

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 hrajeme 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 okouzlil, 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 získání fyzické kondice. 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.“