sportovní aktivity představovaly pak, stejně jako kultura, zdroj relaxace, zábavy a rozptýlení a mohly být v závislosti na typu i motivu sportovní aktivity prostředkem pro rozvoj společenských kontaktů⁹.

Stát sice propagoval zejména kolektivní a masové aktivity, ale individuálnímu sportu nebránil. Komunistické Československo mělo vypěstovanou tradici masového sportu díky Sokolu¹⁰. Ten sice aktivně podporován nebyl, ale těžilo se z jeho podstaty. Právě idea sokolského myšlení byla začleněna do tehdejšího systému sportu a tělesné výchovy (ČT, 2010).

Docházelo k masovému rozvoji dálkových pochodů a dálkových běhů. V zimě se konala Jizerská padesátka a v létě pochod Praha-Prčice, což byla akce pro desetitisíce lidí. Velkým fenoménem tělovýchovné činnosti, byla masová veřejná tělocvičná vystoupení, která nesla název Spartakiáda¹¹. V celkové atmosféře politického tlaku a omezování to byla událost, kdy se lidé mohli účastnit něčeho, co bylo všeobecně uznávané a co se obecně těšilo oblibě. Spartakiády byly technicky dobře připravené, ale silně ideologizované. Konaly se v pětiletých cyklech (1955, 1960, 1965, 1975, 1980, 1985, v r. 1970 byla zrušena z obavy, že by se mohla zvrhnout v protirežimní demonstraci kvůli nedlouho předtím ukončenému pražskému jaru a nastolení normalizace). Spartakiáda plánovaná na rok 1990 se již v nových politicko-společenských podmínkách neuskutečnila.

Tělovýchovné jednoty zřizovaly lyžařské vleky a tak lidé (zpravidla o dovolených od ROH) trávili zimní radovánky na horách, kde provozovali sjezdové i běžecké lyžování.

⁹ Podle případových studií (Čechák, Linhart, 1986) se ukázalo, že závisí na motivacích a účelu sportovních aktivit. V případě skupiny žen při pravidelných cvičení jazz -gymnastiky se nepěstovaly žádné interpersonální vztahy a hlavní motiv účastnic byla snaha na chvíli opustit rodinné a partnerské povinnosti a alespoň na chvíli upřednostnit své potřeby nad rámec běžných starostí o rodinu a domácnost. Naproti tomu u jiných rekreačních sportovců (skupina turistů či rekreačních fotbalistů) byl motiv sociálních kontaktů významnější.

¹⁰ Sokolské hnutí se rozvíjelo hlavně po II. svět. válce, jeho tradice byla přetržena únorovým převratem.

¹¹ První spartakiády organizovala za první republiky levicová odnož dělnických tělovýchovných jednot. V totalitním Československu se konaly spartakiády od roku 1955 do roku 1985 pravidelně každých 5 let, mimo roku 1970 (tehdy byl po roce 1968 předpokládán XII. všesokolský slet na Strahově, znemožněný vpádem sovětských okupačních vojsk do Československa ve středu 21. srpna 1968). Tradice navazovala na všesokolské slety, pro které byl v roce 1926 postaven Velký strahovský stadion (Masarykův), a na 1. dělnickou spartakiádu, kterou pořádala levicová Federace dělnických tělovýchovných jednot roku 1921 na pražských Manínách (Wikipedie).

Mezi nejfrekventovanější letní outdoorové aktivity patřila turistika, dále se pěstovalo vodáctví, objevil se windsurfing, lidé se věnovali i cyklistice (ČT, 2010).

Turistika a další formy pohybové aktivity nesoutěžního charakteru měly významný přínos pro ženy, zvláště zaměstnané ženy s malými dětmi, protože se pak i tyto mohly podílet na tělovýchovných aktivitách. Ženy i ostatní rekreačně orientovaní v něm spatřovali cestu, jak si uchovat tělesnou svěžest, zdatnost a zdraví, jak si odpočinout, rozptýlit se a nalézt potěšení z pohybu. Z povahy svých postojů tyto nesoutěžící sportující preferovali aktivity rekreačně kondičního charakteru. Do segmentu nesoutěžního sportu patřili i aktivní sportovci, často se rekrutující z řad bývalých závodníků, kteří sice skončili profesionální kariéru, ale nepřestali sportovat. Jak nesoutěžící tak aktivní sportovci představovali nezanedbatelnou veličinu (Kožíšek a kol., 1989).

Existovaly sporty, které úzce souvisely s určitými specifiky vývoje československé společnosti; například atletické soutěže na lokální úrovni nebo soutěžní klání v trampských osadách. Populární aktivita, kterou souvisela s víkendovými aktivitami, kdy lidé vyjížděli do přírody, byl volejbal a také turistika (ČT, 2010).

Postupně také narůstal zájem o rekreační gymnastiku spojenou s reprodukovanou hudbou. Kromě vlastního přínosu pohybové aktivity docházelo k umocnění estetického zážitku poslechem hudby. Tato převážně ženská aktivita doznala značné obliby a stala se masovým sportem. Na popularitě získávaly týdenní pobyty se sportem pro ženy a dívky. Rekreační jazzgymnastika se tak stala pro ženy aktivní formou odpočinku po celém dni stráveném v práci či péči o domácnost (ČT, 2010).

Důležitou součástí sportování socialistického člověka bylo i domácí cvičení – při poslechu gramofonové desky, později při sledování televizních pořadů zaměřených na domácí cvičení („Zacvičme si“, „Cvičme v rytme“). Byl to způsob, jak lidem nabídnout návod k tomu, jak se zdravě pohybovat.

4.6. Sportovní aktivity v životním stylu české populace od 90. let

S proměnou životního stylu v 90. letech se objevilo nespočet nových možností, jak trávit volný čas a sportu tak začaly konkurovat nejrůznější další aktivity. Narůstající konzum a pasivní formy zábavy zatlačily do pozadí tvořivé aktivity, vyžadující mentální či fyzické úsilí typické pro sport. Tento trend byl patrný jak u dětí a mládeže, tak i u dospělé populace. (Slepičková, 2005). Navíc je dnešní doba ve znamení nedostatku volného času a sport tak soupeří o volný čas s paletou jiných dalších aktivit. V materiálně orientované společnosti, ve které žijeme, se stal volný čas součástí hospodářství a svou prosperitu staví

na masovém konzumu. Díky síle sdělovacích prostředků (zejména televize) se kultura stala masovou a podporuje jednak požitkářství, jednak pasivitu v trávení volného času. (Slepičková, 2005). Tím se pak vytrácí původní funkce volného času – regenerace – a je stále více vytěšňována funkcemi jinými.

Sport se proměnil z hlediska obsahu, organizačních forem i institucionálního zabezpečení. Vliv na jeho proměnu má i vývoj nových technologií, díky nimž a také masovému charakteru trávení volného času dochází k rozšiřování škály sportovních činností i způsobů jejich realizace. Díky relativní dostupnosti sportovního vybavení je řada sportovních aktivit, které byly dříve výsadnou jen fyzicky zdatných nebo finančně zajištěných jedinců, přístupná široké veřejnosti. Díky rozmanitosti, kterou se vyznačuje dnešní sport, si může každý jedinec najít svůj prostor a realizovat se ve sportu dle svého vlastního přesvědčení a přijmout hodnoty, které mu jsou blízké. *Sport již není homogenním společenským jevem, ale přináší velkou různorodost, je heterogenní co do obsahu i forem.*“ (Slepičková, 2005, str.25). Dnešní sport tedy není pouze o vrcholové, výkonnostní úrovni, o rekordech, není jen výsadou mladých a zdatných, ale je oblíben i mezi staršími i handicapovanými. Není spojen pouze s vítězstvím a prohrou, ale i radostí, zábavou, zdravím a dobrodružstvím.

4.6.1. Nové druhy sportovních aktivit

V současné době plné nejrozmanitějších alternativ se sport rozděluje podle motivace, cílů i preferencí svých provozovatelů. Volnočasový sport tak zahrnuje například sport klubový, adrenalinový, alternativní, požitkářský, kosmetický nebo fitness sport. (Slepičková 2000, Sekot, 2008).

Klubové sporty se provozují zpravidla ve sportovních klubech a snoubí v sobě motivy vzrušení, soutěže a snahy po dosažení osobních výkonů spolu s potřebou po sociálním kontaktu a relaxace těla. V dnešní době se volnočasový sport spíše než ve sportovních klubech a oddílech realizuje v soukromém sektoru.

Do kategorie adrenalinových sportů patřil před rokem 1989 např. parašutismus. V současné době je jemu podobných „rizikových“ sportů celá řada. Jsou to určitě Ilinx (ové) hry¹² (Ilinx = vír), kdy se dosahuje fyzické závratí. Tyto sporty v sobě zahrnují prvky skoků, pádů a houpání. Patří mezi ně například jak zmíněný parašutismus, tak bungee jumping či canyoning. Motivem adrenalinových sportů je touha po dobrodružství a na-

¹² francouzský sociolog Roger Caillois, který se věnoval sociologii her, popsal Ilinx podobu hry (kind of play)

pětí s přihlédnutím k dosažení fyzického výkonu. Jsou doménou především komerční oblasti. Tato sféra sportovních aktivit však vyžaduje kromě dobrodružné povahy i potřebné materiální vybavení, určité odborné zázemí i prostředí, kde se realizuje (vysokohorské expedice, horolezectví apod.).

Současná doba je i ve znamení alternativních sportů přicházejících k nám zejména z východu. Tato sportovní linie zahrnuje relaxační i zdravotní cvičení, která nemusí nutně znamenat léčebný prostředek. Stále větší oblibu získávají pohybové aktivity východoasijského směru jako jóga, tai-chi, aikido, což jsou tělesně-duchovní cvičení založená na určitém filozofickém učení a životní filozofii. Jde v nich o zdokonalování sebe sama, svého těla i mysli.

Novinkou současné doby je i sport požitkářský, který se spíše než na sportovní výkony soustřeďuje na prožití nějakého běžně nedosažitelného zážitku, čehosi výjimečného, nevšedního. Je to spíše než sport exkluzivní zábava a potěšení, které se zaměřuje i na zlepšení fyzického vzhledu. Sociologové tuto sportovní odnož nazývají též S-sporty, tedy pojmem, který vznikl z anglických slov začínajících na S (sun, sand, speed, satisfaction). Tyto sporty patří k finančně náročnějším, mnohdy se tyto rekreační radovánky provozují pod odborným vedením a jsou vyhledávány zejména bohatší klientelou (Slepičková, 2005, Sekot, 2008).

Další dva typy volnočasových sportů - kosmetický a fitness sport - jsou fenoménem dnešní doby, která je spojena s rostoucím významem lidského těla a osobního vzhledu. Zatímco dřívější pojetí tělesnosti bylo spíše utilitárního charakteru, dnes je tělo předmětem zvýšené péče, narcistických motivů i adorace, což je masivně podporováno médiem i farmaceutickými firmami. Tělo, resp. „dokonalé“ „fit“ tělo, se v současných západních společnostech stává „dekorací“, představující silný symbol sociálního statusu jak u mužů, tak u žen. Dokonalé tělo se stává instrumentální i reprezentativní hodnotou a je připraveno vystavit na odiv svoji vitalitu, kontrolu, sílu a „funkčnost“ (Sassatelli, 2010). Stává se nástrojem pro tvorbu vlastní identity. Tělo již přestává být pasivním objektem, ale stává se prostředkem vyjádření vlastního já. A je to prostředek, kterým jde manipulovat, přetvářet a měnit ho v souladu s momentálními požadavky doby, které definují žádoucí obraz zdravého a přitažlivého těla (Hasmanová Marhánková, 2008).

Kosmetický sport a fitness sport akcentují právě tělesnost a zaměřují se na docílení dokonalého vzhledu. Oba dva spadají do komerční sféry. Zatímco za dob komunismu byl u nás kosmetický sport neznámým pojmem, v dnešní době je součástí životního stylu těch, kteří touží mít dobře stavěnou a vypracovanou postavu. Je účelově zaměřen na dokonalý

osobní vzhled. Nabídku doplňují další služby kosmetického charakteru jako jsou solária či masáže.

4.6.2. Fenomén fitness

I fitness sport je orientován na starost o tělo a vylepšování jeho vzhledu prostřednictvím aerobního cvičení a posilování. Tato tělesná činnost směřuje k aerobní a silové zdatnosti, pohyblivosti, pružnosti a ve velké míře k žádoucím tělesným proporcím (Slepičková, 2005, Sekot, 2008). Cvičení se většinou provádí v uzavřeném, technicky vybaveném prostředí, ale patří sem i tělesné aktivity venkovního charakteru jako je cyklistika, plavání či jogging.

Fitness sport, resp. jeho složka provozovaná v uzavřených posilovnách, tedy ve fitness centrech, je fenoménem této doby. Jeho proměna započala v devadesátých letech, kdy navazoval na kulturistiku, která se u nás těšila dlouhé tradici¹³. Před rokem 1989 byla organizována v rámci ČSTV a tradičně se dělila na tzv. kondiční kulturistiku, tzn. posilovací cvičení s nesoutěžními cíli v rámci volnočasových aktivit a soutěžní kulturistiku v rámci vrcholového sportu (Stackeová, 2003).

Kondiční kulturistika neboli fitness představuje cvičení ve fitness centrech nebo posilovnách. Její náplní je cvičení s volnými činkami a cvičení na trenažerech. Toto cvičení je zpravidla podpořeno určitým dietním režimem včetně použití doplňků výživy. Provozování této sportovní aktivity je součástí takového životního stylu, jehož cílem je rozvoj celkové zdatnosti, zlepšení držení těla a zlepšení postavy při současném působení na upevňování zdraví a rozvoj síly (Kolouch, 1990 in Stackeová, 2003).

V komunistickém Československu fitness centra určená pro širší vrstvu obyvatel prakticky neexistovala a začala vznikat až na počátku 90. let 20. století, kdy padl socialistický režim. Zpočátku se jednalo spíše o laický projekt sportovních nadšenců především z řad kulturistů. Výslednou podobou těchto projektů byla „posilovna“, která měla se současnou podobou fitness center, které byly v zemích západní Evropy již tehdy běžnou záležitostí, pramálo společného. Tyto posilovny byly vybaveny především posilovacími pomůckami jako činky a posilovací lavice. Českou zvláštností byla i nabídka speciálních výživových doplňků pro kulturisty (proteiny, sacharidy), které jsou primárně určeny k podpoře růstu svalové hmoty. V Západní Evropě tyto zpravidla nejsou v nabídce fitness center, ale prodávají se ve specializovaných obchodech. Referenční cílovou skupinou na počátku

¹³ Před rokem 1989 byla kulturistika organizována v rámci ČSTV a tradičně se dělila na tzv. kondiční kulturistiku, tzn. posilovací cvičení s nesoutěžními cíli v rámci volnočasových aktivit a soutěžní kulturistiku v rámci vrcholového sportu (Stackeová)

budování fitness center v 90. letech byli kulturisté, převážně muži, kteří primárně usilovali o nárůst svalové hmoty (Kalabusová, 2012) a rekrutovali se spíše z nižších středních vrstev.

Po r. 1989 došlo k rozsáhlé komercializaci tzv. kondiční kulturistiky a došlo k obrovskému nárůstu počtu fitness center, jejichž vybavení je stále dokonalejší. Fitness představuje poněkud širší koncept, nežli je pouze kondiční kulturistika. V praxi je spojován nejenom s pohybovými aktivitami, ale i konzumací doplňků stravy i nejrůznějších kosmetických přípravků. (Stackeová, 2003 Sassatelli, 2010) Taktéž se proměnila skladba návštěvníků i determinanty určující návštěvnost těchto zařízení.

Původní posilovny se postupně měnily v čím dál důmyslněji zařízená fitness centra s převážně aerobním zařízeními i cardio trenažéry. V současnosti se tzv. „trendy“ fitness centra, jako jsou fitness řetězce BBC nebo exklusivní Holmes place, podobají velkým nákupním centrům, kde si pod jednou střechou návštěvník může vybrat z široké palety aktivit. Kromě aerobních a posilovacích aktivit nabízejí tato centra i relaxační (spý, sauna, bazén) a kosmetické služby. Fitness centra, stejně jako různá centra pro zdraví, se stávají (stejně jako tělo sama) komerční značkou, továrnami produkující dokonalá těla (Sassatelli, 2010). To všechno pod hlavičkou zdravého životního stylu, pod hlavičkou wellness. Suplují přírodu i venkovní sportoviště.

Nabíledni je teorie „rychlého času“ T. Eriksena (Eriksen, 2005). V dnešní informační a technologické době, v době shonu a zvýšené rychlosti, máme stále méně času na přirozený pohyb. Místo pohybu v přírodě dáváme přednost fitness centru, protože nám ho platí zaměstnavatel v rámci benefit programu, je blízko domova či na trase práce-domov. Navíc poskytuje široký výběr sportovního vyžití a disponuje dětskými koutky. Stačí se objednat, rychle si zacvičit a jít dál. Doba je zkrátka rychlá a hektická, čas je drahý, dnes nemáme čas sportovat v přírodě.

Současná fitness centra se spíše než na nárůst svalové hmoty zaměřují na aerobní aktivity, tedy na pohybové aktivity zlepšující tělesnou kondici včetně formování postavy, a to pomocí intenzivnějšího cvičení, nezdědka pod vedením odborně vyškolených trenérů. S dnešní podobou fitness centra se proměnily jak motivátory tak sociální skladba návštěvníků. Z výzkumu (Stackeová in Sekot, 2008) mapujícího motivaci k návštěvě a životní styl návštěvníků vyplynulo, že klasickým návštěvníkem je jedinec spíše mladší věkové skupiny s vyšším vzděláním (SŠ a VŠ), který vykonává sedavé zaměstnání, a fyzická aktivita je pro něj významným kompenzačním faktorem. *Hlavním motivem pravidelného kondičního cvičení a posilování je přitažlivý fyzický vzhled, přiměřená váha dobrá fyzická a duševní kondice.*“ (Sekot, 2008, s. 50).

Fenomén fitness center by určitě pokryl samostatnou sociologickou studii, ale za zmínku určitě stojí fakt, že prostředí fitness centrem vytváří speciální subkulturu. Reklamy zobrazují fitness centra jako módní prostředí plné zajímavých lidí a stimulujících aktivit (Sassatelli, 2010).

Fitness centra jsou sice určena široké veřejnosti, ale jsou finančně náročná. To z nich činí (stejně jako z jiných sportovních odvětví) sociálně diferencovanou oblast. Na příkladu fenoménu fitness centra je znatelná orientace na dokonalý fyzický vzhled, který je podpořen sportovní módou, umocňující výlučnost této volnočasové sféry.

4.7. Význam a funkce sportu

*„Sport není žádnou luxusní zábavou, činností pro pár zámožných jedinců ani formou, jak pomoci svalů kompenzovat duševní práci. Dává každému muži, ženě či dítěti příležitost ke zdokonalení, nehledě na jejich profesi či místo ve světě. Je přirozenou součástí všech stejně, ve stejné míře a nemůže být ničím nahrazen.“*¹⁴ Tato slova zakladatele novodobých olympijských her, Pierra de Coubertina, poukazují na důležitost a význam sportu v životě člověka. *„Sport představuje v současnosti společenský a ekonomický jev narůstajícího významu, jež význačným způsobem přispívá k rozvoji společnosti.“* (MŠMT, 2009).

Sport, volnočasová aktivita je protipólem pracovní doby, představuje primárně zotavení po práci. Kompenzuje pracovní vypětí i častou jednostrannost běžného života. V tomto smyslu představuje individuálně i společensky prospěšnou činnost. Na jedné straně nám nabízí spoustu možností, otevírá se různým skupinám, o kterých bychom v minulosti neuvažovali, na druhé straně však zaznamenáváme obecný pokles pohybových aktivit. Výsledky šetření Státního zdravotního ústavu přinesly zjištění, že současný životní styl obyvatel České republiky se potýká s faktickým problémem poklesu pravidelné pohybové aktivity u všech věkových skupin populace (v posledních deseti letech pokles o 30 %)¹⁵.

I řada odborníků se shoduje v tom (Možný, Slepíčková, Sekot), že tělesná aktivita nepatří k životnímu stylu většiny české populace. *„Čtyři z deseti mužů a skoro polovina žen se vyhýbají jakékoli tělesné aktivitě. Co je zacvičit si pravidelně alespoň jednou týdně do zpočátku, neví šest z deseti mužů a sedm z deseti žen. Fyziologicky dostatečně, tedy alespoň třikrát týdně, sportuje u nás jen 22 procent mužů a 11 procent žen.“* (Možný, 2002, str.59).

¹⁴ http://www.olympic.cz/www/docs/osmus/sport_pro_vsechny_v_olympijskem_hnuti.pdf

¹⁵ Na rozdíl od naší republiky se v zemích EU sportem v jeho nejrůznějších formách zabývá vysoký podíl populace. V průměru 20 % sportu je organizováno v klubech, velká část lidí tak sportuje neorganizovaně. Tuto skutečnost dokresluje také aktivní přístup rozhodujících evropských institucí. (Analýza MŠMT za financování sportu v ČR, 2009).

Tento ne příliš povzbuzující stav naší populace dokresluje skutečnost, že každý pátý Čech nebo Češka má ve středním věku (45 - 55 let) nadváhu (Možný, 2002). Navíc v naší zemi prevalence nadváhy a obezity nadále stoupá a podle aktuálních výzkumů je diagnostikováno 17 % mužů a 17 % žen jako obézních, nadváhou pak trpí 62 % mužů a 46 % žen (OECD, 2010 in Hendl, Dobrý a kol., 2011).

Je to právě sport, který si nejčastěji spojujeme se zdravím - sport = pohyb = zdraví. Nedostatek sportu a pohybu pak vede k tzv. „pohybové deprivaci“, která má za následek mnoho zdravotních komplikací. Mezi hlavní příčiny nedostatku pohybu u nás se uvádí snižování zájmu o pravidelnou sportovní a pohybovou činnost, ale i nedostatečné materiálně technické zabezpečení, kapacity a stav sportovních zařízení a snížení zájmu o dobrovolnictví v oblasti tělovýchovy a sportu (MŠMT, 2009). I „sedavý“ způsob života, kterým se vyznačuje dnešní společnost, vede ke zhoršování zdravotního stavu, protože naše tělo je vybaveno pro fyzickou aktivitu a potřebuje ji ke svému správnému fungování.

Nedostatek pohybu navíc ohrožuje naše zdraví zvýšenou pravděpodobností výskytu chronických onemocnění, k tomu zatěžuje státní rozpočet, zejména v oblasti zdravotnictví. Nedostatek pohybu v populaci dává prostor pro šíření civilizačních chorob, což jsou onemocnění, která se kromě jiného vyznačují nezdravým životním stylem. Nezdravý životní styl je spojen zejména s nedostatkem pohybové aktivity – hypokinezí, či s konzumací nadměrného množství stravy nevhodného složení (tuky, cukry, nedostatek vitamínů, minerálů a vlákniny) (Slepička, Slepičková 2000). Právě hypokineze je uvedena jako významný rizikový faktor, který se podílí na nejčastějších onemocněních a příčinách smrti (Slepičková, 2005).

V současné době se mnohé státy dnešního světa včetně České republiky potýkají s významným nárůstem civilizačních (neinfekčních) chorob, jako jsou kardiovaskulární onemocnění, rakovina, cukrovka mellitus 2. typu, chronické respirační nemoci apod., což koresponduje se změnou životního stylu v posledních 100 letech. Ta se projevuje výrazným snížením pohybových aktivit, nezdravou výživou, nadměrným energetickým příjmem i zvýšenou konzumací tabákových výrobků (Hendl, Dobrý a kol., 2011).

Je prokázáno, že pohybové aktivity vykazují mnoho zdravotních benefitů. Evidují se prokazatelné důkazy, že tyto benefity zahrnují redukci nemocnosti a úmrtnosti následkem chorob některých tělesných systémů. Je dále prokázáno, že pravidelná pohybová aktivita výrazně redukuje riziko úmrtí na kardiovaskulární choroby, které patří k nejčastějším příčinám úmrtím na celém světě. Pravidelný tělesný pohyb pomáhá kontrolovat a redukovat tělesnou hmotnost, příznivě působí na kvalitu kostí, svalů a kloubů, u starších lidí sni-

žuje riziko pádů, snižuje bolesti při artritidě, zmírňuje symptomy úzkosti a deprese, přispívá ke snížení hospitalizací, návštěv lékaře a nákupu léků (Hendl, Dobrý a kol., 2011).

Vědecká obec nadále potvrzuje, že „*pravidelné pohybové aktivity střední a vyšší intenzity snižují o 30 až 50 % riziko mrtvice, vzniku ICHS, infarktu, cukrovky typu 2, vysokého krevního tlaku a rakoviny tlustého střeva*“, (USD – HHS – United States Department of Health and Human Services, 1996; The National Institute of Health, Consensus Development Program Physical Activity and Cardiovascular Health. Htm. In Hendl, Dobrý a kol., 2011).

Pohybové aktivity navíc příznivě ovlivňují zdraví člověka snížením vysokého krevního tlaku, spalováním tuků, které pomáhá zlepšovat složení těla, udržováním příznivé hladiny krevního cukru, posilováním imunitního systému, vylepšováním tělesného zevnějšku (body image) či lepším spánkem (Hendl, Dobrý a spol., 2011). Aktivním pohybem se také zvyšuje svalová síla a vytrvalost, snižují se problémy se zády, oddalují se procesy stárnutí apod.

Pravidelná pohybová aktivita rovněž přispívá k pěstování zdravého životního stylu. Kdo pravidelně sportuje, mění i navyklé vzorce chování a udržuje také v ostatních oblastech zdravější životní styl než lidé nesportující. (Slepičková, 2005) Ti, kteří sportují, inklinují k nekuřáctví, mají zdravější stravovací návyky, pijí méně alkohol. *Jsou pracovně a společensky více angažovaní a lépe nakládají se svým volným časem.*“ (Slepičková, 2005, s. 58). Sportující lidé se také oproti nesportujícím lépe starají o své tělo a jsou více spokojeni se svým vzhledem, postavou i hmotností. (Fialová, 2001). Ukazuje se, že kdo se pravidelně věnuje sportovním aktivitám, má větší předpoklad být subjektivně spokojenější, a to nejenom v oblasti osobního vzhledu.

V tomto kontextu je proto úloha sportovních aktivit pro naše zdraví nezastupitelná a měla by se využívat k preventivní intervenci. Provozování sportovních aktivity orientované na zdraví se pak projeví jako stav dobrého bytí (wellbeing), který lidem umožňuje „*vykonávat nezbytné každodenní aktivity kvalitně a s vysokým nasazením, které může redukovat výskyt některých zdravotních problémů a může obecně přispět k plnějším prožití života*“ (Slepička, Slepičková 2000, str. 18).

Sport zastává kromě zdravotních benefitů i další, důležité funkce - ovlivňuje sociální rozvoj, kvalitu života společnosti i jedince. Dnešní sport v sobě nese i symbolický obsah. Pojem fitness je synonymem pro moderní životní styl, který klade rovnítka „*sportovní = moderní = zdravý = dobře vypadající = výkonný v zaměstnání = přátelský = dobře naladěný*“ (Mrázek, 2000). Tím se otvírá další škála motivů, pomocí kterých lze přilákat lidi ke sportování.

Dnešní doba, charakterizovaná jako informační společnost (Eriksen, 2005), ve které vládne internet a sociální sítě, se vyznačuje úbytkem přirozeného sociálního kontaktu mezi lidmi. Do popředí se tak dostává socializační a integrační potenciál sportovních aktivit. (Flemer, Vajlent, 2010) Sport, jako lidská aktivita provozovaná širokou veřejností, má velký potenciál sdružovat a stmelovat lidi bez ohledu na věk či společenský důvod. Umožňuje jim smysluplně trávit volný čas, což je aktuální právě v kontextu dnešní doby, v době informačních technologií, kdy se komunikace mnohdy odehrává na virtuální úrovni. To je zvláště důležité u mladých lidí, zdravotně postižených lidí a lidí pocházejících ze znevýhodněných poměrů (MŠMT, 2009).

Sportovní aktivity jsou dále prospěšné pro navazování či udržování sociálních kontaktů u rozrůstající se populace seniorů, což dokazují i zahraniční výzkumy benefitů sportovních aktivit u seniorské populace (Ruuskanen and Ruoppila, 1995; McAuley and Blissmer, 2000; McAuley et al., 2005; WHO, 2008 in Flemer, Vajlent, 2010).

Sport má i hospodářský rozměr; je to dynamicky rostoucí odvětví. Může sloužit jako prostředek pro místní a regionální rozvoj, pro obnovu měst a pro rozvoj vesnic, což dokazují stávající studie a analýzy vnitrostátních rozpočtů, zisků z velkých sportovních akcí a nákladů spojených s tělesnou pasivitou, včetně stárnutí populace. Sport funguje s ekonomikou v interdependentních vztazích. Ekonomika na jedné straně vytváří příznivé podmínky pro rozvoj sportu, na straně druhé sport napomáhá rozvoji národní ekonomiky. Týká se to organizace sportovních akcí, výstavby sportovních objektů a zařízení, výroby zařízení pro sportovní objekty, výroby náradí a náčiní, obchodu se sportovním zbožím, služeb (např. fitcentra, posilovny, organizované „školy“ a kurzy pro děti, mládež i dospělé); dopravy sportovců a diváků, cestovního ruchu – sportovní turistika, modernizace infrastruktury ve spojitosti se sportem a mediální sféry. Podle Bílé knihy o sportu generuje prostředí sportu v zemích EU necelá 4% HDP a zaměstnává přes 5% pracovní síly. (MŠMT, 2009).

Sport plní svou (primární) funkci také v oblasti emoční a prožitkové. Lidé se věnují sportu nejenom z ryze racionálních důvodů, tj. aby si upevnily zdraví a fyzickou kondici. Valná většina lidí sportuje, protože je to jednoduše baví a přináší jim to radost a potěšení. Sport je tedy chápán jako vhodná forma zábavy, kdy do popředí vystupuje prožitek, který je o to výraznější, jedná-li se o pohybovou aktivitu či sportovní činnost realizovanou v přírodním prostředí. Takový zážitek má oproti materiálním pomíjivým záležitostem trvalý charakter, nese v sobě jakousi esenci opravdovosti a ryzosti a nabízí nám možnosti opravdového a aktivního procítění (oproti povrchnosti prožitků, pramenících z pasivní konzumace zábavy). *„Prožitek se stal v posledních letech velice aktuálním pojmem*

v oblasti sportu ve volném čase.“ (Slepičková, 2005, s. 59). Sportovní aktivity umí vyvolat pocity libosti, klidu, harmonie a štěstí. Tento stav způsobuje uvolňování přirozených tělových opiátů – endorfinů (Slepičková, 2005). Sport je oblastí, „kde se normy, postoje, cíle, působící na utváření životního stylu působící zpočátku jako vnější tlak sociálního okolí, mohou přetvořit na vnitřní motivy a hodnoty, které se stávají součástí osobnosti člověka.“ (Slepička, Slepičková, 2000).

Sport lidi přitahuje a je obecně pozitivně vnímán. Proto se vyplatí do něj investovat a o jeho benefitech, nejenom zdravotních, přesvědčit populaci. „Každý dolar investovaný do sportu ušetří čtyři dolary ve zdravotnictví.“ (MŠMT, 2009).

„Sport jako nástroj prevence a zdraví upevňující tělesné aktivity má dalekosáhlejší vliv než jakékoli jiné společenské hnutí.“ (MŠMT, 2009)

4.8. Příprava na stáří a sport

Obraz stáří je obecně odbornou obcí vnímán rozporuplně. Podle Haškovcové (Haškovcová, 2010) je obraz stáří nahlížen s despektem a neúctou (byť je přirozenou etapou lidského života) a staří lidé nejsou v naší společnosti ani ceněni, ani milováni. V tomto kontextu se pak používá výraz „ageismus“, jako *nepřátelství, agresivní chování a averze vůči starým lidem* (Haškovcová, 2010, str. 34), který se v praxi se projevuje věkovou diskriminací stárnoucích lidí a upřednostňováním mladých lidí zejména na trhu práce. I z těchto důvodů vznikají programy na podporu starých či stárnoucích lidí, jejichž společným jmenovatelem jsou stejné příležitosti pro všechny. Podobně existují programy zabrahňující sociální exkluzi těchto lidí.

Podle jiných (Sýkorová, 2006) naše současná společnost nevykazuje antagonistické projevy a nepřátelství vůči seniorské populaci (Vidovičová, Rabušič, 2003 in Sýkorová, 2006).

Někteří popisují seniorský věk (Josef Charvát in Haškovcová, 2010) jako oblast, arénu, kde jsou si všichni rovni a nezáleží, čím byli a co vykonali. „Lidé v penzi jsou si rovni, protože ztratili svůj zaměstnanecký program a jejich současná role je nemít roli“ (Haškovcová, 2010, s. 81) Tím upevňují mýtus o nekompetentním a pasivním seniorovi. Jsou tu však i autoři zabývající se koncepcí aktivního stárnutí, která je v současné době aktuální, s přihlédnutím k demografickým změnám v naší společnosti.

Demografické stárnutí české populace otevřelo otázku stárnutí včetně postavení seniorů v naší společnosti a začaly se jí zabývat i nejvyšší státní orgány pod názvem „Ná-

rodní program přípravy na stárnutí.¹⁶ Tento program zmiňuje mj. problém demografického stárnutí i ageismu a jako jednu z priorit si stanovil podporu aktivního stárnutí našich obyvatel, zvýšení kvality života našich seniorů, celoživotní vzdělávání, zlepšení jejich postavení (nejenom) na trhu práce nebo fungování služeb. Jeden ze základních principů přístupu ke starším osobám a stárnoucí populaci spočívá v celoživotním postoji, který ovlivňuje kvalitu života a má na něj preventivní účinky nejenom v oblasti zdraví, ale i ostatních oblastí lidského života. Péče o vlastní zdraví a vytváření příznivých výchozích podmínek pro vstup do seniorského věku je i v zájmu státu. A záleží tedy na jeho kompetencích a na tom, jak umožní naplňování tohoto programu.

Člověk se musí na stáří připravit, stejně tak ale i společnost musí vytvořit podmínky pro důstojný život seniorů. Proces stárnutí nelze zastavit, lze však změnit jeho formu i obsah. Stáří lze podle konceptu aktivního stárnutí nejen prodlužovat, ale i zkvalitňovat, tedy zvýšit šance seniorů prožít plnohodnotný život. To se týká nejenom seniorské, ale i preseniorské populace. Odchod do penze je významným mezníkem v životě člověka, je to přechod z ekonomicky aktivní fáze do tzv. „*druhého životního programu*“ (Haškovcová, 2010, s. 175) a vstupem do třetího věku. Mladí senioři, tedy ti, kteří nastoupili čerstvě do penze, mají celou řadu možností, jak přizpůsobit své činnosti svému fyzickému i psychickému stavu. Měli by být v relativně dobrém zdravotním stavu, který lze účelově a zodpovědně udržovat. Součástí této strategie je bezpochyby dostatek pohybu. Cestu kvalitního a plnohodnotného života může senior absolvovat s pomocí společnosti, která mu poskytne patřičný prostor, na druhé straně může kvalitu života ovlivnit i sám senior.

Koncept aktivního stárnutí, který je teď aktuální a hojně diskutován zejména v souvislosti s demografickými změnami, přijaly nejenom vládní autority (MPSV v rámci Národního programu přípravy na stárnutí), ale i některé organizace v České republice zaměřující se svými programy na práci se seniory – například občanské sdružení Život 90 nebo akademie třetí věku v rámci univerzit (Hasmanová Marhánková, 2010). Tyto organizace odkazují na ideu aktivního stárnutí v podobě celoživotního vzdělávání a přijmutí zdravého životního stylu. Tento koncept aktivního stárnutí, který je v současné době „správný“ a „žádaný“, na jednu stranu usiluje o sociální inkluzi tím, že bojuje proti zažitým ageistickým stereotypům o seniorech jako o pasivních a závislých, na druhou stranu však vyvolává tlaky na ty preseniory i seniory, kterým se tato koncepce daří jen těžko naplňovat (a to nejenom z důvodů zdravotního stavu nebo sociálního prostředí, ale třeba proto, že nechtějí stárnout aktivně). Podle Hasmanové pak koncepce aktivního stárnutí *otevřítá prostor pro sociální inkluzi pouze pro seniory s dostatečnými mentálními i fyzickými*

¹⁶ (<http://www.mpsv.cz/cs/5045>).

schopnostmi, aby se mohli účastnit aktivit asociovaných především s produktivním věkem“ (Biggs, 2001 in Hasmanová Marhánková, 2010). Vedlejším produktem koncepce s důrazem na aktivní stárnutí jako na „správné“ stárnutí je pak vytváření nových nerovností mezi seniory.

Zvláště ve stáří si silně uvědomujeme hodnotu našeho zdraví. Podle šetření (Sýkorová, časopis Sociologie 38, 2006, č. 2) přisuzují senioři zdraví velmi vysokou hodnotu a vztahují k němu téměř všechny komponenty subjektivního pocitu nezávislosti jako je např.: fyzická i finanční soběstačnost a svobodné jednání i rozhodování. Zdraví představuje pro seniorskou populaci osobní autonomii. Chápu ho nejenom jako cíl, ale i prostředek k dosažení cílů dalších. „Zdravotní stav navíc ovlivňuje subjektivní vnímání stáří – „*když jsem zdravý, jsem ještě mladý*“ (Sýkorová, 2006). Fyzická soběstačnost představuje pro seniory sebevědomí, užitečnost pro druhé i sociální uznání (Sýkorová, 2006)

Jak jsem již zmínila, tělesná aktivita i fyzická zdatnost plní funkci zdravotní prevence. Po celé Evropě se zdůrazňuje fyzicky aktivní životní styl ve spojení se zdravou výživou a pohybem. Sportování by mělo sloužit jako „*účinný a nezastupitelný nástroj masového zvyšování fyzické kondice spíše než vysoce oblíbená forma mediální zábavy*“. (Sekot, 2008, s. 57). Pěstováním tělesné kondice a starostí o naše zdraví můžeme předcházet zdravotním problémům a čelit nárokům dnešního hektického světa. Tuto tendenci deklarují i vládní autority, které vidí v dobré fyzické kondici, tedy v dobrém fyzickém stavu přirozenou cestu k omezování rostoucích nákladů na zdravotní péči. Tato péče je právě mnohdy důsledkem pasivního a nezdravého způsobu života.

Senioři jsou specifickou skupinou. Tím, že již nemusí plnit zaměstnanecké povinnosti, se jim změnil způsob života nárůstem množství volného času. Často se stane, že se jim sníží počet sociálních kontaktů. Pro některé však může být problém, jak si s volným časem poradit. Vedle osobního postoje, který na základě této životní změny zaujmou, je důležitá i finanční stránka, která jim volnočasové aktivity umožní realizovat a dále i případné možnosti a nabídka pro trávení volného času, adekvátní jejich zájmům, zdravotnímu stavu i fyzické kondici (Slepičková, 2005).

Senioři ušli od komunistických dob po současnost kus cesty. Komunistický senior byl konzervativní jako doba sama. Odchod do důchodu znamenal pro většinu z nich přesně stanovený scénář. Senioři měli jasnou představu, čím se budou zabývat v důchodu a pracovní svět vyměnili za víceméně uzavřený svět rodiny. Kooperovali v rámci rodiny jako podpůrný pilíř, zejména v péči o vnoučata, realizovali se na zahrádce, věnovali se ve velké míře chataření či chalupaření. Tehdy se chodilo do penze v poměrně „mladém“ věku.

Zejména ženy odcházely do důchodu v době středního věku nebo se pohybovaly na prahu středního a staršího věku (Haškovcová, 2010).

S modernizací společnosti a změnou životního stylu nástupem kapitalistického zřízení se začala měnit pozice seniorů ve společnosti a začal se rodit „nový senior“, jako produkt západního stylu¹⁷. Na seniory se přestává hledět jako na pasivní příjemce pomoci a začíná se rýsovat představa pozitivního modelu stáří s vhodnými šancemi a příležitostmi prožít tuto etapu spokojeně (např. iniciování Univerzit třetího věku v rámci celoživotního vzdělávání nebo Centrum zdravého stárnutí apod.). Začali být více nezávislí na své rodině, objevili rozmanité volnočasové aktivity, jichž po odchodu do důchodu začali náležitě využívat. Část seniorů (zejména ženy) se však stále těší roli hlídajících babiček a dědečků (asi 1/3 seniorů starších 65 let pomáhá rodinám svých dětí s péčí o vnoučata). (Haškovcová, 2010)

I když se pohybové aktivity u seniorů zlepšují, aktuální údaje hovoří o tom, že se za účelem zlepšení zdravotního stavu fyzické aktivitě věnují senioři jen okrajově (39 % seniorů sportuje jednou týdně a necelých 48 % nesportuje vůbec), zatímco třeba v Nizozemí či obdobně ve Švýcarsku sportuje alespoň 65 %. (Haškovcová, 2010)

U „nových“ seniorů se projevuje zvýšená sportovní a pohybová aktivita a lepší zdraví. Patří k tomu segmentu populace, který preferuje spíše neagresivní formy sportovních aktivit bez vážnějších rizik zranění, uplatňování převahy nad protihráčem či využívání značné fyzické síly. Senioři si vybírají takové sportovní aktivity, které jsou úměrné jejich věku a zohledňují potenciální specifické schopnosti. Věnují se sportu spíše než z důvodu podávání náročných fyzických výkonů z důvodu udržení kondice a kultivace těla, pro radost a potěšení a pěstování sociálních kontaktů.

Tak jako roste v Severní Americe nebo Austrálii popularita golfu, roste u nás například obliba Nordic Walking¹⁸. (Vráková, 2012) Starší lidé se přestávají stydět cvičit na cvičišťích nebo vybudovaných parcích pro seniory, které jsou vybaveny cvičícími stroji a začínají provozovat pod vedením zkušených lektorů Nordic Walking. Zatímco aktivita řízeného sportování na městských hřištích nebo v parcích se šíří zatím zejména v hlavních městech, Nordic Walking proniká i do měst menších.

Nový senior je tedy aktivnější a oproti dřívější generaci i lépe ekonomicky zajištěn, což mu umožňuje větší participaci na volnočasových aktivitách (Flemer a kol., 2009). U

¹⁷ Tento trend je znatelný zejména v západní Evropě, k nám však již také proniká

¹⁸ Nordic Walking, v překladu severská chůze je běžnou chůzí za pomoci speciálních hůlek, které se podobají hůlkám lyžařským. Součástí Nordic Walking není jen samotná chůze, ale i různá cvičení pro posílení a protažení těla, lze i běh s holemi

seniorů v posledních letech například stoupla obliba tuzemské i zahraniční turistiky¹⁹. Na druhou stranu tu však stále zůstává generace „tradičních seniorů“, kteří inklinují k pasivitě a nízké nebo žádné pohybové aktivitě. Být starší však již dnes automaticky neznamená být slabý a neschopný.

4.9. Budoucí (předpokládaný) vývoj na poli sportovních aktivit

V současné době sílí tlaky na podporu aktivního životního stylu, který klade důraz na přijatelnou úroveň tělesné zdatnosti a zdravou výživu. (Sekot, 2008) Úsilí o zlepšení zdravotního stavu a fyzické kondice obyvatelstva nepomine, tyto tendence naopak budou nabírat na intenzitě, a to ve snaze změnit postupně stávající sociální podmínky.

A jak zvýšit pohybovou aktivitu lidí? Podpora pohybových aktivit se může vést v různých směrech. Může se např. realizovat skrze aktivity zaměřené na edukaci společnosti o jejich významu a přínosech, a to formou vzdělávacích a motivačních akcí pro odbornou i širokou veřejnost. Rovněž by se měly vytvářet a neustále zlepšovat prostorové podmínky a zlepšovat dostupnost venkovních i vnitřních prostředí (budování (cvičících) parků, cyklostezek a chodníků, otevřených veřejných prostranství, volně přístupných hřišť, sportovních hal, sportovně-rekreačních areálů apod.). Vhodná je i marketingová a informační intervence s cílem zvyšování motivace lidí k pohybovým aktivitám realizovaná na různých komunikačních úrovních (Kalman, Hamřík & Pavelka, 2009 in Hendl, Dobrý a kol., 2011).

V České republice zatím se zatím problematika podpory pohybové aktivity v praktické rovině neřeší, i když se toto téma v určitých politických dokumentech objevuje. Jedním z těch klíčových je například dlouhodobý program zlepšování zdravotního stavu obyvatel ČR „Zdraví pro všechny v 21. století“ (Hendl, Dobrý a kol., 2011).

Pro zvýšení pohybových a sportovních aktivit by podle doporučení odborníků mělo být sportování „ordinováno“ jako nezbytný prostředek ke zvyšování fyzické kondice a i pohybově méně nadaní jedinci by měli místo rezistentního odmítání pohybu spatřovat ve sportu přirozený zdroj plnohodnotného prožívání života. *„Nejnovější medicínsko-sociální doporučení na poli podpory sportu jako nástroje upevnování zdraví a překonávání odporu k fyzické nečinnosti se tak týkají všech důležitých oblastí zahrnujících tuto vysoce důležitou sféru jedince a společnosti; rodiny, školy, instituce práce a systému zdravotní péče.“* (McElroy, 2002. str. 279-299 in Sekot, 2008)

¹⁹ Údaje českých cestovních kanceláří hovoří o 10 % seniorské populace z celkového podílu „organizovaných turistů“. Další část seniorů využívá pro cestování i různé turistické organizace (Haškovcová, 2010).

Budoucí společenský vývoj sebou ponese i stále se rozšiřující spektrum volnočasových aktivit včetně bohatosti tržní nabídky zboží a služeb. V kontextu životního stylu budeme očekávat změnu preferenčních hodnot, bude se klást důraz na relaxaci, zdraví, společenské kontakty, tělesnou zdatnost i touhy po dobrodružství a nevšedních zážitcích. To bude znamenat i nové varianty trávení dovolené, které sebou přinesou i nové formy sportovních aktivit, z nichž mnohé budou zakomponovány do současných rekreačních, zážitkových i adrenalinových sportů.

Ve vyspělých zemích zřejmě bude růst zájem o sportovní aktivity v rámci fitness center, zesílí i zájem seniorů o sportovní vyžití, dál poroste účast žen ve sportu a můžeme očekávat vysokou popularitu alternativních sportů.

V budoucím vývoji se dá předpokládat, že se na poli volnočasového sportu bude nadále vzrůstat popularita zejména sportu rekreačního, který je protipólem jednostrannosti pracovního vypětí a pozitivní protiváhou pasivního odpočinku (Slepičková, 2000 in Sekot, 2008). Očekává se naopak pokles účasti v organizovaném sportu. Navzdory relativnímu zájmu o fotbal a hokej nabírají na oblibě spíše individuální sportovní aktivity a aktivity v malých skupinách (chůze, cyklistika apod.) (Flemler a kol., 2009).

Očekávaný růst zájmu o tělesnou kondici bude souviset s přijetím osobní zodpovědnosti jedince za své zdraví ve smyslu zdravotní prevence. Tyto tendenční tlaky budou podporovány vládními autoritami, které spatřují v pěstování dobré fyzické a psychické kondice přirozenou cestu ke snižování narůstajících nákladů na zdravotní péči. Takto nastolené klima přinese rostoucí popularitu fitness center a programů wellness (Sekot, 2008). Touto osobní snahou budou lidé předcházet zdravotním problémům.

Tendence, které podporují vědomí hodnoty svého zdraví a z toho pramenící zájem o jeho péči, přivádí mnoho lidí do oblasti aktivního nesoutěžního sportování a pohybových aktivit a tím se snižuje i hodnota vrcholového sportu, který díky své značné zátěži z dlouhodobého hlediska vykazuje spíše zdravotní rizika. Tuto skutečnost reflektují i některé sportovní fakulty ve svých studijních plánech. Orientují se na alternativní sporty, výzvy nesoutěžního charakteru, masovost sportovní účasti, důraz na zdraví i zodpovědný přístup k životnímu prostředí. Rekreační sport i sport zaměřený na pěstování tělesné zdatnosti představuje a bude představovat projev zdravého pohybu a sportování, radost ze života i pro sociální soužití. *“Právě tyto osobnostně nezastupitelné stránky života jedince a společnosti tvoří silný motivační zdroj budoucí popularity rekreačního kondičního sportu zejména v ekonomicky a kulturně vyspělých zemích.”* (Sekot, 2008, str. 62-63).

Senioři budou do budoucna rozšiřovat řady „nových seniorů“ a věnovat se sportům, které vedou k udržení kondice a kultivaci těla, pro radost a potěšení i pro pěstování sociálních kontaktů. Můžeme se tedy v budoucnu stále častěji setkávat s celou škálou závodů, přeborů i ligových soutěží, kde bude kategorie seniorů (v současné době některé soutěžní podniky používají označení „veteráni“) stále častěji zastoupena nebo dokonce i se soutěžním kláním přímo pro kategorii seniorů. Tato klání umožňují zažít radost z pohybu, posílení mezilidských vztahů i sportovní výzvy přiměřené věku. Zvýšený zájem sportovních aktivit pro seniory lze předpokládat formou pěstování chůze (zejména Nordic Walking), turistiky, cykloturistiky, kondičního cvičení apod. To sebou nese i prostorové nároky na realizaci sportovních aktivit ve volnočasových zařízeních. Jejich součástí by mělo být dostatečné množství cyklotras, víceúčelových hřišť, otevřených ploch, parků apod.

Bude i nadále docházet k rozšiřující se účasti žen ve sportovních aktivitách, což může být jak díky zvýšenému pronikání ženského pohlaví do zatím převážně mužských aktivit (fotbal, florbal, hokej, apod), tak pokračující emancipací a z ní silícího vlivu žen.

K vývojovým trendům bude jistě patřit rozšiřování alternativně orientovaných sportů (Slepičková, 2005, Sekot, 2008), které jsou jakousi odezvou na materiálně laděnou společnost a jsou spojeny s postmodernistickým vnímáním společnosti. Tato alternativa se projevuje odklonem od materiálních statků i společenské prestiže. Do popředí vstupují hodnoty orientované k ekologii, míru, vnitřní kultivaci člověka i humanizaci společnosti.

Činnosti provozované v rámci alternativního sportu pomáhají také pěstovat solidaritu a spolupráci s druhými lidmi, jsou spojeny často s mírovými či ekologickými hnutími. Příkladem jsou stále populárnější jízdy na kolech jako protestní akce proti neúnosné automobilové dopravě zejména ve velkých městech, propagují však i zdravý životní styl a alternativní formy k městské hromadné dopravě. (Slepičková, 2005) Rozmach cyklistiky ve městech začíná být aktuálním tématem v souvislosti s ekologičtějším způsobem dopravy. Příslušné výkonné orgány by měly zaujmout nějaký koncepční přístup k budování cyklostezek s přihlédnutím k jejich využití v životě člověka a společnosti. Pěstování cyklistiky je kromě alternativní přepravy a pěstování zdravého životního stylu také ekonomicky méně náročné a navíc může přinést ekonomické výhody oblastem, kterými cyklostezky procházejí.

Problém budoucího vývoje sportovních aktivit bude nedostatek volného času (Eriksen, 2005), který je významnou překážkou napříč věkovými kategoriemi a je důvodem neúčasti ve sportu a pohybových aktivitách. Populace „stresovaná“ časem bude ve větší míře využívat víceúčelová zařízení typu fitness center apod., s ohledem i na jejich snadnou

dostupnost. I nadále bude vývoj, a to i v oblasti sportu, směřovat pod taktovkou globalizace coby stále trvajících procesu, který ovlivňuje život lidstva na naší planetě.

Globalizace ovlivňuje svět kolem nás. Zatímco dříve byli lidé, společnosti i ekonomiky vázané na konkrétní místo, které v určité míře určovalo jejich identity či charakteristiky. Masovost médií a nové technologie umožňuje pohyb v rámci celého světa a to nikoliv pouze fyzicky, ale i virtuálně. Jak poukazuje Giddens (2003, s. 25) „*lidé se mohou setkávat s nepřítomnými druhými, kteří jsou vzdáleni i tisíce kilometrů*“.

I sport má dnes globální charakter, setřely se hranice mezi zeměmi a mnoho sportovních disciplín si našlo své místo v mnoha částech světa. Díky globalizaci sportu po světě se rozšířila i míra komercializace sportu, která je spojena s konzumním stylem života. Sport se stal průmyslovým odvětvím, prorostl do ekonomiky, politiky, vztahů pohlaví i zábavního průmyslu (Slepičková, 2005). Sílicí vliv komunikace a zábavy promění sportovní odvětví za zboží, za které budeme platit penězi.

Proměna struktury společnosti související s postupujícím procesem stárnutí populace bude mít pravděpodobně za následek přehodnocení hodnotových preferencí. Budeme klást větší váhu na kvalitu života, stejně tak na zdraví a tělesnost. Tělesnost, která je spojena s konzumním způsobem života, bude nabývat na významu do té doby, dokud se bude společenské uznání dosahovat na základě toho, jak vypadáme a co vlastníme. Tělo se stává symbolickým významem, určuje naši identitu naše postavení. Kosmetický a fitness sport v čele s bodystylingem, joggingem či aerobikem jsou odrazovým můstkem k uvědomění si hodnoty těla. Naše tělesná výbava začíná být normou pro přijetí do příslušné sociální skupiny, vrstvy či typu. *Máme tak před sebou jakési „ideální typy“ vrcholového sportovce, úspěšného podnikatele, svůdné sekretářky, divadelní divy, televizního moderátora či obdivované modelky. Tělo se tak stává i příležitostí tvorby a udržování formálních sociálních kontaktů či neformálních setkávání na půdě sportu.* (Sekot, 2008, s. 200). Příkladem jsou specifická sportovní prostředí jako golfová či tenisová hřiště, kde se pěstuje byznys.

Adorace těla má za následek stále častější medicínské a kosmetické zásahy. Tento trend má spíše rostoucí tendenci. Můžeme proto očekávat růst jak kosmetického sportu, tak s tím spojenou konzumaci služeb kosmetických center.

Sportovní aktivity představují hodnotovou nejednoznačnost a diferenciaci. Zatímco pro někoho znamená sport především radost z pohybu, prostředek k upevnění zdraví a uspokojivé fyzické kondice, pro někoho znamená sport vstupní bránu k získání společenského postavení ve smyslu materiálního bohatství, obdivu, prestiže a moci.

4.10. Shrnutí

Zmapovala jsem společenskou transformaci od 80. let minulého století po současnost, jež zahrnovala i oblast sportu, což mi poskytlo rámec pro následnou sekundární analýzu proměn na poli volnočasového sportu.

Těžištěm komunistické doby byl sport vrcholový, od kterého se odvíjela i výstavba sportovních zařízení, v pozdější době se stát soustředil i na podporu rekreačního, zejména masového sportu. Stát se snažil organizovat většinu pohybových aktivit pod křídly ČSTV, na druhou stranu však nevytvářel vhodné prostorové podmínky pro jejich realizaci (zejména v rámci neorganizované tělovýchovy). Upřednostňovala se kolektivní podoba sportovní participace před individualizovanou formou. Aktivnímu sportu se obecně věnovala jen malá část obyvatelstva, většina preferovala jiné formy trávení volného času.

Po pádu socialistického systému se otevřely nové možnosti pro trávení volného času a sportu obecně vzrostla na poli volnočasových aktivit značná konkurence. Ačkoliv by se zdálo, že dojde k růstu sportovní participace, nedošlo víceméně k žádnému významnému posunu. Začaly se šířit nové typy sportovních aktivit, z nichž některé se soustřeďují zejména na pěstování fyzického vzhledu. Preferuje se spíše individualizované formy sportovních aktivit, organizovaný sport ustupuje do pozadí. Došlo ke komercionalizaci a globalizaci sportovního odvětví.

I senior začal s nástupem nové doby objevovat nové možnosti trávení volného času, emancipoval se z kruhu rodiny a realizuje se i v jiných oblastech životního stylu. V současné době dochází ke zrodu „nového seniora“, který je oproti svému socialistickému protějšku více aktivní, finančně zajištěný a své zdraví nevidí jako cíl, ale jako prostředek k dosahování i jiných cílů.

Sport se objevil ve svých nových formách, vznikly sporty nové, upevňující si své místo mezi sporty zavedenými. Stejně tak se vygenerovaly i nové motivy pro sportování i nové skupiny sportujících.

5. EMPIRICKÁ ČÁST

5.1. Zdroje dat

S cílem zmapovat vývoj v provozování sportovních aktivit u věkových kohort (31 - 45 let, 46 - 60 let a 61 - 75 let) v čase, včetně zjištění současných motivací pro sportování, využiji data k sekundární analýze.

Tyto věkové kategorie dospělé populace, lišící se svými životními drahami, jsem vybrala cíleně, protože mě zajímá, zda se liší v míře účasti ve sportovních aktivitách i v motivacích.

V roce 1984 byl realizován reprezentativní výzkum „Šetření třídní a sociální struktury obyvatelstva ČSSR v roce 1984“. Výzkum byl prováděn na masovém vzorku 10237 respondentů ve věku 20 – 69 let. V jednom z několika bloků byly respondentům položeny otázky na časový rytmus a mimopracovní aktivity.

V roce 1991 bylo v souvislosti se probíhající transformací společnosti realizováno reprezentativní šetření „Transformace sociální struktury“, které mapovalo tehdejší životní situaci našich občanů. Výzkum byl prováděn mezi dospělou populací ve věku 18 - 90 let, dotazováno bylo 1872 občanů z ČR.

V roce 2007 bylo v rámci mezinárodního projektu ISSP realizováno reprezentativní šetření „Volný čas a sport“, které mapovalo životní styl dospělé populace 18 - 79 let ve 34 zemích. Dotazováno bylo 1222 respondentů, kteří byli tázáni i na frekvenci provozování sportovních aktivit, nejoblíbenější aktivity a motivace ke sportování.

Empirická část má charakter kvantitativního výzkumu sekundární analýzy a bude rozdělena do tří částí.

V první části, která je věnovaná trendům v čase, budu komparovat participaci sportovních aktivit tří reprezentativních výzkumů (1984, 1991, 2007) podle základních socio-demografických ukazatelů.

Druhá část rozdělená na několik subkapitol je věnována detailům sportování a pozici sportovních aktivit v životním stylu lidí, budu analyzovat sportovní aktivity, životní styly a motivace ke sportování vybraných věkových kohort na datech ISSP z roku 2007. Součástí je i porovnání životních stylů sportujících a nespportujících se zaměřením na kvalitu života (subjektivní hodnocení života, životní spokojenosti, zdraví).

Ve třetí části provedu komparaci pozice sportu v životním stylu české populace s ostatními zeměmi v rámci mezinárodního výzkumu ISSP 2007.

5.2. Metodologie výzkumu

Kvantitativní šetření o proměnách účasti ve sportu tří vybraných věkových kohort provedu na základě sekundární analýzy tří reprezentativních výzkumů z let 1984 (N = 1800), 1991 (N = 1 872) a 2007 (N = 1 222). Tyto výzkumy jsou svou povahou různorodé, první dva výzkumy nejsou primárně zaměřeny na provozování sportovních a pohybových aktivit a otázka na míru provozování sportu je položena okrajově, v rámci volnočasového bloku. Třetí, nejnovější výzkum ISSP 2007, již ve svém názvu „Volný čas a sport“ nese obsah realizovaného šetření a kromě frekvence sportovních aktivit zjišťuje i motivace ke sportu, typy sportovních aktivit apod.

Výchozí nastavení populace u všech třech výzkumů je 20 - 75 let. Věkové rozložení tedy ukončuje věk 75 let spadající do horní kategorie „mladší senior“, u níž se předpokládá ještě aktivnější sportovní participace. Výzkum z roku 1984 byl však realizován na populaci 20 - 69 let. Pravděpodobně by však vyšší věkové zastoupení v té době nevykazovalo významnou sportovní účast, čímž je tato absence vyššího věku málo významná.

5.3. Operacionalizace a metody analýzy

Pro analýzu je klíčová definice sportujících lidí, protože sportování může mít opravdu rozmanité podoby a významy. Sport v kontextu mé práce znamená „(pravidelné) věnování se nějaké sportovní činnosti alespoň jedenkrát týdně“. V analýze sportujících se tedy vyskytnou ti respondenti, kteří v dotazníkových šetřeních uvedli, že se alespoň jedenkrát týdně věnují fyzické aktivitě jako je sportování, cvičení, kondiční gymnastika či posilování.

I když jsou sportovní aktivity definovány jako veškeré formy fyzické činnosti, a tím pádem by do této kategorie spadaly i procházky, svou čistě relaxační náplní je z proměnné „sportuje“ vyřazují, navíc nemusí nevykazovat ani zvýšený výdaj energie, který je pro sportování charakteristický.

Ve výzkumu ISSP 2007 otázka na provozování sportovních aktivit zahrnovala i procházky, které jsem při přípravě dat k analýze vyřadila²⁰. Proměnná „sportuje“ je tak standardizovaná pro všechny tři soubory dat a procházky neobsahuje. Rovněž jsem stan-

²⁰ V roce 1984 a 1991 byly procházky samostatnou otázkou, v roce 2007 byly procházky součástí otázky

dardizovala škálování frekvence sportovních aktivit²¹. Frekvence aktivit nižší než „alespoň jedenkrát týdně“ nejsou zařazeny do proměnné „sportuje“.

Z důvodů velké robustnosti vzorku dat z roku 1984 (N = 10 231) jsem náhodným výběrem (v programu SPSS) tento vzorek zmenšila na velikost úměrnou datům z ostatních výzkumů (N = 1800).

Další operacionalizace jsou uvedeny dále v textu.

Pro interpretaci dat budu v analýze využívat kontingenční tabulky intervaly spolehlivosti (CI), test dobré shody (Chíkvadrát) s adjustovanými rezidui.

5.4. Výzkumná otázka a formulace hypotéz

5.4.1. Hlavní výzkumná otázka

K jakým proměnam došlo ve sportovní aktivitě a její pozici v rámci životního stylu věkových kohort zralého věku (31 - 45 let), středního věku (46 - 60 let) a staršího (mladší seniři) věku (61 - 75 let) od 80. let minulého století. Omezují se záměrně na horní hranici 75 let spadajícího do kategorie „starší věk“ podle WHO, kterou jsem si vydefinovala již v úvodu. Je to kategorie tzv. „mladších seniorů“, u kterých se předpokládá ještě zvýšená míra sportovních aktivit.

5.4.2. Pracovní hypotézy

Formulace pracovních hypotéz souvisí s rozdělením empirické sekce na tři části, obsahující subkapitoly podle tematických zaměření.

Tak jako se první část vztahuje na sociodemografickou komparaci v letech, tak se vztahují i hypotézy:

- V současnosti sportují lidé stejně jako v polovině osmdesátých let - to dosvědčují i údaje v teoretické části – 10 – 20 % sportujících v polovině osmdesátých let (Filipcová, 1974), 10 % sportujících žen a 20 % sportujících mužů v současné době (Možný, 2009).
- V polovině 80. let sportovali více muži než ženy, v současnosti se věnují sportu obě pohlaví stejně - tato hypotéza vychází z předpokladu, že za komunismu se ženy obecně více věnovaly objemu domácích prací a ve větší míře se angažovaly v rodině, zatímco v současnosti se ženy stále více emancipují a to ve všech oblastech života.

²¹ V roce 1984 je škála aktivního sportování upravena a konečná frekvence je „alespoň jednou týdně“, v roce 1991 je škála upravena na „alespoň jednou týdně“ a v roce 2007 je škála upravena na „alespoň dvakrát týdně“. Frekvence nižší nejsou zahrnuty do aktivního sportování.

- Lidé s vyšším vzděláním sportují v současné době stejně jako v osmdesátých letech než v lidé se vzděláním nižším (to nepřímo souvisí s motivy) – tento předpoklad vychází z celkového nárůstu sportovní aktivity.
- Dnešní senioři sportují více než senioři v socialistické době – tento předpoklad vychází k trendů západní Evropy a předpokládá se, že tento trend bude pokračovat i u nás (Flemr a kol., 2009).

Tak jako se druhá část výzkumné sekce zaměřuje na detaily sportování zahrnující motivace vedoucí ke sportovní aktivitě, konkrétní sportovní aktivity a pozici sportu v životě lidí, tak jsou formulovány i pracovní hypotézy:

- Nejmladší sledovaná skupina 31 - 45 let a věková skupina 46 – 60 let má jiné motivy ke sportování než seniorská věková kategorie 61 – 75 let - tato hypotéza vychází z předpokladu životního cyklu, který souvisí i motivacemi. Zatímco mladší věkové skupiny vykazují vlastnosti jako je dynamika, dravost, soutěživost, starší věkové kategorie si osvojují vlastnosti jako zdraví, relaxace, k nimž se váží i důvody pro sportování.
- Hlavním motivem pro provozování sportovních aktivit nejmladší zkoumané věkové kategorie (31 – 45 let) je péče o vlastní vzhled - argumentem pro tuto hypotézu jsou výsledky šetření, které uvádí Sekot (2008) a sice, že typickým návštěvníkem fitness centra (které je orientováno právě zlepšení tělesné kondice a zdokonalení tělesného vzhledu) je jedinec mladší věkové skupiny.
- U nejstarší věkové skupiny (61 – 74 let) je hlavním motivem pro provozování sportovních aktivit zdravotní stránka – tato hypotéza vychází z předpokladu, že zdraví představuje pro seniory hlavní determinant pro sebepercepci – „*když jsem zdravý, jsem mladý*“ (Sýkorová, 2008).
- Lidé, kteří byli v dětství vedeni ke sportu, s větší pravděpodobností sportují i v dospělosti, oproti těm, kteří v dětství ke sportu vedeni nebyli - tato hypotéza vychází z předpokladu, že osvojené návyky z dětství se promítnou i do způsobu života v dospělosti.

Další subkapitola druhé části se zaměřuje na komparaci životních postojů sportujících a nesportujících populace s přihlédnutím na kvalitu života., abych zjistila, zda a do jaké míry se tyto dvě skupiny liší, jaké vykazují shody apod. To se odrazí i ve formulaci hypotéz:

- Sportující lidé se cítí být více šťastní a vykazují větší subjektivní spokojenost se svým životem – argumentem této hypotézu jsou výsledky ze sociologického šetření (Fialová 2002 in Sport a kvalita života...), které uvádí, že sportující lidé jsou méně zatíženi psychosomatickými potížemi a hodnotí všechny složky tělesného sebepojetí jako je zdraví,

zdatnost a vzhled lépe než nesportující. To má pak v celkovém důsledku vliv na hodnocení subjektivní spokojenosti.

- Sportující lidé cítí větší zodpovědnost pro řízení svého života (řídí více svůj život), než lidé nesportující -tato hypotéza vychází z předpokladu, že tak jako sport vyžaduje jistou dávku disciplíny, tak i zodpovědnost za řízení našeho život v sobě jistou disciplínu obsahuje.

Třetí, doplňková část se zaměří na porovnání sportovních aktivit s ostatními evropskými zeměmi.

- Obyvatelé západní Evropy sportují více než obyvatelé východní Evropy – tato hypotéza vychází ze všeobecného povědomí o větší vyspělosti západních zemích, tedy i v oblasti sportu.
- V západních zemích sportuje obecně více seniorů než u nás – tento předpoklad vychází z trendů v oblasti sportovních aktivit a růstu sportovních aktivit u seniorů v západní Evropě (Flemer a kol., 2009).

5.5. Analýza sportovních aktivit a jejich sociodemografických souvislostí v letech 1984, 1991, 2007

Tato část bude věnována srovnání sportovních aktivit a jejich vývoj v čase podle sociodemografických ukazatelů.

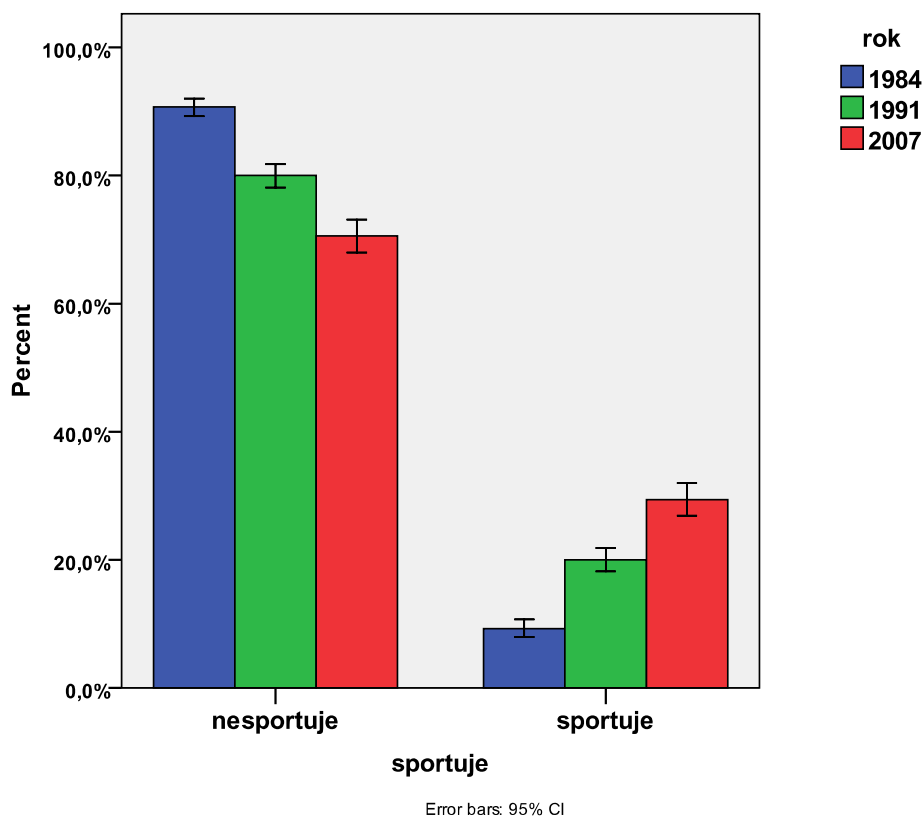
5.5.1. Vývoj sportovní aktivity a její sociodemografické souvislosti

Porevoluční doba přinesla řadu nových a rozmanitých možností a forem v rámci trávení volného času, z čehož se dá usuzovat, že i oblast volnočasového sportu se proměnila co do škály nových sportovních disciplín, tak i do frekvence provozování sportu.

Tab. 1 podíl sportovních aktivit_časové srovnání (%)			
	1984	1991	2007
Sportuje	9,3	20,2	28,0
Nesportuje	90,7	79,8	72,0
Total	100,0	100,0	100,0
Četnosti	1691	1775	1162

Zdroj: TSS 1984, TSS 1991, ISSP 2007, populace 20 - 79 let

Graf č. 2. Podíl sportující dospělé populace ve věku 20-79 let v letech 1984, 1991, 2007



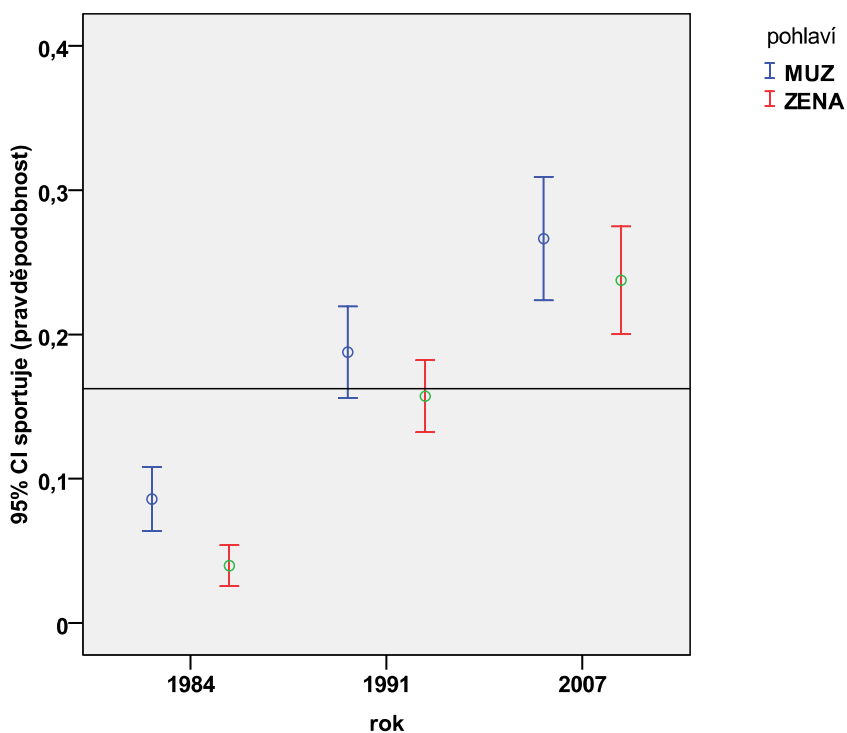
Zdroj: TSS 1984, TSS 1991, ISSP 2007, populace 20 - 79 let

Poznatky z teoretické části hovoří o 10 - 20 % podílu pravidelného sportování v době komunistické (Filipcová, 1974) a o zhruba 20 % podílu pravidelně sportujících mužů a 10% podílu pravidelně sportujících žen v současné době (Možný, 2002).

Výše zobrazená tabulka i graf ukazují stoupající trend v provozování sportovních aktivit u naší populace. V roce 1984 se aktivně věnovalo sportu pouze 9% populace ve věku 20 - 75 let, v roce 1991 to byla 1/5 a v roce 2007 již 28 % této populace. Zatímco od roku 1984 došlo k výraznému nárůstu účasti ve sportu (o 10 %), od roku 1991 má tento růst spíše pozvolnější tendenci. Tímto zjištěním se zamítá pracovní hypotéza, že se v dnešní době sportuje stejně jako před dvaceti lety.

Dále si ukážeme, jestli se změnila pozice sportovních aktivit v časovém období mezi muži a ženami. Zatímco předchozí graf reprezentoval celkovou populaci 20 - 79 let, následující analýzy již budou cíleny na klíčovou populaci 31 - 75 let.

Graf č. 3. Podíl sportujících podle pohlaví, dospělé populace ve věku 31 - 75 let v letech 1984, 1991, 2007



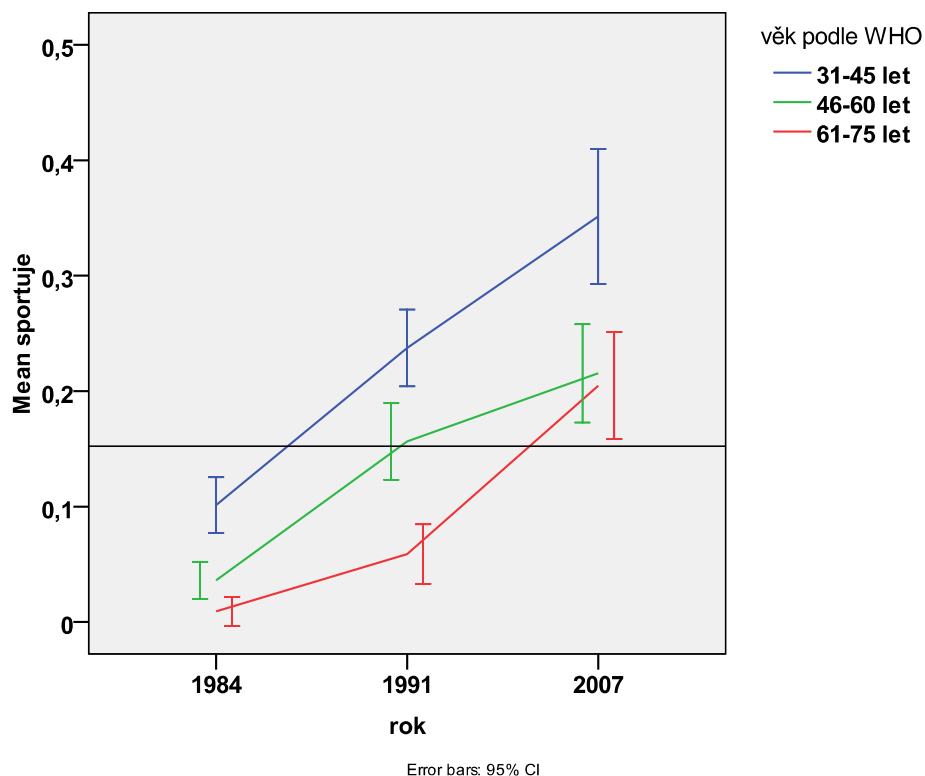
Zdroj: TSS 1984, TSS 1991, ISSP 2007, populace 31 - 75 let

V roce 1984 sportovalo 9 % mužů a 4 % žen, v roce 1991 to bylo již 19 % mužů a 16 % žen a v roce 2007 27 % mužů a 24 % žen.

V roce 1984 je patrný rozdíl mezi provozováním sportu u mužů a u žen – dvakrát více sportovali muži. Od roku 1991 se začíná rozdíl mezi pohlavím pomalu stírat a můžeme říct, že 95 % pravděpodobnost intervalu spolehlivosti nám na základě dostupných dat neumožňuje tvrdit, že by od roku 1991 sportovali více muži než ženy. Znamená to tedy, že od počátku 90. let sportují obě pohlaví stejně. Rozdíly ve sportování mužů a žen se tedy postupem doby stírají, ženy ve sportovní aktivitě dohánějí muže a tento trend pokračuje. Tímto se tedy potvrzuje pracovní hypotéza o nárůstu sportovní participace ženského pohlaví.

Dále nás bude zajímat, zda došlo k proměně podílu sportovních aktivit mezi věkovými skupinami, čímž ověříme hypotézu, zda dnešní senioři sportují více než v období osmdesátých let.

Graf č. 4. Podíl sportujících podle věkových kohort, dospělé populace ve věku 31 - 75 let v letech 1984, 1991, 2007



Zdroj: TSS 1984, TSS 1991, ISSP 2007, populace 31 – 75 let

Graf č. 4 popisuje rozložení sportovních aktivit podle sledovaných věkových kohort v čase a velice demonstrativně ukazuje na trend současné doby - zvyšující se podíl sportujících (mladších) seniorů.

Protože je míra sportovních aktivit závislá kromě fáze životního cyklu také na věku, dá se předpokládat, že ze sledovaných skupin bude vykazovat nejvyšší míru sportovní participace nejmladší věková skupina 31 - 45 let. Je to zřetelné jak v polovině 80. let, tak i v současnosti. V roce 1984 se věnovalo sportovním aktivitám 10 % této věkové skupiny, v roce 1991 došlo k více jak dvakrát tak většímu nárůstu na 24 % a v roce 2007 to bylo již více jak 1/3. Tato věková skupina zároveň vykazuje nejvíce rovnoměrný nárůst sportovní participace.

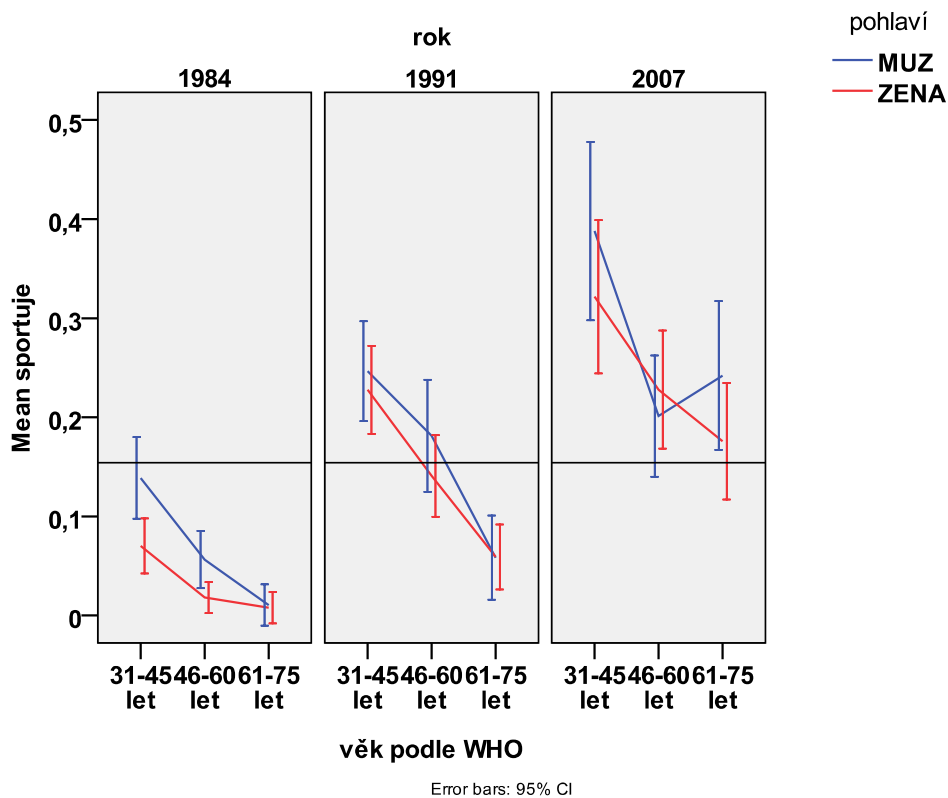
Od roku 1984 do roku 1991 došlo ke znatelnému nárůstu sportovních aktivit i u starší generace 46 - 60 let (4 % v roce 1984 a 16 % v roce 1991), další období je rovněž ve znamení růstu, ale spíše pozvolného - 21 % v roce 2007. Překrývající se intervaly spolehlivosti naznačují, že v roce 2007 se již podíl této sportující skupiny nezvětšil a tato věková kategorie sportuje v současnosti víceméně stejně, jako v roce 1991.

Nejzajímavější změna ve sportovní aktivitě proběhla u nejstarší sledované kategorie 61 – 75 let. Vzhledem k malému počtu sportujících lidí v této kategorii v našem vzorku v roce 1984 (pouze 2 respondenti) nelze vyvodit žádné závěry, snad jen že nebylo trendem

té doby, aby senioři sportovali. V roce 1991 se tento počet vyšplhal na 6 % a k velkému skoku došlo v roce 2007, kdy nárůst překročil 20 % hranici. V roce 2007 tak tato nejstarší sledovaná věková kategorie „dohnala“ v podílu sportujících věkovou kategorií 46 - 60 let. Podíl sportujících v seniorské věkové kategorii je v současnosti stejný, jako podíl produktivní předseniorské populace. Nárůstem sportovních aktivit u seniorské populace se potvrdila hypotéza, že v dnešní době sportují senioři více než dříve.

V následujících analýzách, ve třídění třetího stupně, budu věkové kohorty v čase dále analyzovat podle sociodemografických ukazatelů. Analýzy budu provádět na populaci 31 – 75 let. Protože mě primárně zajímají tyto tři věkové kohorty, je důležité do nich blíže nahlédnout a zjistit, které proměnné ovlivňují jejich participaci ve sportu.

Graf č. 5. Podíl sportujících podle věkových kohort podle pohlaví, dospělé populace ve věku 31-75 let v letech 1984, 1991, 2007



Zdroj: TSS 1984, TSS 1991, ISSP 2007, populace 31 – 75 let

Graf č. 5 ukazuje rozložení sportovní účasti ve věkových kategoriích v čase podle pohlaví.

Nejmladší věková kategorie 31 - 45 let se věnovala sportu v komunistické době v menší míře než v dobách pozdějších. Muži této věkové kategorie sportovali v roce 1984

více než ženy (muži 12 %, ženy 8 %), v roce 1991 došlo k signifikantnímu nárůstu sportovní aktivity u obou pohlaví a rozdíly mezi nimi se víceméně setřely (muži 25 %, ženy 23 %). Obecně stoupající trend v provozování sportovních aktivit stále pokračuje, i když od roku 1991 spíše pozvolným tempem. Můžeme říct, že ženy této věkové kategorie v roce 2007 sportovaly ve stejné míře jako v předcházejícím období.

Podíl sportující starší věkové kategorie 46 - 60 let byl v roce 1984 taktéž malý (muži 5 %, ženy 3 %). K významnému nárůstu této sportující populace došlo jak u mužů, tak u žen v roce 1991 (muži 18 %, ženy 14 %). Zajímavý je další nárůst v roce 2007 a to především u žen, které dosáhly 23 % hranici, zatímco podíl mužů stoupl na 20 %.

Nestarší věková kategorie 61 - 75 let vykazuje jako ostatní kategorie taktéž růst ve sportovních aktivitách. Je však důležité si povšimnout zajímavého trendu – zatímco se prokazuje snižování sportovní participace se zvyšujícím se věkem bez ohledu na pohlaví v letech 1984 i v 1991, muži senioři tento trend v roce 2007 otáčejí směrem k vyšší aktivitě. Jsou to tedy zejména muži senioři, kteří se zaslouhují i vznik kategorie „nový senior“?

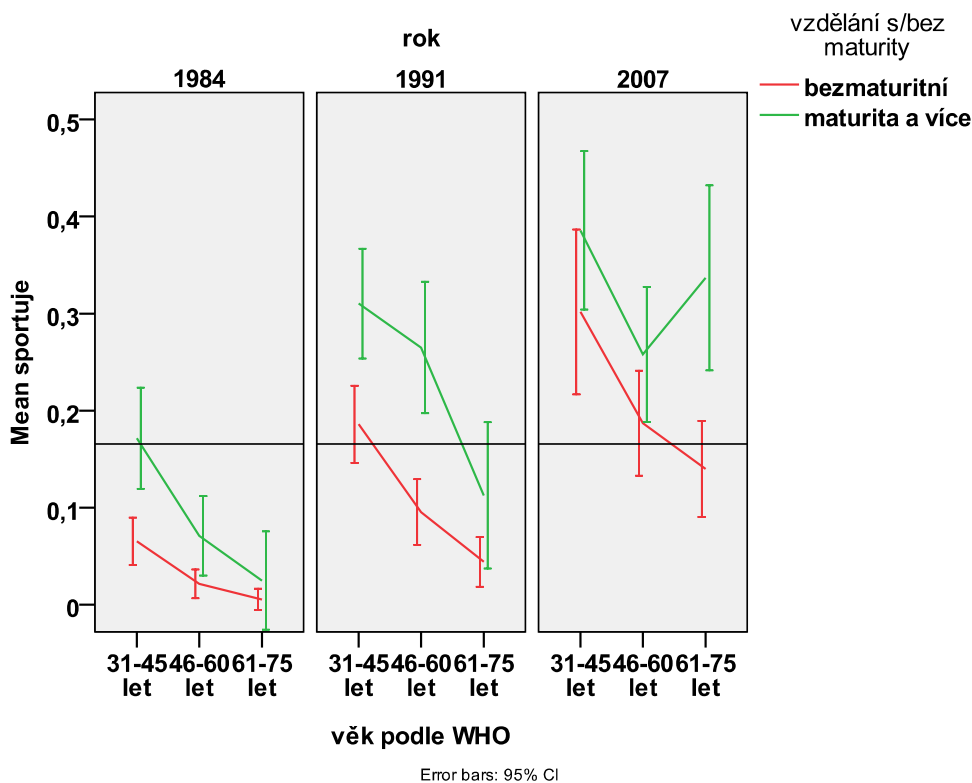
Senioři podle intervalů spolehlivosti obecně nevykazují rozdíly mezi sportovním mužů a žen. Je zřejmé, že v polovině 80. let se senioři bez ohledu na pohlaví sportovním aktivitám spíše nevěnovali, od 90. let došlo k mírnému nárůstu u obou pohlaví stejně (6 % mužů a 6 % žen) a v roce 2007 ke znatelnému růstu (muži 24 % a ženy 18 %). S 95 % pravděpodobností však nemůžeme říct, že ve sportování mužů a žen v roce 2007 jsou rozdíly, protože intervaly spolehlivosti se překrývají.

Podle intervalů spolehlivosti bychom mohli říct, že pohlaví není od roku 1991 významným determinantem pro sportovní účast, naopak míra sportovní účasti mezi muži a ženami se neliší.

Zkoumáme, zda má na provozování sportovních aktivit vybraných věkových kohort vliv pohlaví a věk. Podle výsledků z předchozího grafu můžeme říct, že pohlaví nemá vliv na participaci ve sportu. Obecně bychom mohli říct, že s přibývajícím věkem bude klesat sportovní aktivita. Tento trend však narušil nárůst sportovní aktivity u mužských seniorů (61 – 75 let), kteří sportují v současnosti ve stejné míře, jako muži v mladší skupině (46 – 60 let).

Otázku vztahu mezi sportujícími kohortami v čase a dosaženým stupněm vzdělání bude řešit další analýza třetího stupně.

Graf č. 6. Podíl sportujících podle věkových kohort podle dosaženého stupně vzdělání, dospělé populace ve věku 31 - 75 let v letech 1984, 1991, 2007



Zdroj: TSS 1984, TSS 1991, ISSP 2007, populace 31 – 75 let

Z grafu č. 6 je zřejmé, že ke sportovním aktivitám inklinují spíše lidé s vyšším vzděláním.

V nejmladší věkové kategorii 31 – 45 let sportuje v roce 1984 (bez maturity 7%, s maturitou a více 17 %) a 1991 (19 % bez maturity, 31 % maturitní a více) výrazně více lidí s maturitním vzděláním, zatímco v roce 2007 již nemůžeme říct, že je tento rozdíl významný (30 % bez maturity a 39 % vzdělání s maturitou a vyšší).

U starší věkové kategorie 46 – 60 let sportovalo v roce 1984 2 % lidí bez maturitního a 7 % lidí s maturitním a vyšším vzděláním. Zřetelný rozdíl ve sportování podle dosaženého stupně vzdělání je patrný v roce 1991, kdy sportovalo 10 % lidí se vzděláním bez maturity a 27 % lidí s maturitním a vyšším vzděláním. V roce 2007 se tento rozdíl zmenšuje, sportuje 19 % bez maturitního vzdělání a 26 % s vyšším vzděláním.

Nejstarší věková skupina 61 – 75 let, jak jsem již uvedla výše, v polovině 80. let téměř nesportovala, v roce 1991 sportovalo 4 % lidí bez maturitního vzdělání a 11 % sportujících s vyšším vzděláním. Podle intervalů spolehlivosti však nemůžeme s 95% pravděpodobností říct, že se tyto počty od sebe liší. Rozdíl je však zřejmý v rozložení sportujících podle vzdělání v roce 2007, kdy je viditelný rozdíl mezi mírou sportování lidí

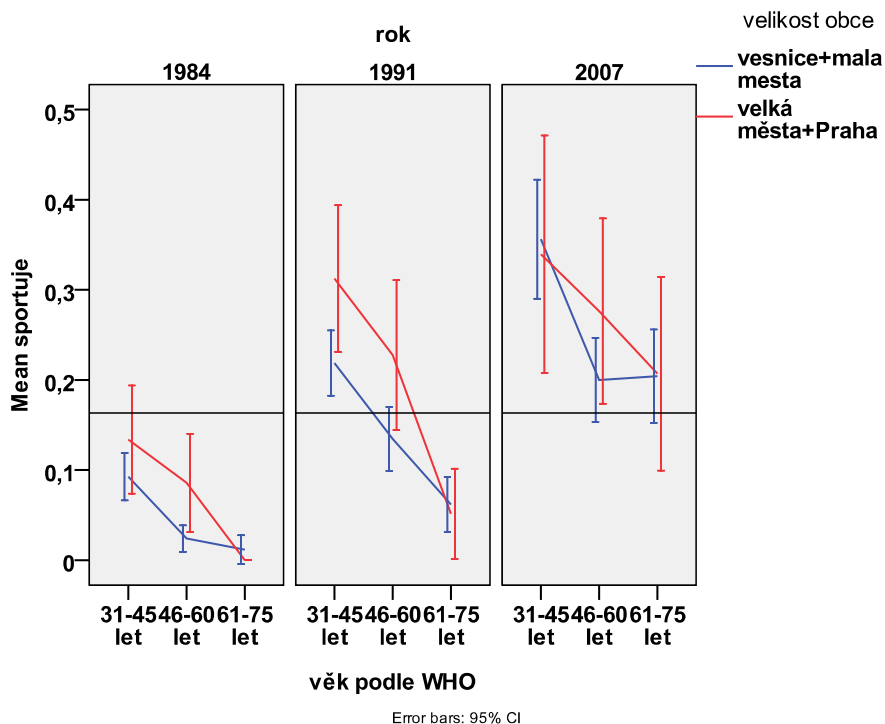
s nematuritním vzděláním (14 %) a lidí s maturitním a vyšším vzděláním (34 %), což znamená, že nárůst o celou ¼ sportujících.

Má tedy vzdělání podle vybraných věkových kohort vliv na provozování sportovních aktivit? S jistotou můžeme říct za všechna období dohromady a spojené věkové kohorty (31 – 75 let), že z těch co sportují je větší podíl lidí s vyšším vzděláním (56 %), zatímco sportujících s nižším vzděláním je 44 %. Podle intervalů spolehlivosti pak můžeme říct, že se tyto dvě skupiny sportujících od sebe liší, tzn., že lidé s vyšším vzděláním sportují nadprůměrně více než lidé se vzděláním nižším.

Vliv vzdělání a věku se pak liší. U nejmladší věkové kategorie 31- 75 let a střední věkové kategorie 46 – 60 let se postupem času vliv vzdělání na provozování sportovních aktivit spíše snižuje, zatímco u nejstarší věkové kategorie 61 – 75 let se vliv vzdělání na provozování sportovních aktivit zvyšuje.

V dalším kroku budeme opět na základě třídění třetího stupně sledovat, zda má na provozování sportovních aktivit u vybraných věkových kohort vliv velikost obce.

Graf č. 7. Podíl sportujících podle věkových kohort podle velikosti obce, dospělé populace ve věku 31 - 75 let v letech 1984, 1991, 2007



Zdroj: TSS 1984, TSS 1991, ISSP 2007, populace 31 – 75 let

Z grafu č. 7 můžeme obecně říct, že se sportovní aktivity provozují spíše ve větších městech. Také však ukazuje, že dříve se nejvíce sportovalo v Praze a velkoměstech, malá

města, ale zejména vesnice se vyznačovala jiným typem kultury, lidé pěstovali jiné volnočasové aktivity. V současné době však proniká sport i do menších měst a vesnic.

Nejmladší věková skupina sportovala až do roku 1991 více ve větších městech, v roce 2007 je však podíl sportujících v této věkové kategorii v malých městech (36 %) a velkých městech (34 %) srovnatelný.

Starší věková skupina sportuje v průběhu času spíše než na malých městech (v roce 1984 2 %, v roce 1991 13 % a v roce 2007 již ¼ sportujících) více ve větších městech (v roce 1984 9 %, v roce 1991 23 % a v roce 2007 28 %).

U nejstarší věkové skupiny 61 – 75 let není patrný vliv mezi provozováním sportu a velikosti obce. V roce 1991 sportovalo v menších městech 6 % lidí, zatímco ve velkých městech 5 % lidí, v roce 2007 sportovalo v menších městech 5 % a v roce 2007 21 % lidí. Můžeme tedy říct, že u této věkové kategorie nemá velikost obce vliv na sportovní participaci.

V celkové věkové kategorii 31 – 75 let má velikost obce vliv na provozování sportovních aktivit, sportuje se více ve větších městech. Podle věkových kohort však nemůžeme na základě intervalů spolehlivosti tvrdit, že má velikost obce vliv na provozování sportovních aktivit. To dokresluje i velký rozsah intervalů spolehlivosti způsobený malými počty.

5.6. Sportovní aktivity v současnosti a jejich kontext - Analýza dat z roku 2007

V této části zmapuji sportovní aktivity, životní styly a motivace ke sportování klíčových věkových kohort na datech z roku 2007. Budu tedy analyzovat pouze skupinu sportujících vybraných skupin. Jednotlivé subkapitoly budou rozděleny podle tématických okruhů. Z hlediska tématu diplomové práce – proměny významu sportu – mi následující analýzy pomohou najít determinanty určující sportovní participaci v kontextu přípravy na stáří a odhalit možnosti či překážky k aktivnímu provozování sportovních aktivit.

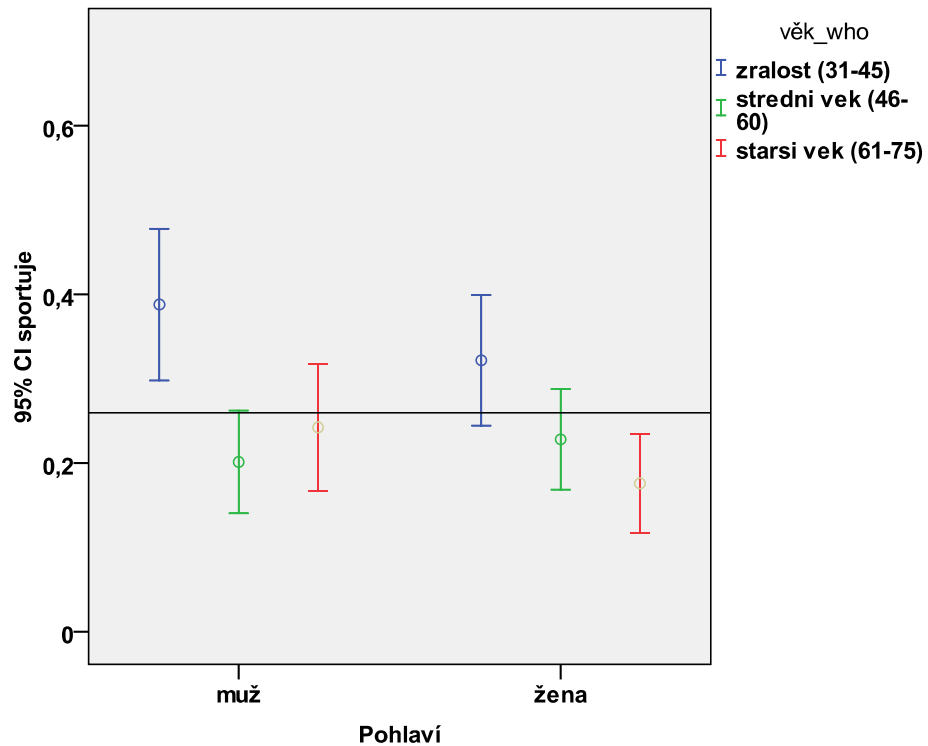
První subkapitola poukáže na potenciál a bariery pro aktivní stárnutí z hlediska členění podle pohlaví a vzdělání. Druhá subkapitola, analýza motivací pro sportování jednotlivých věkových kohort může skrze důležitosti a priority jednotlivých důvodů pro sportování napomoci k přesnějšímu zacílení a oslovení určitých skupiny našeho obyvatelstva. Třetí subkapitola nám odkryje, jaké sporty jsou oblíbené (typické) pro jednotlivé věkové kohorty, což může jednak vypovídat o účelu sportování, jednak to může být nápomocné při hypotetickém sestavování sportovních programů pro stárnoucí populaci. Čtvrtá subkapitola bude zjišťovat socializaci ke sportu a organizovanou formu sportu, pátá subkapitola bude

řešit, souvislosti sportování a hodnotové orientace vztahující se ke zdraví či spokojenosti se životem sportující a nesportující populace.

5.6.1. Základní socio-demografické rozdělení podle pohlaví a vzdělání

Následné analýzy ukážou jaký je současný stav sportovní participace na základě pohlaví a vzdělání.

Graf č. 8. Podíl sportujících podle věkových kohort podle pohlaví, dospělé populace ve věku 31 - 75 let v letech 2007



Zdroj: ISSP 2007, populace 31 – 75 let

Graf č. 8. popisuje trend, kdy ženy již ve sportovních aktivitách dohánějí mužskou populaci, což je patrné zejména u věkové kategorie 31 – 45 let a ženy ve věku 46 – 60 let dokonce vykazují o něco vyšší sportovní aktivitu než muži stejné věkové kategorie. Podle intervalu spolehlivosti nemůžeme říct, že by muži vybraných věkových kohort sportovali více než ženy.

Tab. č. 9 Podíl sportujících podle stupně vzdělání, dospělé populace ve věku 31 - 75 let v letech 2007

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	bez maturity	15	6,6	7,6	7,6
	s maturitou a vyšší	182	79,5	92,4	100,0
	Total	197	86,0	100,0	
Missing	System	32	14,0		
Total		229	100,0		

Zdroj: ISSP 2007, populace 31 – 75 let

Tabulka č. 9 ukazuje rozložení sportujících podle vzdělání. Je nad světlo jasné, že stupeň vzdělání ovlivňuje pravděpodobnost provozování sportovních aktivit. 92 % ze všech sportujících vybrané věkové skupiny ve věku 31 -75 let mají maturitní a vyšší vzdělání.

Následující tabulka podrobněji ukáže rozložení stupně vzdělání podle věkových skupin.

Tab. č. 10 Podíl sportujících podle věkových kohort a stupně vzdělání, dospělé populace ve věku 31 - 75 let v letech 2007

			věk who			Total
			zralost (31-45)	střední věk (46-60)	starší věk (61-75)	
vzdělání 1	bez maturity	Count	2	6	7	15
		%	2,6%	9,0%	13,2%	7,6%
2	s maturitou a vyšší	Count	75	61	46	182
		%	97,4%	91,0%	86,8%	92,4%
Total		Count	77	67	53	197
		%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Zdroj: ISSP 2007, populace 31 – 75 let

I tato tabulka, rozdělená podle věkových kohort, potvrzuje, že vyšší vzdělání je významně zastoupeno ve všech věkových kohortách. Podíl nejvyššího vzdělání u sportujících věkových kohort s věkem klesá. Největší podíl sportujících s vyšším vzděláním je u nejmladší sledované skupiny 31 – 45 let (97%), u nejstarší věkové kategorie pak podíl sportujících s vyšším vzděláním o 10 procentních bodů nižší (87%).

5.6.2. Motivace ke sportování

Nyní se zaměřím na to, jaké motivace „táhnou“ vybranou sportovní populaci ke sportovním aktivitám a zjistím preferenci sportovních aktivit, následně porovnám životní

postoje sportovní a nesportovní populace našeho vzorku. Na závěr provedu komparaci mezi mírou sportovní aktivity České republiky a ostatních evropských zemí.

Tab č. 11a. Motivace pro provozování sportovních aktivit_ důležitost tělesného nebo duševního zdraví , podle věkových kohort WHO, dospělé populace, ve věku 31 - 75 let v letech 2007 (absolutní četnosti, sloupcová procenta, adj. rezidua)

		věk who			Total
		zralost (31-45)	střední věk (46-60)	starší věk (61-75)	
Důležitost tělesného nebo duševního zdraví pro sportovní nebo herní činnosti					
důležité	Count	87	70	58	215
	%	96,7%	93,3%	100,0%	96,4%
	Adjusted Residual	,2	-1,8	1,7	
nedůležité	Count	3	5	0	8
	%	3,3%	6,7%	,0%	3,6%
	Adjusted Residual	-,2	1,8	-1,7	
Total	Count	90	75	58	223
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Zdroj: ISSP 2007, populace 31 – 75 let

Poznámka: Chíkvadrát 4,231 (df = 2) sig. 0,121

Tab č. 11b. Motivace pro provozování sportovních aktivit_ důležitost setkávání se s jinými lidmi , podle věkových kohort WHO, dospělé populace, ve věku 31 - 75 let v letech 2007 (absolutní četnosti, sloupcová procenta, adj. rezidua)

		věk WHO			Total
		zralost (31-45)	střední věk (46-60)	starší věk (61-75)	
Důležitost setkávání se s jinými lidmi pro sportovní nebo herní činnost					
důležité	Count	77	58	46	181
	%	84,6%	77,3%	79,3%	80,8%
	Adjusted Residual	1,2	-,9	-,3	
nedůležité	Count	14	17	12	43
	%	15,4%	22,7%	20,7%	19,2%
	Adjusted Residual	-1,2	,9	,3	
Total	Count	91	75	58	224
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Zdroj: ISSP 2007, populace 31 – 75 let

Poznámka: Chíkvadrát 1,518 (df = 2) sig. 0,468

Tab. č. 11c. Motivace pro provozování sportovních aktivit_ důležitost soutěžení s ostatními , podle věkových kohort WHO, dospělé populace, ve věku 31 - 75 let v letech 2007 (absolutní četnosti, sloupcová procenta, adj. rezidua)

		věk WHO			Total
		zralost (31-45)	střední věk (46-60)	starší věk (61-75)	
Důležitost soutěžení s ostatními pro sportovní nebo herní činnost					
důležité	Count	35	23	9	67
	%	39,8%	31,5%	16,4%	31,0%
	Adjusted Residual	2,3	,1	-2,7	
nedůležité	Count	53	50	46	149
	%	60,2%	68,5%	83,6%	69,0%
	Adjusted Residual	-2,3	-,1	2,7	
Total	Count	88	73	55	216
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Zdroj: ISSP 2007, populace 31 – 75 let

Poznámka: Chíkvadrát 8,680 (df = 2) sig. 0,013

Tab. č. 11d. Motivace pro provozování sportovních aktivit_ důležitost vypadat dobře, podle věkových kohort WHO, dospělé populace, ve věku 31 - 75 let v letech 2007 (absolutní četnosti, sloupcová procenta, adj. rezidua)

		věk WHO			Total
		zralost (31-45)	střední věk (46-60)	starší věk (61-75)	
Důležitost vypadat dobře pro sportovní nebo herní činnost					
důležité	Count	66	52	35	153
	%	73,3%	72,2%	62,5%	70,2%
	Adjusted Residual	,9	,5	-1,5	
nedůležité	Count	24	20	21	65
	%	26,7%	27,8%	37,5%	29,8%
	Adjusted Residual	-,9	-,5	1,5	
Total	Count	90	72	56	218
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Zdroj: ISSP 2007, populace 31 – 75 let

Poznámka: Chíkvadrát 2,150 (df = 2) sig. 0,341

Výše uvedené tabulky znázorňují motivátory vedoucí k provozování sportovních aktivit pro všechny vybrané kohorty. Obecně se jako nejdůležitější důvod pro sportování ukazuje být ve všech třech věkových kategoriích zdravotní a duševní stránka sportovních aktivit. Nejméně důležité je pak pro sportující ve všech věkových skupinách soutěžení s ostatními.

Nejmladší věková skupina více než skupiny ostatní, považuje za důležité, soutěžní potenciál sportu, což se nejpatrnější (a dá se i nejvíce očekávat) ve srovnání se seniorskou skupinou. Tato nejmladší skupina se profiluje i zvýšeným sociálním kontextem sportu, kdy 85 % vidí důležitost sportování v setkávání s jinými lidmi. Tělesný vzhled není podle mých očekávání významnějším motivátorem oproti starším skupinám.

Věková skupina 46 - 60 let má prioritu zdravotního a duševního stavu v kontextu sportu oproti ostatním dvou sledovaných skupin o něco málo nižší, což je překvapivé zejména v porovnání s nejmladší věkovou skupinou, kdy by se předpokládalo, že zdravotní

stránka sportu bude spíše důležitá pro starší věkové skupiny než pro mladší a že tedy naměřené hodnoty (97 % pro skupinu 31 - 46 let a 93 % pro skupinu 46 - 60 let) budou spíše opačné. Z logiky věci se dá usuzovat, že soutěživost, jako vlastnost sportovních aktivit, bude s věkem klesat, tak je to i v případě této věkové skupiny. Setkávání s ostatními lidmi je důležité pro 77 % dotázaných, což je méně než u nejmladší skupiny a zhruba srovnatelné se seniorskou skupinou.

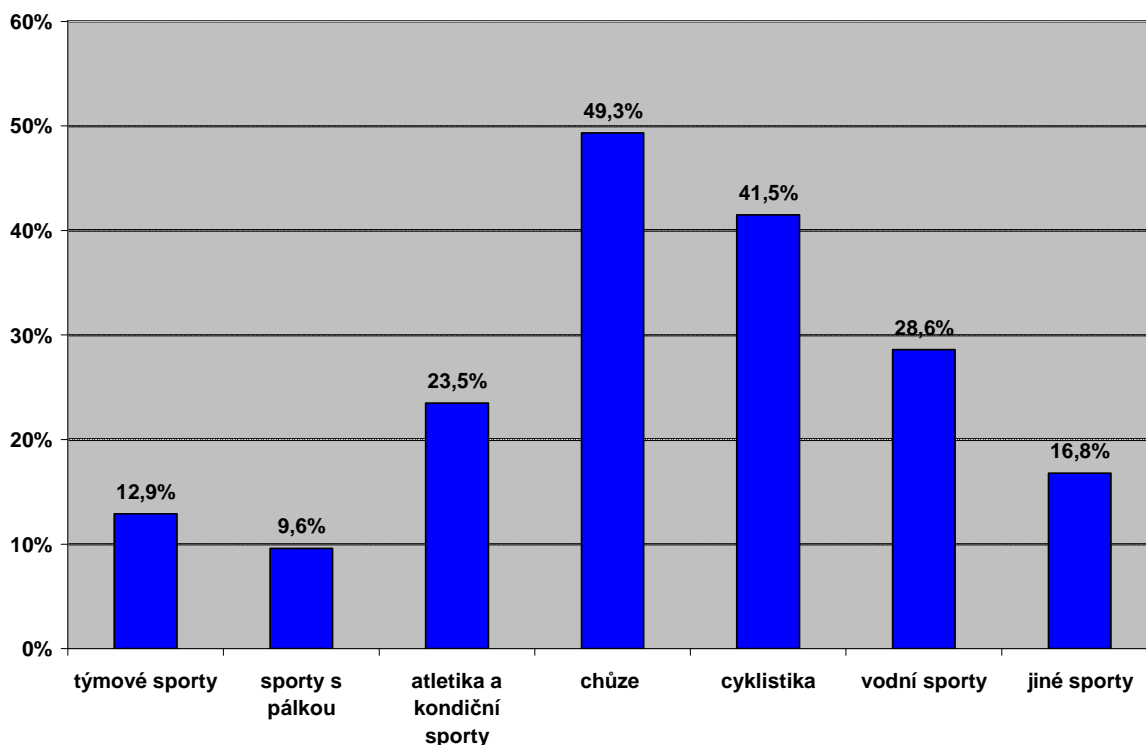
Seniorská věková kategorie deklaruje 100% důležitost zdravotní a duševní stránky sportovních aktivit, tzn., že všichni zmínili tento motiv. Nejméně důležité, v porovnání s ostatními skupinami je pak soutěžní aspekt sportu. Tělesný vzhled jako motiv pro provozování sportovních aktivit je sportovními seniory vysoce hodnocen (77 %), ale oproti dalším věkovým skupinám je to znatelně méně (min o 10 % méně). Z toho vyplývá, že senioři svůj osobní vzhled neřeší do takové míry, jako mladší skupiny. I senioři sportují, aby se mohli setkávat s novými lidmi, což dokazuje i 79% deklarace tohoto motivu.

Pracovní hypotézy na diferenciaci motivů pro provozování sportovních aktivit podle věkových kategorií nelze více méně zcela potvrdit. Zdravotní důvody zmínili víceméně všechny věkové kategorie stejně, i ostatní motivy neprokázaly žádné významné rozdíly mezi preferencemi jednotlivých věkových skupin.

5.6.3. Obliba jednotlivých sportů

Nyní zanalyzuji, jaké sportu jsou mezi celkovou skupinou sportujících ve věku 31 – 75 let nejoblíbenější, následně se podívám, jaké je rozložení konkrétních sportů mezi věkovými kategoriemi.

Graf č. 12. Nejčastěji provozované sporty dospělé populace, ve věku 31 - 75 let v letech 2007, (sloupcová procenta)



Zdroj: ISSP 2007, populace 31 – 75 let

Z grafu je vidět, že nejfrekventovanějším sportem je téměř z 50 % chůze (tato kategorie zahrnuje kromě chůze ještě turistiku a Nordic Walking, ale i horolezectví a trampování), následuje cyklistika (zahrnující cyklistiku horskou), kterou zmínilo téměř 42 % respondentů, třetí nejčastějším sportem jsou vodní sporty.

Tab. č. 13. Nejčastěji provozované sporty, podle věkových kategorií WHO, dospělé populace, ve věku 31 - 75 let v letech 2007, (průměr)

Mean	týmové sporty	sporty s pálkou	kondiční sporty	chůze	cyklistika	vodní sporty	ostatní sporty
zralost (31-45)	,21	,13	,40	,31	,45	,30	,23
střední věk (46-60)	,11	,12	,13	,47	,49	,29	,20
starší věk (61-75)	,03	,02	,13	,84	,27	,27	,03
Total	,13	,10	,24	,49	,41	,29	,17

Zdroj: ISSP 2007, populace 31 – 75 let

Tato tabulka ukazuje, jaké typy sportů jsou charakteristické pro tu kterou věkovou kategorii.

Nejmladší věková kategorie 31 – 45 let se věnuje nejvíce cyklistice (i horská cyklistika), kondičním sportům (atletika, maratón, (závodní) body training, kondiční cvičení,

jogging, (nezávodní) běh) a vodním sportu. Také více jak ostatní věkové skupiny provozuje týmové sporty. Kondiční sporty pěstuje tato nejmladší věková kategorie výrazně více než starší věkové kategorie.

Věková kategorie 46 – 60 let provozuje nejvíce cyklistiku (dokonce ve větší míře než nejmladší skupina), chůzi a vodní sporty.

Nejstarší seniorská skupina se nejvíce věnuje chůzi a to významně více než ostatní dvě věkové kategorie, v menší míře než předchozí dvě věkové kategorie provozuje i cyklistiku a vodní sporty.

5.6.4. Socializace ke sportu a organizovaná forma sportu

Následující dvě tabulky budou zjišťovat formy sportovní zainteresovanosti u sledované sportovní populaci 31 - 75 let. Tabulka č. 14 bude mapovat, do jaké míry byly sportující kohorty vedeny ke sportu i v dětství, což pak může souviset i s vyšší sportovní aktivitou v dospělém věku.

Tab č. 14. Předpoklady ke sportovní aktivitě na základě vybudovaných návyků v dětství podle věkových kategorií WHO, dospělé populace ve věku 31 až 75 let (absolutní četnosti, sloupcová procenta, adj. residua)

V dětství mě rodiče vedli ke sportu a pohybovým aktivitám			věk podle WHO			Total
			zralost (31-45)	střední věk (46-60)	starší věk (61-75)	
sportující skupina 31-75 let	vedli	Count	71	53	37	161
		%	78,0%	67,9%	61,7%	70,3%
		Adj. Residual	2,1	-,6	-1,7	
	nevedli	Count	20	25	23	68
		%	22,0%	32,1%	38,3%	29,7%
		Adj. Residual	-2,1	,6	1,7	
	Count		91	78	60	229
	%		100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Zdroj: ISSP 2007

Pozn: Chíkvadrát 4,948 (df = 2) sig. 0,084.

Z tabulky č. 14 je zřejmé, že nejmladší sportující skupina 31 - 46 let byla významně více než ostatní věkové kategorie ke sportu vedena již od dětství (78%).

Následující tabulka bude zjišťovat, zda se sportující angažují v nějakém sportovním sdružení či klubu, což by rovněž mohlo mít pozitivní vliv na provozování sportovních aktivit.

Tab. č. 15. Členství ve sportovním klubu nebo sdružení v posledních 12 měsících podle věkových kategorií WHO, dospělé populace ve věku 31 až 75 let (absolutní četnosti, sloupcová procenta, adj. residua)

účastnil/a jste se v posledních 12 měsících činnosti sportovního klubu nebo sdružení?		věk podle WHO			Total	
		zralost (31-45)	střední věk (46-60)	starší věk (61-75)		
sportující skupina 31-75 let	ano	Count	37	23	15	75
		%	40,7%	29,5%	25,0%	32,8%
		Adj. Residual	2,1	-,8	-1,5	
	ne	Count	54	55	45	154
		%	59,3%	70,5%	75,0%	67,2%
		Adj. Residual	-2,1	,8	1,5	
		Count	91	78	60	229
		%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Zdroj: ISSP 2007

Pozn. Chi-kvadrát 4,598 (df = 2) sig 0,100

Obecně by se dalo říct, že členství ve sportovním klubu již není podmínkou pro sportování a v současné době se sportovní aktivity provozují spíše na individuální než organizované úrovni, což dokresluje tato tabulka.

Je patrné, že nejvyšší aktivitu ve smyslu členství či účasti v organizovaném sportovním sdružení vykazuje nejmladší věková skupina 31 - 46 let. Starší ročníky s podobným podílem (30 % v kategorii 46 - 60 let a 25 % seniorská kategorie) vykazují organizovanou aktivitu podstatně nižší.

5.6.5. Souvislosti sportování: hodnotové orientace, kvalita života a zdravý životní způsob

V dalším kroku budu porovnávat sportující a nespportující populaci v životních postojích zaměřených na kvalitu života. Cílem této části je nalezení rozdílu mezi sportující a nespportující populací v subjektivním hodnocení kvality života i zdravého životního způsobu.

Tab č. 16. Ztotožnění se s výrokem „život si musíme udělat tak příjemný, jak to jde“ podle věkových kategorií WHO, míry sportovní aktivity, dospělé populace ve věku 31 až 75 let (absolutní četnosti, sloupcová procenta, adj. residua)

Do jaké míry souhlasíte s výrokem "život si musíme udělat tak příjemný, jak to jde".			věk podle WHO			Total
			zralost (31-45)	střední věk (46-60)	starší věk (61-75)	
nesportující skupina 31-75 let	souhlasím	Count	150	253	211	614
		%	93,2%	92,7%	94,6%	93,5%
		Adj. Residual	-,2	-,7	,9	
	nesouhlasím	Count	11	20	12	43
		%	6,8%	7,3%	5,4%	6,5%
		Adj. Residual	,2	,7	-,9	
		Count	161	273	223	657
		%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
sportující skupina 31-75 let	souhlasím	Count	83	73	57	213
		%	92,2%	94,8%	96,6%	94,2%
		Adj. Residual	-1,1	,3	,9	
	nesouhlasím	Count	7	4	2	13
		%	7,8%	5,2%	3,4%	5,8%
		Adj. Residual	1,1	-,3	-,9	
		Count	90	77	59	226
		%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Zdroj: ISSP 2007

Pozn: sportuje: Chíkvadrát 1,333 (df = 2) sig 0,514, nesportuje: Chíkvadrát 0,788 (df = 2) sig 0,674

Tento výrok signalizující určitou míru požitkářství se setkal s vysokým podílem souhlasu jak napříč věkovými kategoriemi, tak i mezi sportujícími i nesportujícími. Rozdíly v pojmání tohoto tvrzení u sportujících i nesportujících víceméně nejsou. Dalo by se říct, že sportovní aktivity neovlivňují míru bažení po uspokojování požitku.

Tab č. 17. Ztotožnění se s výrokem „každý musí své problémy řešit sám“ podle věkových kategorií WHO, míry sportovní aktivity, dospělé populace ve věku 31 až 75 let (absolutní četnosti, sloupcová procenta, adj. residua)

Do jaké míry souhlasíte s výrokem "každý musí své problémy řešit sám".			věk podle WHO			Total
			zralost (31-45)	střední věk (46-60)	starší věk (61-75)	
nesportující skupina 31-75 let	souhlasím	Count	125	215	170	510
		%	80,1%	79,9%	77,6%	79,2%
		Adj. Residual	,3	,4	-,7	
	nesouhlasím	Count	31	54	49	134
		%	19,9%	20,1%	22,4%	20,8%
		Adj. Residual	-,3	-,4	,7	
		Count	156	269	219	644
		%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
sportující skupina 31-75 let	souhlasím	Count	69	58	39	166
		%	76,7%	75,3%	67,2%	73,8%
		Adj. Residual	,8	,4	-1,3	
	nesouhlasím	Count	21	19	19	59
		%	23,3%	24,7%	32,8%	26,2%
		Adj. Residual	-,8	-,4	1,3	
		Count	90	77	58	225
		%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Zdroj: ISSP 2007

Pozn: sportuje: Chíkvadrát 1,764 (df = 2) sig 0,414, nesportuje: Chíkvadrát 0,497 (df = 2) sig 0,780

Nesportující skupina se více než sportující ztotožňuje s výrokem, že si každý musí své problémy řešit sám, což je nejzřetelněji patrné u nejstarší „nesportující“ věkové skupiny 61 - 75 let, která se s tímto výrokem ztotožňuje o 10 procentních bodů více než sportující senioři. U sportující populace je mírná tendence v řešení problémů v kooperaci s někým, zatímco nesportující se spíše spoléhají sami na sebe. Sportovní duch tedy více vykazuje týmovou spolupráci.

Následující tabulka se zaměřuje na subjektivní hodnocení vlastního života u sportovní a nesportovní věkové populace ve věku 31 - 75 let.

Tab č. 18. Subjektivní hodnocení vlastního života podle věkových kategorií WHO, míry sportovní aktivity, dospělé populace ve věku 31 až 75 let (absolutní četnosti, sloupcová procenta, adj. residua)

Jak se cítíte ve svém životě?			věk podle WHO			Total
			zralost (31-45)	střední věk (46-60)	starší věk (61-75)	
nesportující skupina 31-75 let	šťastný/á	Count	141	237	186	564
		%	88,7%	89,8%	85,3%	88,0%
		Adj. Residual	,3	1,2	-1,5	
	nešťastný/á	Count	18	27	32	77
		%	11,3%	10,2%	14,7%	12,0%
		Adj. Residual	-,3	-1,2	1,5	
		Count	159	264	218	641
		%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
sportující skupina 31-75 let	šťastný/á	Count	83	70	57	210
		%	92,2%	90,9%	98,3%	93,3%
		Adj. Residual	-,5	-1,1	1,8	
	nešťastný/á	Count	7	7	1	15
		%	7,8%	9,1%	1,7%	6,7%
		Adj. Residual	,5	1,1	-1,8	
		Count	90	77	58	225
		%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Zdroj: ISSP 2007

Pozn: sportuje: Chíkvadrát 3,183 (df = 2) sig 0,204, nesportuje: Chíkvadrát 2,334 (df = 2) sig 0,311

Subjektivní vnímání štěstí je hodnoceno jak sportujícími, tak nesportujícími poměrně vysoko a obecně by se dalo říct, že nejsou výrazné rozdíly v náhledu na život sportující i nesportující populace.

Ze sportujících pociťuje nejvíce pocit subjektivního štěstí nejstarší, seniorská věková kategorie (98 %), což je o 13 % více než vykazují nesportující senioři.

Následující tabulka porovnává subjektivní hodnocení vlastního zdraví u skupiny sportujících a nesportujících.

Tab č. 19. Vliv sportování na subjektivní hodnocení zdraví podle věkových kohort, dospělé populace ve věku 31-75 let , která není zdravotně vyloučena z provozování sportu – mohou sportovat (sloupcová procenta)

věk_who			nesportuje	sportuje	Total	% rozdíl
31-45 let	zdraví	špatné	6,8%	2,6%	5,1%	
		dobré	93,2%	97,4%	97,2%	4,20%
	Total		100,0%	100,0%	100,0%	
46-60 let	zdraví	špatné	8,7%	15,0%	12,1%	
		dobré	91,3%	85,0%	89,8%	-6,30%
	Total		100,0%	100,0%	100,0%	
61-75 let	zdraví	špatné	35,0%	16,7%	29,3%	
		dobré	65,0%	83,3%	70,7%	18,30%
	Total		100,0%	100,0%	100,0%	

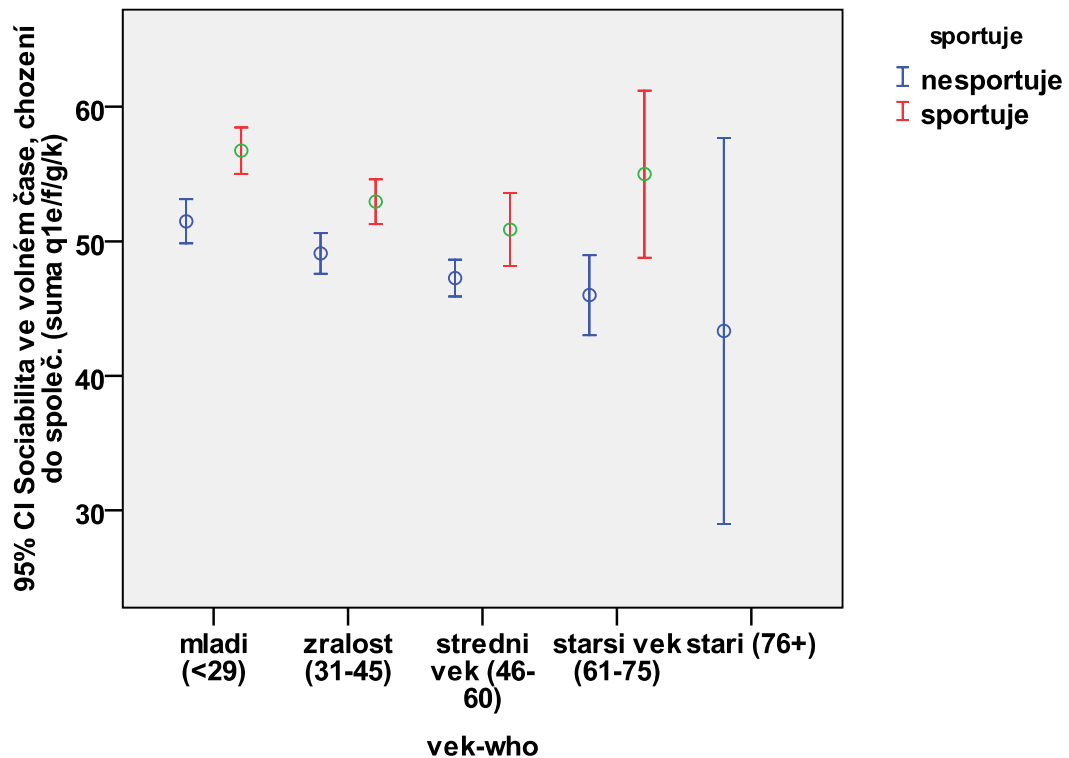
Zdroj: ISSP 2007

Pozn: otázka z dotazníku: Do jaké míry Vám následující podmínky zabraňují trávit volný čas takovým způsobem, jakým byste chtěl/a.

V tabulce č. 19. sledujeme efekt sportování na subjektivní hodnocení vlastního zdraví ve věkových kohortách. Data jsou navíc pro zpřesnění očištěna o ty respondenty, kterým podmínky (zdraví, věk nebo invalidita) brání trávit volný čas žádoucím způsobem. Tzn. že sportující i nespportující mají stejné výchozí podmínky a zdraví jim nebrání pěstovat volnočasové aktivity.

Obecně se dá tvrdit, že s rostoucím věkem klesá tendence hodnotit svůj zdravotní stav pozitivně. Zatímco mezi nejmladší věkovou skupinou a skupinou středního věku 46 – 60 let není významný rozdíl mezi sportujícími a nespportujícími v hodnocení svého zdraví, u nejstarší věkové skupiny 61 – 75 let však výrazné rozdíly jsou – ti senioři, co sportují se cítí po zdravotní stránce výrazně lépe (o 18 procentních bodů) než ti, co nespportují (zdůrazněme, že jde o ty, kdo udávají, že by i přes svůj věk mohli, protože jim v tom zdravotní stav nebrání). Tím se ukazuje výrazný efekt sportování na pocit zdraví v nejstarším věku, ti co sportují v pokročilém věku si dávají do souvislosti své zdraví právě s provozováním sportovních aktivit.

Graf č. 20. Index sociability - Vliv sportování na aktivní životní styl , podle věkových kohort, dospělé populace ve věku 31-75 let , která není zdravotně vyloučena z provozování sportu (mohou sportovat)



Zdroj: ISSP 2007

Pozn: otázka z dotazníku: Do jaké míry Vám následující podmínky zabraňují trávit volný čas takovým způsobem, jakým byste chtěl/a

Index VC_social je sloučením volnočasových aktivit (návštěva kulturních akcí, setkávání s příbuznými i přáteli, hraní her), kdy dochází k setkávání s lidmi

Tento graf jasně ukazuje na souvislost mezi sportováním a aktivním životním stylem. Protože jsou v této analýze zahrnuti pouze ti, kterým věk ani zdravotní stav nebrání provozovat volnočasové aktivity, tedy ani sport, je patrná zřetelná tendence sportujících prožívat sociálně aktivnější (a tedy zdravější) život. Dalo by se říct, že sport vytváří zdravý životní způsob a zabraňuje sociální izolaci. U nejstarší věkové kategorie 61 – 75 let je pak tento trend nejsilnější – sport přispívá ve stáří k pěstování aktivního životního stylu.

Tab č. 21. Frekvence kouření podle věkových kategorií WHO, míry sportovní aktivity, dospělé populace ve věku 31-75 let (absolutní četnosti, sloupcová procenta a adj. residua)

Kouříte?		věk podle WHO			Total	
		zralost (31-45)	střední věk (46-60)	starší věk (61-75)		
nesportující skupina 31-75 let	kouřím	Count	68	117	45	230
		%	40,7%	41,2%	19,3%	33,6%
		Adj. Residual	2,2	3,5	-5,7	
	nekouřím	Count	99	167	188	454
		%	59,3%	58,8%	80,7%	66,4%
		Adj. Residual	-2,2	-3,5	5,7	
		Count	167	284	233	684
		%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
sportující skupina 31-75 let	kouřím	Count	25	19	10	54
		%	27,5%	24,7%	16,9%	23,8%
		Adj. Residual	1,1	,2	-1,4	
	nekouřím	Count	66	58	49	173
		%	72,5%	75,3%	83,1%	76,2%
		Adj. Residual	-1,1	-,2	1,4	
		Count	91	77	59	227
		%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Zdroj: ISSP 2007

Pozn: sportuje: Chíkvadrát 2,237 (df = 2) sig 0,327, nesportuje: Chíkvadrát 32,444 (df = 2) sig 0,000

V otázce kouření se dalo očekávat, že sportující populace bude kouřit v menší míře než nesportující skupina.

Zatímco kouří 41 % nejmladší věkové kategorie ze skupiny nesportujících, ze skupiny sportujících v této věkové kategorii kouří pouze 28 %.

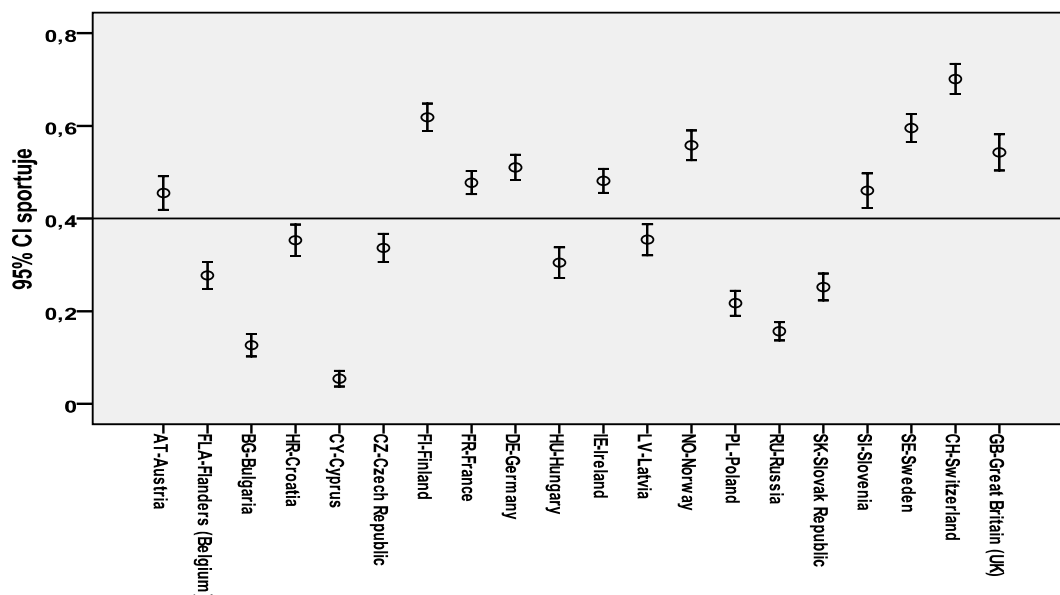
Ve věkové skupině 46 - 60 let kouří 41 % nesportujících, ze sportující skupiny kouří pouze 25%.

Podíl kuřáků ve sportující a nesportující seniorské kategorii je velmi podobný - kouřících z nesportující skupiny je 19 %, ze skupiny sportujících kouří 17 %. Provozování sportovních aktivit souvisí se zdravým životním stylem, který se projevuje i menším podílem kuřáků mezi sportovci.

5.7. Mezinárodní srovnání

V této závěrečné části budu komparovat participaci ve sportovních aktivitách České republiky a evropských států. K mezinárodnímu srovnání využiji mezinárodní data ISSP 2007, kde je ovšem k dispozici pouze informace o provozování sportovních a fyzických aktivit, mezi něž patří i procházky (výsledky za ČR se tak mírně liší od údajů na jiných místech práce, kde jde pouze o sportovní aktivity). V mezinárodních datech vydělit čistě sportovní aktivity bohužel nelze. Mapovat bude míru sportovní participace pouze mezi evropskými zeměmi.

Graf č. 22 Míra fyzické a sportovní aktivity v evropských zemích (včetně ČR), dospělé populace ve věku 31 - 75 let

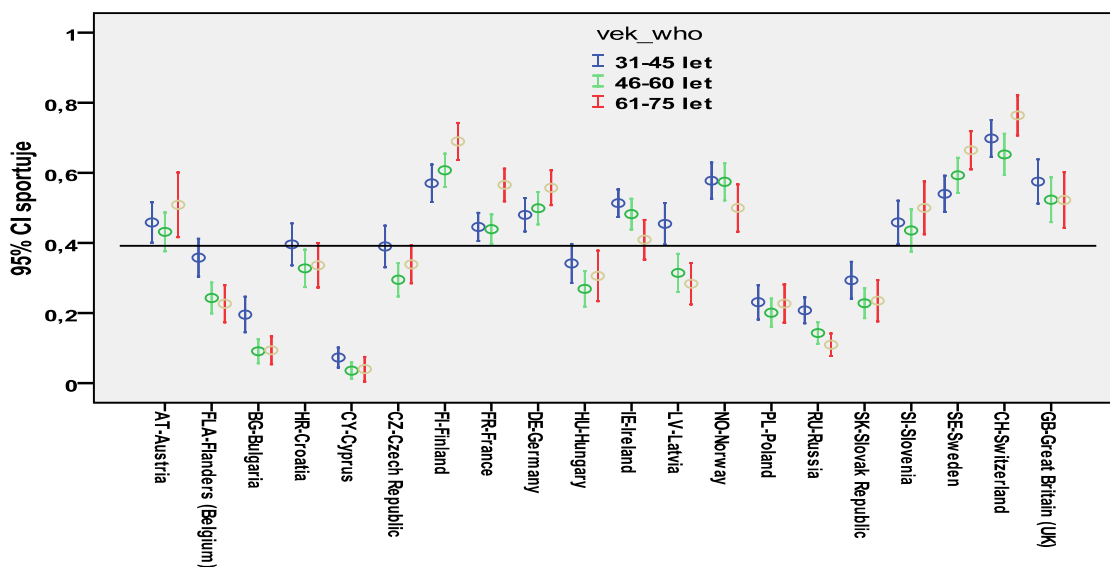


Zdroj: ISSP 2007

Z grafu patrné, že většina západních zemí vykazuje vyšší sportovní aktivitu než země postkomunistického bloku. Česká republika je ve srovnání se západní Evropou pod „sportovním“ průměrem.

Mezi země s největší sportovní aktivitou patří Švýcarsko, dále se vysokou mírou aktivity profilují skandinávské země, jako třetí nejsportovnější země je Velká Británie.

Graf č. 23. Míra fyzické a sportovní aktivity v evropských zemích (včetně ČR) podle věkových kategorií WHO, dospělé populace 31 - 75 let.



Zdroj: ISSP 2007

Graf popisuje provozování fyzických sportovních aktivit podle věkových kohort. Švýcarsko, Švédsko, Finsko, Slovinsko, Německo, Francie a Rakousko zaznamenávají vysokou aktivitu u seniorské populace, dokonce vykazují tito senioři vyšší aktivitu než mladší věkové kategorie. Zvýšená sportovní a fyzická aktivita u seniorské populace může být způsobena procházkami, které proměnná v těchto mezinárodních datech, „sportuje“ zahrnuje.

Čeští senioři však v porovnání se seniory většiny ostatních postkomunistických zemí jako je Bulharsko, Litva, Maďarsko, Polsko, Rusko nebo Slovenská republika vykazují vyšší fyzickou a sportovní aktivitu. V těchto zemí je tedy aktivní životní styl spíše doménou mladých.

5.8. Výsledky sekundární analýzy + diskuse

Za posledních více jak dvacet let došlo v průběhu času do roku 2007 k nárůstu sportovních aktivit u základní populace 20 – 75 let a tento trend vykazuje rostoucí tendenci. Zatímco v polovině osmdesátých let byl sport doménou mužské populace, od devadesátých let se tento rozdíl začíná měnit a ženy začínají sportovat ve stejné míře jako muži. Růst sportovní aktivity v čase se projevil napříč věkovými kategoriemi. Zatímco nejmladší věková kategorie 31 – 45 let vykazuje nejrovnoměrnější růst, nejstarší věková kategorie 61 – 75 let vykazuje zejména od 90. let výraznější nárůst sportovní aktivity. Aktivní způsob života byl v osmdesátých letech provázán zejména s většími městy, v současnosti však proniká i do větších měst.

V analýze za rok 2007 se ukázalo, že důležitost jednotlivých motivů ke sportovní aktivitě jsou pro všechny tři věkové skupiny stejné. Zdraví, jakožto nejvyšší deklarovaná hodnota mezi lidmi se ukázala i zde hlavním motivem. Ve velké míře se ukázal sociální význam sportu pro všechny věkové kategorie, naopak motiv soutěžení měl mezi motivy nejnižší míru preferencí. Pro nejmladší věkovou skupinu 31 – 45 let je více než pro starší věkové skupiny důležité setkávat se při sportování s jinými lidmi a soutěživý aspekt sportu. Otázka vzhledu je pak nejméně důležitá pro nejstarší věkovou skupinu 61 – 75 let.

Preference jednotlivých sportů se podle věkových kategorií liší, s čímž může souviset i míra fyzické náročnosti jednotlivých sportů. Nejmladší věková kategorie preferuje více než ostatní věkové skupiny kondiční sporty, věková kategorie 46 – 60 let více než ostatní pěstuje cyklistiku a nejstarší věková skupina více než ostatní chůzi. Cyklistika je obecně rozšířeným sportem napříč věkovými kategoriemi.

Nejmłodší věková kategorie vykazuje nejvyšší aktivitu, co se sportovní angažovanosti týče – byli nejvíce socializováni ke sportu již od dětství a taktéž se v největší míře se účastnili nějaké činnosti v rámci sportovního klubu nebo sdružení.

Sportující a nesportující skupina se při analýze postojových otázek orientovaných na životní styl významně nelišili, dalo by se tedy říct, že účast ve sportu nemá zásadní vliv na subjektivní hodnocení spokojenosti, taktéž zodpovědnost za svůj život a činy pocítují obě dvě skupiny ve stejné míře. V postojové otázce na řešení problémů lze zaznamenat větší míru individualizovaného přístupu nesportujících, u sportujících pak tendenci řešit problémy s pomocí druhých. Efekt sportu se však projevil mezi sportujícími a nesportujícími v kvalitě života, což ještě podtrhlo odfiltrování lidí, kteří se cítili po zdravotní stránce omezení ve vykonávání volnočasových aktivit. Významné rozdíly jsou u nejstarší věkové skupiny 61 – 75 let. Tito senioři hodnotí svůj zdravotní stav výrazně lépe než jejich nesportující vrstevníci, taktéž vykazují větší sociální angažovanost.

V porovnání s ostatními západoevropskými státy jsme na tom v provozování sportovních aktivit hůře – sportujeme v porovnání s většinou západních států podprůměrně. V některých státech vykazujících nadprůměrnou sportovní participaci je pak patrný trend zvýšené sportovní aktivity u seniorské věkové skupiny. Když však porovnáme sportovní aktivity české populace s ostatními postkomunistickými zeměmi, naše úroveň sportovní participace je na tom o poznání lépe.

Tato sekundární analýza narazila na několik limitů, které neumožnily hlubší analýzu dat (detailnější třídění). Byly to především malé soubory sportujících, zejména seniorů. V datech ISSP07 navíc chyběla informace o tom, zda člověk začal sportovat již dříve (byl socializován ke sportu již v ranném věku), což by ovlivňovalo jeho život ve stáří.

6. ZÁVĚR – „Když jsem zdravý, jsem mladý (a integrovaný člen společnosti ...)“

Sport obecně představuje nezastupitelné místo v životě člověka. Skrze něj můžeme naplňovat představy aktivního stárnutí, skrze něj můžeme zlepšovat svoji fyzickou schránku, potažmo upevňovat svoji identitu. Sport se v průběhu více jak dvaceti let proměnil. Získal si více příznivců, někteří ho objevili pro seberealizaci i sebe prezentaci. Stává se každodenní potřebou určité skupiny populace, podílí se na vytváření hodnot a zdravého životního stylu

Cílem této práce bylo zjistit, k jakým proměnám ve významu sportu došlo ve společnosti v životě lidí zralého, středního a staršího věku od osmdesátých let minulého století po současnost. V úvodu jsem si v souvislosti s transformací sportovních aktivit kladla tři podstatné otázky – zda a jak se s přechodem na odlišné společensko-politické uspořádání po roce 1989 i se souběžně probíhajícími modernizačními proměnami změnilo sportování u výše uvedených věkových skupin, zda může sloužit sport jako prostředek pro přípravu na stáří a také zda se proměnil symbolický význam sportu, čili zda sport slouží jako nástroj pro budování identity. Za tímto účelem jsem analyzovala data z reprezentativních sociologických výzkumů z let 1984, 1991 a 2007, v nichž byla dostupná informace o tom, zda jedinec sportuje. K zodpovězení otázek ohledně významu sportu v životě jedince jsem pak využila podrobnější informace o kontextu sportování v datech z roku 2007, která pocházejí z mezinárodního výzkumu Volný čas a sport ISSP.

V polovině osmdesátých let byl životní styl našich obyvatel ovlivňován z větší či menší míry politickými i společenskými podmínkami, které vytyčovaly (v porovnání s dneškem) relativně úzké mantinely. Volný čas, který lidem postupně přibýval, byl spíše než aktivnímu životnímu stylu věnován volnočasovým aktivitám jiného charakteru, jako bylo sledování televize, zahrádkaření, chataření, autoturistika apod. Stát se snažil řídit a regulovat naše životy a to i v oblasti volnočasového sportu. Prostřednictvím svých institucí propagoval masovost sportovních aktivit a jeho cílem bylo, aby se co nejvíce lidí organizovalo ve sportovních organizacích sjednocené tělovýchovy. Minulý režim obecně preferoval kolektivismus, z čehož vyplývala i budovaná sportovní zázemí. Lidem věnujícím se neorganizovaným individualizovaným sportovním aktivitám často zbyl prostor pouze v přírodním prostředí.

V té době se u nás projevíly neduhy spojené s hospodářským vývojem, včetně nepříznivého zdravotního stavu²² a nedostatečné fyzické zdatnosti našich obyvatel. Stát se snažil tuto situaci zlepšit, ale pozitivní změna přišla až s dobou transformačních změn 90. let.

Před rokem 1989 měl sport zejména funkci zábavnou a relaxační a byl vnímán ani ne tak jako termín pro pěstování pohybu, ale jako podívaná a součást tehdejší kultury. Sportu se věnovali významně více muži než ženy, které svůj volný čas dělily kromě volnočasových aktivit také mezi starostí o rodinu a činnostmi s tím spojené. Lidé v důchodovém věku se aktivnímu sportování víceméně nevěnovali, realizovali se především v úzkém kruhu rodinném. Příznivější klima pro pěstování aktivnějšího způsobu života se vyskytovalo spíše ve městech než na vesnicích a malých městech, které byly z hlediska aktivního způsobu života více „zakonzervované“. Sportovní aktivity kopírovaly biologický věk – nejvyšší aktivita v mládí, stáří se prožívalo v módu odpočinku. Tou dobou se zdraví považovalo za cíl, nikoliv prostředek pro dosahování dalších cílů

Společenská proměna po roce 1989 měla vliv na proměnu životních podmínek a životního stylu, což souviselo i s proměnou hodnotových preferencí. Výrazně vzrostla životní úroveň české společnosti, narostly při tom ovšem sociálně-ekonomické nerovnosti. Jak se emancipovala společnost, emancipoval se a individualizoval i životní způsob lidí. Na poli volnočasových aktivit se objevily nové možnosti trávení volného času, nová konkurence sportovním aktivitám. Sportovní organizační struktura se decentralizovala, vznikly nové subjekty v komerční sféře a sportovní prostředí se začalo proměňovat.

Sport se postupně proměnil co do obsahu, forem i významu. V materiálně orientované společnosti se sklonem k požitkářství se sport individualizoval, komercializoval a stal se součástí masové kultury. V této souvislosti se proměnil diskurz těla a došlo k nárůstu symbolického významu sportu. Ten již neplní pouze funkci primárně rekreační, ale napomáhá (nevědomě pod pláštíkem rekreace) k budování identity. Tělo se stalo reprezentativní hodnotou a nástrojem posilování sociálního statusu. Vznikly nové sporty, zaměřující se právě na zdokonalování osobního vzhledu. S tím souvisí i diferenciací sportovních aktivit. Dnešní sport není pro každého, což dokazují některé druhy sportu vyžadující drahé vybavení nebo drahé vstupné na sportoviště.

Sport se začal skloňovat v souvislosti s nedostatečnou fyzickou aktivitou naší společnosti a obecným nezájmem o sportovní aktivity a cílem kompetentních orgánů jako je MŠTV, prostřednictvím Koncepce státní podpory sportu v ČR, bylo zpřístupnit sport co nej-

²² Díky komunistické okupaci se naše republika v osmdesátých letech propadla na předposlední místo v evropském žebříčku „naděje na dožití“ (Možný, 2009).

širšímu okruhu lidí a poukázat na jeho význam. Vládní autority se zabývají ve svých plánech (např. MPSV ve svém programu Národní program přípravy na stárnutí²³) otázkami úlohy sportu v oblasti zdraví, resp. významu zdravého životního stylu, ale i zdravotní relaxační a zotavující funkci sportu poukazují nejenom vládní autority, ale i někteří odborníci na preventivní a zdravotní význam sportu. Tento akcent souvisí mimo jiné s obavami ze stárnutí vyspělých západních společností, potažmo udržitelností financování zdravotních prevence, integrace a aktivního využití volného času. V současné době spíše než na primární, služeb našich „budoucích“ seniorů. Vládní autority tak alespoň svými dokumenty apelují na pěstování zdravého životního stylu, jehož má být pravidelný sport součástí. Otázkou je, zda v tom jsou veřejné politiky úspěšné, zda skutečně dochází k významnému nárůstu počtu sportujících ve vyšších věkových kategoriích. Právě tato otázka se stala klíčovou pro analýzu v této diplomové práci.

Současná doba také přivedla ke sportu mnohem více žen. Jak ukázaly výsledky mých analýz, zatímco v polovině 80. let připadalo na jednoho sportujícího muže 0,6 ženy, tak dnes (rok 2007) je obecně stav sportujících mužů a žen vyrovnaný. Sport tedy již není doménou mužů, ale uplatňuje se v něm stále více emancipovaných žen.

Analýza trendů ukázala, že se jedná především o mladší kategorie, u kterých sport slouží v hojné míře ke kultivaci těla. Jejich motivací ke sportu je určitá forma společenské prestiže: osobní vzhled, soutěžní aspekt sportu i potřeba stýkat se s lidmi. Soutěživost, sociální kontakty a osobní vzhled to je ona symbolická funkce sportu, kterou se profilují mladší věkové kategorie.

Trendem západní společnosti se stal aktivní senior a jak se ukazuje z výsledků výzkumů z let 1984, 1991 a 2007, sport si postupně nachází cestu i k našim seniorům: zatímco v roce 1984 sportovalo ve věkové kategorii 61 – 75 let ani ne procento této věkové kategorie, v současnosti je to již 20 %. Analýza ale ukázala také méně potěšující skutečnost – nárůst podílu sportujících v nejstarší věkové kategorii byl rapidnější pouze u mužské populace. Jsou to přitom právě ženy, které jsou díky delší průměrné délce dožití více ohroženy pohybovou pasivitou a jejími důsledky pro nejzazší období života.

Co aktivovalo tuto věkovou skupinu ke zvýšené sportovní participaci? Jsou to tlaky politické, usilující o snížení výdajů na zdravotní péči, nebo motivace pramenící z proměny charakteru našich seniorů? Tato nová generace seniorů se vlivem dlouhodobých společenských změn proměnila, oproti dřívějším generacím se liší v ekonomických i hodnotových orientacích. Je charakteristická zvýšenou aktivitou a lepším zdravím (Flemer a kol., 2009). Tento „nový senior“ je podstatně více emancipován a uvědomuje si, že má více prostoru

²³ Dostupné na http://www.mpsv.cz/files/clanky/13099/Teze_NS.pdf

pro vlastní seberealizaci, a tu nachází mimo jiné i ve sportovní oblasti. Provozuje podobné aktivity jako lidé nižšího věku, jen v mírnějším tempu.

Podle analýzy, se nejstarší seniorská skupina se nejvíce věnuje chůzi a to významně více než ostatní dvě věkové kategorie, v menší míře než předchozí dvě věkové kategorie provozuje i cyklistiku a vodní sporty. Analýza dále poukázala na podstatně menší organizovanou formu sportovních aktivit než u mladších věkových kategorií, pouze ¼ této věkové kategorie se organizuje v rámci sportovního klubu nebo sdružení²⁴.

Při porovnání sportující a nespportující populace v otázce kvality života se objevily indikátory, které potvrzují pozitivní efekt sportovních aktivit na kvalitu života, což bylo nejzřetelnější u seniorské věkové kategorie. Výrazně lépe hodnotili svůj zdravotní stav, navíc se ukázalo, že jsou více sociálně „ukotvení“ (více se setkávají s druhými lidmi a udržují sociální kontakty) než nespportující senioři. Sport se tak podílí na zdravém způsobu života a zamezuje sociální izolovanosti seniorů.

Sport se u těchto aktivních seniorů stává naplněním aktivního stáří, na které se těšili a do něž v porovnání se svými předchůdci narozenými před druhou světovou válkou vstupují s (obecně jako celek) mnohem lepším zdravotním stavem, který jim rozličné sportovní aktivity umožňuje (a také vizí, že jejich délka dožití bude mnohem delší). Taktéž očekává, že aktivním životním stylem prodlouží svou soběstačnost i do pozdního věku. Ale je to právě dobrý zdravotní stav, který mu umožňuje cílů dosahovat. K proměně stáří, proměně toho, kdo je senior (a jak je/má být aktivní) došlo i ve veřejném diskursu. Je to společnost a její instituce, kdo legitimuje (nového) aktivního seniora. Jsou to ona sdružení a organizace pracující se seniory, které manifestují prostřednictvím svých aktivit a programů koncept aktivního stárnutí v praxi²⁵

Nárůst sportujících seniorů (a možná i preseniorů) lze spatřovat minimálně ve dvou kontextech: snaze o lepší fyzický i psychický zdravotní stav, zde můžeme hovořit o funkčním diskursu a jaksi „z obav“ o symbolickou exkluzi, neboť s tím, jak se proměňuje diskurs stáří a obraz seniora se posouvá k aktivnímu soběstačnému individualizovanému jedinci²⁶, dochází i k určitému vnějšímu tlaku na to začlenit se do tohoto proudu. Aktivita ve stáří (koncept aktivního stárnutí) se stává v současné době v naší společnosti žádoucím

²⁴ Zjištění z tohoto odstavce by se mohla využít jako potenciál pro šíření sportu mezi seniory.

²⁵ Například Občanské sdružení Život 90 se ve své výroční zprávě z roku 2007 zmiňuje o tom, že cílem Akademie seniorů, kterou provozuje, je „udržet a zvyšovat aktivní přístup seniorů k účasti na společenských a vzdělávacích aktivitách“, přičemž dále uvádí, že „tato aktivita vede ke zlepšení zdravotního stavu, omezuje růst počtu závislých seniorů a je podmínkou pro zajištění kvalitního a důstojného stárnutí“ (Hasmanová, str. 8).

²⁶ Tento koncept aktivního stárnutí pracuje s představou jednotlivců, kteří se aktivně snaží ovlivnit podmínky svého stárnutí tak, aby byli co nejméně závislí na sociálním systému a ostatních. Důraz na zapojení do trhu práce, celoživotní vzdělávání a aktivní životní styl, se kterými koncept aktivního stárnutí pracuje, zároveň omezuje finanční i jinou závislost seniorů na státu (in Hasmanová Marhánková, 2010).

stavem normativního charakteru (Hasmannová, Stáří) a tento model přijala v praxi i řada center poskytujících služby a program pro seniory, např. občanské sdružení Remedium nebo Život 90²⁷. Navíc konzumní kultura idealizuje obraz mládí, zdraví a krásy a vše, co je s nimi v rozporu, vytěsňuje. Takže i fyzické projevy stárnutí se stávají nevídaným hostem u řady seniorů (Hasmanová Marhánková, 2008).

Sportovní aktivity mají jistě v koncepci aktivního stárnutí své místo a pěstování sportovních aktivit se bezpochyby ukazuje jako vhodná cesta k spokojenému stáří. Pocit dobrého zdravotního stavu znamená sebevědomí, pocit, že ještě nejsem „starý“. Zdraví již není cíl, ale prostředek k dosahování ještě jiných cílů. Slova „dokud jsem zdravý, jsem i mladý“ o tom vypovídá.

Sport měl historicky tendenci být exklusivním „klubem“ pro bílé, představitele střední a vyšší třídy (Veblen), protestanty, heterosexuály, fyzicky zdatnou mužskou „většinu“ v kapitalistické společnosti. Ne všem, kdo si přáli vstoupit do sportovního světa, to bylo dovoleno (DePaw, Gavron, 200). I některé současné empirické výzkumy poukazují na sociální podmíněnost sportu (Špaček, 2008). Tato skutečnost, že sport je determinován stupněm vzdělání, se zopakovala i v mé analýze²⁸, kde skupinu sportujících v dospělé populaci (věk 31 – 75 let) tvořili z 80 % lidé s maturitním a vyšším vzděláním. A to nejenom v mladších věkových kategoriích, ale i v nejstarší věkové kategorii. Co je podstatné, ukazuje se, že pokud došlo mezi lety 1984 a 2007 k nárůstu sportování u seniorů, bylo tomu právě u vzdělanějších lidí a navíc především v mužské populaci.

Míra sportovní aktivity v populaci stoupá, a tento trend bude z největší pravděpodobností dále pokračovat, naše společnost tedy postupně směřuje k naplňování koncepce aktivního životního stylu. Avšak stupeň vzdělání ovlivňuje účast ve sportovních aktivitách napříč věkovými kategoriemi. Protože sport výrazně přispívá ke zdraví a kvalitě života – jak ostatně dokumentují i výsledky prezentovaných analýz – představuje tak významný prostředek pro přípravu na stáří. Sociální selektivita sportovní aktivity však může způsobit to, že určité skupiny obyvatel – s nižším stupněm vzdělání a zejména ženy, které se navíc dožívají vyššího věku než muži – nebudou z těchto pozitivních dopadů sportování při zabezpečení svého zdraví těžit.

²⁷ Tyto organizace zaměřené na seniorskou populaci přijaly rétoriku aktivního stárnutí a představují se jako její zprostředkovatelé. Aktivita je pak v souvislosti s činností těchto center definována skrze celoživotní vzdělávání a pohybové aktivity.

²⁸ Analyzovala jsem stejné soubory dat jako O. Špaček (2008), byť se lišily věkovým rozložením.

SEZNAM LITERATURY

Tištěné zdroje:

- Bálek, Alexej. 2007. „Československá ekonomika v osmdesátých letech 20. století“. *Acta Oeconomica Pragensia* 15 (7): s. 45-54.
- Čechák, Vladimír, Linhart Jiří. 1986. *Sociologie sportu*. Praha: Olympia
- DePauw, Karen P., Gavron, Susan J. 2005. *Disability sport*. USA: Human Kinetic.
- Dufková, Jana, Milan Tuček. 2003. „Proměny způsobu života“. In *Dynamika české společnosti*. Praha: Slon. s. 168-202.
- Eriksen, Thomas, Hylland. 2005. *Tyranie okamžiku*. Brno: Doplněk.
- Fialová, Ludmila. 2002. Sport a kvalita života. In *Celofakultní seminář společenskovední sekce, UK FTVS*. Praha: FTVS UK.
- Filipcová, Blanka „a kol“. 1974. *Volný čas a kultura v průmyslovém městě*. Praha: Ústav pro kulturně výchovnou činnost.
- Fleml, Libor a kol. 2009. *Prostorové podmínky pro podporu aktivního životního stylu současné populace*. Praha: Karolinum.
- Fleml, Libor, Vajlent Zdeněk. 2010. „Socializace sportem“. *Studia Sportiva* 4 (1): s.75-91.
- Giddens, Anthony. 2003. *Důsledky modernity*. Praha: SLON.
- Hasmanová, Marhánková, Jaroslava. 2008. „No co, tak je mi šedesát pět let“. *Sociální studia. Fakulta sociálních studií Masarykovy univerzity* 2008 (1): S. 35-53.
- Hasmanová, Marhánková, Jaroslava. 2010. „Konstruování představ aktivního stárnutí v centrech pro seniory“. *Sociologický časopis* 46 (2): S .211-234.
- Haškovcová, Helena. 2010. *Fenomén stáří*. Praha: UK FHS.

- Hendl, Jan, Dobrý Lubomír „a kol“. 2011. *Zdravotní benefity pohybových aktivit* (Monitorování, intervence, evaluace). Praha: Karolinum.
- Kabele, Jiří. 2002. „Výklady vládnutí v reálném socialismu“. In *Dědictví komunistické vlády*. Praha: Matfyzpress. s. 10.
- Kalabusová, Michaela. 2012. *Historie a vývoj fitness v ČR*. Nepublikovaná bakalářská práce. Brno: FSS MU.
- Kožíšek, Vladimír a kol. 1989. *Tělesná kultura v životě naší společnosti*. Praha: Olympia.
- Kubátová, Helena. 2010. *Sociologie životního způsobu*. Praha: Grada.
- Možný, Ivo. 2002. *Česká společnost*. Praha: Portál.
- Mrázek, Joachim. 2000. In *Sport, stát, společnost*. Praha: UK FTVS. s. 293
- Müller, Karel. 2008. *Politická sociologie*. Praha: Portál.
- Ouředníček, Martin. 2003. Suburbanizace Prahy. *Sociologický časopis* 2003 (39): s. 235-253.
- Sassatelli, Roberta. 2010. *Fitness culture. Gyms and the Commercialization of Discipline and Fun*. Hampshire: Palgrave Macmillan.
- Sekot, Aleš. 2008. *Sociologické problémy sportu*. Praha: Grada Publishing.
- Slepička, Pavel, Slepičková Irena. 2000. *Sport, stát, společnost*, Praha: UK FTVS.
- Slepičková, Irena. 2005. *Sport a volný čas*. Praha: Karolinum.
- Slepičková, Irena. 2007. *Sportovní organizace: Teoretická východiska a situace v ČR po roce 1990*. Praha: Karolinum.

Smékalová, Martina. 2009. *Fenomén chataření a chalupaření v České republice*. Nepublikovaná bakalářská práce. Brno: FSS MU.

Stackeová, Daniela. 2003. Fitness - trendy a perspektivy. In Vindušková, J., Chrudimský, J. (eds.) *Pohybové aktivity jako prostředek ovlivňování člověka*. Praha: FTVS UK.

Strachová, Milena. 2011. *Transformace českého sportovního hnutí a Českého svazu tělesné výchovy po roce 1989*. Nepublikovaná disertační práce. Brno: FSS MU.

Sýkorová, Dana. 2006. „Senioři v České republice. Mýty a jejich rekonstrukce“. *Časopis Sociologie* 38 (2): s.151-164.

Šafr, Jiří. 2012. „Životní styl po roce 1989.“ In: Patočková, V., Čermák, D., Vojtíšková, K. (eds.): *Kultura v krajích České republiky*. Praha: SOÚ AV ČR, v.v.i., S. 231–265.

Špaček, Ondřej. 2008. „Sociální diferenciacie aktivní sportovní participace v České republice“. *Sociologický časopis* 2008 (6): s. 1-5.

Vráková, Karolína. 2012. “Budu cvičit, dokud budu moct“. *Časopis Respekt* 2012 (23).

Elektronické zdroje:

Česká televize. 2010. *Sportování za socialismu*. [online]. ČT, pořad Retro. [cit. 04. 2013]. Dostupné z <http://www.ceskatelevize.cz/ivysilani/10176269182-retro/210411000360015/>.

ČSTV. 2003. *Sport pro všechny, povinnost státu*. [online]. TP zpravodaj ČSTV [cit. 04. 2013]. Dostupné z <http://old.cstv.cz/tpzpravodaj/tp2003-c08.pdf>.

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. 2002. *Evropská charta sportu*. [online]. MŠMT. [cit. 15. 03. 2013]. Dostupné z <http://www.msmt.cz/sport/evropska-charta-sportu>.

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. 2007. *Bílá kniha o sportu*. [online]. MŠMT. [cit. 10. 04. 2013]. Dostupné z <http://www.msmt.cz/sport/bila-kniha-o-sportu>.

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. 2009. Analýza financování sportu v České republice. [online]. MŠMT. [cit. 04. 2013]. Dostupné z <http://www.msmt.cz/sport/analyza-financovani-sportu-v-ceske-republice>.

Svobodová, Kamila. 2005. *Stárnutí populace podle výsledků projekce ČSÚ*. [online]. Demografický informační portál. [cit. 20. 02. 2013]. Dostupné z http://www.demografie.info/?cz_detail_clanku=&artclID=34.

Vávra, David. 2008. *Utečeme na chalupu*. [online]. Historie.cs. . [cit. 12. 02. 2013]. Dostupné z <http://www.ct24.cz/textove-prepisy/5073-uteceme-na-chalupu/>.