

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU

**Tenis na vozíku jako motivace v životě handicapovaného
sportovce**

Diplomová práce

Vedoucí diplomové práce:

Mgr. Tomáš Kočib

Vypracoval:

Bc. Michaela Rullová

Praha, duben 2013

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci zpracovala samostatně a že jsem uvedla všechny použité informační zdroje a literaturu. Tato práce ani její podstatná část nebyla předložena k získání jiného nebo stejného akademického titulu.

V Praze, dne 22. dubna 2013

.....

Bc. Michaela Rullová

Evidenční list

Souhlasím se zapůjčením své diplomové práce ke studijním účelům. Uživatel svým podpisem stvrzuje, že tuto diplomovou práci použil ke studiu a prohlašuje, že ji uvede mezi použitými prameny.

Jméno a příjmení:

Fakulta / katedra:

Datum vypůjčení:

Podpis:

Děkuji panu Mgr. Tomáši Kočíbovi za odborné vedení diplomové práce a současně i panu Mgr. Rostislavu Čichoňovi, Ph.D., konzultantovi práce, za věnovaný čas a cenné rady.

Dále děkuji všem, kteří mi pomohli s přípravou práce a byli mi oporou při její tvorbě a také respondentům, kteří mi poskytli potřebné informace.

V neposlední řadě děkuji své rodině za všestrannou podporu po celou dobu studia.

Abstrakt

Název: Tenis na vozíku jako motivace v životě handicapovaného sportovce

Cíle: Cílem diplomové práce je ověřit důležitost sportu respektive tenisu na vozíku v životě handicapovaného sportovce.

Metody: V diplomové práci byla jako základní výzkumná metoda použita metoda explorativního výzkumu. Konkrétně ve formě anonymního dotazníku a tří rozhovorů, které slouží k dokreslení zkoumaného souboru handicapovaných sportovců. Hlavním prvkem výzkumu bylo samostatné dotazníkové šetření, které bylo složeno z 16 - ti otázek.

Nestandardní dotazník byl sestaven na základě odborného vedení Mgr. Tomáše Kočíba, konzultací s odborníkem v oblasti tenisu na vozíku Mgr. Rostislava Čichoně, Ph.D., literární rešerše a vlastních zkušeností získaných autorem.

Výsledky: Bylo potvrzeno, že sport respektive tenis na vozíku je pro život handicapovaného sportovce významný. Ovlivňuje nejen jeho fyzickou kondici, nýbrž celou osobnost.

Klíčová slova: tenis, tenis na vozíku, handicap, motivace, výzkum

Abstract

Title: Wheelchair tennis as a motivation in the life of a handicapped athlete

Objectives: The aim of this work is to verify the importance of sport, particularly the wheelchair tennis in the life of a disabled sportsman.

Methods: The main method of a search used in this thesis was used the method of an explorative research. Specifically, in the form of an anonymous questionnaire and three interviews, which were used to illustrate the examined group of disabled athletes. The main element of the research was a separate research while using the questionnaire, which consisted of 16 questions.

The non-standard questionnaire was set up on the basis of mentoring of Mgr. Tomáš Kočib, consultations with experts in the field of wheelchair tennis Mgr. Rostislav Čichoň, Ph.D., literature research and the author's own, gained experience.

Results: It was confirmed that sport, namely wheelchair tennis is significant for a sportsman's life. It does not only affect his/her physical condition but their whole personality.

Key words: tennis, wheelchair tennis, handicap, motivation, research

OBSAH

OBSAH.....	7
1. Úvod.....	9
2. Stručná charakteristika tenisu	11
3. Stručná charakteristika tenisu na vozíku	13
4. Český tenisový svaz vozíčkářů - ČTSV	14
5. Vybavení pro tenis na vozíku.....	16
5.1 Raketa.....	16
5.2 Sportovní vozík.....	17
6. Pravidla tenisu na vozíku	20
6.1 Pravidlo dvojího dopadu	20
6.2 Pravidlo o vozíku jako součásti hráčova těla.....	20
6.3 Pravidlo o ztrátě bodu	20
6.4 Pravidlo o uvádění míčku do hry.....	20
6.5 Pravidlo o pohybu na vozíku pomocí nohou.....	21
6.6 Pravidlo vzájemného souboje chodícího tenisty s tenistou na vozíku	21
6.7 Pravidlo o vozíku	21
7. Soutěže v tenise na vozíku	22
7.1 Mezinárodní tenisová TOUR vozíčkářů	22
7.2 Paralympijské hry a tenis na vozíku	23
7.2.1 Paralympijské hry a český tenis na vozíku	23
7.3 Mezinárodní turnaje pořádané v České Republice	24
7.4 Mistrovství České Republiky - ČTSV Tour.....	24
8. Zdravotní handicapy tenistů na vozíku a jejich klasifikace.....	26
8.1 Paréza	26
8.2 Plegie.....	27
8.3 Spasticita	28
8.4 Nejzávažnější postižení tenistů na vozíku.....	28
8.4.1 Paraplegie.....	28
8.4.2 Kvadruplegie	29
8.4.3 Amputace	31
8.5 Klasifikace.....	33

8.5.1	Klasifikátor.....	33
8.6	Kategorizace tenisu na vozíku	34
8.6.1	Paraplegici.....	34
8.6.2	Kvadruplegici.....	34
8.6.3	Kategorizace hráčů podle regulí ITF	35
9.	Tělesné postižení a sport.....	37
9.1	Tělesné postižení.....	37
9.2	Přístup společnosti k tělesným postižením.....	37
9.3	Cíle a úkoly tělesné výchovy pro tělesně postižené.....	38
9.4	Sportovní hry pro osoby s tělesným postižením.....	39
9.5	Vozičkáři	40
9.5.1	Význam tělesné výchovy a sportu pro vozičkáře.....	40
9.6	Sport a trénink tělesně postižených.....	41
9.6.1	Složky sportovního tréninku tělesně postižených	42
9.7	Psychologické charakteristiky tenisového utkání	44
9.8	Motivace	44
9.8.1	Motivace ve sportu	45
9.8.2	Motivace v tenise.....	46
10.	Empirická část	47
10.1	Metodika výzkumu	47
10.1.1	Rozbor dílčích problémů výzkumu	47
10.1.2	Sběr a zpracování dat.....	49
10.1.3	Charakteristika sledovaného souboru	50
10.2.1	Otázky k dílčímu problému výzkumu č. 1	55
10.2.2	Otázky k dílčímu problému výzkumu č. 2.....	59
10.2.3	Otázky k dílčímu problému výzkumu č. 3	63
10.2.4	Otázky k dílčímu problému výzkumu č. 4.....	67
10.2.5	Otázky k dílčímu problému výzkumu č. 5.....	70
11.	Závěr	74
12.	Seznam použité literatury	77
13.	Přílohy.....	83

1. Úvod

Téma diplomové práce „Tenis na vozíku jako motivace v životě handicapovaného sportovce“ jsem si zvolila z mnoha důvodů. Díky své profesi rozhodčí tenisu, se každoročně podílím na turnajích tenistů na vozíku pořádaných na území České republiky. Zde jsem měla možnost poznat tyto sportovce nejen na tenisovém dvorci, ale i mimo něj. Obdivuji jejich bojovnost a velmi si vážím toho, že se mohu podílet na práci s nimi.

Pro výběr a zpracování daného tématu jsem se mimo jiné rozhodla proto, že se tenisu věnuji již od svých 4 let a stále jsem aktivní hráčkou registrovanou pod Českým tenisovým svazem. Rozhodčí tenisu dělám přes 10 let a trenérkou III. třídy jsem se stala v 21 letech. Nyní je trénování tenisu mým koníčkem a zároveň i prací, která mě z části živí. Vzhledem ke studované tenisové specializaci jsem si vybrala téma, které mi bylo nejbližší. Zároveň bych chtěla zkusit veřejnosti přiblížit tenis na vozíku a sport handicapovaných obecně, který se v posledních letech v mnoha směrech rozvíjí i přesto, že nemá tradici a v informačních médiích o něm zpravidla neslyšíme.

V dnešní době víme, díky úrovni vědeckého poznání, že cílem sportovní aktivity osob se zdravotním handicapem je hodnota sportu pro ně samotné. Sport jim pomáhá ke znovuzískání sebedůvěry, odhodlání, samostatnosti a k celkové aktivitě. Velmi důležitou věcí je motivace k životu, ke změně situace a zkvalitnění života, a proto práce zjišťuje, jak velkou roli hraje tenis na vozíku v životě handicapovaného jedince.

Tenis na vozíku patří k nejpobulárnějším a nejrozšířenějším sportům upraveným pro potřeby handicapovaných sportovců u nás i ve světě. Je určen jak mužům, tak i ženám a to v jakémkoli věku. Každý rok přibude řada nových hráčů, kteří se chtějí tomuto dynamickému a velmi atraktivnímu sportu věnovat. Pravidla se od tenisu příliš neliší. Hráč sedí na vozíku a snaží se trefit míč do dvorce, stejně jako je tomu u nehandicapovaných tenistů. Dvorec je standardních rozměrů a skóre se počítá rovněž stejným způsobem. Zásadní pro rozvoj tohoto sportu je jeho rozšíření, dostupnost, zkvalitnění trenérského vedení a především výrazný pokrok v oblasti vývoje speciálních vozíků pro tenis.

Cílem diplomové práce je ověřit důležitost sportu respektive tenisu na vozíku v životě handicapovaného sportovce a zodpovědět výzkumnou otázku - „Jaké místo zaujímá tenis na vozíku v životě handicapovaných, co jim přináší a jaký na ně má vliv?“

Účelem této práce je také poskytnutí podrobnějších informací o lidech s handicapem a vytvoření komplexnějšího náhledu na ně. Přispět k odstranění stále přetrvávajících negativních názorů na handicapované ve společnosti a přiblížit široké veřejnosti aktivitu Českého svazu tenistů na vozíku.

2. Stručná charakteristika tenisu

Tenis je jedním z nejrozšířenějších sportů na světě, který je znám ve všech světadílech. Řadíme ho mezi neinvazivní sportovní hry síťového typu. Cílem hry je zahrát míč pomocí rakety na soupeřovu polovinu tak, aby ho vůbec nezahrál, případně aby mu vrácení dělalo problémy. Varianta se dvěma hráči na dvorci se nazývá dvouhra, varianta se čtyřmi hráči je čtyřhra. Přestože je tenis sportem individuálním, díky čtyřhře zvyšuje smysl pro spolupráci.

Název tenis vznikl z anglického slova tenes, tenetz a francouzského tenez!, což znamená nate, berte, držte! Bílý sport, jak je často tenis označován, je velmi elegantní míčová hra. Ke hře potřebujeme tenisovou raketu, míč, tenisový dvorec a síť.

Tenis klade velké nároky na fyzické i psychické vlastnosti hráče. Rozvíjí cílevědomost, vynalézavost a samostatnost. *„Důležité je taktické myšlení, ohodnocení soupeře, rychlý pohyb, a schopnost dlouhodobého soustředění. Hra vyžaduje obratnost a nervosvalovou koordinaci, která umožňuje ekonomický pohyb po hřišti v měnících se podmínkách hry.“* (JANKOVSKÝ, 2002, s. 9)

Tento individuální sport, díky své výjimečnosti okouzluje lidi v téměř jakémkoli věku. Je možné se mu věnovat již od předškolních let až po aktivní věk seniorský. Řadí se mezi sporty s největší základnou rekreačních hráčů na světě. Zvyšuje fyzickou kondici a zpevňuje celé tělo. Doporučuje se, aby byl doplněný i o jiné aktivity, způsobuje totiž jednostrannou zátěž.

V České republice má velkou tradici. Již Československá tenisová škola měla odjakživa ve světě velmi dobrý zvuk. Mimo skvělé výsledky našich reprezentantů, může být potvrzením třeba i to, že v sedmdesátých letech minulého století si čeští odborníci nechali patentovat průpravnou hru na malých dvorcích, kterou nazvali pálkový tenis. Dá se říci, že jeho nástupcem je v dnešní době velmi populární hra určená pro děti ve věku 6 – 7 let, minitenis. Minitenis umožňuje dětem formou hry rozvíjet všechny herní dovednosti. Cílem je vychovávat děti k fair play a vést k radosti ze hry.

Tenis patří mezi Olympijské sporty. Součástí letních olympijských her - LOH byl od jejich znovuobnovení v roce 1896 až do roku 1924, kdy došlo k jeho vyřazení. Opět se tenis na hry vrátil až v roce 1968 a poté 1984, avšak pouze v roli ukázkového sportu. Do rodiny olympijských sportů se zařadil v roce 1988 na LOH v Soulu. Od té doby je jejich pravidelnou součástí.

Největšími mezinárodními tenisovými turnaji, které se nazývají grandslamové, jsou:

- Wimbledon - mezinárodní mistrovství Anglie
- French Open – mezinárodní mistrovství Francie
- Australian Open – mezinárodní mistrovství Austrálie
- US Open – mezinárodní mistrovství USA.

Grand Slam je v původním smyslu označován jako vítězství ve všech čtyřech nejvýznamnějších mezinárodních tenisových turnajích během jedné sezóny. Získání Grand Slamu je velmi vzácné.

3. Stručná charakteristika tenisu na vozíku

Tenis na vozíku je jeden z nejrychleji se rozvíjejících sportů vozíčkářů na světě. Je to sport velmi dynamický a divácky atraktivní. Hraje se na tenisových kurtech standardních rozměrů, se standardním tenisovým vybavením. Rakety ani míče se neliší od vybavení nehandicapovaných tenistů. V roce 1988 se tenis na vozíku poprvé představil na paralympijských hrách v Soulu, kde se tehdy odehrála pouze exhibice. Od roku 1992 je tenis vozíčkářů plnohodnotnou součástí paralympijských her. V Londýně 2012 bylo rozdáno celkem 18 medailí v 6 soutěžích.

Tenis na vozíku se řídí stejnými pravidly jako tenis nehandicapovaných. Jedinou výjimkou je pravidlo o dvojím dopadu, schváleném mezinárodní tenisovou federací - ITF, kdy tenista na vozíku může odehrát míček na soupeřovu polovinu až po druhém odrazu míčku od země. Soutěžní utkání ve dvouhře i čtyřhře se hraje na dvě vítězné sady do šesti gamů. Při stavu 6:6 na gamy se hraje zkrácená hra tzv. tie-break na sedm vítězných bodů.

Všichni handicapovaní sportovci musí ve dvouhře i čtyřhře soutěžit na vozíku a mít medicínsky diagnostikovanou permanentní poruchu hybnosti, které má za následek výrazné ztráty funkce jedné nebo obou dolních končetin. Tenis na vozíku nerozlišuje typy tělesného postižení, takže se jedná o sport vhodný pro paraplegiky, hráče s částečnou lézí páteře i amputaře, kteří hrají společně v jedné kategorii. Pouze kvadruplegici mají svoji divizi.

Tenis na vozíku byl založen v roce 1976, kdy Brad Parks poprvé zasáhl tenisový míček z invalidního vozíku a uvědomil si tak potenciál tohoto nového sportu. V České republice se tenis vozíčkářů rozvíjí ve druhé polovině devadesátých let. První mistrovství české republiky se uskutečnilo v roce 1996 v Neratovicích.

ITF je mezinárodní vedoucí tenisová instituce, která také zaštiťuje tenis vozíčkářů. Jejím cílem je poskytovat, podporovat a rozvíjet příležitosti pro muže, ženy a děti s tělesným handicapem, k tenisu vozíčkářů na všech úrovních od nováčka po profesionálního hráče. „*Tenis na vozíku se rovněž stal prvním sportovním odvětvím tělesně postižených sportovců, kterému se podařilo plnohodnotně se začlenit do struktur sportovní organizace zdravých sportovců.*“ (KUDLÁČEK, 2007, s. 67)

4. Český tenisový svaz vozíčkářů - ČTSV

Český tenisový svaz vozíčkářů založený roku 1995 je občanské sdružení s vlastní právní subjektivitou, které je zároveň členem ITF za Českou republiku. Za své krátké období se nesmazatelně zapsalo do povědomí domácích příznivců vozíčkářského tenisu i do povědomí mezinárodní asociace tenisu na vozíku. (CÍSAŘ, 2006) „*Výborným příkladem spolupráce mezi běžnými sportovními organizacemi a organizacemi sportovců s postižením je Český tenisový svaz vozíčkářů (ČTSV), který byl založen 11. 11. 1995. O měsíc později byl tento svaz oficiálně přijat Českou tenisovou radou za řádného kolektivního členu ČTS.*“ (KUDLÁČEK, 2007, s. 14)

Tenis na vozíku je od roku 2002 plnohodnotným členem českého paralympijského hnutí s možností nominovat své hráče na paralympijské hry. Od roku 2003 je také členem Českého svazu tělesně postižených sportovců. V současné době má ČTSV zhruba 50 členů a jeho aktivní hráči působí v Centrech tenisu na vozíku v Brně, Praze a Karviné, popřípadě se připravují se svými trenéry v místě bydliště. Hráčům reprezentačního výběru ČTSV každoročně financuje účast až na devíti zahraničních turnajích a start pětičlenného družstva na mistrovství světa. Český tým doposud bojoval na mistrovstvích světa družstev v Holandsku, Austrálii, Anglii, Španělsku, USA, Francii, Švýcarsku, Itálii, Polsku, Novém Zélandu a Brazílii. V posledních šesti letech se umístil vždy do první desítky v konkurenci 32 účastníků. Dále zajišťuje a podporuje tréninkovou přípravu užšího reprezentačního výběru, přičemž širšímu reprezentačnímu výběru poskytuje materiální podporu. Všem ostatním hráčům umožňuje získat speciální tenisové vozíky za zvýhodněných finančních podmínek. (CÍSAŘ, 2006)

ČTSV každoročně pořádá domácí okruh turnajů – ČTSV Tour, na kterém mají právo bezplatné účasti všichni jeho členové. Body, získané na ČTSV Tour, jsou od roku 2003 sčítány a nejúspěšnější hráči získávají tituly mistrů České republiky ve dvouhře i čtyřhře. ČTSV Tour zahrnuje v současné době turnaje HAMR Open (halový), Brno Open, Hostýnský pohár, VZP Praha Open, Radnický pohár a Karviná Open (halový). ČTSV je také organizátorem pravidelného náborového soustředění pro nové hráče, kde nabízí bezplatnou možnost všem, kteří chtějí s tenisem na vozíku začít. Významnou aktivitou ČTSV je organizace tří mezinárodních turnajů na našem území, které se konají:

- v Prostějově - Wheelchair Czech Open

- Brně - SSŽ Cup
- Praze - Prague Cup Czech Indoor.

(CÍSAŘ, 2006)

5. Vybavení pro tenis na vozíku

Tenis je jedním z nejoblíbenějších sportů dnešní doby. Těší se velké popularitě jak v České republice, tak i ve světě. Jinak tomu není ani u tenisu na vozíku. K rychlému rozvoji přispívá stoupající zájem handicapovaných sportovců o hru. Neméně důležitý je ale technologický pokrok ve zdravotnických pomůckách a především pokrok co se týče pomůcek tenisových.

5.1 Raketa

Tenisová raketa je nejdůležitější součástí tenisového vybavení. Její historický vývoj je velmi bohatý. Hráči nejdříve odpalovali těžký kožený míč holou dlaní, poté si obalovali ruce různými látkami a zkoušeli hru v rukavicích. Tyto mnohdy velmi nekomfortní způsoby však hráče brzy omrzely a vznikly první pálky a poté i rakety, které se již podobaly těm tradičním, jak je známe. Stejně jako dnes i tehdy chtěli hráči hrát rychleji, s větší silou, s větším pohodlím a samozřejmě i tehdy jim nebyla příjemná nejrůznější zranění, která si přivodili při hře. Proto byly velké světové firmy nuceny k neustálým inovacím v technologiích výroby raket. (<http://www.jandustenis.cz/index.php?ID=5>)

Nejdůležitější věcí při výběru tenisové rakety je, aby hráči vyhovovala vzhledem k jeho pojetí hry a pomohla mu jeho hru zlepšit. Pokud toto nesplňuje, je nevhodná. Není důležité jakou má raketa barvu, kdo jí vyrobil nebo který hráč z první světové desítky s ní hraje. Vhodná tenisová raketa je tedy ta, která zcela vyhovuje hernímu stylu hráče.

Kritéria, která zlepšují hru, jsou:

- a) Stabilita
- b) Síla
- c) Komfort
- d) Kontrola

Přestože vždy jedno z těchto kritérií u rakety převládá, nesmí rozhodně žádné úplně chybět. Pokud by hráč neměl kontrolu nad odehraným míčkem, nebyla by mu raketa produkující obrovskou sílu k ničemu. (JANKOVSKÝ, 2002)

Mimo herní kritéria, která byla právě popsána je potřeba vzít v úvahu i některé fyzikální vlastnosti jako je hmotnost, vyvážení, tuhost rámu, velikost hlavy rakety a délku rakety.

Obr. 1 Tenisová raketa



Zdroj: (www.tenislife.cz/navody/jak-vybrat-tenisovou-raketu.html)

Raketa by měla odpovídat tělesné konstituci hráče a velikosti jeho ruky. Příliš těžká raketa může hráči způsobit zdravotní komplikace. Vyplývá z toho řada problémů se zápěstím, paží, ale i zády. Důležitá je také velikost držadla. V případě, že je držadlo slabé, protáčí se hráči v ruce, což znemožňuje pevné držení. Prsty by měly při uchopení rakety přiléhat na držadlo tak, aby vznikla mezi palcem a konečky prstů mezera asi na šířku prstu. Kvalita, průměr a napětí výpletu také značně ovlivňuje kontrolu nad míčkem a kvalitu úderu (JANKOVSKÝ, 2002)

5.2 Sportovní vozík

Ve své již více než padesátileté historii prošel sportovní invalidní vozík řadou materiálových i technických proměn. Nejdříve používali sportovci vozičkáři normální běžné vozíky, které sloužily ke každodenní potřebě. Později se začaly vyrábět speciální

vozíky, určené pro sportovní aktivity. „*Předpokladem jakékoliv sportovní činnosti vozíčkářů, je zvládnutí jízdy na invalidním vozíku.*“ (KÁBELE, 1992, s. 18)

Jednou z největších a nejstarších firem na světě vyrábějících invalidní pomůcky je firma Everest a Jennings. Podle ní byla vytvořena první pravidla týkající se sportovních vozíků pro dospělé. Tato firma má obrovskou tradici a vozíky vyrábí již více než 60 let. Jak se sport vozíčkářů rozvíjel, začali sportovci sami hledat možnosti zlepšení jejich výkonů. Nejdůležitější pomůckou byl pro ně vozík, a tak se zaměřili na jeho celkovou úpravu. Vývoj se ubíral dvěma směry. První se soustředil na sálové sporty, tenis a atletické disciplíny. Druhý na jízdu na dráze nebo silnici. „*Dnešní sportovní vozíky jsou nesrovnatelné s původními těžkopádnými vozíky z let čtyřicátých nejen co do váhy, ale především jsou lépe ovladatelné.*“ (KÁBELE, 1992, s. 17)

Sportovní vozíky jsou konstruovány tak, aby sportovcům vyhovovaly a seděly k jednotlivým sportům. „*Vozík může být také dokonalou sportovní pomůckou, která umožní odehrát basketbalový turnaj, vyhrát maraton nebo ovládnout taneční parket.*“ (KUDLÁČEK, 2007, s. 30)

Zpravidla se jedná o vozíky lehké, snadno ovladatelné, specializované a velice drahé. Jsou vyráběny z ultralehkých materiálů v souladu s biomechanickými zákonitostmi. Vozíky jsou většinou krabicového typu, mají zkosená kola zajišťující stabilitu a desku, která umožňuje nastavitelný posez. Ten rovněž zajišťuje stabilitu a ovladatelnost vozíku. Moderní sportovní vozík je tedy velmi lehký. Váží mezi 6-17 kilogramy. (KUDLÁČEK, 2007)

Dle Mgr. Čichoně Ph.D., používají tenisté na vozíku ke hře zpravidla speciální vozík určený právě pro tenis. Vozík je vycentrován na střed těžiště těla hráče a mimo zkosených kol má ještě jedno malé kolečko vzadu a vpředu. Kolečka jsou nastavena rozdílně vysoko, což hráčům umožňuje hrát údery v záklonu a zároveň jim zajišťuje lepší stabilitu. Mezi handicapovanými tenisty se tomuto vozíku říká „houpačka“, právě díky nestejně výšce umístění koleček. (Čichoň, [online] sdělení 19. 4. 2013)

Obr. 2 Sportovní basketbalový vozík



Zdroj: (<http://www.medicco.cz/index.php?page=80&podpage=26&p=1&detail=15>)

6. Pravidla tenisu na vozíku

Tenis na vozíku je dynamický a divácky atraktivní sport, který se hraje na standardních tenisových dvorcích. Pravidla tenisu na vozíku jsou prakticky shodná s pravidly klasického tenisu chodících. Určité výjimky zde však přesto najdeme. Upraveny jsou Mezinárodní tenisovou federací - ITF.

6.1 Pravidlo dvojího dopadu

Chodící tenista je dle pravidel povinen odehrát míč nejpozději po prvním dopadu na jeho polovině kurtu. Hráč na vozíku má možnost dvou dopadů. Není však podmínkou, aby druhý dopad míčku byl do vymezeného prostoru kurtu.

6.2 Pravidlo o vozíku jako součásti hráčova těla

Sportovní vozík, pomocí kterého se hráč pohybuje po kurtě, je brán jako součást jeho těla nebo oblečení. Platí pro něj proto stejné pravidlo jako pro chodící hráče, jeho tělo a oblečení. V případě, že se míček před prvním dopadem na plochu dvorce dotkne hráčova vozíku, bod je automaticky připsán na soupeřovu stranu. Toto pravidlo platí i tehdy, je-li hráč, o jehož vozík se míček odrazil, za autovou čarou.

6.3 Pravidlo o ztrátě bodu

Hráč ztrácí bod, když se mu nepodaří odehrát míček dřív, než dopadne potřetí na povrch dvorce. Ztrátou bodu lze hráče také postihnout za použití jakékoliv části dolní končetiny jako brzdy nebo stabilizace vozíku při příjmu podání, při odehrání míče nebo pokud použije dolních končetin pro zastavení vozíku v době, kdy je míček stále ve hře. Hráč také nesmí při odehrání míče ztratit kontakt se sedací plochou vozíku.

6.4 Pravidlo o uvádění míčku do hry

Podávající nesmí během podání zasáhnout žádnou částí vozíku, ani kolem, do pole před základní čarou. Takovéto pravidlo lze upravit v případě, že není fyzicky možné tohoto dosáhnout. Jedná se především o hráče kvadruplegika. V okamžiku zahájení podání by měl být podávající hráč v ustálené pozici. Podávající pak může udělat jedno odstrčení, než udeří do míče.

6.5 Pravidlo o pohybu na vozíku pomocí nohou

Toto pravidlo platí pouze pro hráče, který není fyzicky schopen uvést vozík do pohybu pomocí kol. V takovém případě je dovoleno činit pohyb na vozíku pomocí odrazu jedné nohy. Toto pravidlo neplatí, když je míček v počáteční fázi odehrání, tedy v případě, že nedošlo ke kontaktu míče s raketou. Stejně pravidlo je uplatněno také v případě, že je míček v počáteční fázi podání, tedy ještě nedošlo ke kontaktu míče s raketou.

6.6 Pravidlo vzájemného souboje chodícího tenisty s tenistou na vozíku

V případě, že dojde k vzájemnému zápasu mezi chodícím tenistou a tenistou na vozíku, platí pro tenistu na vozíku závazná pravidla pro tenis na vozíku a pro hráče chodícího závazná pravidla tenisu chodících. Základní rozdíl je tedy v tom, že chodící hráč je povinen odehrát míček po prvním dopadu, zatímco tenista na vozíku může využít možnosti dvou dopadů.

6.7 Pravidlo o vozíku

Sportovní vozík musí být upraven tak, aby hráč nemohl vozík řídit nebo brzdit nohama. Jakákoliv přídavná zařízení, která umožňují nebo ovlivňují pohyb vozíku v jakémkoliv směru, jako jsou brzdy nebo další kola či poháněcí obruče, jsou zakázána. V případě, že má hráč poruchu vozíku nebo výstroje, může rozhodčí přerušit hru a povolit opravu v předepsaných limitech. Na opravu vozíku je stanovena maximální doba 20 minut. Hráči mající závažné omezení mobility, bránící jim ručně ovládat vozík, mohou při hraní tenisu používat vozík elektrický. Pokud je hráči povoleno používat elektrický vozík, musí tak nadále činit ve všech dalších turnajích schválených ITF. (<http://www.itftennis.com/media/137505/137505.pdf>)

7. Soutěže v tenise na vozíku

Tenis na vozíku se velmi rychle stal sportem, který si zamilovali nejen hráči, ale i diváci a sportovní veřejnost. Je velmi náročný technicky, ale také takticky a psychologicky. Mimo kvadruplegiků, kteří mají vlastní Quad divizi, soutěží všechny skupiny handicapovaných proti sobě. Tenis na vozíku je jediným sportem pro handicapované, který nemá systém klasifikace dle postižení. Hráči jsou hodnoceni především podle své tenisové šikovnosti než reálného tělesného postižení. „*Ve sportu zdravotně postižených je ale klasifikace dána jinými proměnnými, a to buď typem a velikostí zdravotního postižení nebo funkčními schopnostmi závodníka.*“ (DAĐOVÁ et al., 2008, s. 5)

7.1 Mezinárodní tenisová TOUR vozíčkářů

Tenis na vozíku, má stejně jako tenis chodících svoje mezinárodní turné, složené z mezinárodních turnajů, probíhajících po celém světě. NEC Wheelchair Tennis Tour vznikla v roce 1992 a skládala se z jedenácti mezinárodních turnajů. Její popularita a velikost rostla. V současné době se koná přibližně 170 turnajů, které organizuje a zároveň na ně dohlíží sama ITF.

Turnaje se dělí do tří skupin:

- a) Super Series - turnaje odpovídající Grand Slamovým turnajům, ve kterých soutěží chodící tenisté.
- b) ITF 1- 3 a ITF Futures - tyto turnaje odpovídají ATP-tour pro chodící tenisty. Celkem je jich ročně asi 160 na světě. Speciálními akcemi je každoroční mistrovství světa družstev - World Team Cup.
- c) Masters - turnaj osmi nejlepších hráčů a hráček (Singles Masters). Turnaj osmi nejlepších párů mužů a žen (Doubles Masters).

(<http://www.itftennis.com/media/137505/137505.pdf>)

Dle výkonnosti hráčů se mezinárodní turnaje dělí na hlavní divizi - Main Draw, vedlejší - Second Draw a divizi B, která je otevřená začínajícím hráčům a všem těm, kteří nejsou umístěni na světovém žebříčku (systém bodování). Kvadruplegici mají

svoji soutěž - Quad. Ve všech divizích se hraje hlavní soutěž, ale také soutěž útěchy, nazývaná se Consolation, které se účastní všichni poražení z prvního kola. V divizi Main Draw, která je nevyšší, mohou startovat muži do 125. místa na světovém žebříčku a ženy do 50. místa na světovém žebříčku. (<http://www.itftennis.com/media/137505/137505.pdf>)

7.2 Paralympijské hry a tenis na vozíku

Paralympijské hry se konají jednou za čtyři roky vždy po olympijských hrách. Řídícím orgánem je Mezinárodní paralympijský výbor. Tato sportovní událost je určena pro sportovce se zdravotním postižením pohybu, amputacemi, sensorickým zdravotním postižením a mentální retardací.

(http://cs.wikipedia.org/wiki/Paralympijsk%C3%A9_hry)

Tenis na vozíku se poprvé představil na paralympijských hrách v Soulu v roce 1988. Tehdy zde byla odehrána pouze exhibice. O čtyři roky později, na Paralympijských hrách v Barceloně získal tenis na vozíku úplný medailový status a oficiálně se zapsal do paralympijských sportů. Od roku 1992 výrazně vzrostl a je považován za jednu z nejdůležitějších a nejzajímavějších událostí celých her. Celkem 48 mužů a 24 žen se kvalifikuje přes mezinárodní kvalifikaci nebo na individuální divokou kartu. Formát soutěže, kterým je turnaj odehrán, je stejný jako v olympijském tenise chodících. Na poslední Paralympiádě v Londýně 2012 bylo rozdáno celkem 18 medailí. (<http://www.itftennis.com/media/137505/137505.pdf>)

7.2.1 Paralympijské hry a český tenis na vozíku

V České republice zastřešuje aktivity související s nominací na paralympiádu Český paralympijský výbor. Kvalifikační kritéria a neshody ČTSV a Českého paralympijského výboru měla za následek to, že se český tenista na vozíku dostal na paralympijské hry až v roce 2004 v Aténách. Byl jím Miroslav Brychta, který je i v současné době stále nejlepším českým reprezentantem. V turnaji se dostal mezi posledních šestnáct nejlepších, což byl v konkurenci 65 účastníků výborný paralympijský debut. (CÍSAŘ, 2006)

7.3 Mezinárodní turnaje pořádané v České Republice

KPM CONSULT Czech Open je mezinárodní antukový turnaj, který svoji historii odstartoval v roce 1995 v Brně. Zde byl pořádán do roku 1998 a svoji úroveň přesvědčil mezinárodní tenisovou federaci natolik, že mu byla pravidelně zvyšována kategorie až na současnou nejvyšší ITF 1. Od roku 1999 byl turnaj přemístěn do Prostějova. Důvodem byly stále stoupající nároky na úroveň tenisového areálu i ostatních služeb. Do prostějovského tenisového klubu se sjíždějí světoví hráči a hráčky dodnes. (CÍSAŘ, 2006)

Prague Cup Czech Indoor s dotací 6000 Euro je jediný halový turnaj mezinárodní úrovně u nás a pravidelně ho na počátku prosince hostí tenisový areál v Průhonicích. I sem se sjíždí kvalitní hráčská konkurence. Historie turnaje sahá do roku 1997. Od té doby se na pražských dvorcích představí zpravidla přibližně 85 tenistů a tenistek ročně. Kategorie turnaje zatím zůstává na úrovni ITF3. (CÍSAŘ, 2006)

SSŽ Cup je název pro mezinárodní mistrovství ČR, dotované 1000 Eury, které navazuje na předchozí ročníky, kdy byl organizován pouze jako mistrovský vrchol domácí soutěžní sezóny. Jeho historie začala v roce 1996 v Neratovicích, pokračovala dvěma ročníky v Kralupech nad Vltavou a od roku 1999 je každoročně organizován v tenisovém areálu TC Classic v Brně. Doposud se všichni účastníci museli sklonit nad uměním Miroslava Brychty, ale mezinárodní konkurence mu cestu k dalším titulům ztěžuje. Turnaj má kategorii ITF Futures a je organizován vždy v srpnu. (CÍSAŘ, 2006)

Již několik let se jako rozhodčí tenisu podílím na turnajích tenistů na vozíku. Pravidelně rozhoduji utkání na Prague Cup Czech Indoor v Praze, stejně jako SSŽ Cup a KPM CONSULT Czech Open. Za tuto dobu jsem měla možnost hráče poznat nejen po tenisové stránce, ale u řady z nich i jejich osobnost.

7.4 Mistrovství České Republiky - ČTSV Tour

Mistrovství České Republiky je okruh turnajů, mající za sebou mnohaletou historii. Od roku 2003 se ČTSV Tour hraje jako turnajový okruh Mistrovství ČR, který probíhá po celou sezónu a do konečného výsledku se započítávají body získané ve dvouhře i čtyřhře z celé Tour. Každoročně se počet turnajů mění a zvyšuje se jejich úroveň. Do ČTSV Tour jsou také zařazeny turnaje do BÖWE SYSTEC Tour, v nichž

získávají tenisté body do celkového součtu. O titul Mistra České republiky hrají čeští hráči již řadu let společně se slovenskými tenisty. Na konci sezóny jsou vyhlášeni vítězové česko-slovenské BÖWE SYSTEC Tour a zvláště Mistři České republiky. V současné době jsou do BÖWE SYSTEC Tour zařazeny halové turnaje Hamr Open v Praze a Karviná Open. Antukovými turnaji jsou Brno Open, Praha Open, Hostýnský pohár v Bystřici pod Hostýnem a Radnický pohár v Radnicích u Plzně. (CÍSAŘ, 2006)

8. Zdravotní handicapy tenistů na vozíku a jejich klasifikace

Handicap (oslabení) je nevýhoda, znevýhodnění jedince, vyplývající z poruchy či postižení, které zabraňuje splnění určité normální role, která se od tohoto jedince očekává. Projevuje se v závislosti na druhých, omezeném pohybu a orientaci a ve ztížené integraci do společnosti. (POTNĚŠIL In. DOVALIL, 2007)

Všichni sportovci hrající tenis na vozíku musí mít lékařsky diagnostikovanou permanentní poruchu hybnosti dolní končetiny, což může být částečná nebo úplná ztráta funkce jedné nebo obou dolních končetin, amputace dolní končetiny, spasticita končetin, náhrady kloubu nebo zmrzlé klouby na dolních končetinách (DAŘOVÁ et.al., 2008). „*Vrcholná sportovní klání zdravotně postižených se od akcí pro „nepostižené“ odlišují často vyšší náročností na organizaci i finance, potřebou asistentů či pomůcek a zejména soutěžením v rámci určité sportovní třídy dané tzv. klasifikací.*“ (DAŘOVÁ et al., 2008, s. 5)

8.1 Paréza

Definice: částečná ztráta hybnosti, neúplná obrna. (<http://slovník-cizich-slov.abz.cz/web.php/slovo/pareza-paresa>)

Druhy:

- a) Monoparéza
- b) Paraparéza
- c) Hemiparéza
- d) Kvadruparéze
- e) Triparéza

Paréza je lehčí až těžší postižení hybnosti. Monoparézou nazýváme postižení pouze jedné končetiny. Poškození obou dolních nebo obou horních končetin se nazývá paraparéza. V případě postižení obou končetin na jedné straně těla mluvíme o hemiparéze, a pokud jsou postiženy všechny čtyři končetiny, jedná se o kvadruparézu. Vzácně se můžeme setkat s triparézou, což je postižení tří končetin. (http://wiki.medik.cz/wiki/Par%C3%A9za_a_plegie)

8.2 Plegie

Definice: úplná ztráta hybnosti končetiny, ochrnutí. (<http://slovník-cizich-slov.abz.cz/web.php/slovo/plegie>).

Druhy:

- a) Monoplegie
- b) Paraplegie
- c) Hemiplegie
- d) Kvadraplegie
- e) Triplegie

Plegie je naprostá ztráta schopnosti pohybu, která se projevuje ochrnutím končetin. Monoplegií nazýváme postižení pouze jedné končetiny. Poškození obou dolních nebo obou horních končetin se nazývá paraplegie. V případě postižení obou končetin na jedné straně těla mluvíme o hemiplegii, a pokud jsou postiženy všechny čtyři končetiny, jedná se o kvadraplegii. Poškození tří končetin nazývané triplegie, je i v případě plegie ojedinělým případem.

(http://wiki.medik.cz/wiki/Par%C3%A9za_a_plegie)

Ztráta hybnosti vzniká poraněním míchy. Poranění míchy lze klasifikovat jako úplné a neúplné. Úplné poranění způsobuje ztrátu neurologických funkcí pod úrovní poranění. Neúplné poranění vede k různě rozsáhlé ztrátě motorických, senzorických a autonomních funkcí. Porucha je poté buď dočasná, nebo trvalá. Poranění míchy je vzhledem k rozsahu často trvalého postižení závažný medicínský a psychosociální problém, který si zaslouhuje velkou pozornost. Ať je poranění míchy jakékoliv příčiny, představuje vždy dramatický zásah do kvality života člověka, jeho rodiny i blízkého okolí. Často je to otázka jedné vteřiny, kdy se člověku změní celý jeho dosavadní život. Dochází k zásadním změnám fyzického i psychického stavu. Porucha funkce se netýká jen pohybového systému, ale postihuje člověka v celé jeho integritě. Proto tedy i přístup při terapii je od začátku komplexní, zaměřený na celého člověka. Nemocný po poranění míchy vyžaduje komplexní péči v jednom centru. Léčení postiženého je nutné neprodleně zahájit. Cílem rehabilitace je v co nejkratší době integrovat postiženého

zpět do rodinného, pracovního i společenského života.
(http://www.medicabaze.cz/index.php?sec=term_detail&tname=Poran%C4%9Bn%C3%AD+m%C3%ADchy+-rehabilitace&termId=1376&h=poran%C4%9Bn%C3%AD+m%C3%ADchy#jump)

8.3 Spasticita

Definice: zvýšené napětí svalů ve vnitřních orgánech a zejména ve svalech kosterních. (<http://slovník-cizich-slov.abz.cz/web.php/slovo/spasticita>)

Spasticita je jedním z nejzávažnějších a nejrozšířenějších projevů poškození centrálního nervového systému a také doprovodná zdravotní komplikace při míšní lézi. Zhoršuje celkový stav nemocných i s minimální parézou. „*Nejčastější diagnózou je zde dětská mozková obrna (DMO), dále cévní mozková příhoda, úrazy hlavy apod.*“ (DAŘOVÁ et al., 2008, s. 29). Spasticita bývá doprovázena velkými bolestmi, což narušuje do značné míry celý rehabilitační proces. Může vést ke vzniku kontraktur, které jsou nevratné.

8.4 Nejzávažnější postižení tenistů na vozíku

Tenisu na vozíku se věnuje řada handicapovaných sportovců. Je to otevřená soutěž pro muže a ženy ve dvouhře i čtyřhře. Jak je již uvedeno výše, všichni sportovci musí mít diagnostikovanou permanentní poruchu hybnosti. Mezi nejzávažnější postižení lze zařadit paraplegii, kvadruplegii a amputaci končetin.

8.4.1 Paraplegie

Definice: oboustranné úplné ochrnutí dolních končetin (http://slovník-cizich-slov.abz.cz/web.php/hledat?typ_hledani=prefix&cizi_slovo=paraplegie)

Paraplegie je soubor symptomů, způsobených poškozením míchy. Následkem transverzální míšní léze dochází pod úroveň úrazu ke zbavení spojení s mozkem. Paraplegie vzniká při příčné transverzální míšní lézi od úrovně Th2, kdy již nedochází

k postižení horních končetin. Každý míšňí segment, který je míšňí lézi postižen, hraje významnou roli při následné rehabilitaci, protože představuje ztrátu motorických i dalších funkcí.

Léze Th2-Th5

Postižený je nezávislý. Přestože potřebuje ke svému pohybu mechanický vozík, je schopen samostatného života. Může se přesouvat s oporou dvou podpažňích berlí a s aparáty dolňích končetin. Jeho dechový objem je zmenšeny. Zvládá řídit automobil s úpravou ovládnání na horní končetiny.

Léze Th6-Th10

Postižený je nezávislý, ale potřebuje mechanický vozík. Lze nacvičit chůzi s aparáty na dolňích končetinách a s použitím francouzských holí.

Léze Th11-L3

Postižený je nezávislý. Lze nacvičit čtyřbodovou chůzi.

Léze L4-S2

Postižený je nezávislý v prostředí svého domova, ale i mimo dům. Vozík není nutný. Chůzi lze nacvičit bez aparátů se dvěma francouzskými holemi. Může řídit automobil s úpravou ovládnání na horní končetiny. Je zachována addukce v kyčelním kloubu a extenze kolen. Chybí funkce análního svěrače - inkontinence. (http://www.medicabaze.cz/index.php?sec=term_detail&tname=Paraplegie&termId=60&h=paraplegie#jump)

8.4.2 Kvadruplegie

Definice: úplné ochrnutí všech čtyř končetin. (http://slovník-cizich-slov.abz.cz/web.php/hledat?typ_hledani=prefix&cizi_slovo=kvadruplegie)

Kvadruplegie je úplné nebo částečné ochrnutí všech čtyř končetin a trupu, způsobené poškozením míchy v dolní krční oblasti. Někdy se používá původem řecký termín tetraplegie. Může být způsobena dětskou mozkovou obrnou, svalovou dystrofií a stavy po úrazech s trvalým poškozením míchy ve spodní oblasti krku.

Kvadruplegie vzniká při transverzální míšní lézi od úrovně C4. (<http://cs.wikipedia.org/wiki/Kvadruplegie>)

Léze C4

Dýchání je brániční. Postižený je zcela závislý na péči druhé osoby, protože má ochrnuté celé tělo včetně mluvidel. Nutný je elektrický vozík, který nemocný ovládá bradou. Psaní na elektrickém psacím stroji nebo počítači je možné pomocí ústní tyčky. Někdy je nezbytná trvalá tracheální kanyla.

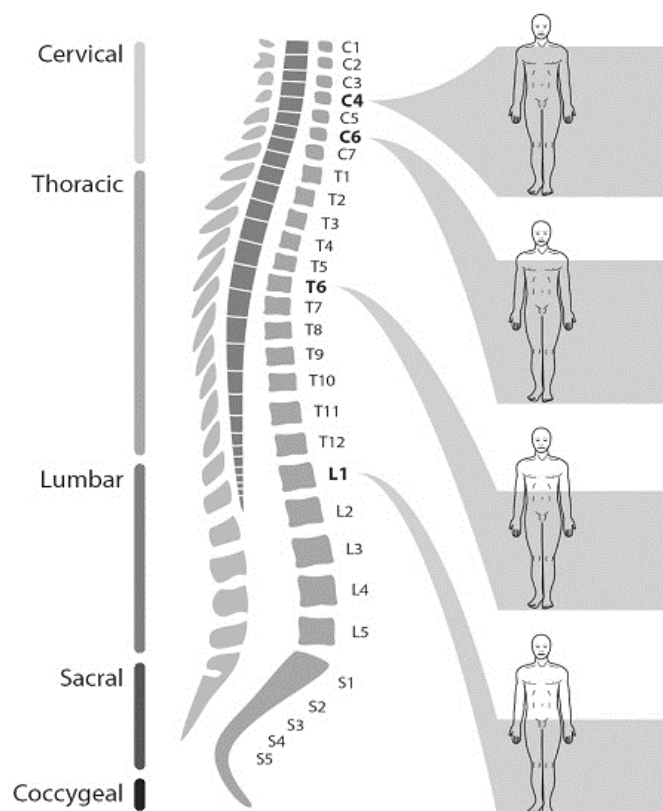
Léze C5-C6

Brániční dýchání. Postižený si zvládne sednout a lehnout. Částečně také zvládá oblékání horní poloviny těla. Na rovině je schopen sám postrkovat mechanický vozík. Horní končetiny jsou vybavené kompenzačními pomůckami. Elektrický vozík může ovládat rukou.

Léze C7-C8

Brániční dýchání. Lidé postižení „nejlehčí“ úrovní kvadruplegie jsou samostatní ve většině aktivit. Mohou řídit upravené osobní auto s řízením horními končetinami. (http://www.medicabaze.cz/index.php?&sec=term_detail&termId=57&tname=Kvadruplegie)

Obr. 3 Vertikální topografie léze



Zdroj: (http://www.wikiskripta.eu/index.php/Soubor:Vertikalni_topografie_leze.jpg)

8.4.3 Amputace

Definice: odstranění periferní části těla od celku úrazem nebo chirurgicky.

Podle lokalizace ji dělíme na amputaci horní končetiny (paže, předloktí, ruka, prst) a amputaci dolní končetiny (stehno, bérce, chodidlo, prst). V případě, že je odstranění periferní části těla v linii kloubu, jedná se o exartikulaci. (http://www.medicabaze.cz/index.php?&sec=term_detail&termId=57&tname=Kvadruplegie)

V chirurgii se amputace provádí z důvodu zmírnění či odstranění bolesti nebo za účelem zamezení šíření infekce či metastáz. U člověka, na rozdíl od některých jiných živočichů, amputované periferní části těla nedorůstají a vzniklé následky lze napravit jen transplantací nebo umělou protézou. Častým následkem amputace je tzv. fantomová

končetina, kdy má postižený pocity bolesti, svědění, pálení na již amputované končetině. Tato skutečnost zatěžuje psychickou stránku postiženého a je velmi individuální. (<http://cs.wikipedia.org/wiki/Amputace>)

Podle místa amputace je v klasifikaci amputářů medicínsky stanoveno devět tříd od A1 do A9 (viz Tab. 1). V případě, že amputace nespadá do jasně definované třídy, je určena do nejbližší třídy ve vztahu k postižení. Toto rozdělení není podmíněno příčinou postižení. Tenisu na vozíku se zpravidla týkají jen první čtyři třídy.

Tab. 1 Medicínské třídy u amputářů

Třída	Popis
A1	Oboustranná nadkolení (2NK)
A2	Jednostranná nadkolení (1NK)
A3	Oboustranná podkolení (2PK)
A4	Jednostranná podkolení (1PK)
A5	Oboustranná nadloketní (2NL)
A6	Jednostranná nadloketní (1NL)
A7	Oboustranná podloketní (2PL)
A8	Jednostranná podloketní (1PL)
A9	Kombinace amputací HK a DK

Vysvětliv k tabulce:

NK = nad nebo skrz kolenní kloub

PK = skrz nebo nad talokruálním kloubem

NL = nad nebo skrz loketní kloub

PL = pod loktem, ale skrz nebo nad zápěstím

Zdroj: (DAŘOVÁ et al., 2008, s. 28)

8.5 Klasifikace

Cílem klasifikace je, aby zdravotní postižení sportovce, mělo co nejmenší vliv na výsledek sportovní soutěže. Dalo by se říct, že při ideální klasifikaci je úspěch sportovce závislý pouze na jeho talentu, taktice, dovednostech a tréninku. „*V kontextu sportu zdravotně postižených může být klasifikace definována jako hodnotící systém, který se používá k rozdělení sportovců do tříd při různých sportovních aktivitách tak, aby jim poskytl srovnatelný výchozí bod pro trénink a soutěže, a tím zajistil „fair play“.*“ (DAŘOVÁ et al., 2008, s. 7) Tím je zaručena férovost zápasů a jejich hodnocení. Bohužel je v každé klasifikační třídě určitý rozsah. Vždy bude tedy existovat sportovec, který se bude cítit znevýhodněn a bude mít pocit, že je jeho postižení horší, než postižení jiného sportovce z příslušné klasifikační třídy. Žádní dva lidé nejsou stejní a u lidí s postižením to platí možná ještě více. (DAŘOVÁ et al., 2008)

Mezinárodní paralympijský výbor vydává klasifikaci zdravotních postižení se specifikací pro jednotlivé sporty, podle které se jedinec na základě posouzení celkového zdravotního stavu zařadí do určité skupiny. U tělesně postižených se posuzuje síla jednotlivých svalových skupin, spasticita, proprioreceptivní vnímání, rovnováha v sedu, funkčnost končetin, využívání kompenzačních pomůcek apod. (DOVALIL a kol, 2009)

Potřebná místnost a vybavení pro klasifikační hodnocení je dána klasifikačními manuály jednotlivých sportů. Po sportovcích se mimo adekvátního oblečení požadují také veškeré povolené pomůcky, se kterými budou soutěžit. Sportovci jsou také povinni předložit lékařskou dokumentaci, která popisuje jejich zdravotní stav a objasňuje jejich způsobilost ke sportu zdravotně postižených. (DAŘOVÁ et al., 2008)

8.5.1 Klasifikátor

Klasifikační hodnocení není veřejné. Účastní se ho pouze sportovec s doprovodem a klasifikátoři. Klasifikátor je profesionál s příslušným osvědčením, který je oprávněn sportovce hodnotit. Je to zpravidla člověk se zdravotnickým vzděláním tzv. zdravotní klasifikátor - lékař, fyzioterapeut, ergoterapeut, či jiný odborník v oboru kineziologie a zdravotního postižení nebo se sportovním vzděláním tzv. technický klasifikátor - trenér, sportovní vědec, učitel tělocviku. Klasifikátorem se vzhledem ke své zkušenosti může stát i bývalý sportovec s postižením. Klasifikátor bývá jmenován mezinárodní

organizací handicapovaných sportovců, která zároveň zajišťuje jeho školení. (DAĐOVÁ et al., 2008)

8.6 Kategorizace tenisu na vozíku

Tenis na vozíku je oproti většině sportů handicapovaných rozdělen pouze na dvě kategorie: paraplegici a kvadruplegici.

8.6.1 Paraplegici

Mezi paraplegiky, což jsou sportovci s oboustranným úplným ochrnutím dolních končetin, jsou zařazeni také sportovci s amputacemi končetin a zároveň mezi ně ale patří i sportovci s lehčím postižením, jako například: postižení kloubů, omezení pohybu končetin, plicní eventuálně srdeční nedostatečnost. Podmínkou je to, že při tenise na vozíku musí všichni sedět na vozíku a nemohou si při pohybu jakkoliv dopomáhat zdravou končetinou. (DAĐOVÁ et al., 2008)

8.6.2 Kvadruplegici

Samostatnou kategorií jsou kvadruplegici, kteří mají stejně jako paraplegici vlastní divizi turnajů a vlastní žebříček. Pokud se chce postižený účastnit turnajů jako kvadruplegik, potřebuje získat licenci kvadruplegika tzv. QUAD licenci. Tuto licenci získá přímo od certifikovaného klasifikátora Mezinárodní tenisové federace ITF. Ta před každou sezonou vydá přehled, kdy a na kterých turnajích bude klasifikátor přítomen. Kvadruplegik se dostaví na vybraný turnaj a na základě svého postižení dostane licenci QUAD. S touto licencí se již nesmí účastnit turnajů paraplegiků. Občas se stane, že i když má hráč právo hrát divizi QUAD, tak si o tuto licenci nezažádá a účastní se turnajů s paraplegiky. Důvodem je fakt, že kvadruplegiků je méně a hráči se tak na turnajích pravidelně potkávají a měří síly stále s těmi stejnými hráči. (DAĐOVÁ et al., 2008)

Způsob rozdělení není příliš spravedlivý. V kategorii paraplegiků se proti sobě může postavit hráč s paraplegií, který má zcela nehybné dolní končetiny a hráč, který normálně chodí, ale díky špatným kloubům na dolních končetinách je klasifikován jako handicapovaný a může se tak účastnit turnajů v tenise na vozíku. Myslím si, že

i člověk, který tenis na vozíku nikdy neviděl na vlastní oči, z tohoto pochopí, jak velkou výhodu má druhý z popsaných tenistů. Rozdělení je sice nespravedlivé, ale bohužel asi jediné možné. Pokud by totiž došlo k rozdělení do více skupin, setkávali by se v zápasech stále stejní hráči, což by nikoho dlouhodobě nebavilo.

Tento problém jsem konzultovala jak se samotnými hráči, tak i s prezidentem Českého tenisového svazu vozíčkářů panem Mgr. Martinem Císařem. Shodují se, že velice dlouho hledali cestu, která by vedla ke spravedlivějšímu měření sil mezi vozíčkáři, ale vždy se vrátili zpět k názoru, že jiné dělení není možné.

Skupina paraplegiků má oproti kvadruplegikům mnohem větší základnu hráčů a tím i větší zájem veřejnosti a médií. Obě skupiny dodržují pravidla tenisu na vozíku. Určité výjimky má skupina kvadruplegiků, kvůli snížené hybnosti. Samozřejmostí je pro ně fixace rakety. Hráči si před zahájením tréninku nebo zápasu napevno přilepí raketu k ruce, zpravidla pomocí tejpovací pásky. Tejpování je nedílnou součástí přípravy tenistů s postižením horních končetin. Z logiky věci vyplývá, že hráči v průběhu hry nemohou pohybovat raketou v ruce a musí tedy hrát všechny úderů s jedním držením. Pro nehandicapovaného tenistu je tenhle fakt naprosto nemyslitelný. Rozdílný je také způsob zahájení hry. Vrchní podání je v tomto případě nahrazeno podáním zespoda - forhendem.

8.6.3 Kategorizace hráčů podle regulí ITF

ITF - International Tennis Federation definuje ve svých směrnících tenistu na vozíku takto:

1. Aby mohl hráč soutěžit na turnajích schválených ITF a paralympijských hrách musí mít lékařsky diagnostikované tělesné postižení související s jeho mobilitou. Toto trvalé tělesné postižení musí mít za následek podstatné ztráty funkce v jedné nebo obou dolních končetinách. Hráč musí splňovat jedno z následujících kritérií:
 - neurologický deficit na úrovni S1 spojený se ztrátou motorické funkce
 - ztuhlost, těžká artróza, kloubní náhrada kyčle nebo kolena
 - amputace nějakého kloubu dolní končetiny

2. Hráči s označením QUAD musí splňovat kritéria pro trvalé tělesné postižení a navíc musí mít trvalé tělesné postižení, které má za následek podstatné ztráty funkce v jedné nebo obou horních končetinách.

3. Hráč v divizi QUAD musí mít alespoň jedno z následujících čtyř omezení pohybu s ohledem na tělesné postižení horních končetin nebo omezené funkce trupu:
 - snížená motorická funkce pro provedení podání nad hlavou
 - snížená motorická funkce pro provedení úderu jako jsou forhend a bekhend
 - snížená motorická funkce pro manévrování s manuálním invalidním vozíkem
 - neschopnost uchopit a držet raketu, která si vyžaduje jiných pomůcek pro uchopení rakety potřebné ke hře

Na základě snížené motorické funkce pro pohyb s manuálním vozíkem je hráčům kvadruplegikům povoleno používat elektronický invalidní vozík a to za podmínek, které jsou stanoveny v oficiálních směrnicích ITF. (<http://www.itftennis.com/media/137505/137505.pdf>)

9. Tělesné postižení a sport

9.1 Tělesné postižení

Postižení (disability) je jakékoliv omezení nebo nedostatek schopnosti jednat či vykonávat činnost způsobem nebo v rozsahu, považovaném pro člověka za normální. (POTMĚŠIL In. DOVALIL, 2007)

Tělesné postižení je jev, který je relativně vzácný a tím také nápadný. Postižení lidé jsou ve společnosti spíše výjimeční, čímž se ve svůj neprospěch od ostatních odlišují. Postižení může být také považováno za výraz určité negativní vnitřní kvality. Často se u nich předpokládá jisté pokřivení charakteru. *„Současně se však připomíná, že mezi tělesně postiženými se přece jen vyskytuje znatelně více jedinců bázlivých a odtažitých, nevraživých a lítostivých, s podlomeným nebo naopak přepjatým sebevědomím, atd. Přitom se však ukázalo, že neplatí žádná rovnice mezi nějakým určitým druhem defektu a určitými povahovými rysy postiženého člověka.“* (MATĚJČEK, 1992, s. 6) Tělesné postižení znamená velkou změnu životní situace, se kterou se osobnost člověka musí vypořádat. Dochází také ke změně jeho dosavadního postavení ve společenském prostředí. Člověk je vytržen z normálního života, je porušen jeho časový rozvrh, jeho plány na příští dny a místo nich nastoupila nejistota. (MATĚJČEK, 1992) *„I když je tělesné postižení vždy prvotně osobní tragédií postiženého, je též tragédií rodiny, přátel, společnosti.“* (KÁBELE, 1992, s. 5)

9.2 Přístup společnosti k tělesným postižením

Společnost se vždy ve své historii musela nějakým způsobem vyrovnávat s členy, kteří se od ostatních odlišovali svým vzhledem, smyslovými či tělesnými vadami, duševním stavem či chorobami. *„Společnost na každé úrovni svého vývoje vytváří určitá pravidla soužití, hodnoty a normy, které se stávají součástí společenského vědomí i individuálních psychických vlastností jedince v průběhu socializace.“* (VÁGNEROVÁ - HADJ-MOUSSOVÁ - ŠTĚCH, 2004, s. 7) Hodnoty a normy vznikají v rámci určité kultury, která určuje, co je danou společností považováno za žádoucí nebo nežádoucí a ovlivňuje posuzování jednotlivých jevů. V průběhu historie se tyto hodnoty liší. Co je v jedné kultuře považováno za žádoucí, může být zároveň v jiné označeno až za patologické. (VÁGNEROVÁ - HADJ-MOUSSOVÁ - ŠTĚCH, 2004)

Postižení byli společností zpravidla zavržováni. Co ale člověka odpuzuje, ho jistým způsobem i přitahuje právě proto, že je to odlišné a neznámé. Lze říci, že vztah k postiženým, je výrazem tolerance k odlišnosti, respektování individuality, vnitřní kvality člověka i lidské společnosti jako celku. VÁGNEROVÁ - HADJ-MOUSSOVÁ - ŠTĚCH (2004) ve své knize píše, že vývoj celé společnosti k postojům respektování odlišnosti se vyvíjí spolu s vývojem celé společnosti k vyšším kulturním úrovním. Předsudky a stereotypní vnímání druhých je možné překonat rozbitím bariér, které dělí postižené od ostatních. Jednou z možných cest je integrace postižených jedinců do běžných škol. *„Duševní vývoj lidí s tělesnými defekty nemá v zásadě jiných zákonitostí než vývoj lidí tzv. normálních a tělesné postižení nebo nemoc nevytvářejí samy o sobě nové vlastnosti nebo zásadní změny v osobnosti člověka, leč by šlo přímo o poškození nebo onemocnění jeho centrálního nervového systému.“* (MATĚJČEK, 1992, s. 5)

9.3 Cíle a úkoly tělesné výchovy pro tělesně postižené

„Úkolem tělesné výchovy mládeže tělesně postižené je rozvíjení pohybových dovedností, zlepšování hybnosti, zvyšování tělesné zdatnosti a odolnosti a vytváření pohybových a hygienických návyků.“ (KÁBELE, 1976, s. 183) Každý nový pohyb, pomocí kterého tělesně postižený člověk zvětší okruh svého pozorování a každá nová pohybová dovednost, která mu umožní poznávat a upravovat si životní prostředí, je velmi významná. Vedle zdravotních úkolů se zaměřuje na rozvíjení hybnosti horních i dolních končetin i celkové pohybové koordinace a tělesné zdatnosti. (KÁBELE, 1976)

Celkově jde o zmírnění důsledku handicapu, o tělesný, psychický a sociální rozvoj jedince. *„Cílem tělesné výchovy postižených je zlepšit jejich zdravotní stav, rozvíjet důležité tělesné vlastnosti a fyzickou zdatnost, odstranit pocit méněcennosti, umožnit snadnější začlenění do práce a do společnosti, vytvářet radost z tělovýchovné a sportovní činnosti a upevnit pocit užitečnosti pro naši společnost.“* (SRDEČNÝ, 1974, s. 22)

9.4 Sportovní hry pro osoby s tělesným postižením

Sportovní a pohybové hry jsou důležité díky svému socializačnímu charakteru. Jedinec je součástí týmu, který ho motivuje k lepším výkonům. Podílení se na týmovém výsledku a výkonu celého kolektivu, přináší sportovci nejrůznější společné zážitky a vzájemné prožívání. Jeho přítomnost v týmu je důležitá a nenahraditelná, což ho utvrzuje v tom, že někam patří. (JEŠINA - KUDLÁČEK, 2011)

Tenis je řazen mezi individuální sporty. Přesto však také přispívá ke zvyšování smyslu pro kolektivní hru, protože soutěže družstev i každá čtyřhra je vlastně soutěž kolektivů. Čtyřhra je velmi prospěšná jak pro již zkušené hráče, tak pro rozvoj mladých tenistů. Rozvíjí u hráčů týmovou spolupráci, komunikaci a zároveň si hráči často užijí více legrace a požitku ze hry. Významný je také fakt, že úspěch ve čtyřhře může hráči pomoci k získání sebevědomí ve dvouhře. Například když zvítězí ve čtyřhře nad hráčem, který je na žebříčku dvouhry výše postavený. Klíčovým předpokladem pro vytvoření úspěšné dvojice je komunikace, porozumění, vzájemný respekt a podpora.

Jedním z hlavních cílů veškerých pohybových činností je začlenění postiženého jedince do určité skupiny dětí. Kolektivní hry rozvíjejí různé specifické dovednosti jako je chytání, házení, prostorová orientace, spolupráce, komunikace apod. Tělovýchovný proces je v tomto případě zcela nenahraditelný. Žák musí mít možnost účastnit se všech nebo alespoň většiny společných aktivit se svými spolužáky, aby se dalo uvažovat o plném začlenění do třídy. Žáka s postižením můžeme nějak zvýhodnit a jeho případné skórování nebo dosažení koše ohodnotit více body. Tímto automaticky vzniká jeho vyšší postavení v týmu. Třída by ovšem neměla být jakkoliv ochuzována kvůli přítomnosti žáka s postižením. (JEŠINA - KUDLÁČEK, 2011)

Kábele (1992) uvádí - na základě sociologických studií bylo zjištěno, že tělesná výchova a sport umožňuje společnou participaci zdravých a postižených, což je zvláště patrné ve školní tělesné výchově. Tělesně postižení nejsou zvýhodňováni ani nijak diskriminováni ve srovnání se zdravými spolužáky.

9.5 Vozíčkáři

Lidé odkázaní k životu na invalidním vozíku, jsou jednou ze skupin těžce tělesně postižených. Mají trvale ochrnuté dolní končetiny. Trpí ztrátou volního ovládní svalstva dolních končetin a částečně i trupu. Příčinami jsou jednak onemocnění - mozková obrna, svalová dystrofie apod. a úrazová poranění centrálního nervového systému - mozku a míchy. Nejčastěji jsou postižení způsobena dopravními nehodami a pracovními či sportovními úrazy. (KÁBELE, 1992)

Vozíčkáři jsou sužováni různými zdravotními problémy. Někteří trpí poruchami kontroly moče a stolice, mnozí mají problémy s příjmem potravy, a tak jsou odkázáni na pomoc okolí. Mimo tyto základní potíže jim život komplikují druhotné projevy, jako jsou atrofie ochrnutých svalů, demineralizace kostí, zhoršená cirkulace v ochrnutých dolních končetinách a všeobecně snížené okysličování organismu. (KÁBELE, 1992)

Podle Kábeleho (1992) má zásadní význam v komplexní péči o vozíčkáře léčebná rehabilitace, která využívá prostředků tělesné výchovy a sportu. Léčebná rehabilitace je prvním krokem k osvojení pohybových dovedností na invalidním vozíku a pravidelné věnování se sportovním aktivitám. K udržování optimální fyzické a psychické kondice je pro vozíčkáře tělesná výchova a sport stejně důležitá, jako pro zdravou populaci. Ke zlepšení a udržení fyzické kondice využívají vozíčkáři všech dostupných modifikovaných sportů s ohledem na pohyb v invalidním vozíku.

Jakýkoliv pohyb na vozíku lze hodnotit jako značnou fyzickou zátěž, která vyvolává únavu. Svaly rukou a paží nejsou oproti svalům dolních končetin dostatečně kapacitně vybaveny pro pohyb celého těla. Pohon vozíku pažemi zůstane vždy méně efektivní, oproti pohonu dolními končetinami. (KÁBELE, 1992)

9.5.1 Význam tělesné výchovy a sportu pro vozíčkáře

Pravidelná tělovýchovná činnost pozitivně působí na zdravotní, psychické a sociální klima vozíčkáře. K obrovskému rozšíření a popularitě sportu mezi vozíčkáři přispělo pořádání nejrůznějších sportovních soutěží. *„U nás se s integrací sportovců s postižením můžeme setkat při různých exhibičních utkáních a závodech, které probíhají v rámci turnajů v tenise a basketbalu či v atletických závodech.“*

(KUDLÁČEK, 2007, s. 14) Sportovní úspěšnost kompenzuje pocity méněcennosti a životní zbytečnosti. Tělovýchovné aktivity pozitivně ovlivňují plnohodnotné zapojení do společnosti, posilují rodinnou soudržnost a významně rozšiřují sociální kontakty vozíčkářů. (KÁBELE, 1992) „*Bez nadsazení lze říci, že tělesná výchova a sport přispívají k možnosti žít plnohodnotný život včetně aktivního zapojení do rodinného života, pracovního procesu a společenských funkcí.*“ (KÁBELE, 1992, s. 10)

Specifické cíle tělesné výchovy a sportu vozíčkářů (KÁBELE, 1992)

1. Rozvíjení základních pohybových schopností a dovedností - obratnost, síla, vytrvalost, prostorová orientace, udržení rovnováhy, rychlost reakce, jízda na vozíku, manuální zručnost, hygienické návyky apod.
2. Osvojení regeneračních a kompenzačních metod - psychorelaxační techniky, automasáž, kompenzační cvičení, posilování, strečink aj.
3. Formování psychických vlastností - volní úsilí, schopnost koncentrace, zvládnutí emocí, adaptace a kooperace, zvládnutí konfliktních situací, kompenzace pocitů méněcennosti atd.
4. Překonávání sociálních bariér – přijetí sociálních rolí, navazování kontaktů uvnitř skupiny zdravotně postižených, společenské kontakty zdravých a postižených, pozitivní příklad pro nesportující vozíčkáře, možnost výměny zkušeností a informací mezi vozíčkáři aj.
5. Prevence vzniku civilizačních chorob – z nedostatku pohybu, nevhodné životosprávy, z vlivu stresových faktorů atd.

9.6 Sport a trénink tělesně postižených

Trénink a soutěžení osob se zdravotním postižením, je poměrně novým fenoménem současného sportu. Trvalo dlouho, než společnost ocenila význam sportu pro tyto jedince. Sport pomáhá postiženým znovu získat vztah k okolnímu světu a tím k plnohodnotnému životu. „*Sportovní trénink zdravotně postižených se během poměrně krátkého vývoje dosud nestačil zformovat v ucelený a propracovaný systém. Důvodů je několik - jednak nevelká tradice, přetrvávající negativní postoje části veřejnosti, nedostatek odborných materiálů a zkušeností, absence trenérského vzdělání pro sport zdravotně postižených apod.*“ (DOVALIL a kol., 2009, s. 307) Sport jedinců se

zdravotním postižením také rozlišuje oblasti vrcholového, výkonnostního a rekreačního sportu. Komplexnost doplňuje pohybová činnost rehabilitačního charakteru.

Trénink osob se zdravotním postižením má dlouhodobý charakter s cílem dosahovat relativně maximální sportovní výkonnosti a zvláště je třeba zdůraznit celkový rozvoj osobnosti. Platí zde stejné principy jako u sportovního tréninku zdravých jedinců. „Cílem tréninku je dosažení individuálně nejvyšší sportovní výkonnosti ve zvoleném sportovním odvětví na základě všestranného rozvoje sportovce.“ (PERIČ - DOVALIL, 2010, s. 13) Měli bychom usilovat o rozvoj jak v oblasti výkonnostní tak i lidské. Výkonnostní oblastí je myšlen rozvoj výkonnosti v dané sportovní disciplíně. V lidské, neboli výchovné oblasti je základem dodržování zásad fair play a pravidel sportu. (PERIČ - DOVALIL, 2010)

Zatěžování je nutné podřídít stavu a možnostem organismu postiženého a respektovat jeho zdravotní omezení. V případě získaného handicapu trvá zpravidla určitou dobu, než se jedinec vyrovná se změnou situace. Zásadním způsobem také záleží na tom, jestli jedinec před úrazem sportoval, či nikoliv. (DOVALIL a kol., 2009)

Podle Dovalil a kol. (2009) patří sportovní výkon k základním kategoriím sportovního tréninku. U zdravotně postižených jde o výkony relativně maximální, tedy takové, které jsou maximální vzhledem k tělesným, smyslovým a duševním schopnostem a možnostem jedince a s respektem k druhu a velikosti jeho handicapu. Individuální sportovní výkon je dán možnostmi jedince, týmový výkon je tvořen výkony jednotlivců, kteří mají většinou různou úroveň postižení a v poslední době i různé druhy handicapů.

9.6.1 Složky sportovního tréninku tělesně postižených

Podle Dovalil a kol. (2009) koncepce tréninku zdravotně postižených rozlišuje přípravu kondiční, technickou, taktickou a psychologickou stejně jako je tomu u zdravých sportovců.

- a) Kondiční příprava: zdůrazňuje především všestranný pohybový základ a jeho zdokonalování. V zásadě se využívá stejných přístupů k rozvoji pohybových schopností jako u nepostižených. Rozdíl je však v možnosti zapojování určitých

svalových skupin, nebezpečí svalových dysbalancí a možné negativní ovlivnění vývoje postižení.

- b) Technická příprava: osvojování a zdokonalování sportovních dovedností má u těchto sportovců svá specifika. Zpravidla trvá déle a vyžaduje soustavné opakování. Mohou vyplývat z nedostatečných kondičních předpokladů a z dysfunkcí CNS. Nedostatky se projevují jak v počáteční fázi nácviku - problémy s pochopením úkolu, s koncentrací, s regulací aktuálních psychických stavů, tak i při jeho rozvíjení.
- c) Taktická příprava: ve sportovních hrách (tenisu na vozíku, basketbalu) je u vyspělých jedinců taktika naplňována v plné míře. Nácvik a zdokonalování taktického jednání se stává významným faktorem úspěšnosti v soutěžích, vyžaduje delší dobu a časté opakování.
- d) Psychologická příprava: je velice důležitá, protože rozhoduje nejen o tom, zda se tělesně postižený jedinec dokáže vyrovnat s novou situací, ve které se ocitl, ale i o tom, bude-li schopen regulace psychických stavů. Dlouhodobá příprava se věnuje osobnosti sportovce - získání sebevědomí, sebedůvěry a s tím souvisící i začlenění do společnosti. Hlavním úkolem krátkodobé psychologické přípravy je regulace psychických stavů před soutěží, v jejím průběhu a po jejím skončení. *Kromě změn v lidském organismu, ve svalech a orgánech, kromě osvojování sportovních pohybů, hraje ve sportu důležitou roli i psychika jedince.*“ (PERIČ - DOVALIL, 2010, s. 18)

Závažné je celkové ovlivnění osobnosti zdravotně postiženého sportovce. Potřebuje získat sebedůvěru, být psychicky vyrovnaný, což je předpokladem aktivního přístupu k životu a tím i zapojení do sportovní přípravy. Velmi důležitá je interakce mezi trenérem a sportovcem a mezi sportovci navzájem. *„Celý rozsáhlý komplex psychických a sociálních faktorů ve sportu nelze v tréninku přehlížet. Naopak i tyto skutečnosti se nutně musejí odrážet i ve vysvětlování a koncepci tréninku, nemohou zůstat stranou pozornosti trenéra.*“ (PERIČ - DOVALIL, 2010, s. 30)

9.7 Psychologické charakteristiky tenisového utkání

Individuální sporty všeobecně vyvolávají větší stres než sporty kolektivní. Tenis je jedním z nich. Hráč se v závodním tenise vyrovnává se značnou psychickou zátěží. Bojuje se soupeřem, ale někdy i sám se sebou. Tenis je složitý, vyžaduje vysoký stupeň koordinace a hráč musí dělat rozhodnutí ve velice krátkém čase. Mění se podmínky - povrch dvorců, různost míčů atd. je někdy až vyčerpávající. Nikdy nevíte, kdy zápas skončí, není časově omezen. Výsledek je tedy až do posledního bodu nejistý.

Podle CRESPO - MILEY (2001) hraje psychika v tenise mimořádnou roli a to obzvláště tehdy, pokud jsou fyzické schopnosti soupeřů vyrovnané. Bezprostředně před utkáním ani v jeho samotném průběhu se moc věcí co se týká techniky a fyzické stránky zlepšit nedá, ale pokud jde o psychickou připravenost hráče, dá se udělat velká práce. (CRESPO - MILEY, 2001) „*Psychologická příprava vytváří předpoklady k motivované tréninkové činnosti, k odpovídající psychické odolnosti sportovce. Vychází přitom z vrozených dispozic sportovce a staví na individuálním přístupu.*“ (PERIČ - DOVALIL, 2010 s. 52)

Přestože mají pro úspěch v závodním tenise psychické schopnosti mimořádný význam, nejsou trénovány tak často, jako aspekty technické, taktické a fyzické. Důvodů je více. Většina trenérů se nesprávně domnívá, že psychické schopnosti jsou vrozené a nelze je nijak změnit. Zároveň je velmi těžké najít sportovního psychologa s tenisovou specializací. Běžní trenéři bohužel často nevědí, jak psychické dovednosti vyučovat. (CRESPO - MILEY, 2001)

9.8 Motivace

Osobnost, jak ji zkoumá psychologie, je ucelený systém, k jehož poznání potřebujeme rozlišit jeho subsystémy a vystihnout jejich vzájemné vztahy a strukturu. Mezi jeden z hlavních subsystémů osobnosti (skupin psychických vlastností osobnosti) patří právě motivace. (ČÁP, 1993)

„*Motivace je termín odvozený z latinského movere - hýbati, pohybovati. Znamená souhrn hybných činitelů v činnostech, učení a osobnosti.*“ (ČÁP, 1993, s. 84) Hybným činitelem se myslí takové skutečnosti, které jedince podporují, podněcují nebo naopak tlumí, aby něco konal nebo nekonal. Každý lidský čin má příčinu, důvod, který takové

jednání způsobil, protože vše co člověk dělá, dělá z nějakých důvodů. „*Mezi příčiny motivace patří fyziologické stavy mozku a těla stejně tak i naše kultura a sociální interakce s jedinci v našem okolí.*“ (ATKINSON a kol, 2003, s. 349) Podle Periče a Dovalila (2010) je motivace obtížně analyzovatelným komplexem, jehož prostřednictvím vstupují do chování i výkonu další složité proměnné psychického stavu, např. potřeby a emoce, a v neposlední míře i strukturální proměnné osobnostní, např. vůle.

Vnitřní motivace: určitá pobídka, která je uvnitř jedince - hlad, žízeň, hladina hormonů, ale také cíl, plán, představa, tužba atd. V případě, že člověk vnitřně motivovaný začne za svou činnost dostávat odměnu, často se jeho vnitřní motivace ztrácí a při ztrátě i vnější motivace danou činnost opustí.

Vnější motivace: zde je uplatňován systém odměny a trestu. Podlehnutí tlaku a vlivu z vnějšího okolí, touha angažovat se v činnosti pro uznání, slávu, peníze či jinou konkrétní odměnu.

9.8.1 Motivace ve sportu

Motivace, jako podněcující příčina chování, nás vede k podání určitého sportovního výkonu. Rozhoduje o dynamice chování, má energetizující význam, vysvětluje směr a zaměření našeho snažení. Je to základní předpoklad učení se sportovním dovednostem, jak v začátku, tak v jeho průběhu. „*Struktura základních motivačních tendencí bude u každého sportovce jiná a do značné míry závislá na dosaženém stupni sportovní výkonnosti, tj. adaptaci na tělesnou a psychickou zátěž sportovní činnosti.*“ (JANSA - DOVALIL, 2007, s. 73)

Maximální výkon je zpravidla spojen se střední úrovní motivace. Motivace ovlivňuje aktivační úroveň člověka, která vypovídá o jeho aktuálním psychickém stavu. Nízká aktivační úroveň znamená obvykle odevzdanost, ochablost a apatii, naopak moc vysokou doprovází enormně zvýšené svalové napětí a to nejen v pracujících svalech. Velmi nízká i velmi vysoká motivace vede obvykle k nižšímu výkonu. Pro výkonnostní maximum je tedy žádoucí optimální aktivace, psychický stav charakterizovaný jako zóna optimálního fungování. (PERIČ - DOVALIL, 2010) „*Když hráč „hraje v zóně“, hraje více instinktivně, než je obvyklé. Hráči to nazývají špičkovým výkonem, což znamená poněkud změněný stav vědomí, který je spojen s prováděním všech činností*

v podstatě automaticky.“ (CRESPO - MILEY, 2001, s. 115) Hráč by se měl naučit dosáhnout a v průběhu utkání udržovat, tuto zóna optimálního fungování, navzdory různým rušivým momentům. Je důležité si uvědomit, že každý hráč má svoji vlastní „zónu“ někde jinde. Závisí to na různých faktorech, jako jsou individuální charakteristiky hráče a charakteristika dané situace. (CRESPO - MILEY, 2001)

9.8.2 Motivace v tenise

Motivace je touha zahájit nějakou aktivitu a dále v ní setrvat. Souvisí s tím, proč se lidé věnují tenisu, ale i s tím, proč s tenisem přestávají. Má také vztah k míře zaujetí. Hráč, který je tenisem silně zaujat, tvrdě pracuje, chce stále hrát a zdokonalovat se. Důvodů proč lidé hrají tenis, je velká řada: zábava, vzrušení, příjemné pocity ze zvládnutí hry, sociální interakce, zdokonalování dovedností, uspokojení z dosaženého zlepšení, zvýšené sebevědomí, zlepšení fyzické kondice, možnost být s přáteli nebo si najít nové, možnost být součástí týmu apod. (CRESPO - MILEY, 2001)

Vnitřně motivovaní hráči hrají tenis, protože ho mají rádi. Touží zvládnout hru, vyrovnat se s obtížnými situacemi, se zadanými úkoly a být úspěšní. Hrají pro svou radost a pro zábavu a pro svůj vnitřní pocit hrdosti. Naproti tomu hráči s vnější motivací touží po zisku hmotných odměn - trofejí, peněz atd. nebo po nehmotných odměnách - uznání, pochvala aj. Je pravděpodobné, že hráči hrají tenis jak pro vnitřní, tak pro vnější odměny. (CRESPO - MILEY, 2001)

Tím, co vede handicapované sportovce k tenisu na vozíku, proč si ho vybrali, co je motivuje, atd. se práce zabývá v empirické části.

10. Empirická část

Cílem výzkumu je ověřit důležitost sportu respektive tenisu na vozíku v životě handicapovaného sportovce. Dotazník řádně vyplnilo a odevzdalo 74 tenistů na vozíku. Všichni dotazovaní byli osloveni jednotlivě, samostatně a anonymně.

Výzkumná otázka: „Jaké místo zaujímá tenis na vozíku v životě handicapovaných, co jim přináší a jaký na ně má vliv?“

10.1 Metodika výzkumu

V diplomové práci byla jako základní výzkumná metoda použita metoda explorativního výzkumu. Konkrétně ve formě anonymního dotazníku a tří rozhovorů (viz příloha č. 3), které slouží k dokreslení zkoumaného souboru handicapovaných sportovců. Hlavním prvkem výzkumu bylo samostatné dotazníkové šetření, které bylo složeno z 16 - ti otázek.

Nestandardní a anonymní dotazník byl sestaven na základě odborného vedení Mgr. Tomáše Kočíba, konzultací s odborníkem v oblasti tenisu na vozíku Mgr. Rostislava Čichoně, Ph.D., literární rešerše a vlastních získaných zkušeností.

Celkem bylo položeno 16 otázek (viz Příloha), které lze rozdělit do dvou skupin dle povahy dotazu.

- a) Otázky uzavřené, ve kterých měli dotazovaní vybrat vždy jednu z daných možností. (otázky číslo: 3, 5, 9, 15, 16)
- b) Otázky polootevřené, které nabízely několik možností výběru. U některých otázek mohli sami hráči doplnit další možnosti. (otázky číslo: 1, 2, 4, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 13, 14)

10.1.1 Rozbor dílčích problémů výzkumu

Jednotlivé otázky byly zaměřeny na zjištění pěti dílčích problémů. Každému z nich byly v dotazníku věnovány tři až čtyři otázky. Snahou bylo, aby daný dílčí problém byl co nejlépe zodpovězen.

Dílčí problém výzkumu č. 1

„Jaký postoj zaujímá handicapovaný hráč k tenisu na vozíku?“

(otázky číslo 1, 2, 3)

První dílčí okruh výzkumu se zabývá otázkou, proč si hráči vybrali tenis. Zda je to z důvodu zlepšení fyzické kondice, přebytku volného času atd., nebo z důvodu, že je tento sport jednoduše baví. Dalšími otázkami bylo zjišťováno, jak handicapovaní jedinci tenis na vozíku vnímají a kolik času týdně mu věnují.

Dílčí problém výzkumu č. 2

„Co handicapovanému jedinci přináší tenis na vozíku?“

(otázky číslo 4, 5, 6, 7)

Tato část výzkumu zjišťovala přínos tenisu na vozíku v životě handicapovaného a také vliv na jeho osobnost. Dále se zabývala tím, co handicapovaný jedinec považuje v tomto sportu za svůj největší úspěch. Tyto otázky se týkaly především subjektivních pocitů hráče. Poslední otázka se ptá po skutečnosti, zda tenis na vozíku dokáže zabezpečit hráče z ekonomického hlediska.

Dílčí problém výzkumu č. 3

„Co motivuje handicapovaného k tenisu na vozíku a sportu obecně?“

(otázky číslo 8, 9, 10)

Pro výzkum do diplomové práce byl tento okruh otázek nejvýznamnější. Třetím dílčím problémem bylo zjišťováno, co motivuje handicapované jedince ke sportu, respektive k tenisu na vozíku. Doplnující a poměrně zajímavou otázkou bylo, zda se jedinci věnují mimo tenisu na vozíku ještě dalším sportům.

Dílčí problém výzkumu č. 4

„Jak vnímá handicapovaný jedinec výsledky v tenise na vozíku a z čeho má před utkáním nejčastěji obavy?“

(otázky číslo 11, 12, 13)

Čtvrtý okruh otázek se zabývá problematikou výsledků utkání a jejich vlivem na respondentův osobní život. Zda a případně jak, úspěch či neúspěch prožívá a také z čeho má před tenisovým utkáním nejčastěji obavy.

Dílčí problém výzkumu č. 5

„Jak a jestli vůbec vítězství/porážka v tenise na vozíku ovlivňuje další tenisové výkony handicapovaného? Mají na výkon nějaký vliv diváci?“

(otázky číslo 14, 15, 16)

Poslední okruh otázek měl zjistit vliv okolí, respektive diváků na podaný výkon v tenisovém utkání na vozíku, a zda jsou budoucí tenisové výkony ovlivněny předchozím vítězstvím či porážkou.

10.1.2 Sběr a zpracování dat

Sběr dat

Výzkum byl proveden cíleně a soustavně, od měsíce července do prosince roku 2012 a to za účelem obsáhnutí co nejširšího a především nejreprezentativnějšího vzorku registrovaných tenistů na vozíku. Výzkum byl prováděn mezi tenisty na vozíku všech věkových kategorií, bez ohledu na pohlaví, výkonnost a postavení na mezinárodním žebříčku. Výzkum byl dobrovolný a byl prováděn anonymně.

Dotazníky byly získány od handicapovaných tenistů na vozíku na mezinárodních turnajích hraných v České republice. Konkrétně na turnaji v Praze - Prague Cup Czech Indoor 2012, v Brně - SSŽ Cup 2012 a v Prostějově - KPM CONSULT Czech Open 2012. Dotazovaní hráči netvořili stejnorodou skupinu, co se týká věku, pohlaví ani výkonnosti. Do výzkumu byli zařazeni hráči spadající do kategorie paraplegiků, ale také hráči kvadruplegici hrající samostatnou divizi.

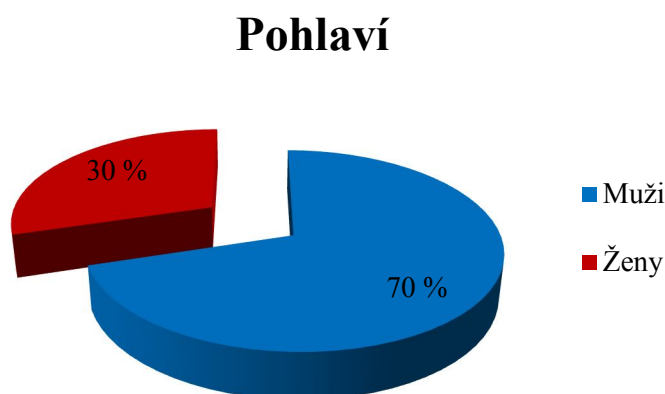
Zpracování dat

Výsledky jsou vzhledem k povaze výzkumu uváděny v relativních četnostech dané kategorie. K vyhodnocení sledovaného souboru bylo použito základní popisné statistiky - průměru.

10.1.3 Charakteristika sledovaného souboru

S dotazníkem bylo osloveno 74 tenistů na vozíku. Všichni oslovení byli ochotni se výzkumu účastnit, řádně dotazník vyplnili a odevzdali. Dotazníkový soubor 74 respondentů je tedy v tomto výzkumu považován za 100 %.

Z celkového počtu 74 respondentů bylo 52 mužů (70 %) a 22 žen (30 %). (viz graf č. 1)

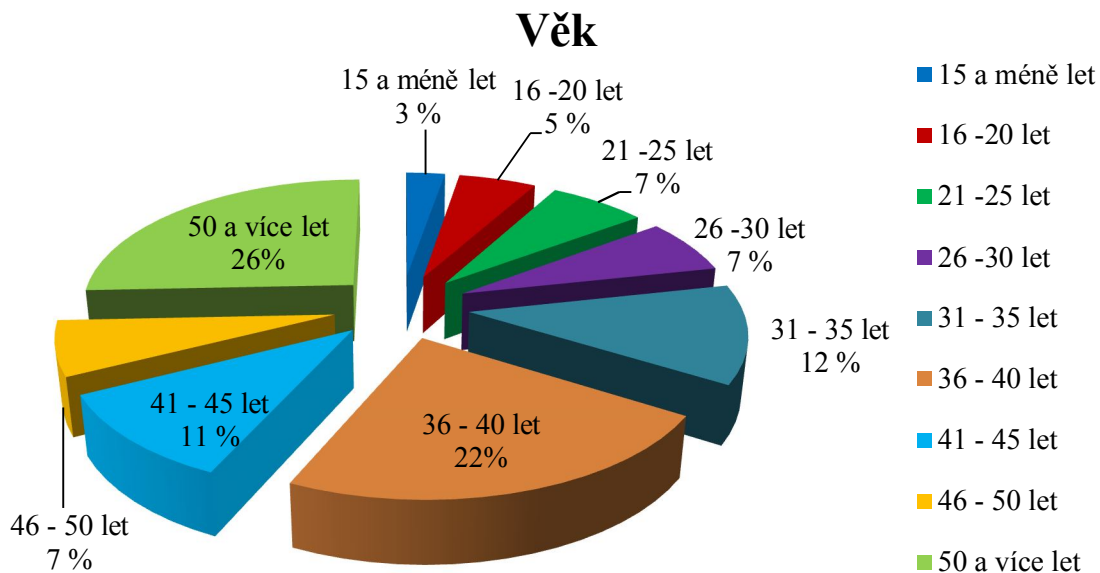


Graf č. 1: rozdělení respondentů dle pohlaví

Tenisu na vozíku se obecně věnuje více mužů než žen. Domnívám se, že jedním z důvodů je značná náročnost tohoto sportu pro handicapovaného jedince. Zátěž není pouze fyzického a psychického charakteru, ale neméně zásadním je i množství času, který hráč musí věnovat tréninku a turnajům.

Věkové rozložení sledovaného souboru bylo velmi různorodé. Objevili se zde hráči ve věku mladším 15 let, ale také hráči, kterým bylo již více jak 50 let. Toto široké věkové spektrum je důsledkem toho, že v tenise na vozíku není žádné věkové omezení.

Zajímavostí bylo, že nejpočetnější věkovou skupinu tvořili právě hráči ve věku 50let a více a to 26 % z daného souboru. (viz graf č. 2)

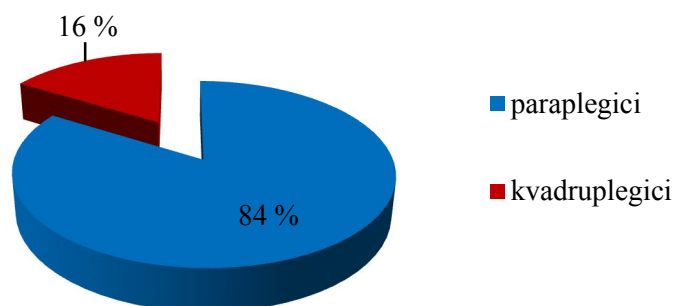


Graf č. 2: rozdělení respondentů dle věku

Handicapovaní sportovci mají snahu věnovat se sportovní činnosti co nejdéle. Chtějí si udržet dobrou fyzickou kondici, být mezi přáteli, sportem se bavit apod. Jelikož pro ně sport, v tomto případě tenis na vozíku, zpravidla není zdrojem obživy, není pro ně tak důležité dosažení úspěchu. Sportují tedy i ve věku, kdy je již jejich nejvyšší výkonnost pryč. Přestože jsem věděla, že mnoho hráčů je staršího věku, překvapilo mě, že nejpočetnější skupinou jsou hráči nad 50 let.

Ze 74 oslovených spadá do skupiny paraplegiků 62 respondentů (84 %) a do skupiny kvadruplegiků 12 respondentů (16 %). (viz graf č. 3)

Klasifikační skupina

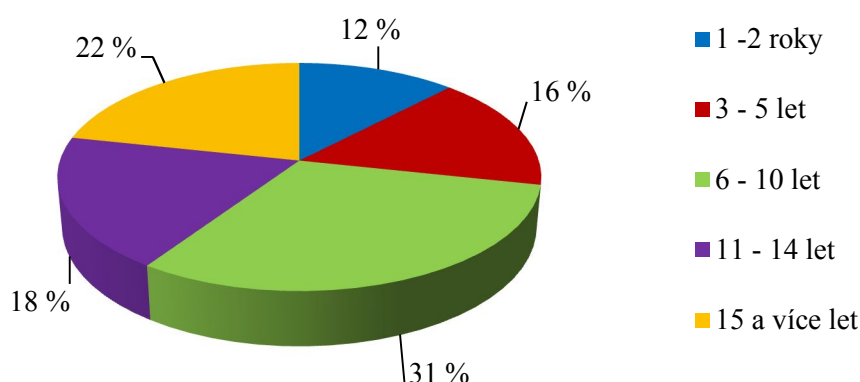


Graf č. 3: rozdělení respondentů dle klasifikační skupiny

Všichni oslovení handicapovaní respondenti mají medicínsky diagnostikovanou permanentní poruchu hybnosti. Tenis hráčů, kteří spadají do skupiny paraplegiků, dle hodnotícího systému (klasifikace), má širší základnu a i mediálně je o něj větší zájem. Hráčů patřících do skupiny kvadruplegiků, kteří mají svoji vlastní divizi, je obecně méně.

Hráči klasifikovaní do skupiny kvadruplegiků, mají mimo ochrnutých dolních končetin i sníženou hybnost končetin horních a také trupu. Vzhledem k náročnosti pohybu a celkově života těchto jedinců, je obdivuhodné, že se dokáží vůbec věnovat nějaké sportovní činnosti. Z těchto faktů vyplývá, že kvadruplegiků hrajících tenis na vozíku je celkově méně než paraplegiků a je tomu tak i v tomto dotazníkovém šetření.

Doba provozování tenisu na vozíku



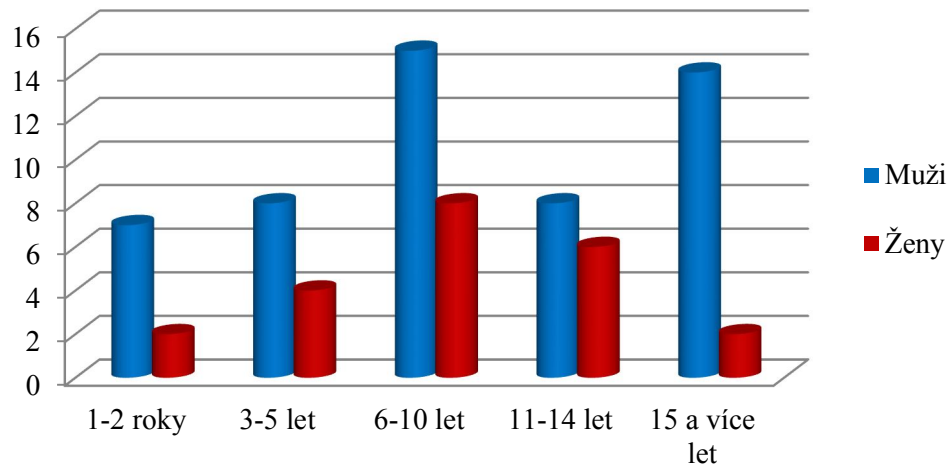
Graf č. 4: rozdělení respondentů dle doby provozování tenisu na vozíku

Co se týká otázky, jak dlouho se respondenti věnují tenisu na vozíku, hraje zde velkou roli věk respondenta a také to, kdy k postižení došlo. Část oslovených respondentů je na vozíku od narození, některým se stal úraz v brzkém věku a mohli tedy začít se sportem dříve, jiní jsou na vozíku teprve pár let, z čehož vyplývá, že hrají tenis na vozíku jen krátkou dobu. Ze sledovaného souboru se 31 % oslovených věnuje tenisu na vozíku 6-10 let, což bylo nejčastěji zaškrtnutou odpovědí. Možnost „1 - 2 roky“ se věnují tenisu na vozíku, získala naopak nejméně označení (12 %).

Tento výsledek byl předpokladatelný, jelikož všichni dotazovaní, jsou registrovanými hráči a mají již jisté postavení na mezinárodním tenisovém žebříčku. Tohoto však nelze dosáhnout bez jisté herní kvality, zkušeností a mnoha vítězně odehraných utkání. (viz graf č. 4)

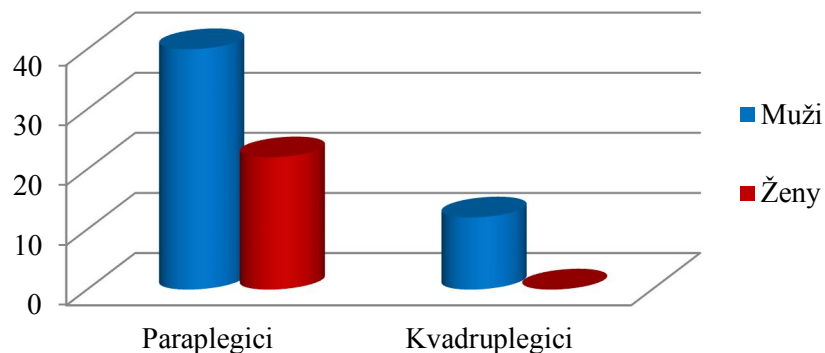
Pro přehlednost sledovaného souboru respondentů byla porovnána doba provozování tenisu na vozíku s pohlavím a následně i poměr paraplegiků/kvadruplegiků v rámci pohlaví respondentů. Z výsledků vyplynulo, že 6-10 let hraní tenisu na vozíku je nejčastější dobou jak u mužů, tak u žen. Druhý graf vypovídá o tom, že v celém sledovaném souboru není ani jedna žena, která by spadala do kategorie kvadruplegiků. Všechny sledované ženy jsou tedy klasifikovány mezi paraplegiky. (viz graf č. 5 a 6)

Doba provozování činnosti/pohlaví



Graf č. 5: doba provozování tenisu na vozíku v rámci pohlaví

Klasifikace/pohlaví



Graf č. 6: rozdělení respondentů dle klasifikace v rámci pohlaví

Respondenti byli před vyplněním daného dotazníku informováni, že výzkum bude použit ke zpracování diplomové práce na téma „Tenis na vozíku jako motivace v životě handicapovaného sportovce“. Dále byli ujištěni, že dotazníky jsou anonymní a takto budou zpracovány i zjištěné výsledky.

Vzhledem ke skutečnosti, že tenistů na vozíku není mnoho, bylo snahou pro vyplnění dotazníků získat co nejvíce registrovaných hráčů. Všichni byli osloveni jednotlivě, samostatně a anonymně.

10.2 Výsledky výzkumu a diskuze

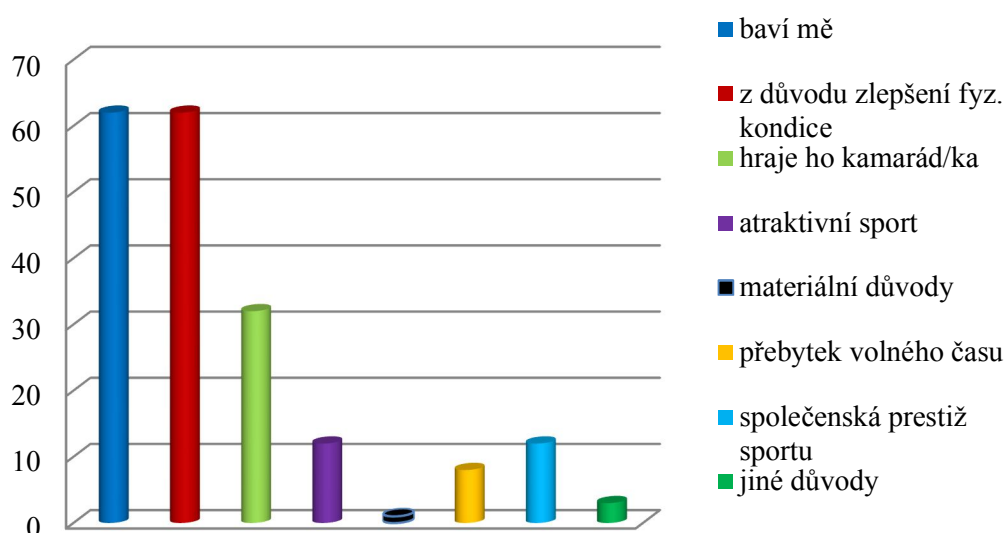
10.2.1 Otázky k dílčímu problému výzkumu č. 1

„Jaký postoj zaujímá handicapovaný hráč k tenisu na vozíku?“

Otázka č. 1

V první otázce výzkumu měli dotazovaní respondenti (74 hráčů) odpovědět na otázku, proč si vybrali právě tenis na vozíku. Zde mohli zaškrtnout i více odpovědí. (viz graf č. 7)

Důvod k výběru tenisu na vozíku



Graf č. 7: rozdělení dle důvodu k výběru tenisu na vozíku

Z dotazníku vyplynulo, že 62 dotazovaných hráčů (84 %) uvedlo jako hlavní důvod, že je sport baví. Shodný počet zaznamenala možnost „z důvodu zlepšení fyzické kondice“, kterou zaškrtnulo také 62 dotazovaných. Díky mým zkušenostem s tenisty na vozíku pro mě není výsledek těchto dvou možností překvapivý a zcela odpovídá mé predikci, kterou jsem si vytvořila ještě před vyhodnocením této otázky.

Tenis je velmi populárním sportem, kterému se věnuje řada sportovců, ať už aktivně či pasivně, rekreačně nebo na vrcholové úrovni a u handicapovaných sportovců tomu není jinak. Z tohoto důvodu jsem očekávala větší počet zaškrtnutí

odpovědi „atraktivní sport“, kterou označilo pouze 16 % respondentů. Možnost „materiální důvody“ byla označena pouze jedním z dotazovaných, „hraje ho kamarád/ka“ zvolilo celkem 32 dotazovaných (43 %).

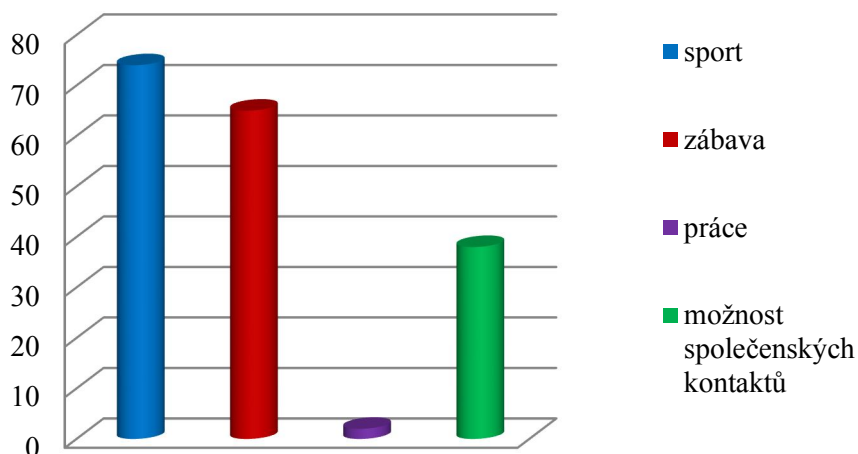
Tři hráči nenašli v nabízených možnostech svůj pravý důvod k výběru tenisu na vozíku. Zaškrtnuli tedy odpověď „jiné důvody“ a uvedli, že se tenisu věnovali již před úrazem a to ve 2 případech. Pro posledního hráče je tenis jistým životním stylem, a tak se přes sledování tohoto sportu v televizi, dostal až k vlastnímu hraní tenisu na vozíku.

Otázka č. 2

Druhou otázkou bylo zodpovězeno, jak respondenti tenis na vozíku vnímají. I zde byla možnost zaškrtnutí více odpovědí. Většina hráčů toho využila a k odpovědi, že tenis vnímají jako sport, což uvedlo všech 74 respondentů (100 %), přidalo 65 z nich (88 %), že je pro ně tenis na vozíku zábavou. Jako práci vnímá tenis na vozíku pouhých 3 % hráčů. Možnost získat pomocí tenisu na vozíku společenské kontakty, vidí reálně více než polovina hráčů. (viz graf č. 8)

Současný stav poznání, které se zabývá otázkou pozitiv sportu pro osoby se zdravotním handicapem, zdůrazňuje jeho socializační roli. Jedinec se nenásilně začleňuje do společnosti, snáze komunikuje s lidmi a sociálními skupinami a začleňuje se mezi ně.

Vnímání tenisu na vozíku



Graf č. 8: vnímání tenisu na vozíku

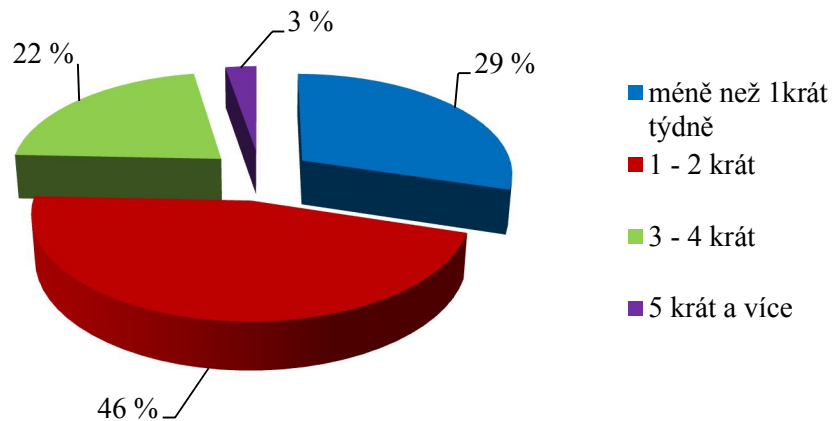
Otázka č. 3

Tato otázka měla za úkol zjistit, kolik hodin týdně hráči trénují. Z výsledku vyplynulo, že 22 dotazovaných hráčů (30 %) trénuje méně než 1 krát týdně. Necelá polovina hráčů 46 % se věnuje tréninku tenisu na vozíku 1 – 2krát týdně. Tenisový trénink trvá zpravidla 60 minut. Z toho tedy vyplívá, že hráči stráví tréninkem na tenisovém kurtě 1 – 2 hodiny za týden. Vzhledem k tomu, jak je tenis technicky i takticky náročný sport, je tato doba velice malá. Za důvod považují fakt, že většina hráčů trénuje až po svém zaměstnání.

Možnosti „3 - 4 krát“ a „5 krát a více“ jsou zastoupeny jen velmi malým množstvím dotazovaných. 3 – 4 tréninky týdně označilo 16 ze 74 hráčů (22 %). Jsou to převážně hráči mladšího věku nebo ti, co v turnajích dominují. 5 tréninků týdně absolvují pouze dva hráči (3 %), kde jedním z nich je právě ten hráč, který v dotazníku uvedl, že se tenisem na vozíku živí. (viz graf č. 9)

Tenis na vozíku není jen jedním z nejrozšířenějších a nejoblíbenějších sportů handicapovaných sportovců, ale patří také k těm nejobtížnějším. Vzhledem k vyrovnanosti předních hráčů je prosazení se v tomto sportu velmi náročné. Častý a cílevědomý trénink je základním předpokladem k dosažení požadovaných výsledků a udržení si výkonnosti v celoroční závodní sezoně.

Počet tréninků za týden



Graf č. 9: rozdělení dle absolvovaných tréninků za týden

Výsledek dílčího problému výzkumu č. 1

První dílčí problém výzkumu, který se týká postoje handicapovaného hráče k tenisu na vozíku, dokládá, že hráči vnímají tenis na vozíku jako sport, který je baví a přispívá ke zlepšení jejich fyzické kondice. Převážná většina respondentů uvedla, že tenisu na vozíku týdně věnuje maximálně 2 hodiny, což je jeden z nejvýraznějších rozdílů mezi tenisem a tenisem na vozíku. Tenisté bez handicapu, kteří hrají tenis a účastní se stejně vysoce označených turnajů, trénují každý den a to zpravidla dvoufázově. Z dotazníků tedy vyplívá, že respondenti nepovažují tenis na vozíku za svoji práci, ale především za zábavu, které se věnují až po zaměstnání.

„Cílem sportu osob se zdravotním postižením je vnitřní hodnota sportu pro ně samotné. Sport přináší do jejich života další kvality. Důležitý je psychologický efekt - sebedůvěra, odhodlání a motivace změnit stávající situaci. Má i vysoký reintegrační význam. Nepřehlédnutelný je význam kondiční. Přispívá k samostatnosti, soběstačnosti, aktivitě.“ (POTMĚŠIL In. DOVALIL, 2007, s. 198)

10.2.2 Otázky k dílčímu problému výzkumu č. 2

„Co handicapovanému jedinci přináší tenis na vozíku?“

Otázka č. 4

V otázce číslo čtyři, která zjišťovala přínos tenisu na vozíku, se všichni dotazovaní (100 %) shodli, na kladném hodnocení. Tedy že tenis na vozíku pro ně má přínos.

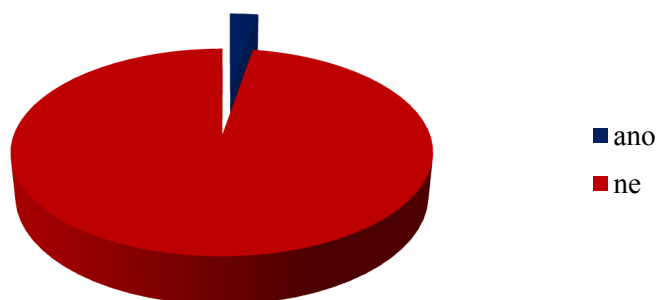
V tomto případě měli respondenti uvést, v čem přínos spočívá. Nejčastěji hráči uváděli, že jim tento sport dal možnost poznat mnoho jedinců se stejným nebo podobným handicapem a zároveň díky němu získali spoustu nových přátel. Přijetí a vyrovnání se se získaným handicapem je velmi náročné. Podstatná je atmosféra v rodině a ve škole, ale neopomenutelný význam má možnost komunikace s podobně handicapovanými. Mohou si být navzájem oporou, sdělovat si zkušenosti a jít si vzájemně příkladem.

Stejně tak vnímají potřebu fyzické kondice, která je pro ně důležitá nejen při sportu, ale především v běžném životě. Každý den absolvují řadu přesunů z invalidního vozíku a zpět, což je fyzicky značně náročné. Dále bylo respondenty uvedeno, že tenis na vozíku jim posiluje sebevědomí, radují se ze hry a úspěchu a někteří ho dokonce vnímají jako svůj smysl života.

Otázka č. 5

Na dotaz, zda se respondenti tenisem na vozíku živí, byla jejich odpověď – „ne“ a to konkrétně v 72 případech (97 %). Pouze 2 krát (3 %) bylo v dotazníku uvedeno, že tenis na vozíku je zdrojem obživy respondenta. (viz graf. 10)

Tenis na vozíku - zdroj obživy



Graf č. 10: rozdělení respondentů dle toho, zda je tenis na vozíku živí

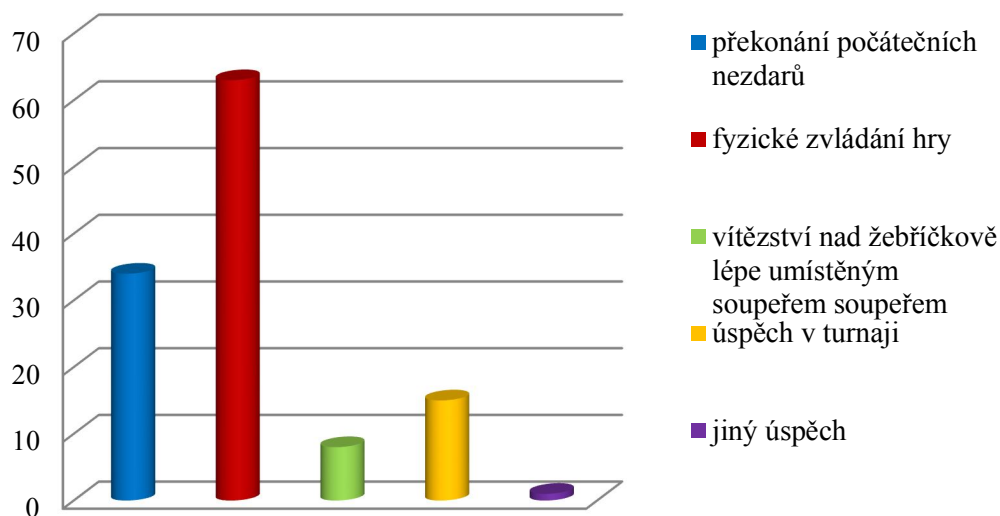
Tenis na vozíku není jediným sportem, kterým se handicapovaný sportovec zpravidla neužívá. Také v jednom z nejpopulárnějších sportů paralympijských her, ve sledge hockey, jsou podle slov Tomáše Kvocha, jedné z nejvýraznějších postav české reprezentace a zároveň úspěšného tenisty na vozíku, hráči pouze poloprofesionálové, kteří musí pracovat, aby se užívali. (Kvoch, osobní sdělení, Praha 2. 12. 2012)

Otázka č. 6

Otázka číslo 6 zjišťovala, co hráč považuje za svůj největší úspěch v tenise na vozíku. Respondenti měli možnost zaškrtnout i více možností. (viz graf. 11)

Ze 74 dotazovaných odpovědělo 63 hráčů (85 %), že úspěchem je pro ně již samotné fyzické zvládnutí hry. Tato odpověď byla uvedena nejčastěji. Pro 34 hráčů (46 %) je největším úspěchem překonání počátečních nezdarů. Nejméně důležité se hráčům zdá vítězství nad žebříčkově lépe umístěným soupeřem - 8 hráčů (11 %).

Největší tenisové úspěchy



Graf č. 11: rozdělení dle úspěchů

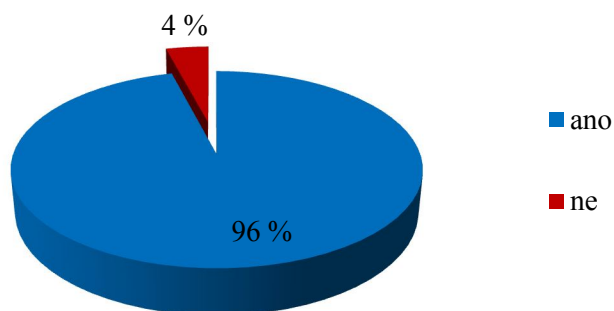
Tento výsledek vypovídá o tom, že úspěch v turnaji jde u většiny hráčů stranou. Nejdůležitější je pro ně fyzické zvládnání tenisu na vozíku. Vzhledem k náročnosti tohoto sportu pro handicapované jedince je pochopitelné, že druhou nejčetnější odpovědí je „překonání počátečních nezdarů“. Možnost „jiný úspěch“ bylo uvedeno pouze jedním z respondentů, přičemž nebylo uvedeno jaký.

Jako nehandicapovanou tenistku by mě v případě oslovení s takto znějící otázkou zřejmě nenapadlo odpovědět, že za svůj největší úspěch v tenise považuji to, že hru fyzicky zvládám. Stejně tak bych ne zvolila možnost „překonání počátečních nezdarů“. Přesto pro mě výsledek není překvapivý. Vím, kolik sil si žádají výkony, které jsem za své působení u tenistů na vozíku viděla.

Otázka č. 7

Na otázku, která se týkala vlivu tenisu na vozíku na osobnost, odpovědělo 71 hráčů, že vliv vnímá a 3 že ne, z celkového počtu 74 dotazovaných. Hráči měli v případě odpovědi „ano“ uvést jaký vliv má tenis na vozíku na jejich osobnost. (viz graf č. 12)

Vliv tenisu na Vaši osobnost



Graf č. 12: vliv tenisu na vozíku na osobnost handicapovaného

Většina hráčů (96 %) se shoduje, že vnímají vliv tenisu na vozíku na svoji osobnost. Hráči uvedli, že u nich dochází k posílení sebevědomí, zlepšení komunikačních schopností, více si věří a snáze se jim navazují nové kontakty.

Sport obecně hraje v životě handicapovaného jedince velmi důležitou roli. Pomáhá mu znovu nalézt své místo ve společnosti. V tenise na vozíku se hráči setkávají s podobně postiženými jedinci. V utkáních měří svoje síly a zároveň ve čtyřhře vzájemně spolupracují. Existuje také možnost měření svých tenisových schopností s nehandicapovaným tenistou, která je rovněž upravena pravidly. Tyto skutečnosti přispívají nejen ke zlepšení pohybových schopností a dovedností, ale také k odstranění pocitu méněcennosti, k důvěře sám v sebe - ve své síly, k rozšíření přátel v oblasti handicapovaných jedinců, ke zvládnání emocí, schopnosti koncentrace, kooperace atd.

Výsledek dílčího problému výzkumu č. 2

Z této části výzkumu je možné pozorovat, že si handicapovaní jedinci velice dobře uvědomují přínos tenisu na vozíku do jejich života, stejně jako to, že má tento sport vliv na jejich osobnost. „*Kdybychom chtěli vymezit obecný cíl tělesné výchovy a sportu vozíčkářů, hovořili bychom o kladném vlivu na rozvoj osobnosti, tj. konkrétně o rozvíjení individuálních schopností, o získání částečné nebo úplné samostatnosti a soběstačnosti, o naplňování seberealizačních a aspiračních tendencí, případně o zvládnání a odrazení fyziologických a psychických stresů.*“ (KÁBELE, 1992, s. 10)

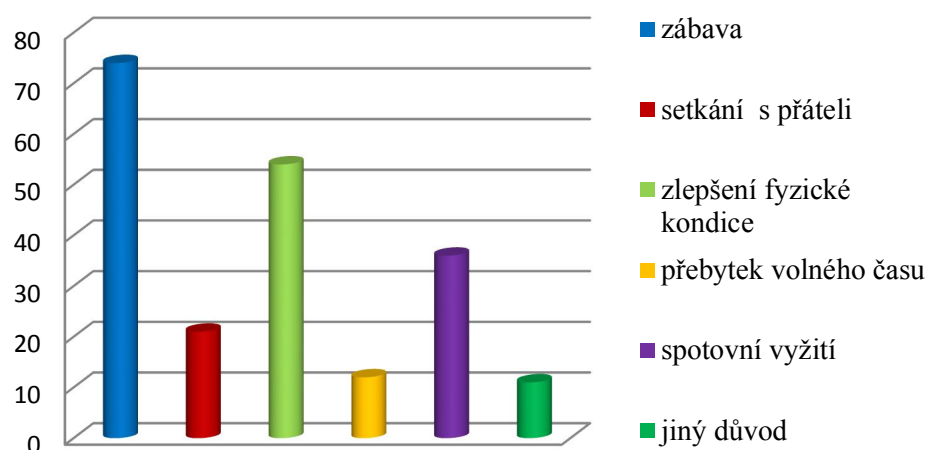
Přestože hrají tenis na vrcholové úrovni, neužívají se s ním. Zde je opět vidět, jak rozdílný je tenis nehandicapovaných a tenis na vozíku. Pro převážnou většinu tenistů bez handicapu, kteří se nachází ve stejné výkonnostní kategorii, je tenis zdrojem obživy.

10.2.3 Otázky k dílčímu problému výzkumu č. 3

„Co motivuje handicapovaného k tenisu na vozíku a sportu obecně?“

Otázka č. 8

Motivace k provozování sportu



Graf č. 13: motivace k provozování sportu obecně

Všech 74 dotazovaných hráčů (100 %) uvedlo, že sport je pro ně zábavou. Tento výsledek není překvapivý. Když se člověk aktivně věnuje tak náročnému sportu jakým tenis na vozíku bezpochyby je, měl by pro něj představovat činnost, která mu přináší radost a baví ho.

Hráči měli možnost zaškrtnutí více odpovědí. Většina hráčů k zábavě, jako hlavní motivaci, připojila odpověď „zlepšení fyzické kondice“ (73 %) a necelá polovina ještě „sportovní vyžití“ (49 %). Sport je pro handicapovaného sportovce nástrojem k získání kondice potřebné k pohybu a práci v běžném životě. Přispívá k samostatnosti a soběstačnosti, což má pro handicapovaného neopomenutelný význam.

Pro část hráčů je důležitou motivací také setkání s přáteli (28 %). Možnost „přebytek volného času“ uvedlo pouze 16 % dotazovaných. Z vlastní zkušenosti

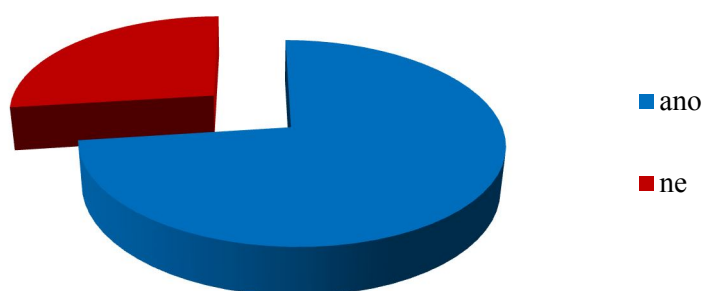
s handicapovanými sportovci a rozhovory s nimi vím, jak důležití jsou pro ně přátelé a všeobecně kontakt s podobně handicapovanými.

„Jiné důvody“ zaškrtno celkem 11 hráčů (15 %). Jako důvody uvedlo 5 hráčů, že je motivuje něco dokázat, aby na sebe mohli být hrdí, 2 z nich potřebu spolupráce, 2 díky tenisu hodně cestují, což si vždy přáli, a 2 hráči napsali, že sportovali před úrazem, a tak se automaticky ke sportu vrátili. (viz graf č. 13)

„Lidská motivace je složitá a individuálně rozdílná. Člověka může vést k určitému jednání současně několik motivů.“ (ČÁP, 1993, s. 84)

Otázka č. 9

Další sportovní aktivity



Graf č. 14: rozdělení dle věnování se jiným sportům

Dotazovaní hráči, kteří se věnují tenisu na vozíku, provozují ze (73 %) také další sportovní aktivitu. Někteří dokonce uvedli sportů více. (viz graf č. 14)

- Basketbal na vozíku
- Florbal na vozíku
- Stolní tenis na vozíku
- Sledge hokej
- Handbike
- Boccia
- Monoski
- Plavání

- Jachting
- Fitness
- Atletika
- Wakeboarding

Vzhledem k tomu, že tenis na vozíku považuji za velmi časově a fyzicky náročný sport, nepředpokládala jsem, že dalším sportovním aktivitám se bude věnovat tak velké množství hráčů.

Nejčastěji uvedené sportovní aktivity, kterým se hráči věnují mimo tenisu na vozíku, jsou fitness, plavání a stolní tenis na vozíku. Při fitness cvičení hráči rozvíjí kondiční schopnosti, stejně jako při plavání, které mohou hráči využívat také jako prostředek k regeneraci. Stolní tenis na vozíku je tenisu na vozíku příbuzný. Dalo se tedy předpokládat, že ho řada hráčů uvede jako svoji další sportovní aktivitu.

Překvapením je pro mě četnost uvedení florbalu na vozíku, jelikož je florbal mladý sport. V posledních letech se ale velice rozšiřuje a atraktivní se stal i pro handicapované sportovce. Florbal vozíčkářů je atraktivní technická a především kolektivní hra, která je vhodným doplňkovým sportem pro mnoho sportovců. Ojedinelý je florbal vozíčkářů tím, že družstva mohou být smíšená, čili mohou hrát společně muži i ženy. Zároveň může být v týmu určitý počet nehandicapovaných sportovců, kteří však také musí sedět na vozíku a platí pro ně stejná pravidla jako pro handicapované.

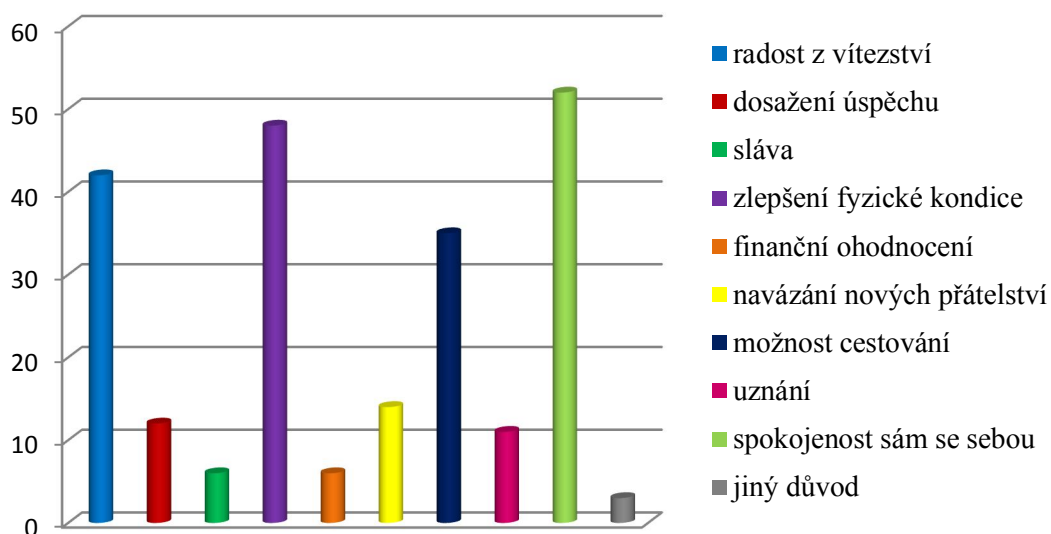
Zajímavostí je pro mě zjištění, že wakeboarding a vodní lyžování provozují i handicapovaní sportovci. Jsou to jedny z adrenalinových sportů, které může dělat osoba s tělesným handicapem. Podmínkou je schopnost pevného stisku ruky na udržení tažného lana. (<http://www.adrenalinbb.cz/index.php/aktivita/103-vodni-lyzovani.html>)

Jachting handicapovaných je jedním z paralympijských sportů. Jachta je pro handicapovaného speciálně upravena, aby mohl plně zvládat její obsluhu. Problémem na jachtě bývá nedostatek místa k pohybu, což pro vozíčkáře znamená jisté omezení. Náročný je také přesun z pevniny na loď a zpět. (<http://www.adrenalinbb.cz/index.php/projekty/113-bezbarierova-jachta/98-bezbarierova-jachta.html>)

Sport, který jsem před výzkumem neznala je boccia. Boccia je paralympijský sport výhradně určený pro tělesně postižené. Princip hry je podobný známějšímu sportu zvanému pétanque.

Otázka č. 10

Motivace k tenisu na vozíku



Graf č. 15: rozdělení dle motivace k tenisu na vozíku

Největší motivací k tenisu na vozíku, kde byla možnost zaškrtnutí i více odpovědí, je pro dotazované „spokojenost sám se sebou“. Tuto odpověď zaškrtnulo 52 hráčů z celkových 74 (70 %). Další důležitou motivací je pro hráče zlepšení fyzické kondice (65 %) a radost z vítězství (57 %).

Možnost cestování, díky tenisu na vozíku, je také významnou motivací a to pro 35 hráčů (47 %). Méně než 15 hráčů uvádí, že je motivuje „navázání nových přátelství“, „dosažení úspěchu“, „uznání“, „sláva“ a „finanční ohodnocení“. Ze 74 hráčů uvedli 3 (4 %), že mají ještě jiný důvod k motivaci k tenisu na vozíku a jednotně uvádějí jistou potřebu sportovního výkonu. (viz graf č. 15)

Dle Čáp (1993) je jednou z lidských potřeb - potřeba výkonu (výkonová motivace) a společenského uznání. Jde o to dosáhnout dobrých výsledků v práci, ve sportu nebo v jiné činnosti a tím i uznání druhých; úsilí vyrovnat se druhému,

vyniknout nad něj, získat moc, prestiž, popřípadě překonat svůj pocit méněcennosti, ať již to je méněcennost skutečná či domnělá.

Výsledek dílčího problému výzkumu č. 3

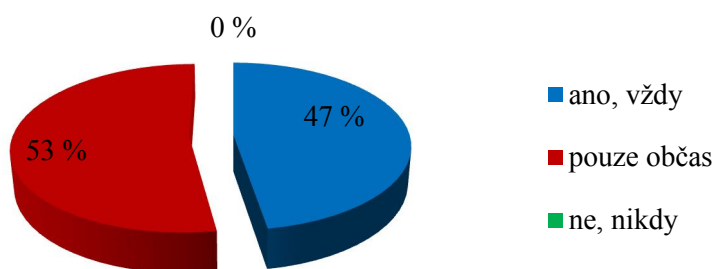
„*Motivace je touha zahájit nějakou aktivitu a setrvat v ní. Je to předpoklad a „motor“ veškerého jednání.*“ (CRESPO - MILEY, 2001, s. 109) Tím „motorem“ je pro dotazované zábava při provozování sportu, což uvedlo všech 74 hráčů. Otázku motivace k tenisu na vozíku lze vyhodnotit tak, že největší motivací je pro dotazované to, že chtějí být spokojeni sami se sebou. Zlepšení fyzické kondice, je rovněž silným motivem, jak pro sportování obecně, tak pro tenis na vozíku.

10.2.4 Otázky k dílčímu problému výzkumu č. 4

„*Jak vnímá handicapovaný jedinec vítězství/porážku v tenise na vozíku a z čeho má nejčastěji obavy.*“

Otázka č. 11

Prožívání vítězství/porážky



Graf č. 16: rozdělení dle prožívání vítězství/porážky

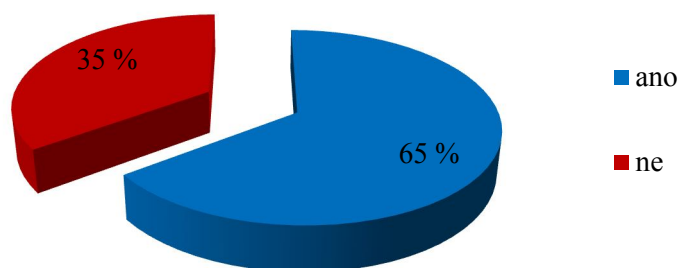
Ze 74 hráčů zaškrtnli všichni (100 %) odpověď „ano, vždy“ nebo „pouze občas“ vítězství nebo porážku prožívám. Možnost „ne, nikdy“ tedy nebyla využita. Dle zadané otázky měli hráči uvést, jakým způsobem vítězství/porážku prožívají. Svoji odpověď napsalo pouze 52 hráčů. Nejčastěji respondenti uváděli, že po vítězně odehraném utkání pocítují radost a štěstí, naopak po porážce smutek, hněv a lítost. Někteří uváděli, že po

vítězném utkání cítí jisté uspokojení, ale zároveň se snaží soustředit na další utkání. Zajímavostí je, že se většina hráčů písemně vyjádřila pouze k prožitkům po vítězství. (viz graf č. 16)

V tenise není význam vedení hráče při utkání tak velký, jako je tomu u kolektivních sportů, jako například u hokeje, košíkové nebo odbíjené. O to důležitější je ale rozbor právě odehraného utkání. Především v případě porážky bývá hráč velmi rozrušený a je potřeba, aby se naučil porážky přijímat, nezveličovat je, umět si objasnit její příčiny a snažit se o odstranění nedostatků, které k ní vedly. (JANKOVSKÝ, 2002)

Otázka č. 12

Vliv výsledů utkání na osobní život handicapovaného



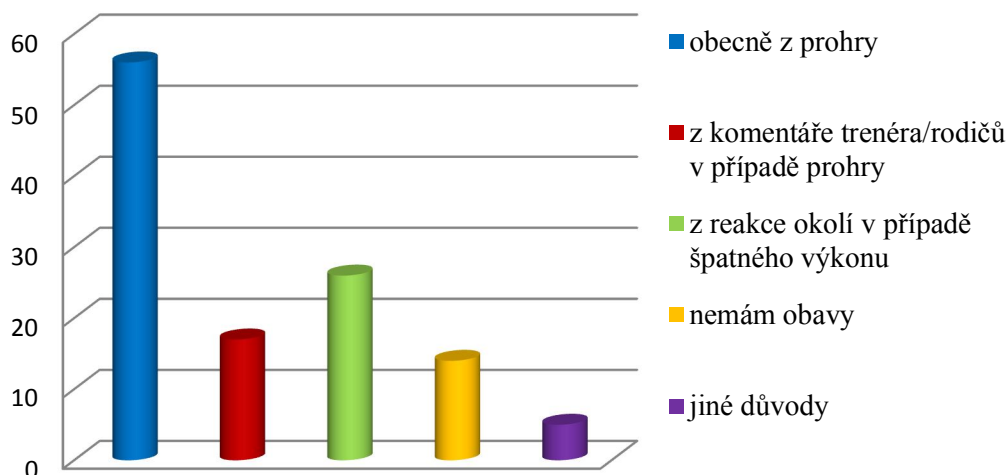
Graf č. 17: rozdělení dle vlivu výsledku utkání na osobní život respondenta

Dotazovaní tenisté na vozíku měli v této otázce zaškrtnout, zda mají výsledky utkání vliv na jejich osobní život. Z celkového počtu 74 respondentů uvedlo 48 (65 %), že „ano“ a 26 (35 %) zaškrtnulo odpověď „ne“.

Odpovědi na tuto otázku jsou subjektivní povahy. Je tedy pouze na daném hráči, jak vnímá nebo jak moc si vliv výsledků z utkání na jeho osobnost připouští. V případě, že se hráč vyjádřil kladně, měl konkrétně uvést jak. Nejčastější odpovědi týkající se vlivu výsledků z utkání bylo, že hráči bývají podráždění, nevrlí a celkově ve špatné náladě při neúspěchu. Z čehož také vyplývá nekomunikativnost s okolím, sebelítost a vylívání si zlosti na nejbližších. Naopak při úspěchu se díky dobré náladě dostávají pocitu radosti až euforie, chuť něco podniknout, což se pozitivně odráží i do jejich partnerského a rodinného života. (viz graf č. 17)

Otázka č. 13

Nejčastější obavy před tenisovým zápasem



Graf č. 18: rozdělení respondentů dle toho, z čeho mají nejčastěji obavy před tenisovým zápasem

Tato otázka zjišťovala, z čeho mají hráči nejčastěji obavy před tenisovým utkáním. Respondenti měli možnost zaškrtnutí i více odpovědí. Nejčastěji bylo uvedeno, že se hráči obávají prohry obecně. Tuto odpověď volilo 56 hráčů (76 %). Reakce okolí v případě špatného výkonu se obává 26 hráčů z celkového počtu (74) což odpovídá (35 %). Možnost „z komentáře trenéra/rodičů v případě prohry“ zaškrtnulo 17 dotazovaných (23 %).

Obavy z prohry, čili z neúspěchu zpravidla souvisí s nedostatkem sebevědomí. Další možnou příčinu je strach z toho, že je hráč v roli favorita a očekává se tedy od něj, že zvítězí. Hráč by měl na dvorec nastupovat s pozitivním myšlením a vírou, že dokáže využít předností své hry a soupeře porazit.

Žádné obavy před zápasem nepocítuje 14 hráčů (19 %) a jiné důvody k obavám má celkem 5 hráčů (7 %). Jako jiné důvody byly uvedeny: obavy ze zranění, z klesnutí na tenisovém žebříčku, ze zklamání sám ze sebe. (viz graf č. 18)

Výsledek dílčího problému výzkumu č. 4

Výsledkem tohoto dílčího problému je fakt, že všichni dotazovaní, alespoň někdy, určitým způsobem prožívají výsledek svého utkání ať už pozitivně či negativně. Stejně

tak více než polovina hráčů vnímá vliv výsledku na svoji osobnost. Obavy mají dotazovaní hráči především z toho, že zápas nedovedou do vítězného konce. Z toho také vyplývá druhá a třetí hráči nejčastěji uvedená odpověď a tou je reakce okolí na předvedený výkon a hodnocení hry trenérem a rodiči v případě utržení porážky.

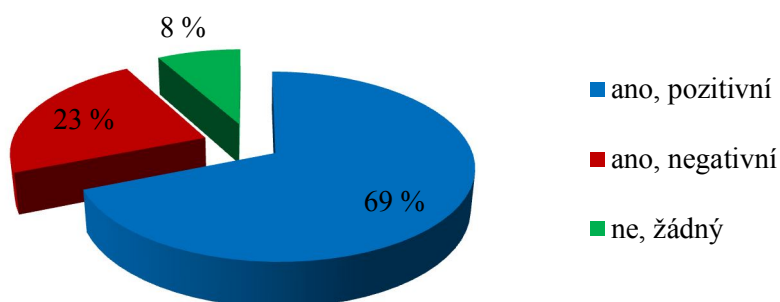
„Úspěch hráče tenisu v utkání nezávisí jen na jeho sportovní formě, na soupeři a na dalších podmínkách utkání, ale také na dočasných psychických stavech hráče, zejména v zátěžových situacích.“ (HÖHM, 1987, s. 125)

10.2.5 Otázky k dílčímu problému výzkumu č. 5

„Jak a jestli vůbec vítězství/porážka v tenise na vozíku ovlivňuje další tenisové výkony handicapovaného? Mají na výkon nějaký vliv diváci?“

Otázka č. 14

Vliv přítomnosti diváků na výkon



Graf č. 19: rozdělení dle vlivu přítomnosti diváků na výkon respondenta

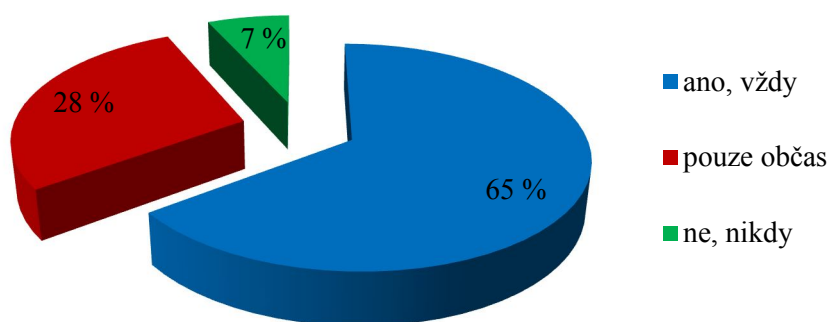
Vliv diváků na výkon v utkání, vnímají mimo osmi respondentů všichni, tedy 66 hráčů. V čem se ale jejich odpovědi liší, je to, zda je vliv diváků na jejich výkon pozitivní nebo naopak negativní. Pozitivně diváci působí na 51 hráčů (69 %), negativně na 17 hráčů (23 %). Tito hráči měli také uvést, v čem vliv vidí. Odpovědi k otázce pozitivního vlivu bylo dotazovanými uvedeno celkově více. Uváděli, že když jejich utkání pozorují diváci, tak se cítí být více motivováni, obvykle podají lepší výkon, více je hra baví a více si věří. Všechny tyto věci mohou hráči výrazně pomoci k lepšímu výkonu a zároveň třeba i zdánlivě ztracené utkání otočit ve svůj prospěch

a dovézt ho do vítězného konce. Negativní vliv přítomnosti diváků se u většiny hráčů projevuje větší zodpovědností, která je svazuje, a nedokáží předvést hru, na kterou mají natrénováno. Dále hráči uvedli, že reakce diváků je odvádí od soustředěné hry. (viz graf č. 19)

Jako aktivní sportovec mohu potvrdit, že přítomnost diváků ovlivňuje můj výkon. Vzhledem k této skutečnosti jsem předpokládala, že většina tenistů na vozíku bude diváky vnímat stejně. Pro úspěch ve sportu je velmi důležitá koncentrace a schopnost jí udržet po celou dobu činnosti. Dokázat se odpoutat od vnějších vlivů a soustředit se jen na danou činnost není jednoduché, ale je to klíč k úspěchu.

Otázka č. 15

Vliv vítězství na další tenisové výkony



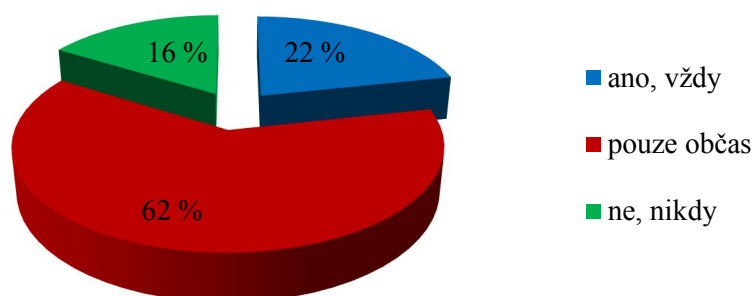
Graf č. 20: rozdělení dle vlivu vítězství v utkání na další tenisové výkony respondenta

V otázce, která se ptala po vlivu vítězství v utkání na budoucí utkání, se 48 hráčů (65 %) shoduje, že vliv pociťuje vždy. Ve sportu a stejně tak i v tenise na vozíku, hraje důležitou roli hráčova sebedůvěra, která je mimo jiné posilována každým vítězstvím. Důvěra sám v sebe znamená věřit svým schopnostem, což je rys, který je vlastní těm nejlepším.

Pouze občas vnímá vliv vítězství 21 dotazovaných (28 %) a nikdy pak pouze 5 dotazovaných (7 %). (viz graf č. 20)

Otázka č. 16

Vliv porážky na další tenisové výkony



Graf č. 21: rozdělení dle vlivu porážky v utkání na další tenisové výkony respondenta

Na závěrečnou otázku, která se oproti té předchozí ptá po vlivu porážky na další tenisové výkony, odpovědělo jen 16 hráčů (22 %), že tento fakt má na ně vliv vždy. Naopak nejvíce zaškrtnutí se objevilo u možnosti „pouze občas“ a to 62 % (46 dotazovaných). Porážka v utkání se dál neodráží do tenisových výkonů u 12 hráčů (16 %) nebo mají alespoň ten pocit. (viz graf č. 21)

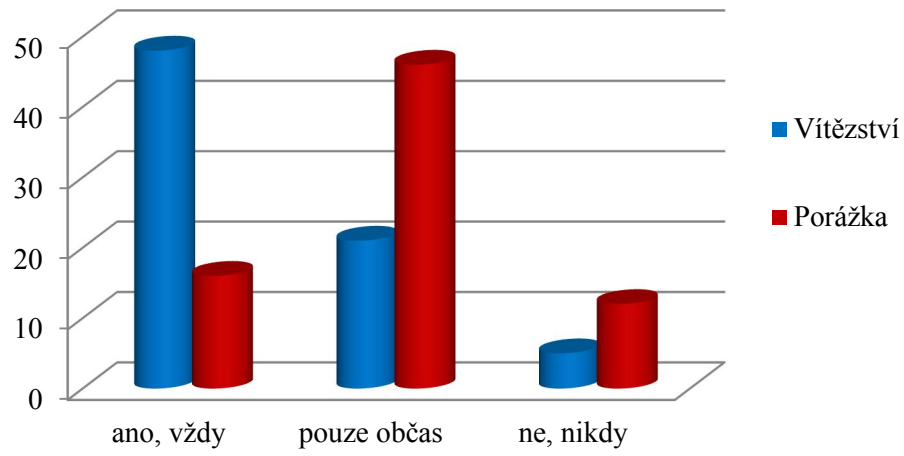
Nedostatek sebedůvěry může nastat po prohraném utkání, obzvláště pokud hráč očekával, že zvítězí. Stejně tak je ale velmi časté, že se váže k určitému úderu, který se hráči dlouhodobě nedaří. Je důležité, aby se hráč dokázal oprostít od vítězství či porážky a hodnotil utkání dle výkonu, který předvedl.

Výsledek dílčího problému výzkumu č. 5

Poslední dílčí problém ukázal, že vliv diváků na předvedenou hru v utkání pociťuje většina dotazovaných.

Dále bylo zjištěno, že hráči více vnímají vliv vítězství na svůj výkon v dalším utkání, než vliv porážky. Vítězně odehrané utkání jim pomáhá k lepšímu výkonu v dalším kole turnaje. (viz graf č. 22)

Vliv vítězství/porážky



Graf č. 22: porovnání vlivu vítězství/porážky na tenisový výkon

11. Závěr

Cílem diplomové práce bylo ověřit důležitost sportu respektive tenisu na vozíku v životě handicapovaného sportovce a zodpovědět výzkumnou otázku - „Jaké místo zaujímá tenis na vozíku v životě handicapovaných, co jim přináší a jaký na ně má vliv?“

Dotazník řádně vyplnilo a odevzdalo 74 tenistů na vozíku. Všichni oslovení byli ochotni se výzkumu účastnit, řádně dotazník vyplnili a odevzdali.

Z dotazníku vyplynulo, že pro handicapované tenisty na vozíku je nejdůležitější se tenisem bavit stejně jako si v jeho rámci zlepšovat fyzickou kondici, což je pro ně i největší motivací ke sportování obecně. Sport přináší do života handicapovaných další kvality a jeho kondiční význam je nepřehlédnutelný.

Tenis na vozíku je dle výsledků výzkumu respondenty vnímán jako sport, který jim umožnil setkat se s mnoha lidmi se stejnými nebo velmi podobnými problémy. Zároveň zde získali přátele s handicapem, ale i bez něj.

Překvapivé je zjištění, kolik času hráči věnují tréninku, které vyplynulo ze získaných výsledků. Vzhledem k postavení na žebříčku a herní kvalitě hráčů, jsou 1 - 2 hodiny týdně poněkud nedostačující. Respondenti ovšem uvedli, že tenis na vozíku nepovažují za svoji práci a ani nemohou, jelikož je podle jejich výpovědí neživí. Vzhledem k tomuto zjištění, je již pochopitelné, že hráči tenisu nevěnují tolik času, kolik by měli, protože na tenisový dvorec se dostanou až po práci.

Největší úspěch je pro většinu dotazovaných schopnost zvládat tenis na vozíku po fyzické stránce a to, že se dokázali přenést přes všechny problémy v začátcích tréninku a počáteční nezdary překonali.

Hlavní motivací, kvůli které se hráči věnují tenisu na vozíku, je to, že touží být spokojeni sami se sebou. Výsledky utkání mají vliv na osobnost hráče. Dotazování přiznávají, že vítězství v utkání i porážku prožívají. Z porážky v utkání mají hráči také největší obavy.

Utkání, které se respondentům podaří dovézt do vítězného konce, má v očích převážné většiny z nich vždy vliv na následující měření sil se soupeřem. Naproti tomu utkání, kde utrpěli porážku, jejich budoucí výkon ovlivňuje jen občas. Předvedený výkon dotazovaných hráčů v utkání ovlivňují dle výsledků výzkumu také diváci. Jejich přítomnost vnímá většina pozitivně, najdou se ale i tací, na které mají diváci naopak negativní vliv.

Dotazníkovým šetřením použitým v diplomové práci byly zjištěny tyto závěry.

Dílčí problém výzkumu č. 1

Otázka č. 1

Důvodem k výběru tenisu na vozíku je pro 84 % dotazovaných to, že je tento sport baví a jeho prostřednictvím si zlepšují fyzickou kondici.

Otázka č. 2

Všichni respondenti (100 %) vnímají tenis na vozíku jako sport. Zábavou je pro 88 % a za svoji práci ho považuje 3 % dotazovaných.

Otázka č. 3

Celkem 46 % oslovených hráčů trénuje tenisu na vozíku 1 - 2 krát týdně. Tento výsledek je vzhledem k herní kvalitě a žebříčkovému postavení respondentů překvapivý.

Dílčí problém výzkumu č. 2

Otázka č. 4

Všichni dotazovaní respondenti (100 %) uvádějí, že tenis na vozíku pro ně má přínos.

Otázka č. 5

Většina respondentů – 97 % se tenisem na vozíku neživí.

Otázka č. 6

Celkem 85 % dotazovaných, považuje za svůj největší úspěch schopnost po fyzické stránce zvládat tenis na vozíku. Úspěch v turnaji uvedlo jako důležitý jen 20 % respondentů.

Otázka č. 7

96 % hráčů vnímá vliv tenisu na vozíku na svoji osobnost.

Dílčí problém výzkumu č. 3

Otázka č. 8

Pro všechny dotazované respondenty (100 %) je hlavní motivací k provozování sportu zábava, kterou při něm zažívají. Více než polovina respondentů (73 %) také uvedla, že sportují, aby byli v lepší fyzické kondici

Otázka č. 9

Otázka týkající se dalších sportovních aktivit odhalila, že pro 73 % dotazovaných není tenis na vozíku jediným sportem, kterému se věnují.

Otázka č. 10

Většina respondentů (70 %) považuje za největší motivaci, kvůli které se věnují tenisu na vozíku fakt, že chtějí být spokojeni sami se sebou. Pro radost z vítězství hraje tenis na vozíku 57 % dotazovaných, což je více než polovina.

Dílčí problém výzkumu č. 4

Otázka č. 11

Všichni dotazovaní (100 %) výsledek svého utkání, tedy vítězství popřípadě porážku prožívají a to buď vždy – 53 % nebo alespoň občas – 47 %.

Otázka č. 12

Celkem 65 % respondentů pociťuje vliv výsledků z utkání na svoji osobnost

Otázka č. 13

Dotazovaní respondenti mají největší obavy obecně z prohry (76 %).

Dílčí problém výzkumu č. 5

Otázka č. 14

Většina dotazovaných (89 %) vliv diváků na svůj předvedený výkon v utkání vnímá. Pozitivně diváci působí na výkon v tenise na vozíku u 69 %, naopak negativně vnímá přítomnost diváků 23 % respondentů.

Otázka č. 15

Utkaní zakončené vítězně má pro 65 % hráčů vliv na utkání další a to vždy.

Otázka č. 16

Porážka v utkání má u většiny dotazovaných respondentů (62 %) vliv na následující utkání pouze občas.

12. Seznam použité literatury

1. ATKINSON, Rita L a kol. Psychologie. Překlad Erik Herman et al. 2. vyd. Praha: Portal, 2003. ISBN 80-7178-640-3.
2. BURTON, Damon - RAEDEKE, Thomas D. Sport psychology for coaches. Champaign: Human Kinetics, 2008. ISBN 978-0-7360-3986-4.
3. CAYER, Louis. Doubles tennis tactics. Champaign: Human Kinetics, 2004. ISBN 0-7360-4004-8
4. CRESPO, Miguel - MILEY, Dave. Tenisový trenérský manuál 2. stupně. Překlad František Zlesák et al. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2001.
5. ČÁP, Jan. Psychologie výchovy a vyučování. 1. vyd. Praha: Karolinum, 1993. ISBN: 80-7066-534-3.
6. DAŘOVÁ, Klára et al. Klasifikace pro výkonnostní sport zdravotně postižených. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2008. ISBN 978-80-246-1520-2.
7. DOVALIL, Josef a kol. Výkon a trénink ve sportu. 3. vyd. Praha: Olympia, 2009. ISBN 978-80-7376-130-1.
8. HOLUŠOVÁ, Drahomíra et al. Jak psát diplomové a závěrečné práce. 2. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 1999. ISBN 80-7067-841-0.
9. HÖHM, Jindřich. Vítězný tenis. 1. vyd. Praha: Olympia, 1987.
10. JANKOVSKÝ, Jiří. Tenis. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2002. ISBN 80-247-0169-3.
11. JANSÁ, Petr - DOVALIL, Josef et al. Sportovní příprava. 1. vyd. Praha: Q-art, 2007. ISBN 80-903280-8-3.

12. JEŠINA, Ondřej - HAMŘÍK, Zdeněk a kol. Podpora aplikovaných pohybových aktivit v kontextu volného času. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2011. ISBN 978-80-244-2946-5.
13. JEŠINA, Ondřej - KUDLÁČEK, Martin a kol. Aplikovaná tělesná výchova. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2011. ISBN 978-80-244-2738-6.
14. KÁBELE, František. Tělesná výchova mládeže vyžadující zvláštní péči. 2. vyd. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1976.
15. KÁBELE, Josef. Sport vozičkářů. Praha: Olympia, 1992. ISBN 80-7033-233-6.
16. KUDLÁČEK, Martin. Aplikované pohybové aktivity pro osoby s tělesným postižením. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2007. ISBN 978-802-4416-557.
17. LANGEROVÁ, Martina - HEŘMANOVÁ, Blanka. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, spol. s.r.o., 2005. ISBN 80-247-1256-3.
18. MATĚJČEK, Zdeněk. Psychologie nemocných a zdravotně postižených dětí. 2. vyd. Praha: H & H, 1992. ISBN 80-85467-42-9.
19. NAKONEČNÝ, Milan. Lidské emoce. 1. vyd. Praha: Academia, 2000. ISBN 80-200-0763-6.
20. NAKONEČNÝ, Milan. Motivace lidského chování. 1. vyd. Praha: Academia, 1996. ISBN 80-200-0592-7.
21. PARSONS, John. Tenis - ilustrovaný průvodce světem tenisu. Překlad Pavel Bořkovec et al. 1. vyd. Praha: Václav Svojtka & Co, 1998. ISBN 80-7237-103-7.

22. PERIČ, Tomáš - DOVALIL, Josef. Sportovní trénink. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2010. ISBN 978-80-247-2118-7.
23. SCHOLL, Peter. Tenis - průvodce sportem. Překlad Lenka Česenková. 1. vyd. České Budějovice: KOPP, 2002. ISBN 80-7232-169-2.
24. SLEPIČKA, Pavel - HOŠEK, Václav - HÁTLOVÁ, Běla. Psychologie sportu. 2. vydání. Praha: Karolinum, 2009. ISBN 978-80-246-1602-5.
25. SRDEČNÝ, Mojmír. Sport tělesně postižených. Praha: Olympia, 1974.
26. Tenisový trenérský manuál 1. stupně. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2000.
27. VÁGNEROVÁ, Marie - HADJ-MOUSSOVÁ, Zuzana - ŠTĚCH, Stanislav. Psychologie handicapu. 2. vyd. Praha: Karolinum, 2004. ISBN 80-7184-929-4.
28. VOTAVA, Jiří et al. Ucelená rehabilitace osob se zdravotním postižením. 1.vyd. Praha: Karolinum, 2003. ISBN 80-246-0708-5.

Internetové zdroje

29. ABZ slovník cizích slov. *Http://slovník-cizich-slov.abz.cz* [online]. © 2005-2006 [cit. 2013-03-03]. Dostupné z: http://slovník-cizich-slov.abz.cz/web.php/hledat?typ_hledani=prefix&cizi_slovo=kvadruplegie
30. ABZ slovník cizích slov. *Http://slovník-cizich-slov.abz.cz* [online]. © 2005-2006 [cit. 2013-03-03]. Dostupné z: http://slovník-cizich-slov.abz.cz/web.php/hledat?typ_hledani=prefix&cizi_slovo=paraplegie
31. ABZ slovník cizích slov. *Http://slovník-cizich-slov.abz.cz* [online]. © 2005-2006 [cit. 2013-03-03]. Dostupné z: <http://slovník-cizich-slov.abz.cz/web.php/slovo/pareza-paresa>

32. ABZ slovník cizích slov. *Http://slovník-cizich-slov.abz.cz* [online]. © 2005-2006 [cit. 2013-03-03]. Dostupné z: <http://slovník-cizich-slov.abz.cz/web.php/slovo/plegie>
33. ABZ slovník cizích slov. *Http://slovník-cizich-slov.abz.cz* [online]. © 2005-2006 [cit. 2013-03-03]. Dostupné z: <http://slovník-cizich-slov.abz.cz/web.php/slovo/spasticita>
34. Adrenalin bez Bariér. *Http://www.adrenalinbb.cz* [online]. © 2012. [cit. 2013-04-08]. Dostupné z: <http://www.adrenalinbb.cz/index.php/aktivity/103-vodni-lyzovani.html>
35. Adrenalin bez Bariér. *Http://www.adrenalinbb.cz* [online]. © 2012. [cit. 2013-04-08]. Dostupné z: <http://www.adrenalinbb.cz/index.php/projekty/113-bezbarierova-jachta/98-bezbarierova-jachta.html>
36. CÍSAŘ, Martin. Oficiální stránky Českého tenisového svazu vozičkářů. *Http://www.cwta.cz* [online]. 13.10.2006 [cit. 2013-03-03]. Dostupné z: <http://www.cwta.cz/article.php?item=cesky-tenisovy-svaz-vozickaru-o-nas>
37. CÍSAŘ, Martin. Oficiální stránky Českého tenisového svazu vozičkářů. *Http://www.cwta.cz* [online]. 17.10.2006 [cit. 2013-03-03]. Dostupné z: <http://www.cwta.cz/article.php?item=charakteristika-tenisu-na-voziku-v-cr>
38. International Tennis Federation. *Http://www.itftennis.com: wheelchair* [online]. © 2013 [cit. 2013-03-03]. Dostupné z: <http://www.itftennis.com/media/137505/137505.pdf>
39. Karel Jandus tenisová škola. *Http://www.jandustenis.cz* [online]. 10.08.2004 [cit. 2013-03-03]. Dostupné z: <http://www.jandustenis.cz/index.php?ID=3>

40. Karel Jandus tenisová škola. *Http://www.jandustenis.cz* [online]. 10.08.2004 [cit. 2013-03-03]. Dostupné z: <http://www.jandustenis.cz/index.php?ID=4>
41. Karel Jandus tenisová škola. *Http://www.jandustenis.cz* [online]. 10.08.2004 [cit. 2013-03-03]. Dostupné z: <http://www.jandustenis.cz/index.php?ID=5>
42. Medik.cz: Portál pro mediky. *Http://wiki.medik.cz* [online]. 17. 1. 2007 [cit. 2013-03-03]. Dostupné z: http://wiki.medik.cz/wiki/Par%C3%A9za_a_plegie
43. MedicaBaze.cz: lékařské repertorium online. *Http://www.medicabaze.cz* [online]. Praha, © 2007 [cit. 2013-03-03]. Dostupné z: http://www.medicabaze.cz/index.php?sec=term_detail&tname=Poran%C4%9Bn%C3%AD+m%C3%ADchy+-+rehabilitace&termId=1376&h=poran%C4%9Bn%C3%AD+m%C3%ADchy#jump
44. MedicaBaze.cz: lékařské repertorium online. *Http://www.medicabaze.cz* [online]. Praha, © 2007 [cit. 2013-03-03]. Dostupné z: http://www.medicabaze.cz/index.php?sec=term_detail&tname=Paraplegie&termId=60&h=paraplegie#jump
45. MedicaBaze.cz: lékařské repertorium online. *Http://www.medicabaze.cz* [online]. Praha, © 2007 [cit. 2013-03-03]. Dostupné z: http://www.medicabaze.cz/index.php?&sec=term_detail&termId=57&tname=Kvadruplegie
46. Medicco. *Http://www.medicco.cz* [online]. 2008 [cit. 2013-03-03]. Dostupné z: <http://www.medicco.cz/index.php?page=80&podpage=26&p=1&detail=15>
47. Tenislife.cz. *Http://www.tenislife.cz* [online]. Brno, 2007 [cit. 2013-03-03]. Dostupné z: <http://www.tenislife.cz/navody/jak-vybrat-tenisovou-raketu.html>

48. WikiSkripta. *Http://www.wikiskripta.eu* [online]. 2010-05-19 [cit. 2013-03-03].
Dostupné z:
http://www.wikiskripta.eu/index.php/Soubor:Vertikalni_topografie_leze.jpg
49. Wikipedie: Otevřená encyklopedie. *Http://cs.wikipedia.org* [online]. 19. 2. 2013
[cit. 2013-03-03]. Dostupné z: <http://cs.wikipedia.org/wiki/Amputace>
50. Wikipedie: Otevřená encyklopedie. *Http://cs.wikipedia.org* [online]. 6. 3. 2012
[cit. 2013-03-03]. Dostupné z: <http://cs.wikipedia.org/wiki/Kvadruplegie>
51. Wikipedie: Otevřená encyklopedie. *Http://cs.wikipedia.org* [online]. 2010-05-19
[cit. 2013-03-03]. Dostupné z:
http://cs.wikipedia.org/wiki/Paralympijsk%C3%A9_hry

13. Přílohy

Příloha č. 1 Dotazník

Dotazník

Pokyny k vyplnění dotazníku: není-li uvedeno jinak, vyberte a zaškrtněte jen jednu z uvedených možností.

1. Proč jste si vybral/la tenis na vozíku? (zaškrtněte i více možností)

- a) baví mě
- b) z důvodu zlepšení fyzické kondice
- c) hraje ho kamarád/ka
- d) atraktivní sport
- e) materiální důvody („prize money“)
- f) přebytek volného času
- g) společenská prestiž sportu
- h) jiný důvod

Pokud odpovíte h), uveďte jaký

2. Jak vnímáte tenis na vozíku? (zaškrtněte i více možností)

- a) sport
- b) zábava
- c) práce
- d) možnost společenských kontaktů

3. Kolikrát týdně trénujete?

- a) méně než 1krát
- b) 1-2krát
- c) 3-4krát
- d) 5krát a více

4. Má pro Vás tenis na vozíku nějaký přínos?

- a) ano
- b) ne

Pokud odpovíte a), uveďte jaký

5. Živíte se tenisem na vozíku?

- a) ano
- b) ne

6. Co považujete za svůj největší úspěch v tenise na vozíku? (zaškrtněte i více možností)

- a) překonání počátečních nezdarů
- b) fyzické zvládnání sportu
- c) vítězství nad žebříčkově lépe umístěným soupeřem
- d) úspěch v turnaji
- e) jiný úspěch

Pokud odpovíte e), uveďte jaký

7. Má tenis na vozíku vliv na Vaši osobnost?

- a) ano
- b) ne

Pokud odpovíte a), napište jaký

8. Co vás motivuje k provozování sportu? (zaškrtněte i více možností)

- a) zábava
- b) setkání s přáteli
- c) zlepšení fyzické kondice
- d) přebytek volného času
- e) sportovní vyžití
- f) jiný důvod

Pokud odpovíte f), napište jaký

9. Věnujete se mimo tenisu na vozíku i jiným sportům?

- a) ano
- b) ne

Pokud odpovíte a), uveďte jakým

10. Co je pro Vás největší motivací v tenise na vozíku? (zaškrtněte i více možností)

- a) radost z vítězství
- b) dosažení úspěchu
- c) sláva
- d) zlepšení fyzické kondice
- e) finanční ohodnocení
- f) navázání nových přátelství
- g) možnost cestování
- h) uznání
- i) spokojenost sám se sebou
- j) jiný důvod

Pokud odpovíte j), uveďte jaký

11. Prožíváte vítězství/porážku v tenise na vozíku?

- a) ano, vždy
- b) pouze občas
- c) ne, nikdy

Pokud odpovíte a), b), uveďte jak

12. Mají výsledky utkání v tenise na vozíku vliv na Váš osobní život?

- a) ano
- b) ne

Pokud odpovíte a), uveďte jaký

13. Z čeho máte před tenisovým utkáním nejčastěji obavy? (zaškrtněte i více možností)

- a) obecně z prohry
- b) z komentáře trenéra či rodičů v případě prohry
- c) z reakce okolí v případě špatného výkonu
- d) nemám obavy
- e) jiné obavy

Pokud odpovíte e), uveďte jaké

14. Má přítomnost diváků vliv na Váš výkon?

- a) ano, pozitivní
- b) ano, negativní
- c) ne, žádný

Pokud zaškrtnete a), b), uveďte jaký

15. Má vítězství v utkání vliv na Vaše další tenisové výkony?

- d) ano, vždy
- e) pouze občas
- f) ne, nikdy

16. Má porážka v utkání vliv na Vaše další tenisové výkony?

- g) ano, vždy
- h) pouze občas
- i) ne, nikdy

Prosím o vyplnění identifikačních údajů. (zaškrtněte jen jednu z uvedených možností.)

Pohlaví

žena muž

Věk

- 15 a méně let
- 16 - 20 let
- 21 - 25 let
- 26 - 30 let
- 31 - 35 let
- 36 - 40 let
- 41 - 45 let
- 46 - 50 let
- 50 a více let

Do které klasifikační skupiny patříte? (rozdělení pro tenis na vozíku)

paraplegik kvadruplegik

Kolik let se tenisu věnujete?

- 1-2 roky
- 3-5 let
- 6-10 let
- 11-14 let
- 15 a více let

Appendix No. 2 Questionnaire in English Questionnaire

Instructions for completing of the questionnaire: Unless otherwise stated, choose and tick only one of the options.

1. Why did you choose tennis in a wheelchair? (you can tick more option)

- a) I enjoy it
- b) in order to improve my physical fitness
- c) my friend plays it
- d) attractive sport
- e) financial reasons (“prize money”)
- f) surplus of free time
- g) social prestige of the sport
- h) other reason

If you answered h), specify

2. How do you perceive the tennis in a wheelchair? (you can tick more option)

- a) sport
- b) fun
- c) work
- d) the possibility of social contacts

3. How many times a week do you practice?

- a) less than 1 times
- b) 1-2 times
- c) 3-4 times
- d) 5 times and more

4. Does the wheelchair tennis have any benefits for you?

- a) yes
- b) no

If you answered a), specify

5. Do you earn money by wheelchair tennis?

- a) yes
- b) no

6. What do you consider your greatest success in wheelchair tennis? (you can tick more option)

- a) overcoming of the initial setbacks
- b) physical coping with the sport
- c) victory over a better ranked rival
- d) success in the tournament
- e) another success

If you answered e), indicate what

7. Does Wheelchair Tennis affect your personality?

- a) yes
- b) no

If you answered a), specify

8. What motivates you to practice sport? (you may tick more than one)

- a) fun
- b) meeting with friends
- c) improving physical fitness
- d) surplus of free time
- e) sport activity
- f) other reason

If you answered f), specify

9. Except the wheelchair tennis, do you do other sports?

- a) yes
- b) no

If you answer a), please specify

10. What is your greatest motivation in wheelchair tennis? (you can tick more option)

- a) the joy of victory
- b) success
- c) glory
- d) improving of physical condition
- e) financial profit
- f) establishing of new friendships
- g) possibility of travelling
- h) recognition
- i) satisfaction with yourself
- j) other reasons

If you answered j), please specify

11. Are you happy from victory/sad from a defeat in wheelchair tennis?

- a) yes, always
- b) only sometimes
- c) no, never

If you answered a), b), indicate how

12. Do the results in the wheelchair tennis influence your personal life?

- a) yes
- b) no

If you answered a), b), indicate how

13. What are you afraid of the most before the tennis game? (you can tick more option)

- a) of a loss in general
- b) comments from coach or parents in case of loss
- c) the reactions of people around in the case of poor performance
- d) I am not afraid
- e) other fears

If you answered e), specify

14. Does the presence of spectators affect your performance?

- a) yes, in a positive way
- b) yes, in a negative way
- c) no

If you answered a), b), specify how

15. Does winning the game affect your next tennis performance?

- a) yes, always
- b) only sometimes
- c) never

16. Does losing the game affect your next tennis performance?

- a) yes, always
- b) only sometimes
- c) never

Please complete the identification data. (*select only one option.*)

Sex

- female male

Age

- 15 or less
 16 - 20
 21 - 25
 26 - 30
 31 - 35
 36 - 40
 41 - 45
 46 - 50
 more than 50

To which classification group do you belong? (division for Wheelchair Tennis)

- paraplegic quadriplegic

How long have you been playing tennis?

- 1-2 years
 3-5 years
 6-10 years
 11-14 years
 15 and more years

Příloha č. 3 Rozhovor

Rozhovor č. 1

Jiří Vrba - 37 let (osobní sdělení, Praha 5. 10. 2012)

Jiří se narodil 5. 11. 1975 v Konici u Prostějova s vrozenou vadou pohybového aparátu a těžkou skoliózou páteře. Školku navštěvovat nemohl, protože to vzhledem k jeho zdravotnímu stavu nebylo možné. Do školy, kam ho celých 8 let vozil otec autem, nastoupil o dva roky později. Jedním z důvodů byla také nepřipravenost školy na žáka s takovým postižením. Jiří byl nucen nastoupit do vyrovnávací třídy, kde bylo výrazně méně žáků, než v ostatních třídách. Prý proto, že když chodí o berlich, tak aby byl v co nejmenším ohrožení. Po úspěšném dokončení základní školy se rozhodl pokračovat ve studiu. Jelikož byla Konice oděvním městečkem, vybral si učební obor dámský krejčí. Této práci se však nakonec nikdy nevěnoval. Kolem roku 1995 se odstěhoval do Brna, kde pracuje a bydlí i v současné době.

„Já jsem vlastně jedním ze 4 průkopníků tenisu na vozíku v České republice. Doslechl jsem se, že se tenis na vozíku začíná zkoušet a tak jsem chtěl být u toho.“ Pro Jiřího je sport jedna z nejdůležitějších věcí v životě. *„Od dětství mám k němu hodně blízko a během svého života jsem vyzkoušel snad všechny sporty, které lze na vozíku dělat.“*

Tenis si ho k sobě přitáhl nejen tím, jak moc ho baví, ale také skvělým kolektivem, který se okolo tenisu na vozíku pohybuje. *„Díky tenisu jsem získal spoustu nových přátel, což považuju za jednu z hlavních přínosů tenisu do mého života. Fyzicky tuto hru zvládám bez větších problémů. Hlavní příčinou neúspěšných zápasů je psychická labilita. Moje výkony jsou díky ní hodně nevyrovnané.“*

Sportovní kariéru začal Jiří šachovými zápasy. Jelikož se do svých 17 let pohyboval pouze o berlich, byly šachy jediný sport, který mohl dělat. O invalidním vozíku samozřejmě uvažoval, ale jelikož nejvíce času trávil ve škole, která nebyla bezbariérová, nezbývalo než se prozatím spokojit s berlemi. Jeho největší sportovní láskou je basketbal na vozíku. Řadu let v tomto sportu reprezentoval Českou Republiku. Nyní s Vídeňským týmem Sitting Bulls válčuje Rakouskou ligu a připravuje se na Evropský pohár, který se uskuteční příští rok ve Španělsku. *„Basketbal byl pro mě vždy na prvním místě. V týmovém sportu se cítím lépe, protože nejsem na všechno sám,*

a když se mi náhodou nedaří, tak to jde spoluhráčům. Tenis je v tomto jiný. Na kurtě jsem sám, a co si neuhraju, to nemám.“

Mimo basketbalu se Jiří věnuje tenisu a florbalu na vozíku. Obojí dělá na vrcholové úrovni. *„Udržovat v kondici mi mimo všech sportů pomáhá posilovací věž, kterou jsem si pořídil do svého bytu. Tenis mi přináší radost z úspěchu, přátele a výrazně ovlivnil můj styl oblékání.“*

„Za svůj největší úspěch považuju vítězství nad žebříčkově lépe postaveným a herně lepším Jiřím Fialou a první místa na mezinárodních turnajích v útěchách. Nejceněnější je pro něj to, že jsem díky tomuto sportu potkal spoustu skvělých lidí, kteří mi již mockrát pomohli. Největší motivací je pro mě zlepšit se nejen herně, ale zapracovat na psychické odolnosti. Prohry dnes už snáším dobře. Dříve jsem chtěl po prohraných zápasech se sportem skončit.“ Momentálně je Jiří 9. nejlepším tenistou u nás a 503 na světě.

Než začal sportovat, neměl skoro žádné svalstvo. Nedohodil basketbalovým míčem do koše. Teď umí hodit trojku, jako by to byla samozřejmost. Sport mu výrazně pomohl v oblasti fyzické zdatnosti a každému ho doporučuje. Přesto, že mu přinesl řadu zkušeností, nových zážitků, přátel a možností k cestování, tak ho nepovažuje za jediný smysl jeho života.

„Občas se mi stane, že za mnou přijde zdravý tenista a řekne mi, že hraju moc dobře. I když vím, že je na okruhu spousta lepších hráčů, tak je to pro mě obrovské povzbuzení do další práce.“

Rozhovor č. 2

Petr Utíkal - 17 let (osobní sdělení, Praha 2. 12. 2012)

Petr se narodil 2. 8. 1995 v Olomouci. Automobilová nehoda v 6 letech ho předurčila k prožití zbytku života na invalidním vozíku. Sportovat začal ihned po tom, co se vrátil z nemocnice domů. Věnuje se jízdě na monoski, jachtingu, ve kterém soutěží s nehandicapovanými sportovci a ze všeho nejvíce tenisu na vozíku.

„Když se mi to stalo, byl jsem těsně před nástupem do 1 třídy. Jelikož to bylo na konci srpna, automaticky jsem dostal odklad.“ Petr chodil na bezbariérovou základní školu, která však nebyla bezbariérová úplně celá. *„Byl tam nájezd do školy i do jídelny, ale do druhého patra mě vždy museli vynést.“* Nyní studuje na bezbariérovém gymnáziu v Olomouci, kde se díky výtahu dostane do všech míst budovy. *„Nikdy jsem neměl problémy se spolužáky. Všichni byli vždy hrozně fajn a brali mě jako normálního kluka, jako jednoho z nich. Ve vyučování dělám naprosto vše, co oni. V tělesné výchově děláme buď něco společně, nebo hraje třeba volejbal sedících, aby si také zkusili sportovat, jako vozičkáři.“*

Tenisu na vozíku se věnuje 4 roky. Vybral si ho, protože se mu tenis líbí a rád ho sleduje v televizi. Návyk na pravidelné sportování měl z jachtingu. Předtím, než začal hrát tenis na vozíku, byl každý den na vodě. Otec mu vytvořil speciální pomůcky, aby se na loď dostal bez vozíku a mohl závodit vsedě. Tenis ho ovšem natolik okouzлил, že se jachting stal pro něj již jen koníčkem, kterému se věnuje ve svém volném čase, tedy když zrovna není ve škole nebo na tenisovém kurtě. *„Trénuju 4 krát týdně po hodině. O víkendu jsem většinou na turnaji, a když mám náhodou volno, tak mám ještě 2 hodiny trénink v neděli.“*

Petr je 3. nejlepší český tenista a 240. ve světě. Má svého osobního tenisového trenéra a občas za ním na trénink přijede Miroslav Brychta, který je již mnoho let nejlepším českým tenistou na vozíku.

„Tenis vnímám jako sport, ale také jako možnost dostání se díky němu do světa a podívání se po cizích zemích. Důležitá je pro mě fyzická zátěž, abych měl kondici pro běžný život, protože přesuny z vozíku a zase zpět jsou velmi náročné.“ Zároveň si na tenisu cení toho, že zde získal mnoho dobrých přátel a na turnajích komunikuje s řadou zahraničních tenistů, což mu zlepšuje jeho jazykovou výbavu.

„Tenis mi přinesl řadu zkušeností i do života, jiný rozhled na věci, kamarády, sebevědomí a spousty kontaktů nejen s lidmi se stejným postižením.“ Nejnáročnější je pro něj ve hře udržet koncentraci. Soustředit se a dodržet taktiku, kterou si před zápasem stanovil. Nebýt nervózní a soustředit se na svůj cíl.

„Největším úspěchem je asi vítězství na turnaji v Prostějově. Dále semifinále na turnaji v Průhonicích a porážka Kubáta a Potůčka.“ (oba čeští hráči) *„Přál bych si v nejbližší době konečně porazit Michala Stefanu a Miroslava Brychtu.“* (oba čeští hráči)

„Mým cílem je dostat se co nejvýše v žebříčku. Jsem hodně soutěživý typ, a když postupuju v žebříčku nahoru, ta je to pro mě opravdu úžasný pocit. Chci dosáhnout nejvýš, kam to půjde. Největší motivaci je tedy pro mě úspěch, možnost cestování a hlavně to, že mám tenis rád.“

„Nikdy jsem neměl pocit, že bych chtěl skončit. Někdy jsem hodně naštvaný, ale seknout jsem s tím nikdy nechtěl. Prohru teď už snáším dobře, ale dřív jsem to tak dobře nezvládal. Teď už si uvědomuju svoje chyby, zlobím se jen na sebe a ne na okolí a soupeře. Dřív jsem také hodně házel raketou, ale dnes už to dělám minimálně. Snažím se se svou psychikou lépe vyrovnat. V tomto mi tenis hodně pomáhá a přinesl mi jistou psychickou odolnost.“

„Tento sport bych rozhodně všem doporučil. Tenis na vozíku je náročný, ale když se do toho dostanete a začne Vám to trochu jít, tak je to skvělá a zábavná hra. Hraje se převážně venku, tedy na čerstvém vzduchu, dodá Vám fyzickou kondici a poznáte spoustu fajn lidí.“

Rozhovor č. 3

Tomáš Kvoch - 46 let (osobní sdělení, Praha 2. 12. 2012)

Tomáš se narodil 20. září 1966. Ve svých 22 letech přišel o obě nohy, když ho při naskakování do rozjetého vlaku, shodila průvodčí dolů. Je tedy oboustranný nadkolenní amputač. Před úrazem hrál závodně hokej, rekreačně tenis a stolní tenis.

Tenisu na vozíku se věnuje přibližně 12 let. Hlavním sportem a zároveň také hlavní životní náplní je pro něj sledge hokej. Tenis na vozíku je pro mě především příprava na hokejovou sezonu. *„V hokeji toho v létě tolik neudělám, takže se připravuju pomocí tenisu. Tenis je hodně koordinčně náročný, stejně tak na postřeh, timing a fyzickou kondici, takže mě všestranně rozvíjí. Hokej je sport, který výrazně ovlivnil moji osobnost a životní styl“*

„Dalším sportem, kterému se věnuji především kvůli získání a udržení fyzické kondice je jízda na handbiku. Handbike je speciální kolo. Vepředu je 1 kolo, vzadu dvě a poháníte ho rukama. Jezdím hlavně po silnici a přes léto jsem každý druhý den ujel 60 km okolo Pardubic, kde momentálně bydlím. Je to hodně namáhavé na ruce. Posilujete také záda a břišní svalstvo.“

Tenisu se Tomáš věnuje především v létě. Trénuje v průměru 2 krát týdně a o víkendech jezdí po turnajích. *„Trénuju převážně s chodícími tenisty. Na žebříčku jsem 8 v České republice a ve světě okolo 300 místa.“*

„Co jsem na vozíku, snažím se vyzkoušet všechny sporty, co můžou vozíčkáři dělat. Ve sledge hokeji hraju nejčastěji na postu obránce a již mnoho let jsem v reprezentaci. Tenis vnímám jako sport a přípravu, která mi dodává kondici. Tenis mi dal to, že jsem se naučil soustředit, zklidnit se a spoléhat se sám na sebe.“

„Ve hře je pro mě nejnáročnější jízda na vozíku, jelikož jsem váhově těžší. Největším úspěchem je pro mě zvládnutí tohoto sportu. Mám radost z každého vítězného míče, co se mi povede. Těší mě, když odvedu dobrý výkon, když utkání dobře zvládám a hraju podle svých představ. Na tom mi záleží víc, než jestli vyhraju.“

„Mým cílem v tenise je získat fyzickou kondici. Největší motivací je pro mě, naučit se soustředit a pracovat s vlastní psychikou, která je u tenisu strašně důležitá. Pocit že skončím, jsem asi nikdy neměl. „Baví mě hlavně čtyřhra a možnost spolupráce v ní.“

Prohru snáším podle toho, jaká je, když je jednoznačná, tak si z toho nic nedělám, protože je soupeř prostě lepší, ale když je to těsné, tak mě to hrozně mrzí.“

„Sledge hokej je několika násobně náročnější než tenis, ale právě tenis je pro mě výbornou přípravou na rozjezdy v hokeji, protože je tam také potřeba rychlých startů na míč. Přesto, že máme s reprezentací soustředění každý měsíc v roce po dobu 5 dní a trénujeme v každý den 5 krát, hokej nás neživí a jsme pouze poloprofesionálové.“