

ČESKÁ ROČNÍK 27

KINANTROPOLOGIE

ČASOPIS ČESKÉ KINANTROPOLOGICKÉ
SPOLEČNOSTI



1-4 **23**

ČESKÁ

KINANTROPOLOGIE

Vydává Česká kinantropologická společnost

Published by Czech Kinanthropology Association

Šéfredaktor/Editor in Chief: prof. PhDr. Jiří Suchý, Ph.D.

Zástupkyně šéfredaktora/Deputy Editor: PhDr. Pavlína Vostatková, Ph.D., Univerzita Karlova, FTVS, Praha

Redakční rada/Editorial Board:

Předseda/Chairman: prof. PhDr. Jiří Suchý, Ph.D., Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, Praha

členové/Members:

- doc. PaedDr. Marie Blahutková, Ph.D., Masarykova univerzita Brno, Fakulta sportovních studií
- doc. PaedDr. Ladislav Bláha, Ph.D., Univerzita J. E. Purkyně Ústí nad Labem, Pedagogická fakulta
- prof. Ing. Václav Bunc, CSc., Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu
- doc. Mgr. Ladislav Čepička, Ph.D., Západočeská univerzita v Plzni, Fakulta pedagogická
- doc. PhDr. Josef Dovalil, CSc., Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu
- prof. PaedDr. Ludmila Fialová, Ph.D., Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu
- Mgr. Zdeněk Hamřík, Ph.D., Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury
- doc. MUDr. Jan Heller, CSc., Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu
- prof. PhDr. Ivo Jirásek, Ph.D., Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury
- doc. PhDr. Vladimír Jůva, CSc., Masarykova univerzita Brno, Fakulta sportovních studií
- doc. PaedDr. Bronislav Kračmar, CSc., Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu
- doc. PaedDr. Vladislav Mužík, CSc., Masarykova univerzita Brno, Fakulta sportovních studií
- doc. PhDr. Vilma Novotná, Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu
- doc. Mgr. Jiří Nykodým, Ph.D., Masarykova univerzita Brno, Fakulta sportovních studií
- prom. trenér Přemysl Panuška, Český veslařský svaz
- doc. PaedDr. Dagmar Pavlů, CSc., Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu
- doc. PaedDr. Tomáš Perič, Ph.D., Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu
- prof. MUDr. Ladislav Pyšný, CSc., Univerzita J. E. Purkyně Ústí nad Labem, Pedagogická fakulta
- doc. PaedDr. Aleš Suchomel, Ph.D., Technická univerzita v Liberci, Fakulta přírodovědně-humanitní a pedagogická
- doc. PhDr. Zbyněk Svozil, Dr., Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury
- doc. PaedDr. Jan Štumbauer, CSc. Jihočeská Univerzita v Českých Budějovicích, Pedagogická fakulta
- doc. RNDr. Jiří Zháněl, Dr., Masarykova univerzita Brno, Fakulta sportovních studií
- doc. Mgr. Martin Zvonář, Ph.D., Masarykova univerzita Brno, Fakulta sportovních studií

Zahraniční členové/Foreign Members

- prof. Dr. Lubomír Bilek, St. Francis Xavier University, Kanada
- prof. Dr. Alexander Ferrauti, Ruhr-Inovosität Bochum, Fakultät für Sportwissenschaft
- univ. prof. Dr. Ulrich Hartmann, Universität Leipzig, Sportwissenschaftliche Fakultät
- prof. PaedDr. Ludmila Jančoková, CSc., Univerzita Mateja Bela Banská Bystrica, Filozofická fakulta
- prof. Dr. Darlene Kluka, PhD., Barry University, Miami Shores, Florida, USA
- prof. Dr. Roland Naul, PhD., University Münster, Germany
- doc. PaedDr. Martin Pupiš, PhD., Univerzita Mateja Bela Banská Bystrica, Filozofická fakulta
- prof. Mgr. Marián Vanderka, Ph.D., Univerzita Komenského v Bratislave, Fakulta telesnej výchovy a športu
- prof. Dr. Zbigniew Waśkiewicz, PhD., Akademia Wychowania Fizycznego, Katowice, Polsko
- prof. Dr. Weimo Zhu, PhD., University of Illinois at Urbana-Champaign, USA

Redakce/Editorial Office

Sekretariát/Secretary: PaedDr. Lada Novotná

Grafická úprava/Layout: František Serbus, Ing. Otmar Souček

Návrh obálky/Cover Design: doc. PaedDr. Bronislav Kračmar, CSc., Mgr. Jakub Kučera

Česká kinantropologie vychází 2krát ročně

Obsah časopisu i celé texty jsou uveřejněny na internetu www.ceskakinantropologie.cz

Česká kinantropologie is published 2x annually

Journal is cited in database ERIH+, SPOLIT and database BMČ.

Contents of the journal and abstracts are published on the Internet www.ceskakinantropologie.cz

© Česká kinantropologická společnost, 2021

ISSN 1211-9261

Ev. č. MK ČR E 21191

ČESKÁ 2023, vol. 27, no. 1–4

KINANTROPOLOGIE

Časopis České kinantropologické společnosti vychází s finanční podporou AV ČR.

Journal of the Czech kinanthropological society is published with financial support of AV ČR .

Česká kinantropologie

(ISSN 1211-9261)

vydává Česká kinantropologická společnost.

Vychází 2x ročně.

Časopis Česká kinantropologie je recenzovaný vědecký časopis zaměřený na kinantropologii. Publikuje příspěvky o výsledcích výzkumu z oblasti teorie, empirického výzkumu a metodologie. Cílem je podporovat rozvoj vědeckého poznání záměrné pohybové činnosti, její struktury a funkcí a jejich vztahů k rozvoji člověka jako biopsychosociálního individua.

Nabídka rukopisů

Redakce přijímá původní výzkumné práce, teoretické studie, přehledové studie, stručné zprávy z odborných akcí (konference, semináře apod.), recenze nových knih a informace o akcích České kinantropologické společnosti v českém (popř. slovenském) jazyce, od zahraničních autorů v anglickém jazyce.

Rukopis dodejte elektronicky do systému na adrese www.ceskakinantropologie.cz nebo e-mailem: ceskakinantropologie@seznam.cz. Na závěr textu uveďte úplnou kontaktní adresu včetně e-mailové adresy.

Rukopis musí obsahovat název, jména autorů, souhrn s klíčovými slovy v češtině (15–20 řádků), název stati, souhrn a klíčová slova v angličtině, vlastní text, abecední seznam literatury, kontaktní údaje. Bibliografické odkazy musí být úplné a odpovídat požadavkům našeho časopisu. Rukopisy musí používat velikost písma 12 a řádkování 1,5. Stati by neměly přesahovat 12 – 15 normostran (tj. 5000 slov, recenze 3 normostrany, zprávy a informace 2 normostrany). Pro grafy a obrázky vyžadujeme zdrojové soubory (soubor, v němž byly vytvořeny, grafy nejlépe v programu Excel, obrázky ve formátu TIF, JPG nebo EPS). Redakce provádí jazykovou úpravu textu.

Recenzní řízení je oboustranně anonymní dvěma nezávislými recenzenty. Redakce si vyhrazuje právo anonymizace textu, tj. odstranění údajů usnadňujících identifikaci autorů předtím, než text postoupí do recenzního řízení. Nabídnout rukopis jinému časopisu, zatímco je posuzován našim časopisem, je považováno za neetické. Autoři budou vyrozuměni o výsledku recenzního řízení a instruováni o případných změnách.

Podrobné pokyny pro autora jsou uveřejněny na internetu: www.ceskakinantropologie.cz

Adresa redakce: Česká kinantropologie,
Josef Martího 31, 162 52 Praha
Telefon: (+420) 220 172 062
E-mail: ceskakinantropologie@seznam.cz

Česká kinantropologie

(ISSN 1211-9261)

published 2x annually

by Czech Kinanthropology Association.

Journal Česká kinantropologie is reviewed scholarly journal that focuses on kinanthropology. It publishes papers about results of theoretical, empirical and methodological research. The objective is to endorse scientific development of the intentional physical movement, its structure and functions as well as its connections to development of men as bio-psycho-sociological entity.

Manuscript submission

The editors accept original empirical research papers, theoretical studies, short news about conferences and workshops, reviews of new books and information about proceedings of Czech Kinanthropology Association in Czech (eventually in Slovak) language or in English language from foreign authors. Add the manuscript to the system in the electronic form at the address: www.ceskakinantropologie.cz or via e-mail: ceskakinantropologie@seznam.cz. The end should contain complete information, including contact address and e-mail address.

Manuscript must contain title, name of authors, abstract with key words in Czech language (15–20 lines), title, abstract and keywords in English language, text of the article, alphabetical list of references for literature cited in the text, contact data. Bibliographic references must be fully defined and correspond to Journal standards. Manuscripts must use font size 12 and 1,5 space. The maximum length of original research papers is 12–15 pages (about 5000 words), review 3 pages and information 2 pages. Please submit all tables, graphs and illustrations as separate files in the format, in which they were created, with graphs preferably in Excel and illustrations preferably in TIF, JPG or EPS. The editors review and edit the text.

The editorial review process is anonymous on both sides. The editors reserve the right to ensure the anonymity of the text's content, i.e. to eliminate any information or data that could facilitate identification of the author, before submitting the text to the review process. Submission of a manuscript to another journal while it is under review by the Journal Česká kinantropologie is considered unethical. Review guideline and full guidelines for authors are on the Internet: www.ceskakinantropologie.cz

Address: Česká kinantropologie,
Josef Martího 31, 162 52 Praha, Czech Republic
Phones: (+420) 220 172 062
E-mail: ceskakinantropologie@seznam.cz

OBSAH

| | |
|---|----|
| SUCHÝ, J. Úvodem..... | 5 |
| KOTLÍK, K. Sport a pohybová aktivita obyvatel Hlavního města Prahy | 6 |
| BABIC, M., RAK, Š., KOVÁČ, K., TVRDÝ, M., HOLIENKA, M. Riešenie hernej situácie „1:1“ vybranými brankármi na ME „U21“ 2019 vo futbale | 21 |
| DLOUHÝ, M., VIGHOVÁ, K., SUCHÝ, J. Vliv restrikcí souvisejících s Covid-19 na stres a motivaci českých basketbalistů | 31 |
| HYNČICOVÁ, P., SUCHÝ, J. Effect of breathing entrainment in cross country skiing – A systematic review..... | 42 |
| ŠTUMBAUER, J. Turistika a Aktivity KČST na Slovensku v letech 1919–1938 | 51 |
| Recenze | |
| KOVÁŘ, K. A KOLEKTIV Aktivní škola: inspirace pro podporu pohybových aktivit (J. Suchý) | 78 |

CONTENT

| | |
|--|----|
| SUCHÝ, J. Foreword..... | 5 |
| KOTLÍK, K. Sport and Physical Activity of Pragues' Inhabitants..... | 6 |
| BABIC, M., RAK, Š., KOVÁČ, K., TVRDÝ, M., HOLIENKA, M. Solving “1:1” situation of selected goalkeepers at the 2019 UEFA european under-21 championship | 21 |
| DLOUHÝ, M., VIGHOVÁ, K., SUCHÝ, J. The effect of the coronavirus pandemic on the mental state of basketball players from the CZ | 31 |
| HYNČICOVÁ, P., SUCHÝ, J. Effect of breathing entrainment in cross country skiing – A systematic review..... | 42 |
| ŠTUMBAUER, J. Tourist and activities of kčst in slovakia in 1919–1938. | 51 |
| Critical reviews | |
| KOVÁŘ, K. A KOLEKTIV Active school: inspiration for support movement activities (J. Suchý)..... | 78 |

ÚVODEM

FOREWORD

Vážené čtenářky, vážení čtenáři,

na následujících stranách Vám předkládám letošní vydání České kinantropologie. S ohledem na pozdější vydání dvojčísla 3–4/2022, finanční možnosti, dlouhodobý zájem autorů o publikaci v našem časopisu i kapacitu oponentů, letos bohužel pro Vás vydáváme jen jedno číslo (1–4/2023).

V aktuálním vydání máte možnost se seznámit s afinitou obyvatel Prahy k pohybové aktivitě a sportu, které zjišťoval Dr. Kotlík. Kolektiv autorů, vedený Dr. Babičem, analyzuje přístupy brankářů k řešení herních situací 1:1 na fotbalovém ME 2019. Kolega Dr. Dlouhý a spoluautoři se ve svém článku zabývají změnami různých psychických aspektů u basketbalistů během restrikcí souvisejících s Covid-19. Petra Hynčicová prezentuje analýzu článků týkajících se problematiky synchronizace pohybu a dýchání u běžců na lyžích. Posledním původním autorským článkem je již tradičně historický text doc. Štumbauera, který tentokrát poutavě shrnuje činnost Klubu československých turistů na Slovensku v meziválečném období.

Autorský kolektiv vedený náměstkem ČSI Dr. Kovářem vydal metodické doporučení „Aktivní škola: inspirace pro podporu pohybových aktivit“. Klíčové informace, uvedené v této publikaci, shrnuje krátká recenze.

Věřím, že Vás články zaujmou a přeji pohodové vánoční svátky i úspěšný rok 2024!

V Praze, prosinec 2023

prof. PhDr. Jiří Suchý, Ph.D.
šéfredaktor

SPORT A POHYBOVÁ AKTIVITA OBYVATEL HLAVNÍHO MĚSTA PRAHY

SPORT AND PHYSICAL ACTIVITY OF PRAGUES' INHABITANTS

KAMIL KOTLÍK

Katedra společenskovedního základu v kinantropologii
Fakulta tělesné výchovy a sportu, Univerzita Karlova

SOUHRN

Článek se zabývá dvěma propojenými tématy. Jedním z nich je postoj a vztah pražských obyvatel k pohybové aktivitě a sportu, druhým pak reálné provozování těchto aktivit. Spojení výše uvedených témat jednak umožňuje verifikaci odpovědí respondentů v oblasti postoje a vztahu k sportu a pohybové aktivitě, za druhé prohlubuje celkový vhled do problematiky.

Hlavním cílem článku je uvést základní deskripci provozování sportu a pohybových aktivit obyvateli hlavního města prahy. Dalším cílem je zjistit postoj pražanů k výše uvedeným aktivitám.

Jakožto výzkumný nástroj byl využit dotazník sfspa (sociální funkce sportu a pohybové aktivity). Výzkumný vzorek byl získán kvótním výběrem a čítal 54 mužů a 63 žen (jedná se o součást kvótního výběru z celorepublikového šetření). Data byla zpracována programy spss a ms excel. Použili jsme třídění dat druhého stupně, především kontingenční tabulky a statistickou významnost (χ).

V oblasti postoje a vztahu k sportu a pohybovým aktivitám nezaznamenáváme významný rozdíl mezi muži a ženami, mezi jednotlivými věkovými skupinami je však situace odlišná. Další zjištění v obecné rovině je, že i když je hlavní město praha největším českým městem s největší nabídkou různých sportovních zařízení, nejvíce dotázaných osob využívá k sportu či jiným pohybovým aktivitám přírodu či svůj domov.

Klíčová slova: sport, pohybová aktivita, postoj, vztah, metropole

ABSTRACT

The paper occupies with two tightly connected topics. One of them is the attitude and relationship of Prague's inhabitants towards sport and physical activity, the second is real practise of sport and physical activity by these people. The connection of two above mentioned topics allows on one side verify answers of respondents, on the other side it deepens the analysis.

The main goal of the paper is to mention basic description of practising sport and physical activity of Prague's inhabitants. The other goal is to find out the attitude of Prague's inhabitants towards sport and physical activity.

As the research instrument, we use questionnaire SFSPA (Social Function of Sport and Physical Activity). Research sample was chosen by a quota choice and consists of 54 men and 63 women. The data was processed by SPSS and MS Excel. We used a data sorting of the second grade, namely pivot tables and statistical significance of variance (χ).

There are not significant differences between men and women in their declared attitude and relationship towards sport and physical activity, but the situation among particular age groups is different. Other general finding is that even Prague is the capital (and biggest) city in Czech Republic with the largest offer of various sport facilities, most of questioned inhabitants use a nature or their home for their sport or other physical practise.

Key words: sport, physical activity, attitude, relationship, metropolis

ÚVOD

Pohyb, sport a pohybové aktivity jsou v době, doufejme pozvolna ustupující pandemie nemoci Covid-19, velice často skloňovanými výrazy. Na jedné straně se v případě adekvátní míry jedná o zdraví prospěšné činnosti, na druhé straně omezení plynoucí z opatření proti šíření nemoci Covid-19 znamenala ztíženou možnost sportu a pohybových aktivit pro značnou část obyvatel, především městských oblastí, po značnou část let 2020 a 2021.

Nejen z výše uvedených důvodů se pohybovým aktivitám a sportu různých věkových skupin populace věnuje v současné době řada aktérů, a to nejen z řad sportovních svazů, klubů či jiných přímo sportovně orientovaných organizací. Široká je například podpora sportu a dalších pohybových aktivit ze strany některých institucí. Například Ministerstvo zdravotnictví České republiky ve spolupráci s Ústavem zdravotnických informací a statistiky České republiky provozují Národní zdravotnický informační portál, jehož součástí je i osvětový portál s názvem Pohybová aktivita, ve kterém nejen představují některé z pohybových aktivit (plavání, jóga, tanec, jízda na kole či pilates) a uvádějí jejich zdravotní benefity v rovině rozvoje fyzické zdatnosti, prevence i rehabilitace, ale rovněž se věnují dalším zdravotním aspektům pohybové aktivity ve vztahu k některým zdravotním omezením či onemocněním jako jsou astma, deprese, anemie atp. (Ústav zdravotnických informací a statistiky České republiky, 2022).

Sport a další pohybové aktivity jsou podporovány také ze strany municipalit. Konkrétně Hlavní město Praha pořádá vždy na přelomu roku akci s názvem Týden sportu zdarma, kdy si lidé v Praze mohou bezplatně přijít zasportovat do několika desítek různých sportovišť. Celá akce je koncipována jako „přijďte si vyzkoušet“, jedná se tedy především o motivační aspekt, který má za cíl přitáhnout k sportu a pohybovým aktivitám širokou veřejnost (Praha sportovní, 2022). Na konci roku 2021 takto využilo nabídky bezplatného sportování cca 10 000 lidí, a to i přes některá přetrvávající opatření proti šíření nemoci Covid-19 (Praha.eu, 2022). Podobné aktivity lze zaznamenat i jinde v České republice. Město Jihlava za podpory Státního zdravotního ústavu během trvání pandemie spustilo akci „Každý krok se počítá“, kdy se prostřednictvím motivační kampaně snažilo přimět své obyvatele, aby se více hýbali a zaznamenávali si nachozené kilometry do předem připravených záznamových karet. Akce byla orientována především na seniory a motivací byl i drobný dárek za zdolanou vzdálenost (Státní zdravotní ústav, 2002).

Tématu se samozřejmě věnují pracovníci různých výzkumných center či vysokých škol a univerzit. Problematiku sportování a pohybových aktivit během sociální uzávěry přibližuje např. Kotlík, kdy se zaobírá jednak podporou tělesné výchovy ze strany Ministerstva školství mládeže a tělovýchovy České republiky jako i dalších akterů (Česká televize, Český olympijský výbor atd.), dále se pak tentýž autor věnuje dopadu sociální uzávěry na psychiku a životní návyky člověka ve vztahu ke sportu a pohybovým aktivitám (Kotlík, 2021; Kotlík, 2022). Objemem a charakterem reálných pohybových aktivit, především tělesné výchovy, stejně jako názory na situaci stran její výuky v době pandemie se zabývala např. Durdová (2021), která realizovala poměrně široké dotazníkové šetření na více než 1 100 respondentech z řad vysokoškolských studentů.

Kromě výše uvedeného lze samozřejmě registrovat i medicínsky zaměřené publikace zabývající se možnostmi návratu ke sportu po prodělání nemoci Covid-19. Komplexní metodiku jak postupovat přináší např. práce Hrdličky a kol. (2021), kteří velmi detailně uvádějí možnosti jako i kontraindikace návratu ke sportu jak u dětí, tak i u dospělých sportovců různých úrovní. Součástí jejich práce je i zohlednění stupně závažnosti průběhu nemoci Covid-19. Hodnocením dopadu fyzického cvičení na následky nemoci Covid-19 se pak zabývali Sallis a kol. (2021), kteří realizovali studii na téměř 50 000 pacientech, přičemž výsledky jasně vypovídají, že pohybová aktivita po prodělání nemoci je silně spjata s významnou redukcí následků Covid-19.

Velice zajímavým materiálem, který z mnoha úhlů pohledu porovnává pohybovou aktivitu před a po pandemii (jakkoliv zatím není zřejmé, že by již skončila), je článek L. Drechslera, který je založen na interaktivním mapovém porovnání pohybové aktivity před vypuknutím pandemie a po jejím částečném zmírnění. Jako základní jednotky pro porovnání byly zvoleny kraje České republiky, kartografickou zobrazovací metodou je pak kartogram (Drechsler, 2021).

K samotné situaci stran sportu a pohybové aktivity v České republice po skončení jednotlivých vln pandemie Covid-19 lze registrovat velké množství vyjádření z různých stran, a to jak v odborném tisku, tak i v ostatních médiích včetně celonárodních deníků či tiskovin jiné periodicity. Z důvodu omezeného rozsahu opět uvádíme jejich pouze velmi omezený výběr. Vyjádření fyzioterapeuta P. Koláře, obezitologa M. Matoulka či vedoucího lékaře postcovidového centra Fakultní nemocnice Hradec Králové přináší na stránkách iDNES.cz Vachtl (2021). Všichni výše zmínění se shodují na tom, že omezení pohybových aktivit a sportu přineslo především do dětské populace dlouhodobý problém, přičemž dopady budou v mnoha případech nevratné. Podobně na stránkách iDNES.cz v jiném článku (Režňáková, 2021) vypovídá např. předseda Sekce pediatrické obezitologie České lékařské společnosti Jana Evangelisty Purkyně J. Boženský.

Návratem k pohybovým aktivitám po skončení omezení spojených s bojem proti pandemii Covid-19 se tedy zabývá mnoho různých subjektů v různých rovinách. Lze přitom spatřovat jak jednostranně zacílený, tak i interdisciplinární přístup. K výše uvedenému je tedy třeba jak monitoringu současného stavu, tak (pro určení a hodnocení konkrétních změn) rovněž jasného popsání stavu před vypuknutím pandemie Covid-19, nejlépe na základě konkrétních dat.

Hlavním cílem tohoto článku je tedy přehledně uvést základní deskripci realizace sportu a pohybových aktivit obyvatel Hlavního města Prahy v době těsně před vypuknutím pandemie Covid-19.

METODIKA

Jak bylo uvedeno na konci Úvodu, článek cílí na popis pohybových aktivit a sportu obyvatel Hlavního města Prahy. Hodnocenými oblastmi byly jednak samotné pohybové aktivity či sport, resp. jejich objem, frekvence, charakter, prostředí, v němž byly převážně vykonávány atd., dále byl předmětem zájmu i vztah obyvatel Hlavního města Prahy k sportu a pohybovým aktivitám (hodnocení jejich významu, jejich zakomponování do života atp.).

Data byla zjišťována dotazníkem SFSPA, a to v rámci širšího šetření, které zahrnovalo obyvatele celé České republiky. Dotazník samotný byl vytvořen Jansou v roce 1999 za účelem realizace celostátního reprezentativního výzkumného šetření zaměřeného na vztah a postoje obyvatel České republiky k pohybovým aktivitám a sportu, jejich denní režim a životosprávu a vlastní sportování (Jansa, Kotlík, Němec, 2014). První výzkumné šetření bylo realizováno k roku 2000, druhé k roku 2010. Naše výzkumné šetření bylo realizováno na konci roku 2019 a počátku roku 2020 (tedy těsně před vypuknutím pandemie), a to z důvodu, že se jednalo o plánovaný 3. cenzus. V našem případě tedy jde o pokračování longitudinální průřezové studie. Dotazník není standardizován, nicméně byla zjišťována reliabilita metodou vnitřní konzistence Cronbachovým α a Guttmanovým Split-Half koeficientem (dále SHC), a to jak celkově, tak také v oblasti jednotlivých konstruktů. Celková reliabilita dotazníku činí v případě Cronbachova α 0,77, v případě SHC 0,84. Pro konstrukty, které jsou výsledkově prezentovány v tomto textu, činila reliabilita v případě postoje a vztahu ke sportu a pohybovým aktivitám 0,77 (α), resp. 0,79 (SHC) a 0,77 (α), resp. 0,78 (SHC) v případě vlastních pohybových a sportovních aktivit.

Výzkumný vzorek byl vybrán kvótním výběrem, přičemž základní oporu tvořila veřejně přístupná data vydávaná Českým statistickým úřadem (Český statistický úřad, 2022). Z těchto dat, konkrétně se jednalo o data demografická, jsme vytvořili proporční poměr obyvatel každého kraje ČR (v tomto případě tedy Hlavního města Prahy) jako i ČR jakožto celku. Proporčnost byla vypočítána podle pohlaví, věku a velikosti sídelní jednotky, a to k roku 2019. Celkový počet respondentů za ČR byl 1 000 osob, v kraji Hlavní město Praha odpovídalo celkem 117 respondentů, z čehož bylo 54 mužů a 63 žen. V rámci výpočtu poměrného množství respondentů v jednotlivých krajích a jejich následné segmentaci dle pohlaví a věku bylo využito zaokrouhlení na 1 respondenta, což se v celkovém součtu mohlo projevit max. do výše 3 respondentů za kraj Hlavního města Prahy.

Všichni respondenti byli dotazováni osobně, fyzicky, účast byla ryze dobrovolná a samozřejmě anonymní. V případě odmítnutí ze strany osloveného respondenta byla kontaktována další osoba. Celkový podíl odmítnutí činil cca 14 %.

Získaná data byla podrobena statistickému třídění prvního a druhého stupně, k čemuž byl využit statistický program SPSS, dále pak MS Excel. Konkrétně byly použity frekvenční tabulky, kontingenční tabulky a statistická významnost rozdílů (metodou χ). Statistická významnost rozdílů byla posuzována pouze mezi kohortami mužů a žen, v rámci segmentace na konkrétní věková období by v některých případech nebyly splněny požadavky na minimální počet respondentů.

Výzkumné otázky této části výzkumu byly následující:

- 1) Jaký je vztah k sportu a pohybovým aktivitám mezi dospělou populací v kraji Hlavní město Praha?
- 2) Je objem pohybové aktivity obyvatel Hlavního města Prahy dostatečný?
- 3) Realizují obyvatelé velkoměsta své pohybové a sportovní aktivity převážně v zařízeních k tomu určených?

VÝSLEDKY

Vztah a postoj české dospělé populace ke sportu a pohybovým aktivitám zjišťovalo několik položek dotazníku, jejich výsledky jsou uvedeny v tabulkách 1 až 4. Všechny zde uvedené tabulky jsou rozděleny na základě pohlaví na 2 dílčí části.

Tabulka 1 se věnuje významu sportu a pohybových aktivit pro život respondentů. Jak muži, tak i ženy většinou odpověděli, že sport a pohybové aktivity jsou pro jejich život důležité. V obou případech převyšuje počet kladných odpovědí 90 % v kategoriích mladších 60 let, poté však již procento kladných odpovědí skokově klesá. Pouze pro cca 45 % mužů starších 60 let jsou sport či pohybové aktivity důležité pro jejich život. V případě žen je tomu tak u 80 %. Nejvíce vyjadřují důležitost sportu a pohybových aktivit muži mezi 45 a 59 lety, a to v 100 % odpovědí.

Tabulka 1

Jsou sport a pohybové aktivity důležité pro Váš život?

| Muži | Ano | Ne | Celkem |
|---------------|----------|---------|----------|
| 18-29 let | 92,86 % | 7,14 % | 100,00 % |
| 30-44 let | 94,44 % | 5,56 % | 100,00 % |
| 45-59 let | 100,00 % | 0,00 % | 100,00 % |
| 60 a více let | 45,45 % | 54,55 % | 100,00 % |

| Ženy | Ano | Ne | Celkem |
|---------------|---------|---------|----------|
| 18-29 let | 94,44 % | 5,56 % | 100,00 % |
| 30-44 let | 90,91 % | 9,09 % | 100,00 % |
| 45-59 let | 94,12 % | 5,88 % | 100,00 % |
| 60 a více let | 80,00 % | 20,00 % | 100,00 % |

Poznámka: $\chi = 0,77$; $df = 1$, $p = 0,38$

Tabulka 2 pak uvádí odpovědi na otázku, zda jsou sport či pohybové aktivity součástí životního stylu respondentů. Výsledky mezi muži a ženami se v tomto případě liší. Muži mladší 45 let v obou kategoriích odpověděli kladně v 100 % případů. Mužů mezi 45 a 59 lety pak odpovědělo kladně cca 82 % mužů. Zde tedy zaznamenáváme pokles oproti tabulce 1. Muži starší 60 let pak odpověděli shodně s tabulkou 1, kladných odpovědí tedy bylo cca 45 %.

U žen zaznamenáváme pokles kladných odpovědí oproti předchozí tabulce, a to ve všech kategoriích vyjma žen starších 60 let. Ty odpovídají shodně jako v tabulce 1, pro 80 % z nich jsou tedy sport a pohybové aktivity součástí jejich životního stylu, pro 20 % nikoliv. U ostatních věkových kategorií pak počet kladných odpovědí setrval s věkem klesá, a to od 89 % (ženy mladší 30 let) po 65 % (ženy mezi 45 a 59 lety). Každopádně je zde však zřetelný rozpor s odpověďmi v tabulce 1.

Tabulka 2

Jsou sport a pohybové aktivity součástí Vašeho životního stylu?

| Muži | Ano | Ne | Celkem |
|---------------|------------|-----------|---------------|
| 18–29 let | 100,00 % | 0,00 % | 100,00 % |
| 30–44 let | 100,00 % | 0,00 % | 100,00 % |
| 45–59 let | 81,82 % | 18,18 % | 100,00 % |
| 60 a více let | 45,45 % | 54,55 % | 100,00 % |

| Ženy | Ano | Ne | Celkem |
|---------------|------------|-----------|---------------|
| 18–29 let | 88,89 % | 11,11 % | 100,00 % |
| 30–44 let | 77,27 % | 22,73 % | 100,00 % |
| 45–59 let | 64,71 % | 35,29 % | 100,00 % |
| 60 a více let | 80,00 % | 20,00 % | 100,00 % |

Poznámka: $\chi = 1,48$; $df = 1$, $p = 0,22$

Tabulka 3 zjišťovala, kolik respondentů se domnívá, že sport a pohybové aktivity jsou nákladnými činnostmi, tedy zda jsou dle jejich názoru jen pro ty, kdo mají peníze. V tomto případě nebylo specifikováno, co to znamená „mít peníze“, jednalo se čistě o subjektivní posouzení, a to z důvodu, že jsme zjišťovali vztah a postoj k sportu a pohybovým aktivitám, nikoliv např. rozdíly mezi jednotlivými aktivitami.

Muži i ženy odpověděli ve všech sledovaných kategoriích většinou, že sport a pohybové aktivity jsou dostupné pro všechny, nejen pro ty, kdo mají peníze. Kromě mužů mladších 30 let bylo vždy minimálně 80 % kladných odpovědí, v případě mužů mezi 30 a 44 lety pak i více než 90 % (konkrétně 94 %). Nejméně kladných odpovědí jsme zaznamenali u nejmladší mužské kategorie, a to 71 %. Téměř 30 % mužů mladších 30 let tak považuje sport a pohybové aktivity za nákladné činnosti. Shodně jako v tabulce 2 odpověděly ženy v kategoriích 18–29 let a 60 a více let (ty i shodně s tabulkou 1), dále muži v kategorii 45–59 let. Shodně s tabulkou 1 odpovídali muži kategorie 30–44 let.

Tabulka 3

Jsou sport a pohybové aktivity jen pro ty, kteří mají peníze?

| Muži | Ano | Ne | Celkem |
|---------------|------------|-----------|---------------|
| 18–29 let | 28,57 % | 71,43 % | 100,00 % |
| 30–44 let | 5,56 % | 94,44 % | 100,00 % |
| 45–59 let | 18,18 % | 81,82 % | 100,00 % |
| 60 a více let | 18,18 % | 81,82 % | 100,00 % |

| Ženy | Ano | Ne | Celkem |
|---------------|------------|-----------|---------------|
| 18–29 let | 11,11 % | 88,89 % | 100,00 % |
| 30–44 let | 18,18 % | 81,82 % | 100,00 % |
| 45–59 let | 17,65 % | 82,35 % | 100,00 % |
| 60 a více let | 20,00 % | 80,00 % | 100,00 % |

Poznámka: $\chi = 0,01$; $df = 1$, $p = 0,91$

Tabulka 4 se zabývá otázkou, zda podle respondentů může cvičení zlepšit náladu, jedná se tedy o posouzení psychohygienické funkce sportu a pohybových aktivit. Opět převažují kladné odpovědi, nicméně již ne ve všech sledovaných kategoriích. Výrazně se vymyká kategorie mužů 60 a více let, kdy jednoznačně kladně odpovědělo pouze 36 %. Všechny ostatní kategorie přitom odpověděly kladně z více než 70 %. Nejvíce vnímají psychohygienickou funkci sportu a pohybových aktivit ženy nad 59 let (100 %), dále muži ve věku 30–44 let (83 %), následování muži ve věku 45–59 let a ženami ve věku 30–44 let (obě kategorie shodně 82 % kladných odpovědí).

Neurčitý postoj k psychohygienické funkci sportu a pohybových aktivit zaujímají kromě nejstarších žen všechny ostatní kategorie, přičemž procentuální četnost odpovědi se mezi jednotlivými kategoriemi různí. V mužských kategoriích zaznamenáváme nejvíce odpovědi „Někdy“ u kategorie mužů nad 59 let (45 %), nejméně pak u mužů mezi 45 a 59 lety (9 %). V případě žen je pak nejvíce neurčitých odpovědí v nejmladší věkové kategorii (28 %), nejméně u nejstarších žen (0 %).

Všechny dotázané ženy (ve všech kategoriích) zaujímají shodný postoj k odpovědi Ne, nevybrala ji žádná z dotázaných žen. Oproti tomu u mužů se tak stalo pouze v kategorii 30–44 let, v ostatních věkových kategoriích jsme odpověď Ne zaznamenali u 7 % (kategorie 18–29 let), 9 % (kategorie 45–59 let) a dokonce u 18 % (kategorie 60 a více let).

Tabulka 4
Může cvičení dle Vašeho názoru zlepšit náladu?

| Muži | Ano | Někdy | Ne | Celkem |
|---------------|---------|---------|---------|----------|
| 18–29 let | 78,57 % | 14,29 % | 7,14 % | 100,00 % |
| 30–44 let | 83,33 % | 16,67 % | 0,00 % | 100,00 % |
| 45–59 let | 81,82 % | 9,09 % | 9,09 % | 100,00 % |
| 60 a více let | 36,36 % | 45,45 % | 18,18 % | 100,00 % |

| Ženy | Ano | Někdy | Ne | Celkem |
|---------------|----------|---------|--------|----------|
| 18–29 let | 72,22 % | 27,78 % | 0,00 % | 100,00 % |
| 30–44 let | 81,82 % | 18,18 % | 0,00 % | 100,00 % |
| 45–59 let | 76,47 % | 23,53 % | 0,00 % | 100,00 % |
| 60 a více let | 100,00 % | 0,00 % | 0,00 % | 100,00 % |

Poznámka: $\chi = 0,29$; $df = 1$, $p = 0,59$

Další tabulky jsou věnovány vlastnímu sportování či jiné pohybové aktivitě respondentů. Tabulka 5 udává, kolik dotázaných aktivně provozuje sport či pohybovou aktivitu. Nejvyšší četnost kladných odpovědí zaznamenáváme u kategorie mužů 30–44 let, kdy všichni dotázaní odpověděli, že nějaký sport či pohybovou aktivitu provozují, to je i shodně s jejich odpověďmi uvedenými v tabulce 2, která se věnuje významu sportu a pohybových aktivit pro život respondentů. Muži mezi 18 a 29 lety provozují sport či pohybové aktivity v 93 % případů, muži mezi 45 a 59 lety pak v 82 % případů. Nejméně často provozují sport či pohybové aktivity muži nad 59 let, a to pouze v 55 % případů. Zde je zřetelný skokový pokles oproti předchozím věkovým kategoriím.

V ženských kategoriích je situace stran aktivního provozování sportu či pohybových aktivit vyrovnanější, procentuální podíly kladných odpovědí se pohybují mezi 76 % (ženy mezi 45 a 59 lety) a 89 % (ženy pod 30 let). Ženy nad 59 let pak odpovídají naprosto shodně jako v tabulkách 1, 2 i 3, a to kladně v 80 % případů, záporně v 20 % případů.

Tabulka 5
Provozujete nějaký sport či pohybovou aktivitu?

| Muži | Ano | Ne | Celkem |
|---------------|----------|---------|----------|
| 18–29 let | 92,86 % | 7,14 % | 100,00 % |
| 30–44 let | 100,00 % | 0,00 % | 100,00 % |
| 45–59 let | 81,82 % | 18,18 % | 100,00 % |
| 60 a více let | 54,55 % | 45,45 % | 100,00 % |

| Ženy | Ano | Ne | Celkem |
|---------------|---------|---------|----------|
| 18–29 let | 88,89 % | 11,11 % | 100,00 % |
| 30–44 let | 81,82 % | 18,18 % | 100,00 % |
| 45–59 let | 76,47 % | 23,53 % | 100,00 % |
| 60 a více let | 80,00 % | 20,00 % | 100,00 % |

Poznámka: $\chi = 0,36$; $df = 1$, $p = 0,55$

Tabulka 6 se zabývá otázkou reálné frekvence provozování sportu či pohybových aktivit. Jako kritérium bylo zvoleno období 1 měsíce, a to z důvodu, že jednotlivé týdny se mohou stran fyzické aktivity velmi lišit.

U žen zaznamenáváme nejvyšší četnost odpovědí v položce 1×–10×, a to ve všech věkových kategoriích. Odpovědi jsou v této položce četnostně také velmi vyrovnané, nejméně ji využily ženy mezi 45 a 59 lety (41 %) a nejvíce ženy nad 59 let (50 %). Tato četnost odpovídá přibližně frekvenci 1–2× týdně. Celkem 33 % nejstarších žen však také odpovědělo, že nesportuje či nerealizuje pohybovou aktivitu alespoň střední intenzity vůbec. Vyšší četnost než 10× měsíčně vykazují ženy ve všech věkových kategoriích pod 60 let mezi 20 % a 30 %, a to jak v položce 11×–20× tak také v položce 21× a častěji.

U mužů je situace mnohem různorodější. Neaktivnější se jeví věková skupina mezi 30 a 44 lety, kde 50 % sportuje či má pohybovou aktivitu 11×–20× měsíčně, 28 % pak i častěji, tedy prakticky denně. Na druhém místě jsou muži mezi 18 a 29 lety, kteří sportují či mají pohybovou aktivitu 11×–20× měsíčně v 36 %, častěji pak v 21 %. Bohužel celkem 43 % mužů z nejmladší kategorie realizuje sport či pohybovou aktivitu méně často než 11× měsíčně. Oproti dvěma nejmladším věkovým kategoriím zaznamenáváme opačnou situaci u mužů ve věku 45–59 let (častěji než 10× měsíčně sportuje či má pohybovou aktivitu pouze 36 %) a především u mužů nad 59 let (pouze 18 % z nich má nějakou pohybovou aktivitu častěji než 10× měsíčně, 27 % z nich pak nesportuje či nemá pohybovou aktivitu alespoň střední intenzity po dobu nejméně 20 minut vůbec).

Tabulka 6

Jak často jste za poslední měsíc provozovali sport či pohybové aktivity alespoň střední intenzitou po dobu nejméně 20 minut soustavně?

| Muži | 0× | 1×–10× | 11×–20× | 21× a více | Celkem |
|---------------|-----------|---------------|----------------|-------------------|---------------|
| 18–29 let | 7,14 % | 35,71 % | 35,71 % | 21,43 % | 100,00 % |
| 30–44 let | 0,00 % | 22,22 % | 50,00 % | 27,78 % | 100,00 % |
| 45–59 let | 0,00 % | 63,64 % | 27,27 % | 9,09 % | 100,00 % |
| 60 a více let | 27,27 % | 54,55 % | 9,09 % | 9,09 % | 100,00 % |

| Ženy | 0× | 1×–10× | 11×–20× | 21× a více | Celkem |
|---------------|-----------|---------------|----------------|-------------------|---------------|
| 18–29 let | 0,00 % | 44,44 % | 27,78 % | 27,78 % | 100,00 % |
| 30–44 let | 9,09 % | 45,45 % | 22,73 % | 22,73 % | 100,00 % |
| 45–59 let | 5,88 % | 41,18 % | 29,41 % | 23,53 % | 100,00 % |
| 60 a více let | 33,33 % | 50,00 % | 0,00 % | 16,67 % | 100,00 % |

Poznámka: $\chi = 0,00$; $df = 1$, $p = 0,94$

Tabulka 7 podává přehled o tom, kolik času týdně věnují dotázaní sportu či pohybovým aktivitám. Mezi muži a ženami jsou v tomto případě rozdíly. Zatímco ženy dosahují ve všech věkových kategoriích nejvyššího skóru v položce „Více než 2 hodiny“, u mužů tomu tak v případě nejstarší věkové kategorie není, tuto položku vybralo pouze 9 % respondentů dané věkové kategorie. U žen klesá procentuální podíl sportujících či jinak pohybově aktivních z 67 % u nejmladší věkové kategorie k 33 % u nejstarší věkové kategorie, u mužů dosahuje nejvyšší četnosti odpovědí v této položce věková kategorie 30–44 let, a to v 78 % případů. To i odpovídá předchozí tabulce 6.

Pouze půl hodiny týdně či vůbec se v 14 % případů hýbou muži mezi 18 a 29 lety, v 36 % případů muži mezi 44 a 59 lety a dokonce v 63 % případů muži nad 59 let. Mezi ženami je to 18 % v kategorii 30–44 let, 12 % v kategorii 45–59 let a 17 % v kategorii nad 59 let.

Tabulka 7

Kolik času týdně věnujete sportu a pohybovým aktivitám?

| Muži | 0 hodin | 0,5 hodiny | 1 hodina | 2 hodiny | Více než 2 hodiny | Celkem |
|---------------|---------|------------|----------|----------|-------------------|----------|
| 18–29 let | 0,00 % | 14,29 % | 14,29 % | 21,43 % | 50,00 % | 100,00 % |
| 30–44 let | 0,00 % | 0,00 % | 11,11 % | 11,11 % | 77,78 % | 100,00 % |
| 45–59 let | 9,09 % | 27,27 % | 9,09 % | 9,09 % | 45,45 % | 100,00 % |
| 60 a více let | 36,36 % | 27,27 % | 0,00 % | 27,27 % | 9,09 % | 100,00 % |

| Ženy | 0 hodin | 0,5 hodiny | 1 hodina | 2 hodiny | Více než 2 hodiny | Celkem |
|---------------|---------|------------|----------|----------|-------------------|----------|
| 18–29 let | 0,00 % | 0,00 % | 22,22 % | 11,11 % | 66,67 % | 100,00 % |
| 30–44 let | 13,64 % | 4,55 % | 27,27 % | 13,64 % | 40,91 % | 100,00 % |
| 45–59 let | 0,00 % | 11,76 % | 17,65 % | 29,41 % | 41,18 % | 100,00 % |
| 60 a více let | 16,67 % | 0,00 % | 16,67 % | 33,33 % | 33,33 % | 100,00 % |

Poznámka: $\chi = 0,00$; $df = 1$, $p = 0,83$

Tabulka 8 informuje o aktivním soutěžním sportování respondentů, kdy jsme zjišťovali, zda se dotázaní v posledním roce zúčastnili nějaké sportovní soutěže, případně, na jaké úrovni se tato soutěž konala. V odpovědích naprosto převažují negativní položky, a to ve všech věkových kategoriích mužů i žen. U mužů zaznamenáváme sestupnou tendenci s věkem, kdy od nejmladší kategorie podíl aktivně soutěžících setrvale klesá, a to od 36 % až k 0 % u kategorie 60 a více let. U žen je situace mírně odlišná. Podíl soutěžících klesá od nejmladší kategorie (44 % ke kategorii 45–59 let (12 %), ale u žen v kategorii 60 a víc let zaznamenáváme 17 % aktivně soutěžících. Dále lze konstatovat, že dotázaných žen v nejmladší věkové kategorii soutěží větší podíl než u mužů stejné kategorie, a to o cca 8 %.

Z důvodu velmi nízkých četností v odpovědi „Ano“ zde neuvádíme přehled úrovně daných soutěží respondentů, pouze uvádíme, že dotázané ženy v nejmladší věkové kategorii sportují na vyšší úrovni než muži této věkové kategorie (národní či mezinárodní úroveň vybralo celkem 22 % žen, zatímco mužů pouze 7 %). Opačná je pak situace v další věkové kategorii, 30–44 let, kdy na národní či mezinárodní úrovni sportovalo v hodnoceném roce 17 % mužů a pouze 4 % žen.

Tabulka 8

Zúčastnil/a jste se v posledním roce aktivně nějaké soutěže?

| Muži | Ano | Ne | Celkem |
|---------------|------------|-----------|---------------|
| 18–29 let | 35,71 % | 64,29 % | 100,00 % |
| 30–44 let | 33,33 % | 66,67 % | 100,00 % |
| 45–59 let | 9,09 % | 90,91 % | 100,00 % |
| 60 a více let | 0,00 % | 100,00 % | 100,00 % |

| Ženy | Ano | Ne | Celkem |
|---------------|------------|-----------|---------------|
| 18–29 let | 44,44 % | 55,56 % | 100,00 % |
| 30–44 let | 22,73 % | 77,27 % | 100,00 % |
| 45–59 let | 11,76 % | 88,24 % | 100,00 % |
| 60 a více let | 16,67 % | 83,33 % | 100,00 % |

Poznámka: $\chi = 0,22$; $df = 1$, $p = 0,64$

Poslední, 9. tabulka, se věnuje prostředí, v kterém respondenti nejčastěji provádí své sportovní či pohybové aktivity. Ženy ve všech sledovaných věkových kategoriích uvedly jako nejčastěji využívané prostředí přírodu, přičemž ve věkové skupině 44–59 let se jednalo o 50 % respondentek, v případě skupiny žen nad 59 let pak dokonce o 65 % dotázaných. Kategorie nejstarších žen pak celkově sportuje či provozuje pohybové aktivity pouze v přírodě, doma či venkovních sportovních zařízeních, vnitřní prostory mimo domov vůbec nevyužívá. Využití vnitřních sportovních zařízení mezi ženami postupně klesá od nejmladší věkové kategorie (22 %), přes kategorii 30–44 let (18 %) a kategorii 45–59 let (také 18 %) až k 0 % u nejstarší věkové kategorie.

U mužů je nejvyšší četnost odpovědí „příroda“ u kategorií 45–59 let (45 %) a 60 a více let (55 %), naopak muži ve věku 18–29 let i 30–44 let vybírali nejčastěji položku vnitřní sportovní zařízení (43 %, resp. 44 %). I přesto však všechny dotázané věkové kategorie mužů využívají pro své sportování či pohybové aktivity venkovní prostory (příroda + venkovní sportovní zařízení) nejčastěji v minimálně 45 % případů, konkrétně 50 % dotázaných v kategorii 18–29 let, 55 % v kategorii 30–44 let, 45 % v kategorii 45–59 let a 55 % v kategorii 60 a více let. Doma pak muži nejčastěji sportují či provozují pohybové aktivity minimálně, nejvíce kategorie 45–59 let (18 %), nejméně kategorie 30–44 let (0 %).

Tabulka 9

V jakém prostředí provádíte sportovní a pohybové aktivity nejčastěji?

| Muži | Neprovádím | Kryté zařízení | Nesport. zařízení | Doma | Venk. sport. zařízení | Příroda | Jinde | Celkem |
|---------------|------------|----------------|-------------------|---------|-----------------------|---------|---------|----------|
| 18–29 let | 0,00 % | 42,86 % | 0,00 % | 7,14 % | 14,29 % | 35,71 % | 0,00 % | 100,00 % |
| 30–44 let | 0,00 % | 44,44 % | 0,00 % | 0,00 % | 33,33 % | 22,22 % | 0,00 % | 100,00 % |
| 45–59 let | 0,00 % | 18,18 % | 0,00 % | 18,18 % | 0,00 % | 45,45 % | 18,18 % | 100,00 % |
| 60 a více let | 0,00 % | 9,09 % | 9,09 % | 9,09 % | 0,00 % | 54,55 % | 18,18 % | 100,00 % |

| Ženy | Neprovádím | Kryté zařízení | Nesport. zařízení | Doma | Venk. sport. zařízení | Příroda | Jinde | Celkem |
|---------------|------------|----------------|-------------------|---------|-----------------------|---------|--------|----------|
| 18–29 let | 0,00 % | 22,22 % | 5,56 % | 16,67 % | 22,22 % | 33,33 % | 0,00 % | 100,00 % |
| 30–44 let | 4,55 % | 18,18 % | 9,09 % | 18,18 % | 4,55 % | 45,45 % | 0,00 % | 100,00 % |
| 45–59 let | 0,00 % | 17,65 % | 5,88 % | 0,00 % | 5,88 % | 64,71 % | 5,88 % | 100,00 % |
| 60 a více let | 0,00 % | 0,00 % | 0,00 % | 16,67 % | 33,33 % | 50,00 % | 0,00 % | 100,00 % |

Poznámka: $\chi = 0,16$; $df = 1$, $p = 0,69$ **DISKUSE**

Práce přimáší odpověď na položené výzkumné otázky. Na otázku č. 1, která se ptala na to, jaký je vztah k sportu a pohybovým aktivitám mezi dospělou populací v kraji Hlavní město Praha, lze odpovědět, že dotázaní obyvatelé hlavního města deklarují veskrze pozitivní postoje k sportu a pohybovým aktivitám a jejich vztah k tomuto lze považovat za kladný. Mezi dotázanými muži a ženami nejsou v tomto ohledu významné rozdíly, ty však již nacházíme v rámci porovnání jednotlivých věkových kategorií (z důvodu nízkého počtu odpovědí na některé části položek jsme však nezjišťovali statistickou významnost rozdílu). Obecně lze konstatovat, že vztah k sportu a pohybovým aktivitám je stabilní během věku, a to až do cca 60 let, poté citelně ochabuje. Toto se týká především dotázaných mužů, ženy jsou v přístupu k sportu a pohybovým aktivitám uvědomělejší. Na druhou stranu u žen s věkem rychleji klesá zařazování sportu a pohybových aktivit do jejich života. Pozitivní je, že jak muži, tak také ženy považují sport a pohybové aktivity za cenově dostupné aktivity a peníze tak nejsou překážkou v jejich provozování.

Druhá výzkumná otázka zjišťovala, jaký je objem pohybové aktivity obyvatel Hlavního města Prahy, resp. zda je dostatečný. Studií, které se zabývají stanovením vhodného objemu fyzické aktivity pro člověka, je mnoho, nejsou však vždy zcela ve shodě. Například Světová zdravotnická organizace (dále jen WHO) doporučuje dospělým osobám pohyb o střední intenzitě minimálně 30 minut alespoň 5× týdně (tedy 2,5 hodiny, což je i nejvyšší kategorie v položce dotazníku SFSPA) (Státní zdravotní ústav, 2022). Corbin et al. (2004) pak stanovuje objem alespoň 3–4 hodiny týdně. V jeho případě se jedná o individuální charakter činnosti. Christiansen a Kahlmeier (2011), kteří se zabývají implementací doporučení Evropské unie z hlediska zdravotně orientovaných aktivit, vychází z doporučení WHO (viz výše). Podobně vymezují potřebný objem fyzické aktivity i Oja a Titze (2011), kteří se v případě dospělé populace také shodují s WHO na objemu alespoň 30 minut a frekvenci 5× týdně. Shodně hovoří i doporučení United States Department of Health and Human Services, dále jen USDHHS) (2008).

V našem případě nelze hovořit o dostatečném objemu pohybové aktivity ani u mužů ani u žen. I pokud vezmeme v úvahu nižší z výše uvedených doporučení, tedy 2,5 hodiny aktivity o střední intenzitě týdně, pak můžeme konstatovat, že kromě žen i mužů do 30 let a mužů ve věku 30–44 let nespĺňuje potřebný objem ani polovina z jakékoli jiné věkové skupiny mužů či žen.

Pokud vezmeme v úvahu frekvenci realizace sportu a pohybových aktivit dospělé populace Prahy, pak lze konstatovat, že normu 5× týdně nespĺňuje v žádné z dotázaných věkových kategorií ani třetina, lhøstojno, zda se jedná o muže či ženy. Jeví se, že muži v ontogenetickém stadiu střední dospělosti zvýší svoji pohybovou aktivitu (motivy mohou být různé), od stadia starší dospělosti však na sport a pohybové aktivity v zásadě rezignují. Ženy plní doporučení stran pohybové aktivity sice méně, ale naopak déle, a to až k přechodu do seniorského věku.

Třetí výzkumná otázka se zabývala tím, zda obyvatelé velkoměsta realizují své pohybové a sportovní aktivity převážně v zařazených k tomu určených. Motivací k položení této otázky byla skutečnost, že obyvatelé velkých měst mají obecně nejen lepší přístup k informacím a jsou více vtaženi do kulturního a sportovního dění, ale mají rovněž k dispozici mnohem širší a bohatší sportovní infrastrukturu než obyvatelé periferií. Zároveň jsou limitovány jejich možnosti k sportování v přírodě, protože tato zabírá pouze menšinu plochy daného městského celku či je časově obtížně dostupná. V našem případě se však ukázalo, že dominantním prostředím pro sportovní a pohybové aktivity dotázaných Pražanů je příroda.

Výše uvedené výzkumné šetření má samozřejmě vícero limitů. Za hlavní považujeme ve výzkumném nástroji ne zcela konkrétní rozlišování mezi sportem a pohybovou aktivitou. Výpověď některých respondentů tak může být částečně zkreslena. Daný dotazník jsme však použili bez formulačních změn, a to především z důvodu možnosti komparace se sběry v letech 2000 a 2010. S ohledem na stratifikovaný kvótní výběr to přináší i výhody longitudinální studie (ta je pak předmětem dalších článků). Validitu výpovědi respondentů však na druhou stranu zvyšuje jejich konzistence v některých otázkách (viz např. tabulky 1, 2, 3 i 5 v případě žen nad 59 let či tabulky 2 a 3 v případě mužů mezi 45 a 59 lety). V některých věkových skupinách se v různých otázkách výpovědi např. stran vztahu a postoje ke sportu a pohybovým aktivitám neliší ani o jednotky procent, tj. ani o jednotky osob (celkový počet respondentů činil v případě tohoto článku 117). Dalším limitem studie je počet respondentů v jednotlivých věkových kategoriích. Ten samozřejmě odpovídá metodice výběru a splňuje požadované kvóty, nicméně v případě další segmentace (nejen dle pohlaví, ale i věkových skupin atp.) je možné, že u některých položek nezvolí dostatečný počet respondentů konkrétní variantu odpovědi a nelze tak vyhodnotit statistickou významnost rozdílu detailně mezi jednotlivými segmenty výzkumného vzorku. Počet respondentů byl limitován kvótou, ale ta byla stanovena s ohledem na celorepublikový charakter výzkumu. V rámci analýzy dat za celou ČR pak bude možno statistickou významnost již bez problémů vyhodnotit. Z výše uvedených důvodů tedy byla v této dílčí studii spočítána statistická významnost rozdílu vždy pro jednotlivé položky pouze pro segmenty mužů a žen.

Za silnou stránku výzkumu považujeme konzistenci výpovědi jednotlivých segmentů výzkumného vzorku, kdy tato je v některých položkách 100%. Dále, i když

není dotazník plně standardizován, jeho reliabilita je vysoká. Studie může být přínosem i proto, že mapuje situaci těsně před vypuknutím pandemie Covid-19, resp. před začátkem sociální uzávěry, která mohla dlouhodobě či trvale velmi silně pozměnit návyky či postoje obyvatel k sportu a pohybovým aktivitám. V dalších šetřeních je tedy možné seriózně porovnat, jak (či zda) se situace v tomto ohledu změnila.

ZÁVĚR

Práce přinesla odpovědi na to, jaký postoj a vztah mají dotázaní obyvatelé Hlavního města Prahy k sportu a pohybovým aktivitám a také na to, jak a v jakém objemu realizují své sportovní pohybové aktivity. Bylo zjištěno, že postoj a vztah dotázaných obyvatel Prahy k sportu a pohybovým aktivitám je obecně kladný a že sami respondenti vnímají sport a pohybové aktivity jako součást svého života. Zároveň je pozitivním zjištěním, že respondenti nevnímají sport či jiné pohybové aktivity jako nákladné, jejich realizaci tedy nebrání ekonomická situace jedince či rodiny.

Na druhou stranu ale reálný objem a frekvence sportu či pohybových aktivit zdaleka nedosahují doporučených dávek, lhostejno jaké doporučení vezmeme v úvahu. Dotázaní Pražané tedy deklarují kladný vztah k fyzické aktivitě, kterou však již ale většinou neprovozují. Respondenti si tedy uvědomují, že je sport a fyzická aktivita obecně důležitá, ale tento poznatek není přenesen do praktického života. Nabízí se tak otázka, co by bylo třeba, aby se situace změnila a deklarované postoje se přenesly do realizace.

S tím může souviset oblast nabídky sportovní infrastruktury, která je v Praze jedna z nejširších v České republice. I přesto však velká část respondentů (v některých kategoriích i většina) provozuje své sportovní a pohybové aktivity v přírodě, nikoliv ve venkovních či krytých sportovních zařízeních. Otázka nabídky sportovních zařízení se tak nejeví být stěžejní a roli tak pravděpodobně budou hrát jiné motivy než široká nabídka.

V celkovém kontextu vztahu k sportu a pohybovým aktivitám je důležitý spíše věk respondentů než jejich pohlaví, na druhou stranu samotná realizace fyzických aktivit je pak otázkou jak věku, tak i pohlaví.

LITERATURA

- CORBIN, CH. B., WELK, G. J., CORBIN, W. R., WELK, K. A. (2005). *Concepts of physical fitness: active lifestyles for wellness with PowerWeb*. Boston (USA): McGraw Hill. ISBN 0073138797.
- CHRISTIANSEN, N. W., KAHLMEIER, S., RACIOPPI, F. (2011). *Promoting sport and enhancing health in European Union countries: a policy analysis to support action*. DOI: 10.5167/uzh-53168. [cit. 25.07.2022]. URL: https://www.researchgate.net/publication/281726717_Promoting_sport_and_enhancing_health_in_European_Union_countries_a_policy_analysis_to_support_action.
- Czech Statistical Office (2022). *Obyvatelstvo* [online]. Převzato z: <https://www.czso.cz/csu/xa/obyvatelstvo-xa>.
- DRECHSLER, L. (2021). *Pohyb v pandemii*. 3. 5. 2021. [cit. 16.07.2022]. Převzato z: <https://storymaps.arcgis.com/stories/4dea72ed38574bd98304dd8ba39c7dd0>.
- DURDOVÁ, I. (2021). *Tělesná výchova a sport v době koronavirové*. Ostrava: Vysoká škola báňská Technické univerzity Ostrava. [cit. 18.07.2022]. Převzato z: <https://www.vsb.cz/cs/detail-novinky/?reportId=41788&linkBack=%2Fcs%2Fo-univerzite%2Fnovinky%2Faktuality%2Findex.html>.
- HRDLÍČKA, F. et al. (2021). Komplexní interdisciplinární pohled na návrat ke sportu po proděláním infekce COVID-19. *Vnitřní lékařství*, 67(1), 40–47. [cit. 22.07.2022]. Převzato z: https://solen-preview.cz/vl/vl_01_2021_Hrdlicka.pdf.

- JANSA, P., KOTLÍK, K., NĚMEC, J. (2014). *Komparace názorů a postojů české veřejnosti k životosprávě, pohybovým aktivitám a sportu*. Praha: Karolinum, 2014. ISBN 978-80-246-2444-0.
- KOTLÍK, K. (2021). Prizonizace a tělesná výchova v době pandemie a po ní. *Těl. Vých. Sport Mlád.*, 87(5), 2–7.
- KOTLÍK, K. (2020). Školní tělesná výchova – její pojetí a postavení v době pandemie Covid-19. *Těl. Vých. Sport Mlád.*, 86(3), 2–6.
- OJA, P., TITZE, S. (2011). Physical activity recommendations for public health: development and policy context. *EPMA Journal*, 2(3), 253–259. DOI: 10.1007/s13167-011-0090-1.
- Praha.eu. (2022). *I přes omezení spojená s pandemií si v rámci Týdnu sportu zdarma přišly zasportovat tisíce Pražanů*. 17. 1. 2022. [cit. 19.07.2022]. Převzato z: https://www.praha.eu/jnp/cz/o_meste/magistrat/tiskovy_servis/tiskove_zpravy/i_pres_omezeni_spojena_s_pandemií_si_v.html.
- Praha sportovní. *Týden sportu zdarma*. [cit. 19.07.2022]. Převzato z: <https://prahaspportovni.eu/tyden-sportu-2021/>.
- REŽŇÁKOVÁ, L. (2021). Pandemie zhoršila problém obezity u dětí. Vůbec se nehýbou, říkají lékaři. *iDnes.cz*. 22. 2. 2021. [cit. 21.07.2022]. Převzato z: https://www.idnes.cz/zpravy/domaci/obezita-deti-pandemie-koronaviru-lekari-nadvaha.A210208_123825_domaci_lre.
- SALLIS, R. et al. (2021). Physical inactivity is associated with a higher risk for severe Covid-19 outcomes: a study in 48 440 adult patients. *Br. J. Sports Med.*, 0, 1–8. DOI: 10.1136/bjsports-2021-104080. [cit. 18.07.2022]. Převzato z: https://agenturasport.cz/wp-content/uploads/2021/05/Studie_bjsports-2021-104080.full_pdf/.
- Státní zdravotní ústav (2022). Pohybová aktivita. *Národní zdravotnický informační portál* [cit. 18.07.2022]. Převzato z: <https://www.nzip.cz/kategorie/105-pohybova-aktivita>. ISSN 2695-0340.
- Státní zdravotní ústav (2021). *Každý krok se počítá! Pohybová aktivita v Jihlavě*. [cit. 19.07.2022]. Převzato z: www.szu.cz/publikace/kazdy-krok-se-pocita-pohybova-aktivita-v-jihlave?lang=1.
- United States Department of Health and Human Services (2008). *2008 Physical Activity Guidelines for Americans*. [cit. 21.07.2022]. Převzato z: <http://www.health.gov/paguidelines/pdf/paguide.pdf>.
- VACHTL, J. (2021). Kolář: Lidé kvůli covidu omezili sport o 90 procent, dopady teprve pocítíme. *iDnes.cz*. 29. 4. 2021. [cit. 19.07.2022]. Převzato z: https://www.idnes.cz/zpravy/domaci/koronavirus-pandemie-kondice-profesor-pavel-kolar-univerzita-karlova.A210429_140546_domaci_chtl.

Článek vznikl za podpory programu Cooperatio, č. 120015, konkrétně se jedná o Společenskovední panel, program Sport Science-Social.

PhDr. Kamil Kotlík, Ph.D.

UK FTVS, José Martího 31, 162 52 Praha 6-Vešelavín

e-mail: kotlik@ftvs.cuni.cz

RIEŠENIE HERNEJ SITUÁCIE „1:1“ VYBRANÝMI BRANKÁRMI NA ME „U21“ 2019 VO FUTBALE

SOLVING “1:1” SITUATION OF SELECTED GOALKEEPERS AT THE 2019 UEFA EUROPEAN UNDER-21 CHAMPIONSHIP

MATEJ BABIC¹, ŠIMON RAK², KRISTIÁN KOVÁČ², MAREK TVRDÝ², MIROSLAV HOLIENKA²

¹ Oddelenie telesnej výchovy a športu, Fakulta chemickej a potravinárskej technológie, Slovenská technická univerzita v Bratislave

² Katedra športových hier, Fakulta telesnej výchovy a športu, Univerzita Komenského v Bratislave

SOUHRN

Cieľom práce bolo rozšíriť poznatky o početnosti a úspešnosti riešenia hernej situácie „1:1“ vybranými brankármi na ME „U21“ 2019 vo futbale. Ďalej sme chceli zistiť, či budú významné rozdiely v úspešnosti jednotlivých spôsobov riešenia hernej situácie „1:1“. Výskumný súbor tvorili brankári (n = 16) v zápasoch (n = 21) ME „U21“ 2019. Celkovo sme teda získali údaje o všetkých brankároch vo všetkých zápasoch (n = 42). Na získavanie údajov sme použili metódu nepriameho pozorovania s pomocou videozáznamu. Na zistenie štatistickej významnosti rozdielov medzi úspešnosťou jednotlivých spôsobov riešenia hernej situácie „1:1“ sme použili test významnosti rozdielov dvoch relatívnych hodnôt. Brankári vo všetkých zápasoch riešili hernú situáciu „1:1“ celkovo 52-krát (1,2/zápas) s úspešnosťou 61,54 %. Nezistili sme štatisticky významné rozdiely v úspešnosti jednotlivých spôsobov riešenia hernej situácie „1:1“. Riešenie hernej situácie „1:1“ patrí k najmenej zastúpeným, a aj nízko úspešným v hre brankára. Nezistili sme významné rozdiely v úspešnosti jednotlivých spôsobov riešenia hernej situácie „1:1“ a môžeme konštatovať, že všetky spôsoby riešenia sú rovnako zložité. Vysoký počet gólov padá z vnútra pokutového územia, často práve po hernej situácii „1:1“. Zdôrazňujeme zvýšenú pozornosť venovaniu sa problematike riešenia tejto hernej situácie nielen v zápasoch, ale najmä v tréningovom procese brankára.

Kľúčové slová: futbal, brankár, riešenie hernej situácie „1:1“, obranné herné činnosti

ABSTRACT

The aim of this thesis was to broaden the knowledge on the number and success rate of solving the “1:1” game situation by selected soccer goalkeepers at the 2019 UEFA European under-21 championship. Besides, our goal was to find out if there will be significant differences in the success rate of individual solutions of the “1:1” game

situation. The research group consisted of goalkeepers ($n = 16$) in matches ($n = 21$) at the UEFA European under-21 championship. We received the data on all goalkeepers in all matches ($n = 42$). To obtain the data, we used the method of indirect observation using video records. To find out the statistical significance of differences between the success rate of individual solutions of the “1:1” game situation, we used the Z-Test Calculator for 2 Population Proportions. Goalkeepers in all matches solved the “1:1” situation 52 times (1,2/per match) with the success rate of 61.54%. We did not find any statistically significant differences in the success rate of individual solutions of the “1:1” game situation. The “1:1” game situation does not represent a great part of goalkeeper’s game and is not so successful as other game situations. We did not find any statistically significant differences in the success rate of individual solutions of the “1:1” game situation and we can state that all solutions are of the same difficulty. A high number of goals is shot from the penalty area, often after this “1:1” game situation. We recommend to pay close attention to the solutions of this game situation not only in matches, but also in the goalkeeper’s training process.

Key words: soccer, goalkeeper, “1:1” situation, defensive individual game activities

ÚVOD

V porovnaní s ostatnými hráčskymi funkciami je pozícia brankára špecifickou hráčskou funkciou, má výnimočnú a veľmi významnú rolu v družstve (Ajamil et al., 2018; Ibrahim et al., 2019; Szwarc et al., 2019). Obetko et al. (2019) ju považujú za kritickú hráčsku funkciu, pretože má významný vplyv na výsledok družstva v zápase. Počas zápasu musí čeliť výraznej útočnej snahe súpera (Rebello-Goncalves et al., 2016) a podľa systematiky herných činností (Babic a Holienka, 2019) vykonáva v zápase rôzne obranné herné činnosti. Okrem toho, že vybieha mimo pokutového územia, rieši herné situácie „1:1“, chytá a vyráža finálne (centrované) prihrávky, musí v zápase čeliť aj viacerým strelám na jeho bránu. Aj keď je známe, že obranných herných činností je v zápase oveľa menej ako útočných, tak častokrát sa jedná o kritické herné situácie, ktoré musí brankár riešiť. Tieto herné situácie môžu výrazne ovplyvniť priebeh a výsledok zápasu. Vyžadujú si častokrát náročnú technickú realizáciu, spojenú s vysokými nárokmi na taktické schopnosti a úroveň psychickej záťaže (Babic et al., 2020).

Babic (2021) tvrdí, že na brankárov sú kladené odlišné požiadavky ako na hráčov v poli aj z psychologického hľadiska. Csáki et al. (2017) skúmali psychologické charakteristiky rôznych hráčskych funkcií u elitných mládežníckych futbalistov (U17-U21) a zistili, že brankári dosahovali najlepšiu úroveň koncentrácie, či dokázali najlepšie zvládať riešenie herných situácií pod tlakom. V zahraničnej literatúre sa často stretávame s pojmom „decision making“ (Villemain a Hauw, 2014; Englund a Pascarella, 2017; Lamas et al., 2018; Otte et al., 2019; Otte et al., 2020a; Otte et al., 2020b; Otte et al., 2022), čo môžeme chápať ako rýchle a správne rozhodovanie sa pri riešení herných situácií. Otte et al. (2019) sú toho názoru, že je to jedna z najdôležitejších kognitívnych schopností elitných brankárov. Tvrdia, že úzko súvisí s technikou herných činností, ale pokiaľ sa neviete správne a rýchlo rozhodovať, nepomôže vám ani výborná úroveň techniky. Správne a rýchle rozhodovanie sa, úzko súvisí práve s riešením hernej situácie „1:1“. Brankári v týchto situáciách musia rozhodovať na činnosť súpera a čo v najkratšom čase zvoliť správny spôsob riešenia.

Dnešné analýzy herného výkonu brankára nám prinášajú mnoho poznatkov o čoraz častejšom výskyte „kritických“ herných situácií „1:1“ (Babic, 2020a; Babic, 2021; Kováč et al., 2021). Villemain a Hauw (2014) sa vo svojom výskume zaoberali situácnou analýzou skúseností brankárov v kritických herných situáciách prostredníctvom riadených rozhovorov. Zistili, že najviac brankárov uviedlo ako najkritickejšie riešenie hernej situácie „1:1“. Babic et al. (2020) uvádza, že tieto herné situácie sú veľmi premenlivé, pri ich riešení je vytváraný veľký časový aj priestorový tlak, a takisto existuje viacero taktických variantov a spôsobov ich riešenia.

Táto herná situácia a herná činnosť, pomocou ktorej ju brankár rieši, býva oproti ostatným herným činnostiam zastúpená v menšej miere, iba od 1 % po 5 % voči všetkým realizovaným herným činnostiam. Avšak brankári v nej dosahujú aj veľmi nízku úspešnosť, čo úzko súvisí s jej zložitosťou. Vyplýva to z doterajších zistení viacerých autorov (Čechovič, 2018; Holienka et al., 2018; Babic et al., 2019a; Babic, 2020a; Babic, 2020b; Babic et al., 2020; Babic, 2021; Kováč et al., 2021; Obetko, 2022). Tí zistili, že brankári riešia hernú situáciu „1:1“ v priemere len od 0,4 po 2,6-krát na zápas s úspešnosťou jej riešenia od 25 % po 71 %.

Kováč et al. (2021) vo svojom výskume porovnávali aj úspešnosť riešenia hernej situácie „1:1“ oproti ostatným obranným herným činnostiam brankára. Zistili, že úspešnosť riešenia tejto hernej situácie je významne nižšia oproti jednotlivým herným činnostiam: chytanie a vyrážanie striel v stoji a v pokľaku ($p < 0,05$), chytanie a vyrážanie striel v páde ($p < 0,01$), chytanie a vyrážanie finálnych prihrávok („centrovaných lôpt“) ($p < 0,01$), vybiehanie mimo pokutového územia ($p < 0,01$). Nižšiu úspešnosť riešenia hernej situácie „1:1“ v porovnaní s ostatnými obrannými hernými činnosťami brankára potvrdzujú aj ostatné výskumy zaoberajúce sa touto problematikou (Babic, 2020a; Babic et al., 2020; Babic, 2021; Obetko, 2022). Babic (2021) tvrdí, že riešenie tejto hernej situácie z technického hľadiska nemusí byť významne náročnejšie ako u iných obranných herných činností. Avšak nízka úspešnosť jej riešenia by mohla súvisieť práve s celkovou náročnosťou hernej situácie ako celku, keďže z pohľadu interakcie hráč-brankár je táto herná situácia kritická a náročnejšia práve z taktického a psychologického hľadiska.

Dôležitosť riešenia tejto hernej situácie úzko súvisí aj s počtom inkasovaných gólov po jej neúspešnom riešení. Babic (2019), ktorý sledoval brankárov slovenského mládežníckeho reprezentačného družstva v troch kvalifikačných zápasoch o ME „17“ 2020, zistil, že z 3 inkasovaných gólov až 2 padli po hernej situácii „1:1“, čo predstavuje 66,66 %. Ďalej Babic et al. (2019b) vo svojej analýze inkasovaných gólov reprezentačných brankárov kategórie U16 zistili, že 40 % gólov padlo po neúspešnom riešení hernej situácie „1:1“ brankárom. Podobné zistenia na vrcholovej mládežníckej úrovni uvádza aj Čechovič (2018). Ten zistil že 42,8 % (U21), resp. 44,4 % (U17) gólov brankár inkasuje po neúspešnom riešení hernej situácie „1:1“. Úspešnosť riešenia hernej situácie „1:1“ môžeme teda považovať za jeden z limitujúcich faktorov herného výkonu brankára vo futbale (Babic a Obetko, 2018; Babic et al., 2019a; Babic, 2020a; Babic, 2021; Kováč et al., 2021).

CIEĽ

Cieľom práce bolo rozšíriť poznatky o početnosti a úspešnosti riešenia hernej situácie „1:1“ vybranými brankármi na ME „U21“ 2019 vo futbale. Ďalej sme chceli zistiť, či budú významné rozdiely v úspešnosti jednotlivých spôsobov riešenia hernej situácie „1:1“.

METODIKA

Výskumný súbor tvorili brankári ($n = 16$) v zápasoch ($n = 21$) ME „U21“ 2019. Celkovo sme teda získali údaje o všetkých brankároch vo všetkých zápasoch ($n = 42$). Priemerný kalendárny vek brankárov bol v čase šampionátu $22,4 \pm 0,7$ roku.

Hlavnou metódou získavania údajov bola metóda nepriameho pozorovania s pomocou videozáznamu. Vychádzali sme zo systematicky herných činností brankára podľa Babica a Holienku (2019). Zaznamenávali sme počet úspešných a neúspešných realizovaných herných činností u každého brankára. Použili sme hodnotenie znamienkami (+/-). Znamienkom „+“ sme označili úspešne realizovanú hernú činnosť, čiže realizovanú správne z technicko-taktického hľadiska. Ďalším kritériom bolo aj, že neinkasoval po tejto hernej situácii gól. Znamienkom „-“ sme označili neúspešnú hernú činnosť, čiže realizovanú nesprávne z technicko-taktického hľadiska. Ďalším kritériom bolo aj, že inkasoval po tejto hernej situácii gól. Na základe zistených početností úspešne a neúspešne realizovaných herných činností sme vyjadrili percentom úspešnosť brankárov v riešení hernej situácie „1:1“.

Na zistenie štatistickej významnosti rozdielov medzi úspešnosťou jednotlivých spôsobov riešenia hernej situácie „1:1“ sme použili test významnosti rozdielov dvoch relatívnych hodnôt.

VÝSLEDKY

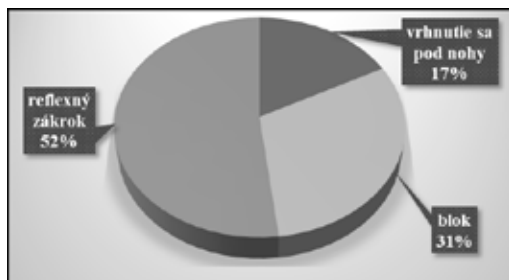
Početnosť a úspešnosť riešenia hernej situácie „1:1“

Brankári vo všetkých zápasoch riešili hernú situáciu „1:1“ celkovo 52-krát (1,2/zápas) s úspešnosťou 61,54 %. Vrhnutím sa pod nohy riešili túto situáciu 9-krát (0,2/zápas) s úspešnosťou 77,78 %, blokom 16-krát (0,4/zápas) s úspešnosťou 56,25 % a reflexným zákrokom 27-krát (0,6/zápas) s úspešnosťou 59,26 %.

Tabuľka 1

Početnosť a úspešnosť riešenia hernej situácie „1:1“

| Vybíhanie v PÚ (R HSI „1:1“) | Početnosť | Priemer na zápas | + | - | Úspešnosť |
|------------------------------|-----------|------------------|----|----|-----------|
| Vrhnutie sa pod nohy | 9 | 0,2 | 7 | 2 | 77,78 % |
| Blok | 16 | 0,4 | 9 | 7 | 56,25 % |
| Reflexný zákrok | 27 | 0,6 | 16 | 11 | 59,26 % |
| SPOLU | 52 | 1,2 | 32 | 20 | 61,54 % |

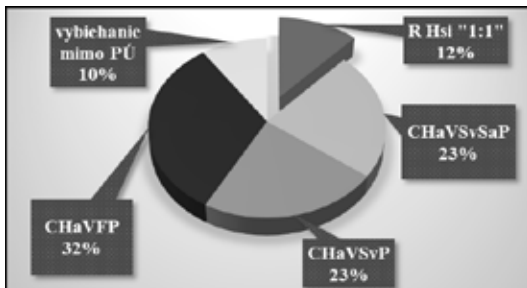


Obrázek 1

Percentuálne zastúpenie početností spôsobov riešenia hernej situácie „1:1“

Brankári riešili hernú situáciu „1:1“ najčastejšie reflexným zákrokom (52 %), blokom (31 %) a najmenej zastúpený spôsob bol vrhnutím sa pod nohy (17 %).

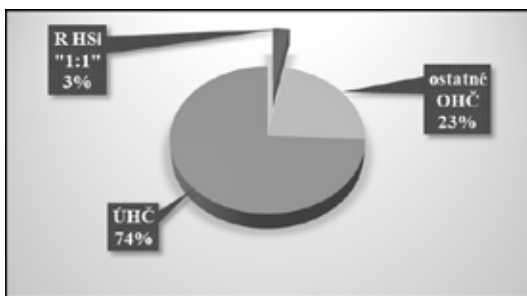
Vysvetlivky: R HSi „1:1“ – riešenie hernej situácie „1:1“; PÚ – pokutové územie; CHaVSvSaP – chytanie a vyrážanie striel v stoji a pokľaku; CHaVSvP – chytanie a vyrážanie striel v páde; CHaVFP – chytanie a vyrážanie finálnych prihrávkov („centrovaných lôpt“)



Obrázek 2

Percentuálne zastúpenie riešenia hernej situácie „1:1“ na realizovaných obranných herných činnostiach

Herná situácia „1:1“ bola oproti ostatným OHČ zastúpená 12 %. Zvyšné OHČ tvorili 88 %, z toho najčastejšie chytanie a vyrážanie finálnych prihrávkov („centrovaných lôpt“) 32 %, chytanie a vyrážanie striel v stoji a pokľaku a chytanie a vyrážanie striel v páde boli zastúpené rovnako 23 % a vybiehanie mimo pokutového územia iba 10 %.



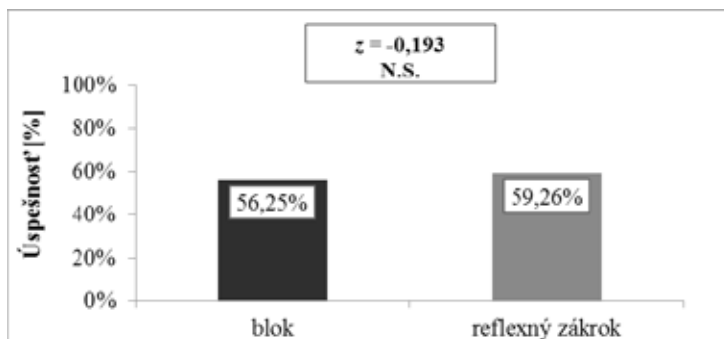
Obrázek 3

Percentuálne zastúpenie riešenia hernej situácie „1:1“ na všetkých realizovaných herných činnostiach

Herná situácia „1:1“ bola oproti všetkým HČ zastúpená iba 3 %. ÚHČ tvorili 74 % a ostatné OHČ 23 %.

Porovnanie úspešnosti spôsobov riešenia hernej situácie „1:1“

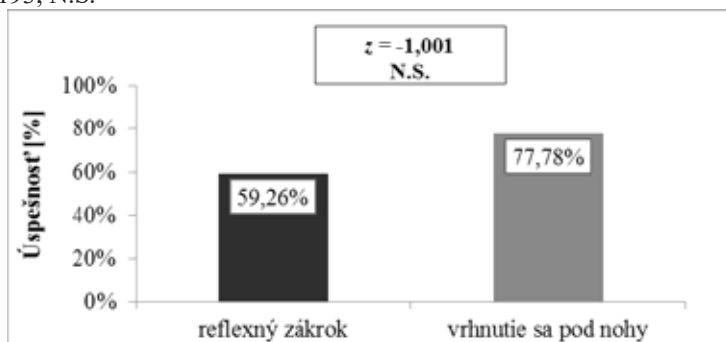
V tejto podkapitole sme porovnávali jednotlivé spôsoby riešenia hernej situácie „1:1“ z hľadiska úspešnosti a tým sme sa snažili odpovedať na našu výskumnú otázku.



Obrázek 4

Porovnanie úspešnosti spôsobov riešenia hernej situácie „1:1“ blokom a reflexným zákrokom

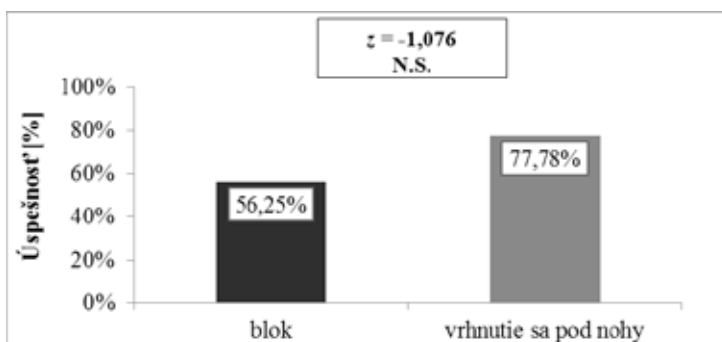
Nezistili sme štatisticky významný rozdiel v úspešnosti riešenia hernej situácie „1:1“ medzi spôsobom blok (56,25 %) a spôsobom reflexný zákrok (59,26 %), $z = -0,193$; N.S.



Obrázek 5

Porovnanie úspešnosti spôsobov riešenia hernej situácie „1:1“ reflexným zákrokom a vrhnutím sa pod nohy

Nezistili sme štatisticky významný rozdiel v úspešnosti riešenia hernej situácie „1:1“ medzi spôsobom reflexný zákrok (59,26 %) a spôsobom vrhnutie sa pod nohy (77,78 %), $z = -1,001$; N.S.



Obrázek 6

Porovnanie úspešnosti spôsobov riešenia hernej situácie „1:1“ blokom a vrhnutím sa pod nohy

Nezistili sme štatistiky významný rozdiel v úspešnosti riešenia hernej situácie „1:1“ medzi spôsobom blok (56,25 %) a spôsobom vrhnutie sa pod nohy (77,78 %), $z = -1,076$; N.S.

DISKUSIA

Zistili sme jasnú dominanciu zastúpenia útočných herných činností (74 %) oproti obranným (26 %), čo je jednou z vývojových tendencií v hre moderného brankára. Je to porovnateľné aj s výskumami iných autorov, ktorí analyzovali herný výkon elitných mládežníckych a seniorských brankárov (Peráček et al., 2017; Čechovič, 2018; Holienka et al., 2018; Babic, 2019; Babic et al., 2019a; Babic, 2020b; Babic, 2021; Kováč, 2022; Kováč et al., 2022; Obetko, 2022; Obetko et al., 2022).

Napriek vysokému zastúpeniu útočných herných činností sme potvrdili aj trend, že riešenie hernej situácie „1:1“ je najmenej zastúpené na hernom výkone brankára spomedzi všetkých herných činností (3 %), čo je v súlade s výsledkami iných autorov. Úspešnosť riešenia hernej situácie „1:1“ sme zistili 61,54 %, čo je takisto porovnateľné s ostatnými výskumami (tab. 2).

Tabuľka 2

Porovnanie úspešnosti riešenia hernej situácie „1:1“ v elitnom mládežníckom futbale

| Autor | Súbor brankárov | R HSI „1:1“ (úspešnosť) |
|------------------------|-----------------------------|-------------------------|
| Holienka et al. (2018) | ME U21 | 66,70 % |
| Čechovič (2018) | kvalifikácia na ME U17 | 42,86 % |
| | kvalifikácia na ME U21 | 25,00 % |
| Babic et al. (2019a) | SR U16 | 71,00 % |
| Babic (2020a) | 1. liga U16-U19 | 66,02 % |
| Babic (2020b) | 1. liga U16-U19 | 63,29 % |
| Babic (2021) | 1. liga U16-U19 jeseň 19/20 | 72,62 % |
| | 1. liga U16-U19 jeseň 20/21 | 66,02 % |
| Kováč et al. (2021) | 1. liga U19 20/21 | 46,67 % |
| Obetko (2022) | 1. liga U16-U19 jeseň 21/22 | 47,14 % |
| | 1. liga U16-U19 jar 21/22 | 57,58 % |
| Náš výskum | ME U21 | 61,54 % |

V úspešnosti riešenia jednotlivých spôsobov hernej situácie „1:1“ sme nezistili štatisticky významné rozdiely. Rovnako ani Babic (2020a) alebo Babic (2021). Ten konštatuje, že všetky spôsoby (vrhnutie sa pod nohy, blok, reflexný zákrok) sú z pohľadu náročnosti realizácie relatívne podobné.

V našom výskume sme zistili, že najčastejšie využívaný spôsob riešenia hernej situácie „1:1“ bol reflexný zákrok (v priemere 0,6-krát na zápas), s úspešnosťou 59,26 %. Druhým najčastejším spôsobom riešenia hernej situácie bol blok (v priemere 0,4-krát na zápas), s úspešnosťou 56,25 % a najmenej využívaným spôsobom riešenia hernej situácie bolo vrhnutie sa pod nohy (v priemere 0,2-krát na zápas), s úspešnosťou 77,78 %. Babic et al. (2019a) zistili, že najčastejšie využívaný spôsob riešenia hernej situácie bol blok (v priemere 1,8-krát na zápas), s úspešnosťou 62 %, druhým najčastejším spôsobom riešenia hernej situácie bolo vrhnutie sa pod nohy (v priemere 0,6-krát na zápas), s úspešnosťou 86 % a najmenej využívaným spôsobom bol reflexný zákrok (v priemere 0,3-krát na zápas), so 100 % úspešnosťou. Vo výskume Babica (2020a) brankári kategórie U16-U19 v zápasoch najvyššej domácej súťaže na riešenie hernej situácie „1:1“ najčastejšie využívali blok (v priemere na zápas 0,9-krát) s úspešnosťou 64,44 %, druhý najčastejší spôsob bol reflexný zákrok (v priemere na zápas 0,7-krát) s úspešnosťou 58,82 % a v najmenej miere sa vyskytol spôsob vrhnutím sa útočiacemu hráčovi pod nohy (v priemere na zápas 0,5-krát) s úspešnosťou 79,17 %.

Môžeme teda potvrdiť výsledky ostatných výskumov, že všetky spôsoby riešenia hernej situácie „1:1“ sú z technického a taktického hľadiska podobne zložité, a je potrebné zdôrazňovať ich nácvik a zdokonaľovanie v tréningovom procese. Riešenie tejto hernej situácie je náročné a brankár veľakrát nemá dostatok času na analýzu situácie. Hernú situáciu musí vyhodnotiť rýchlo a správne sa rozhodnúť akým spôsobom ju bude riešiť.

Okrem vyššie spomínaných výskumov sme našli aj ďalšie (Tarkovič, 2000; Kostolanský, 2006; Morávek, 2008; Matlák, 2010; Molčan, 2010; Varga, 2011; Adamovič, 2015; Peráček, et al., 2017), v ktorých autori pri hodnotení herného výkonu brankára nekladú príliš veľkú, resp. žiadnu pozornosť riešeniu hernej situácie „1:1“. Ako však vidíme na základe našich zistení a zistení autorov, ktorí sa tejto problematike venovali, môže byť takéto podcenenie nežiaduce.

ZÁVER

Riešenie hernej situácie „1:1“ patrí k najmenej zastúpeným a aj nízko úspešným v hre brankára. Nezistili sme významné rozdiely v úspešnosti jednotlivých spôsobov riešenia hernej situácie „1:1“ a môžeme konštatovať, že všetky spôsoby riešenia sú podobne zložité. Vysoký počet gólov padá z vnútra pokutového územia, často práve po hernej situácii „1:1“. Zdôrazňujeme zvýšenú pozornosť venovaniu sa problematike riešenia tejto hernej situácie nielen v zápasoch, ale najmä v tréningovom procese brankára.

Na základe našich výsledkov sme sa rozhodli formulovať odporúčania pre prax:

- podrobne analyzovať herný výkon brankárov v zápase a venovať zvýšenú pozornosť riešeniu hernej situácie „1:1“ u brankárov v zápase,

- venovať zvýšenú pozornosť nácviku a zdokonaľovaniu riešenia hernej situácie „1:1“ v tréningovom procese brankárov a zamerať sa na všetky spôsoby jej riešenia (vrhnutie sa pod nohy, blok, reflexný zákrok),
- v tréningovom procese brankárov vytvárať zápasové podmienky (časový a priestorový tlak) pri zdokonaľovaní riešenia hernej situácie „1:1“.

LITERATÚRA

- ADAMOVIČ, M. (2015). *Úspešnosť herných činností vybraných brankárov v zápasoch MS 2014 vo futbale*. Bakalárska práca. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave, Fakulta telesnej výchovy a športu.
- AJAMIL, D. L., NAVASCUÉS, J. C., IDIAKEZ, J. A., ANGUERA ARGILAGA, M. T. a BARBERO CADIRAT, J. R. (2018). Analysis of the effectiveness of under-16 football goalkeepers. In: *Apunts. Educació Física i Esports*, 131(Jan-Mar), 60–79. ISSN 0214-8757.
- BABIC, M. (2019). Individuálny herný výkon mládežníckych reprezentačných brankárov Slovenska U17. *Futbalový tréning*, 4(4), 26–28. ISSN 2453-9953.
- BABIC, M. (2020a). Riešenie hernej situácie „1:1“ u vybraných mládežníckych brankárov vo futbale. *Futbalový tréning*, 5(2), 16–17. ISSN 2453-9953.
- BABIC, M. (2020b). Individuálny herný výkon mládežníckych brankárov vo futbale. *Futbalový tréning*, 5(1), 18–19. ISSN 2453-9953.
- BABIC, M. (2021). *Vplyv špecializovaného tréningového programu na individuálny herný výkon mládežníckych brankárov vo futbale*. Dizertačná práca. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave, Fakulta telesnej výchovy a športu
- BABIC, M. a OBETKO, M. (2018). Hráčsky profil brankárov na MS 2018. *Futbalový tréning*, 3(3), 23–26. ISSN 2453-9953.
- BABIC, M. a HOLIENKA, M. (2019). Systematika herných činností brankára vo futbale. *Telesná výchova & šport*, 29(4), 15–20. ISSN 1335-2245.
- BABIC, M., HOLIENKA, M. a OBETKO, M. (2019a). Výbrané ukazovatele herného výkonu reprezentačných brankárov Slovenska v kategórii U16 vo futbale. *Telesná výchova & šport*, 29(3), 17–21. ISSN 1335-2245.
- BABIC, M., HOLIENKA, M. a OBETKO, M. (2019b). Analýza inkasovaných gólov mládežníckych reprezentačných brankárov Slovenska vo futbale. *Žiak, pohyb, edukácia. Vedecký zborník 2019*. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave, s. 15–21. ISBN 978-80-223-4796-9.
- BABIC, M., HOLIENKA, M. a OBETKO, M. (2020). Výbrané ukazovatele herného výkonu mládežníckych brankárov vo futbale. *Telesná výchova & šport*, 30(4), 25–28. ISSN 1335-2245.
- CSÁKI, I., SZAKÁLY, Z., FÓZER-SELMEC, B., KISS, S. Z. a BOGNÁR, J. (2017). Psychological and anthropometric characteristics of a Hungarian elite football academy's players. *Physical Culture and Sport. Studies and Research*, 73(1), 15–26. ISSN 2081-2221.
- ČECHOVIČ, T. (2018). *Herné výkony slovenských mládežníckych reprezentačných brankárov v kvalifikačných cykloch Majstrovstiev Európy vo futbale*. Bakalárska práca. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave, Fakulta telesnej výchovy a športu.
- ENGLUND, T. a PASCARELLA, J. (2017). *Soccer goalkeeper training: The comprehensive study*. Maidenhead: Meyer & Meyer. ISBN 978-1-78255-107-2.
- HOLIENKA, M., PERÁČEK, P., ZAPLETALOVÁ, L., MIKULIČ, M., BABIC, M. a NAGY, N. (2018). *Výbrané aspekty herného výkonu futbalistov kategórie U21*. Bratislava: Slovenská vedecká spoločnosť pre telesnú výchovu a šport. ISBN 978-80-89075-67-6.
- IBRAHIM, R., KINGMA, I., DE BOODE, V. A., FABER, G. S. a VAN DIEEN, J. H. (2019). Kinematic and kinetic analysis of the goalkeeper's diving save in football. *Journal of Sports Sciences*, 37(3), 313–321. ISSN 0264-0414.
- KOSTOLANSKÝ, A. (2006). *Analýza herného výkonu brankára*. Diplomová práca. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave, Fakulta telesnej výchovy a športu.
- KOVÁČ, K. (2022). *Kvantitatívne a kvalitatívne ukazovatele herného výkonu brankárov vo futbale v závislosti od umiestnenia družstva v súťaži*. Diplomová práca. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave, Fakulta telesnej výchovy a športu.

- KOVÁČ, K., BABIC, M., MIKULIČ, M. a HOLIENKA, M. (2021). Vybrané ukazovatele herného výkonu mládežníckeho brankára vo futbale. *Telesná výchova & šport*, 31(2), 44–48. ISSN 1335-2245.
- KOVÁČ, K., HOLIENKA, M. a BABIC, M. (2022). Solving the “back-pass” situation by selected soccer goalkeepers at the 2019 UEFA European U21 Championship. *Journal of Physical Education and Sport*, 22(1), 31–37. ISSN 2247-8051.
- LAMAS, L., DREZNER, R., OTRANTO, G. a BARRERA, J. (2018). Analytic method for evaluating players’ decisions in team sports: Applications to the soccer goalkeeper. *PLoS ONE*, 13(2), 1–18. ISSN 1932-6203.
- MATLÁK, M. (2010). *Hodnotenie herného výkonu brankára na vrcholových futbalových podujatiach*. Diplomová práca. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave, Fakulta telesnej výchovy a športu.
- MORÁVEK, M. (2008). *Model špeciálnej prípravy futbalových brankárov v dorasteneckom veku v polročnom tréningovom cykle*. Diplomová práca. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave, Fakulta telesnej výchovy a športu.
- OBETKO, M. (2022). *Efektívnosť športovej prípravy brankárov vo futbale*. Dizertačná práca. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave, Fakulta telesnej výchovy a športu.
- OBETKO, M., PERÁČEK, P., ŠAGÁT, P. a MIKULIČ, M. (2019). Impact of age and agility performance level on the disjunctive reaction time of soccer goalkeepers. *Acta Facultatis Educationis Physicae Universitatis Comenianae*, 59(2), 224–238. ISSN 2585-8777.
- OBETKO, M., PERÁČEK, P., MIKULIČ, M. a BABIC, M. (2022). Technical-tactical profile of an elite soccer goalkeeper. *Journal of Physical Education and Sport*, 22(1), 38–46. ISSN 2247-8051.
- OTTE, F. W., MILLAR, S. a HUTTERMANN, S. (2019). How does the modern football goalkeeper train? An exploration of expert goalkeeper coaches’ skill training approaches. *Journal of Sports Sciences*, 37(11–12), 1465–1473. ISSN 0264-0414.
- OTTE, F. W., DAVIDS, K., MILLAR, S. a KLATT, S. (2020a). Specialist role coaching and skill training periodisation: A football goalkeeping case study. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 15(4), 562–575. ISSN 1747-9541.
- OTTE, F. W., MILLAR, S. a KLATT, S. (2020b). Ready to perform? A qualitative-analytic investigation into professional football goalkeepers’ match warm-ups. *International Journal of Sport Science and Coaching*, 15(3), 324–336. ISSN 1747-9541.
- OTTE, F. W., DITTMER, T. a WEST, J. (2022). Goalkeeping in modern football: Current positional demands and research insights. *International Sport Coaching Journal*, 10(9), 1–9. ISSN 2328-918X.
- PERÁČEK, P., VARGA, K., GREGORA, P. a MIKULIČ, M. (2017). Selected indicators of an individual game performance of a goalkeeper at the European Championship among the 17-year-old elite soccer players. *Journal of Physical Education and Sport*, 17(1), 188–193. ISSN 2247-806X.
- REBELO-GONCALVES, R., FIGUEIREDO, A. J., COELHO-E-SILVA, M. J. a TESSITORE, A. (2016). Assessment of technical skills in young soccer goalkeepers: Reliability and validity of two goalkeeper-specific tests. *Journal of Sports Science and Medicine*, 15(3), 516–523. ISSN 1303-2968.
- SZWARC, A., JASZCZUR-NOWICKI, J., ASCHENBRENNER, P., ZASADA, M., PADULO, J. a LIPINSKA, P. (2019). Motion analysis of elite Polish soccer goalkeepers throughout a season. *Biology of Sport*, 36(4), 357–363. ISSN 0860-021X.
- TARKOVIČ, Š. (2000). Analýza hry brankára. In: P. PERÁČEK et al. *Poznanky z Majstrovstiev Európy U 21 vo futbale – Slovensko 2000: Metodický list č. 2*. Bratislava: Slovenský futbalový zväz, s. 41–48.
- VARGA, K. (2011). *Hodnotenie herného výkonu brankára vo futbale vo vybraných zápasoch Ligy Majstrov*. Bakalárska práca. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave, Fakulta telesnej výchovy a športu.
- VILLEMMAIN, A. a HAUW, D. (2014). A situated analysis of football goalkeepers’ experiences in critical game situations. *Perceptual and Motor Skills*, 119(3), 811–824. ISSN 0031-5125.

Mgr. Matej Babic, PhD.

Fakulta chemickej a potravinárskej technológie STU v Bratislave
Radlinského 9, 812 37 Bratislava
e-mail: matej.babic@stuba.sk

VLIV RESTRIKČÍ SOUVISEJÍCÍCH S COVID-19 NA STRES A MOTIVACI ČESKÝCH BASKETBALISTŮ

THE EFFECT OF THE CORONAVIRUS PANDEMIC ON THE MENTAL STATE OF BASKETBALL PLAYERS FROM THE CZ

MARTIN DLOUHÝ, KRISTÝNA VIGHOVÁ, JIŘÍ SUCHÝ

Katedra tělesné výchovy

Pedagogická fakulta, Univerzita Karlova

SOUHRN

Opatření k boji proti Covid-19 přinesla nové překážky pro duševní zdraví a pohodu sportovců. Zákazem soutěží a společných tréninků, byli hráči i hráčky basketbalu nuceni se separovat od svých spoluhráčů. Tyto restrikce se taktéž podílely na změně rutinního chování sportovců, přičemž může být ovlivněna jejich motivace a psychické stavy. Příspěvek se proto zabývá problematikou některých psychických aspektů hráčů a hráček basketbalu během pandemie koronaviru a jejich případných změn. Výsledky potvrdily významné změny psychických stavů v souvislosti s restrikcemi, které měly zamezit šíření Covid-19: 65 % dotazovaných basketbalistů bylo v průběhu pandemie ve větším stresu než před ní. U poloviny (49 %) respondentů jsme zjistili snížení motivace v důsledku opatření souvisejících s Covid-19. Ženy pocítují větší potřebu sociální opory než muži (o 18 %).

Klíčová slova: basketbalisté/basketbalistky, psychika, emoce, motivace, stres, sebedůvěra, pandemie, coronavirus

ABSTRACT

Measures to combat the Covid-19 have brought new obstacles to the mental health and well-being of athletes. By banning sports events and training, male and female basketball players began to be forced to separate from their teammates. The measure also contributes to changing the routine behavior of athletes, while their motivation and psychological states can be affected. The article therefore deals with the issue of some psychological aspects of basketball players during the coronavirus pandemic and their possible changes. The results confirmed significant changes in mental states in connection with the restrictions that were supposed to prevent the spread of Covid-19: 65% of the basketball players interviewed were under more stress during the pandemic than before it. In half (49%) of respondents, we found a reduction in motivation due to measures related to Covid-19. Women feel a greater need for social support than men (by 18%).

Key words: basketball players, psychology, emotions, motivation, stress, self-confidence, pandemic, coronavirus

ÚVOD

Od roku 2020 se světová populace potýkala s rychlým šířením velmi nakažlivého viru Covid-19. V řadě zemí, kde se Covid-19 vyskytl, přijali různá opatření, s cílem snížit přenos viru mezi obyvateli. Restrikce se obvykle týkaly většiny lidských činností a měly za důsledek (mj.) zhoršení psychického stavu obyvatel. Také ve sportu došlo bohužel k zásadním změnám v rutině sportovců, což negativně ovlivňuje (mj.) psychické stavy. Pandemii je možné tedy považovat za stresor, na který každý sportovec reaguje odlišně. Tingaz et al. (2020) považují změny v rutině za jeden z nejproblémovějších účinků pandemie: vlivem snížení tréninkových jednotek, zvýšenou nejistotou při stanovení cílů a zhoršením tréninkového komfortu dochází ke změně motivace sportovce.

Cílem prezentovaných výsledků výzkumu, ve kterém jsme se zaměřili na ověřování dopadu opatření proti šíření Covid-19 na wellbeing (stres a motivaci) profesionálních i amatérských basketbalistů, na němž se podílel i projekt bakalářské práce Vighové (2021) bylo zjištění aktuálního subjektivního pocitu pohody u vybraných sportovců. Řada relevantních výzkumů u sportovců, byla publikována po skončení první vlny pandemie Covid-19 (např. Ruffalt, Bernier, Fournier, & Hauw, 2020; García-Fernandez et al., 2020; Di Cagno, 2020; Chaves De Lima et al., 2020). Články se zabývaly zejména motivací (vnitřní i vnější), sociálním distancováním, změnami tréninkové rutiny, emocionálními změnami, změnami kondice v důsledku karantén apod. Některé studie s obdobným zaměřením, ale nikoliv v důsledku prevence přenosu Covid-19, byly realizovány již před pandemií (např. Woodman a Hardy, 2003; Hagiwara et al., 2017; Vealey a Chase, 2009). Sportovci jsou stejně zranitelní jako běžná populace vůči negativním psychologickým důsledkům Covid-19, jako je stres, úzkost a deprese (Szczypińska et al., 2021).

Jurková a Slepíčka (2021) publikovali kvalitativní analýzu, kdy v rámci rozhovorů zjišťovali u osmi českých basketbalistů (věk 13 až 19 let) změny v každodenních rutinách a změny emocí v různých fázích vývoje pandemické situace. Autoři ve výsledcích prezentují některé strategie zvládnání emocí, které dokázali použít k řešení této situace.

V době realizace výzkumného šetření byl v České republice stupeň pohotovosti pět (<https://onemocneni-aktualne.mzcr.cz/pes>) – tzn. přibližně stejná úroveň opatření jako v řadě jiných států Evropy. Pro profesionální sportovce platila režimová opatření ve specifickém režimu a bez diváků. Utkání se mohla konat, ale celé týmy podstupovaly pravidelné testování. Pro venkovní i vnitřní přípravu profesionálních sportovců bylo stanoveno, že se na jedné sportovní ploše může sejít pouze 1 tým či jedna skupina, která se společně dlouhodobě připravuje. Amatérské soutěže byly zakázány úplně. Amatérští sportovci se mohli dle direktivy MZ ČR pak připravovat pouze venku maximálně do dvou osob na jednom sportovišti (Dostál, Slabý, Tuka a kol., 2020).

Realizace výzkumu i následné analýzy byly podpořeny projektem Cooperatio realizovaným na PedF UK.

CÍLE

Cílem výzkumného šetření bylo ověřit, jak čeští basketbalisté a basketbalistky reagují na zákazy (omezení) soutěží a společných tréninků v důsledku restrikcí souvisejících s Covid-19 a vlivu pandemie na hráčskou motivaci i sebedůvěru.

VÝZKUMNÉ OTÁZKY

1. Jaká měla opatření související s pandemií Covid-19 vliv na stresovou hladinu basketbalistů?
2. Jaký pociťovali hráči a hráčky basketbalu stres v období pandemie Covid-19?
3. Jak využívají basketbalisté sociální opory při řešení problémů?
4. Proč klesla v tomto nelehkém období motivace hráčů basketbalu?
5. Jak se změnilo sebevědomí hráčů během pandemie?

METODIKA

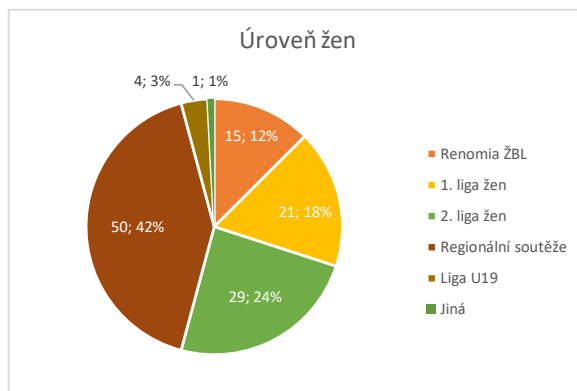
Pro ověření výzkumných otázek byl využit dotazník složený ze tří částí, které obsahovaly převážně otázky uzavřené, doplněné o několik polootevřených a otevřených. První část dotazníku (nestandardizovaná) zjišťovala obecné informace (pohlaví, věk, nejvyšší dosažené vzdělání, tréninkové zvyklosti před a během pandemie). Závěrečná část dotazníku se zaměřila na motivaci a sebevědomí před a během pandemie Covid-19.

Sběr dat probíhal v březnu a dubnu 2021. Anonymní dotazník byl sdílen na sociálních sítích, distribuován prostřednictvím české basketbalové reprezentace trenérům, kteří dotazník sdíleli i svým svěřencům. Dotazník si také basketbalisté sdíleli vzájemně.

VÝSLEDKY

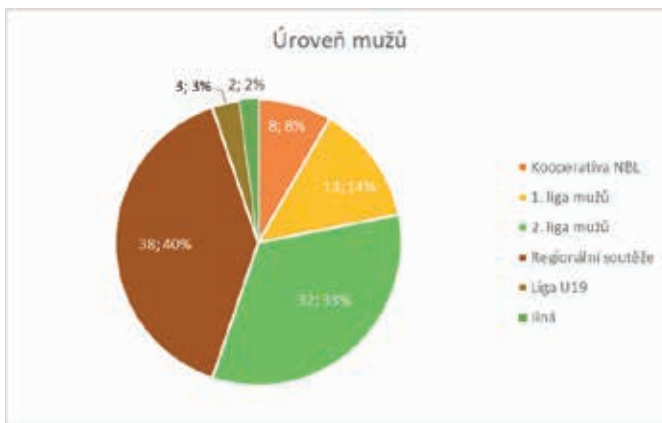
Šetření bylo realizováno v souladu se stanovenou metodikou. Celkový počet basketbalistů starších 18 let, kteří zodpověděli všechny otázky: 216 (ženy: 121 – 55,8 %, muži: 96 – 44,2 %).

Herní úroveň probandů jsme hodnotili zvlášť pro basketbalistky a basketbalisty (grafy 1 a 2). U žen to byly nejvíce hráčky hrající regionální soutěž s počtem 50 hráček, 2. ligu s počtem 29 hráček, 1. ligu s počtem 21 hráček, ligu U19 s počtem 4 hráčky a v nejvyšší soutěži Renomia ŽBL včetně dvou zahraničních týmů to bylo pouhých 15 hráček. Z hráček hrajících mimo Českou republiku se jednalo o německý klub DJK Neustadt Basketball. U hráček to byl německý klub Saarlouis Royals a francouzský klub Basket Féminin Escadain PH. Odpověď „jiné“, uvedla jedna hráčka.



Graf 1
Úroveň basketbalu žen

Nejvíce odpovědí bylo od hráčů z regionálních soutěží (38 hráčů), dále z 2. ligy (32 hráčů), 1. ligy (13 hráčů), 3 hráči z ligy U19 a 8 hráčů z nejvyšší mužské soutěže Kooperativy NBL. Dva hráči uvedli odpověď jiná.



Graf 2
Úroveň basketbalu mužů

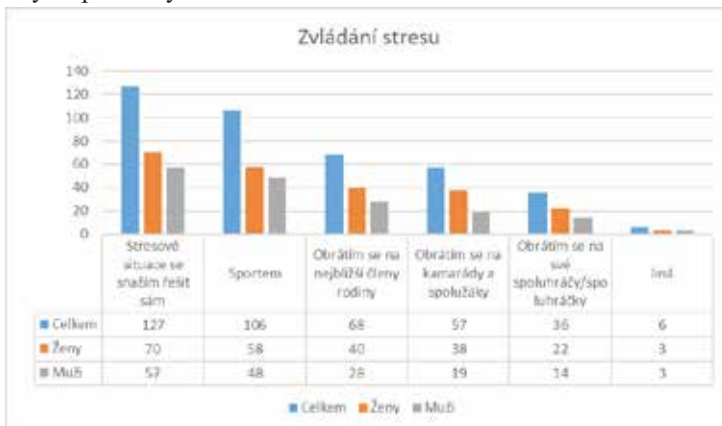
Další sledovanou oblastí byly tréninkové podmínky před a během pandemie. Respondenti před pandemií trénovali 1–2× týdně (117 probandů), 3–4× týdně (77 probandů), 5× týdně a více (23 odpovědi).

Respondenti odpovídající, že trénovali v době omezení 5× týdně a více, byli zejména profesionální sportovci (Renomie ŽBL a Kooperativy NBL – celkem 9 % z respondentů), kterým se díky výjimce podmínky v době pandemie Covid-19 pro trénink výrazně nezměnily. Pro ostatní soutěže platil zákaz trénování ve skupinách, takže se jednotlivé týmy různě přizpůsobovaly situaci. Graf 3 potvrzuje, že přibližně polovině případů došlo k úplnému zrušení všech tréninků i jejich náhradních možností. Druhá polovina týmů se podmínkám přizpůsobila. Tréninkové podmínky z období před pandemií (tréninky 1–2× týdně) zůstaly u 10 případů stejné, u 85 respondentů došlo k úplnému zrušení tréninků; 31 probandů uvedlo, že přešli na individuální tréninky. U jedinců trénujících 3–4× týdně periodičnost zůstala v 15 případech, u 22 jedinců klesla na 1–2× týdně, zrušení všech tréninků uvedlo 18 respondentů a 22 respondentů trénuje individuálně.



Graf 3
Tréninkové podmínky v době pandemie

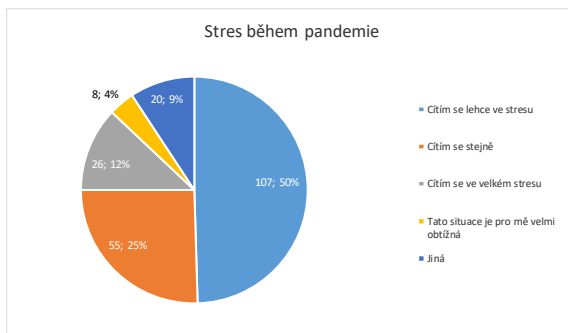
Výsledky zvládání stresových situací uvádí graf 4, jak pro jednotlivá pohlaví, tak pro všechny respondenty.



Graf 4

Zvládání stresu u hráček a hráčů basketbalu

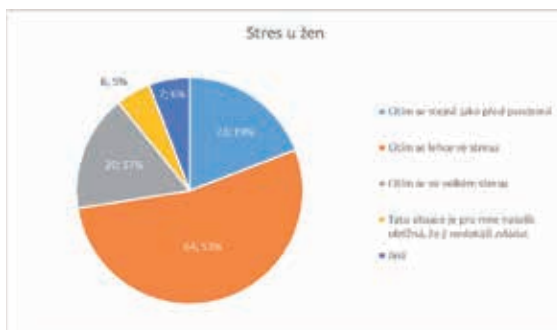
Z celkového počtu respondentů (216) uvedlo 107 respondentů, že se v době omezení cítili v lehkém stresu, 26 respondentů uvádělo velký stres, 8 respondentů definovalo situace jako velmi obtížnou. 55 respondentů se cítilo stejně jako před pandemií, 20 respondentů odpovědělo „jiná“ (graf 5). Celkem tedy pociťovalo stres 141 respondentů (65,2 %).



Graf 5

Stres během pandemie

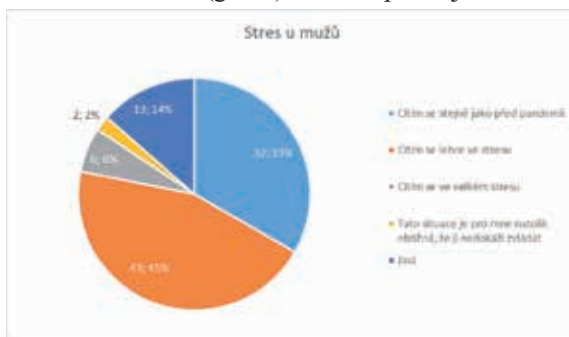
Vnímání stresu podle pohlaví: lehký stres pociťovalo 64 hráček, velký stres 20 hráček, 6 hráček uvedlo, že situace je pro ně velmi obtížná, a to natolik, že ji nedokázalo zvládat. Stejně jako před pandemií se cítilo 23 hráček a 7 hráček uvedlo „jiná“. Celkem tedy 90 hráček (75 %) pociťuje stres (graf 6).



Graf 6

Stres během pandemie u žen

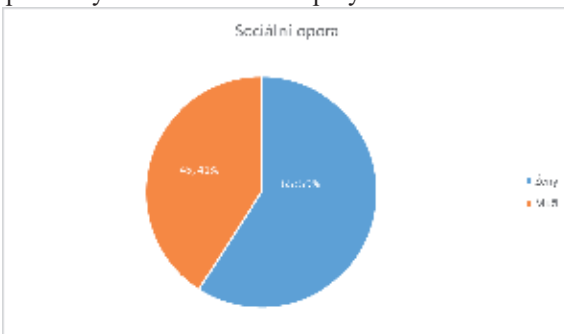
U mužů lehký stres pociťovalo 43 hráčů, velký stres 6 hráčů a pro 2 hráče je tato situace obtížná natolik, že ji nedokážou zvládnout. Stejně jako před pandemií se cítilo 32 hráčů a „jiná“ uvedlo 13 hráčů (graf 7). Celkem pociťuje stres 51 hráčů (53,2 %).



Graf 7

Stres během pandemie u mužů

Ze 121 žen odpovědělo 65, že při stresových situacích vyhledává sociální oporu. Z 96 mužů vyhledávalo sociální oporu při řešení stresových situací 45 mužů. Na grafu 8 je znázorněn poměr vyhledávání sociální opory u mužů a u žen.

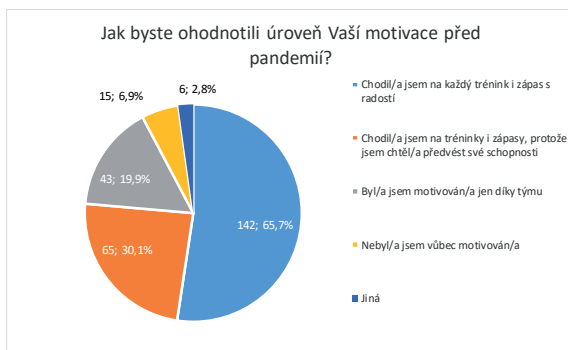


Graf 8

Využití sociální opory u hráčů a hráček basketbalu

V oblasti motivace byly položeny tři hlavní otázky: „*Jak byste ohodnotili úroveň Vaší motivace před pandemií? Pociťujete ztrátu Vaší motivace během pandemie? Jak byste ohodnotili úroveň Vaší motivace během pandemie?*“

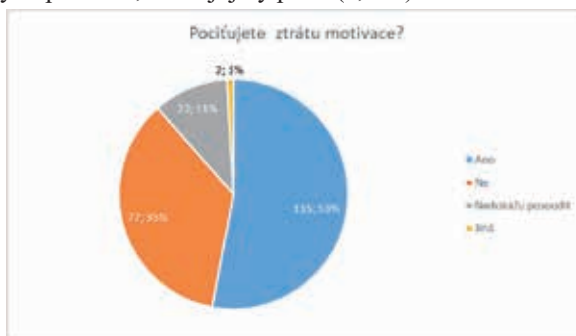
Úroveň motivace před pandemií byla značně vysoká. Pouhým 15 respondentům (6,9 %) chyběla motivace a museli se až přemáhat chodit na tréninky. Ostatní respondenti chodili na tréninky motivováni, především protože trénovali s radostí – 142 respondentů (65,7 %), protože chtěli předvést své schopnosti – 65 respondentů (30,1 %), týmová motivace – 43 respondentů (19,9 %) a 6 respondentů označilo jinou úroveň motivace (graf 9).



Graf 9

Jak byste ohodnotili úroveň Vaší motivace před pandemií?

Během opatření souvisejících s Covid-19 pocit ztráty motivace pociťovalo 115 respondentů (53 %). Až 77 respondentů (35,5 %) nepociťovalo ztrátu motivace (graf 10). Respondentů, kteří nedokázali posoudit ztrátu motivace, bylo 23 (10,6 %) a zbylé 2 osoby odpověděli, že mají jiný pocit (0,9 %).



Graf 10

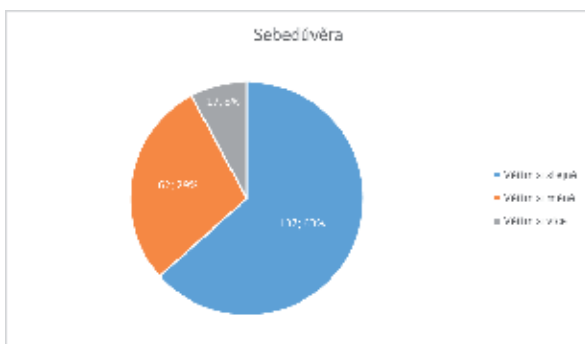
Jak hráči pociťují ztrátu motivace

Při hodnocení motivace uvedlo 110 respondentů (49 %), že jejich motivace klesá. U 51 osob (22 %) zůstala motivace stejná. U 24 respondentů (11 %) naopak motivace roste. Dalších 34 osob (15 %) nedokázalo posoudit svou motivaci během pandemie. A posledních 7 osob (3 %) uvedlo jinou odpověď (graf 11).



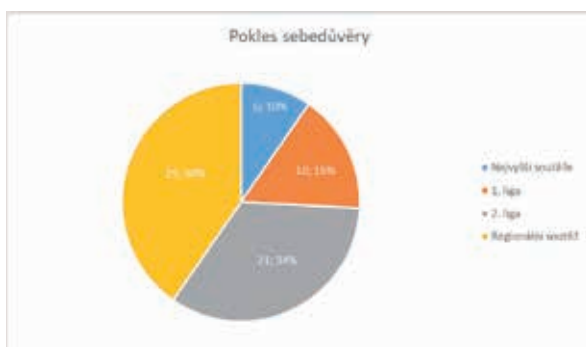
Graf 11
Hodnocení vlastní motivace hráči

Graf 12 uvádí sebedůvěru hráčů a hráček basketbalu celkově bez ohledu na to, jakou soutěž a jak ve sledovaném období trénovali. 63 % hráčů si věří stejně, 29 % si věří méně a více si věřilo 8 % hráčů.



Graf 12
Sebedůvěra všech hráčů a hráček basketbalu

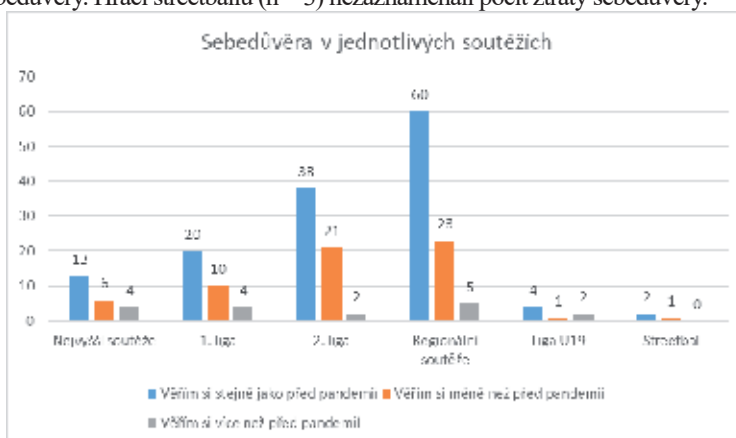
Graf 13 uvádí patrný pokles sebedůvěry v jednotlivých soutěžích. K poklesu sebedůvěry došlo u jedinců ve všech českých soutěžích. Největší pokles sebedůvěry byl zjištěn v regionálních soutěžích u 25 jedinců (40 %) a v 2. lize u 21 jedinců (34 %). Na úrovni 1. ligy došlo ke snížení sebedůvěry u 10 respondentů (16 %) a v nejvyšších českých soutěžích došlo ke snížení sebedůvěry u 6 respondentů (10 %).



Graf 13

Snížení sebedůvěry v jednotlivých soutěžích

Grafu 14 popisuje sebedůvěru hráčů v různých výkonnostních úrovních. U nejvyšší soutěže (Koopertiva NBL, Renomia ŽBL, zahraniční soutěže) byli zaznamenáni 4 hráči z 23, kteří hodnotí svou sebedůvěru negativně. Podobně je tomu u 1. ligy, kde hráči hodnotí negativně svou sebedůvěru ve 4 z 34 případů. U 2. ligy jsme zaznamenali z 51 respondentů pouhých 2, kteří si věří méně než před pandemií. U regionálních soutěží z 88 respondentů si nevěří pouhých 5 osob. V lize U19 (do 19 let) jsme zaznamenali 2 ze 4 respondentů pociťujících pokles sebedůvěry. Hráči streetballu (n = 3) nezaznamenali pocit ztráty sebedůvěry.



Graf 14

Sebedůvěra jednotlivců v jednotlivých soutěžích

Nejčastěji popisované problémy spojené se ztrátou sebedůvěry byly téměř shodné. Vybrané reakce: „nemám podporu a sociální kontakt s ostatními“, „nedostatek tréninků a zápasů“, „nedostatek herní praxe“, „snížení fyzické kondice“, „snížení schopností“, „nejsem si sama sebou jistá“, „bez tréninku klesá moje výkonnost“, „přibírám na váze, nemám dostatek tréninků a ztrácím bez týmu motivaci“, „před pandemií jsem podával výkony, což mě motivovalo, teď mě nemá co motivovat“, „nulová výkonnost“, „nabyla jsem váhu, ztratila kondici, ztratila motivaci i na online tréninky, nemotivuje mě trenér a chybí mi milované spoluhráčky“, „ztráta režimu, jistot, motivace, sociálního kontaktu“, „nedosažení cílů, které očekávám“.

DISKUSE

Výsledky zaměřené na stres během pandemie ukazují, že celkem 107 (49 %) z 216 respondentů pociťovalo stres. Dotazovaní tedy uváděli zásadní vliv restrikcí souvisejících s Covid-19 na wellbeing, závěry jsou ve shodě s řadou zahraničních výzkumů. Výzkum NCCA (2021) zaznamenal stres a úzkost u 21 % zúčastněných sportovců, při opakování výzkumu na podzim (tzn. před nástupem další vlny restrikcí), byla zjištěna nižší hladina stresu a úzkosti (17 %). Ruffalt et al. (2020) zjistil u 10–15 % respondentů vysokou úroveň stresu; autoři dále uvádějí, že pandemie Covid-19 zvýšila prevalenci úzkosti a poruch nálady v obecné populaci o 28 %.

Srovnání stresu u jednotlivých pohlaví ukázalo zvýšený pocit stresu u 75 % respondentek a u 53,2 % respondentů (rozdíl mezi pohlavími: 22 %). Bartůňková (2010) popisuje ženy jako lépe tolerující některé druhy stresu, ale vykazující vyšší stresovou emocionalitu než muži. Di Cagno et al. (2020) ve svém výzkumu také potvrzují vnímaný stres u dospělých mužů ve srovnání s ženami. Obdobné závěry uvádí Ruffalt et al. (2020), kdy sportovkyně ve výzkumu uváděly významně vyšší skóre úzkosti a nižší skóre vnímané kontroly než muži. García-Fernández et al. (2020) zjistili, že sportovci vykazují významně nižší průměr v úrovních stresu, úzkosti a deprese (muži 28 %, ženy 40 %).

Výsledky výzkumu Hagiwara et al. (2017) naznačují, že u sportovkyň byla sociální opora poskytována a přijímána více a měla souvztažnost s korelací deprese a pocitu sportovní bezmoci, u mužů tyto významné vztahy nalezeny nebyly. Colarossi a Eccless (2003) uvádějí, že ženy mají vyšší tendenci mít užší sociální vztahy a vyžadují vyšší sociální oporu než muži, kteří mají tendenci k horším vztahovým dovednostem než ženy. Muži mají méně podpůrných vztahů s ostatními než ženy, byly identifikovány rozdíly mezi interpersonálními vztahy související se sociální oporou mezi muži a ženami. Výsledky našeho výzkumu potvrzují výsledky dřívějších šetření, protože respondentky vyhledávaly o 18 % více sociální opory než muži.

Šetření zaměřené na motivaci (NCAA, 2021) ukazuje v květnu 2020 na nedostatek motivace během pandemie u 40 % dotazovaných, na podzim pak došlo ke snížení nedostatku motivace na 24 %. V našem vzorku jsme došli k podobnému závěru jako při prvním šetření NCAA (2021): u 49 % probandů došlo k zřetelnému nedostatku motivace během pandemie. Při zpětném hodnocení našeho výzkumu se domníváme, že by bylo vhodné zapojit SMS-2 (sport-motivation scale) případně podobný dotazník zaměřený na zjištění přesných údajů vedoucích k vnitřní a vnější motivaci. Tyto výsledky by pak přinesly větší pochopení pro pokles motivace.

Vealeyová a Chase (2009) v rámci výzkumného šetření orientovaného na sebedůvěru připisují značný podíl projevů a rozvoje demografickým rozdílům i osobnostním rysům a usuzují, že vliv na rozvoj i projev sebedůvěry sportovců má i kultura sportovní organizace. Získané údaje z našeho šetření naznačují, že se sebedůvěra snížila u téměř 30 % (62) respondentů. Z nich se 6 respondentů stále podílí na pravidelném trénování a hraní zápasů, zbylých 66 respondentů se přizpůsobením situaci podílí individuálně na rozvoji ostatních složek, jež při trénincích či zápasech nerozvíjejí tak často.

Za limity výzkumu považujeme skutečnost, že nebyly použity standardizované dotazníky; analýza dat využívá jen popisné statistiky.

ZÁVĚRY

Z výsledků ankety lze odvodit, že subjektivní pocity sportovců jsou relevantní ve vztahu ke zkoumaným proměnným. Zjištěná data ukázala na změny wellbeing hráčů a hráček basketbalu v období opatření zaměřených na prevenci šíření Covid-19, které se projevovaly zvýšeným stresem, snížením motivace a sebedůvěry.

Na základě zjištěných výsledků můžeme konstatovat, že 65 % dotazovaných basketbalistů bylo v průběhu pandemie ve větším stresu než před ní. Stres pociťovaly o 22 % více ženy ve srovnání s muži. U poloviny (49 %) respondentů jsme zjistili snížení motivace v důsledku opatření souvisejících s Covid-19. Ženy pociťují větší potřebu sociální opory než muži (o 18 %).

LITERATURA

- BARTŮNKOVÁ, S. (2010). *Stres a jeho mechanismy*. Praha: Karolinum.
- CHAVES DE LIMA, C-V., CÂNDIDO, L. E., & ARINELSON DA SILVA, J. et al. (2020). Effects of Quarantine on Mental Health of Populations Affected by Covid-19. *Journal of Affective Disorders*, 27(5), 253–254.
- DI CAGNO, A. et al. (2020). Psychological Impact of the Quarantine-Induced Stress during the Coronavirus (Covid-19) Outbreak among Italian Athletes. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(23), 8867–8875.
- DOSTAL, J., SLABÝ, K., TUKA, V. a kol. (2020). *Návrat ke sportu po Covid-19: metodický pokyn pro trenéry a realizační týmy*. Praha: Victoria, Vysokoškolské sportovní centrum MŠMT.
- GARCÍA-FERNANDEZ, L. et al. (2020). Gender differences in emotional response to the Covid-19 outbreak in Spain. *Brain and Behavior*, 11(1), 452–463.
- HAGIWARA, G., IWATSUKI, T., ISOGAI, H. et al. (2017). Relationships among sports helplessness, depression, and social support in American college student-athletes. *Journal of Physical Education and Sport*, 17(2), 753–757.
- <https://onemocneni-aktualne.mzcr.cz/pes> [on-line 9. 4. 2023].
- JURKOVÁ, K., SLEPIČKA, P. (2021). Dopad pandemie sars-cov-2 na psychickou pohodu českých juniorů a junierek v basketbale. *Česká kinantropologie*, 25(3–4), 8–22.
- RUFFALT, A., BERNIER, M., FOURNIER, J., & HAUW, N. (2020). Anxiety and Motivation to Return to Sport During the French Covid-19 Lockdown. *Frontiers in Psychology*, 11(3), 145–159.
- NCAA (2021). Student-Athlete Covid-19 Well-being Survey https://ncaaorg.s3.amazonaws.com/research/other/2020/2020RES_NCAASACovid-19SurveyPPT.pdf [on-line 17. 3. 2021].
- SZCZYPIŃSKA, M., SAMELKO, A. & GUSZKOWSKA, M. (2021). Strategies for Coping With Stress in Athletes During the Covid-19 Pandemic and Their Predictors. *Frontiers in Psychology*, 12(3), 1–12.
- TINGAZ, E. O., et al. (2020). The psychological impact of Covid-19 pandemic on elite athletes, management strategies and post-pandemic performance expectations: a semi structured interview study. *International Journal of Educational Research and Innovation*, 15(1), 73–81.
- VEALEY, R., & CHASE, M. A. (2009). Self-confidence in sport. In: T. S. Horn (Ed.), *Advances in sport psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics, 66–97.
- VIGHOVÁ, K. (2021). *Vliv pandemie koronaviru na psychické stavy hráček a hráčů basketbalu*. Bakalářská práce. Vedoucí: M. Dlouhý. Praha: PedF UK.
- WOODMAN, T., & HARDY, L. (2003). The relative impact of cognitive anxiety and self-confidence upon sport performance: A meta-analysis. *Journal of Sports sciences*, 21(6), 443–457.

PhDr. Martin Dlouhý, Ph.D.

UK PedF KTV, Královická 915, 250 01 Brandýs nad Labem

e-mail: martin.dlouhy@pedf.cuni.cz

EFFECT OF BREATHING ENTRAINMENT IN CROSS COUNTRY SKIING – A SYSTEMATIC REVIEW

PETRA HYNČICOVÁ, JIŘÍ SUCHÝ¹

¹ Department of Physical Education, Pedagogical Faculty, Charles University, Prague, Czech Republic

ABSTRACT

Aim of the Article is to better understand the effects of the breathing and poling entrainment on the performance in cross country skiing. This question remains unanswered and the different points discussed in this review may support decision making for all individuals who aim to improve the training of cross country skiing. Altogether, the different points discussed in this review may be relevant for trainers and skiers who aim to perform better. Therefore, we reviewed the currently available literature in order to answer the important questions: does breathing entrainment exist in cross country skiing, how does it affect the skier's performance? Search criteria: breathing entrainment; exercise; breathing coupling; cross country skiing; breathing frequency; metabolic cost; energy expenditure.

Breathing entrainment was confirmed in cross country skiing under certain conditions. Athletes use preferably 1:1 ratio of breathing and locomotion in double pooling and skating. There is slight evidence of a decrease of energy expenditure when using breathing entrainment.

Key words: cross country skiing, breathing, exercise, systematic review.

INTRODUCTION

Cross country skiing is a high energy demanding endurance sport. Indeed, among athletes in all sports, cross-country skiers have recorded one of the greatest rates of maximal oxygen consumption ($\dot{V}O_{2max}$) (Astrand, Rodahl, 1970; Haugen et al., 2017; Holmberg et al., 2007; Tønnessen et al., 2015). Skilled technique, snow conditions and equipment (skis, poles, wax etc.) do not affect an athlete's maximal rate of energy consumption. However, those factors profoundly affect the submaximal rate of energy required to ski at a specified velocity and incline (defined as skiing economy) (Ainegren et al., 2013). To optimize endurance performance, a cross-country skier must have both a high $\dot{V}O_{2max}$ and skiing economy. Therefore, sport researchers focused on the question how to improve skiing economy and decrease energy consumption. One of these factors is breathing entrainment.

Many studies focusing on respiratory physiology by animals and also humans during different kinds of activities found a trend of breathing entrainment, specifically a ratio of movement frequency to respiratory frequency (Carrier, 1996; Cavanagh,

Kram, 1985; Hodges, Gandevia, 2000). Many animals, including birds and mammals, have inspiration and expiration occurring during mechanically compatible periods of the locomotor cycle to acquire a sustained locomotion (Carrier, 1991; Deban, Carrier, 2002). More specifically, LRC (locomotor respiratory coupling) is a form of entrainment, in which the two rhythmic activities with different frequencies become phase-locked due to mechanical and neural interactions (Alexander, 1989; Bramble, Carrier, 1983; Boggs, 2002; Giuliadori et al., 2009, Kay et al., 1975). From the point of view of mechanics, respiratory entrainment is the result of the impact loading on the thorax as the limbs strike the ground (the visceral piston), using common respiratory and locomotor muscles (i.e., abdominal muscles), spinal flexion and extension, body acceleration and deceleration in horizontal and vertical planes. The visceral piston is especially at work during bipedal locomotion, such as walking and running (Boggs, 2002).

After these well known facts, researchers started to study the effects of the breathing entrainment on different kinds of sport. First mentions of a possible breathing entrainment were in 1954 (Bannister et al., 1954) but follow up studies showed the opposite. Mainly because they speculated that previous studies may have been influenced by the use of a metronome to set the exercise rhythm and due to lack of technologies, which could quantify the detection of breathing entrainment. Beaver et al. (1973) came up with a new method for obtaining breath-by-breath measurements of gas exchange using a mini computer system for the online calculation of continuously measured respiratory and metabolic variables. After that researchers confirmed an existing phenomena of breathing entrainment. Many studies found a breathing coupling in walking humans (Rassler, Kohl, 2000), when they used 2:1, 3:1, or 4:1 ratios of number of steps per one breath. Similar trend was found in running (Bonsignore, 1998; Persegól et al., 1991; Rassler, Bernasconi, 1993; Cottin et al., 2007), when runners also use 2:1, 3:1, or 4:1 ratios commonly. Other researchers found breathing entrainment in cycling individuals, where the ratios were 2:1 or higher (Sporer, McKenzie, 2007). And also breathing coupling was measured in rowers, when they most of the time use 1:1 or 2:1 strokes per breath (Rodriguez et al., 1990; MacLennan, 1994; Smith, Hopkins, Taylor, 1994). However, all these studies have one thing in common: all these breathing entrainments are highly individual and are dependent on the exercise intensity. Researchers found out the higher the intensity of an exercise the higher the probability of synchronization of breathing and locomotion (Rassler, Kohl, 2000; Bernasconi, Kohl, 1993).

Since athletes compete at high or maximal intensities, researchers looked at the relationship between breathing entrainment and metabolic cost. The animals' model, which shows metabolic advantage of breathing coupling, predicts the same in the human world (Boggs, 2002). However, the study results show differently. Rassler, Bernasconi (1993) and Hoffmann et al. (2012) found a decrease in metabolic cost when athletes of walking, running and cycling synchronized their breathing with locomotion. On the other side MacLennan et al. (1994) and Takano and Deguchi (1997) did not find any differences in energy expenditure with breathing entrainment. Furthermore, MacLennan et al. (1994) came up with a possible explanation why breathing entrainment might not be energetically beneficial in all these studies. He

suggested that studies were done on professional or well experienced athletes who have many years of training. Therefore, researchers might not find any improvement in energy cost because they are already using the breathing entrainment.

After all these known facts, we decided to review studies which are focusing on breathing entrainment in cross country skiing and its effect on athletes' performance.

METHODS

This review article was developed based on expert studies available from the primary databases "Web of Science, Scopus and Research Gate". Information was searched by using key words such as: breathing entrainment, exercise, breathing coupling, cross country skiing, breathing frequency, metabolic cost, energy expenditure. The selection of primary documents, which were used for the study, was that the full publication had been in a major peer-reviewed scientific journal and/or in an academic monograph. Articles were expanded by a reference pick ("snow ball" method) of other works written by the same authors and works of cited authors in these articles. The search criteria were following: participants older than 18 years old and the exposure was cross-country skiing itself, either on snow or roller skis on a treadmill or road or ski ergometer. Study was supported by the program Cooperatio PedF UK.

RESULTS

The initial search yielded 30 articles of which 10 remained. Screening of the titles, abstracts, and full-texts led to 20 articles meeting inclusion, because they did not meet our criteria.

The mean number of participants was 9 (range 6 to 13) and six different countries were represented (Sweden, Finland, France, Canada, USA, Brazil). Three articles involved men only and three both sexes. Four out of ten articles did not specify the sex of participants (although based on anthropometrics, these participants were probably men). Mean age (weighted based on sample size) of skiers was 23.5 years (range 19 to 30 years, not reported in 4 cases).

Four articles focused exclusively on the classical technique, five exclusively on the skating technique, and only one on both (Table 1). Of the 5 studies focusing on the classical or both techniques; DS (diagonal stride) and DP (double poling) were addressed in 1 and 5 articles, respectively. Of the 6 studies focusing on skating or both techniques, V1 (double pole arm motion with two skate-off), V2 (double-pole with each skate-off), and V2A (double pole arm motion with four skate-off), were addressed in 6, 2, and 1 articles, respectively. 9 studies were conducted roller skiing on a treadmill and one on modified arm ergometer.

CLASSIC TECHNIQUE

Five articles focused on the breathing entrainment in classic technique. Three articles confirmed existing breathing entrainment in athletes (Mendia-Iztueta, 2016; Holmberg, Calbet, 2007). One study found breathing coupling only at some speeds (Lindiger, Holmberg, 2011). And one study did not find any coupling (Faria, 1994). Four studies agreed on the same ratio of breathing and locomotion for DP 1:1 (1 breath cycle per one stride cycle). (Mendia-Iztueta, 2016; Holmberg, Calbet, 2007; Lindiger,

Holmberg, 2011) One study examined the ratio of DS, which was mostly 1:2 or 1:3, but became unified toward the maximal exercise to 1:2 (Holmberg, Calbet, 2007). Unfortunately, no study focused on the effect of breathing entrainment on the metabolic cost.

SKATE TECHNIQUE

Six articles focused on the breathing entrainment in skate technique. All studies confirmed existing breathing entrainment in athletes (Mendia-Iztueta, 2016; Fabre, 2007b; Herzog, 2016; Smith, Hopkins, Taylor, 1994). Four studies agreed on the same ratio of breathing and locomotion for V1 1:1 (Mendia-Iztueta, 2016; Fabre, 2007b; Smith, Hopkins, Taylor, 1994). For V2 two studies found either 1:1 or 1:2 ratios (Mendia-Iztueta, 2016; Smith, Hopkins, Taylor, 1994). Two studies did not provide the ratios of breathing and locomotion found. Three studies focused on the effect of breathing entrainment on the metabolic cost. Two found identically metabolic advantage and approximately 4% decrease of energy cost for breathing entrainment (Boldt, 2016; Herzog, 2015). One study did not find any difference in energy expenditure with or without breathing entrainment (Fabre, 2007b).

Table 1
Overview Articles focused on Effect of Breathing Entrainment in Cross Country Skiing studies

| Author(s) | Study | Technique | Subjects | Breathing entrainment | Frequency | Metabolic advantage | Comments | Age | Country | Treadmill/ snow | Number of participants | Gender |
|-------------------------------|--|-------------------|--|-------------------------------|----------------------------|---------------------|---|-------|---------|-----------------|------------------------|-------------------|
| Boldt (2016) | Quadrupedal Locomotion-Respiration Entrainment and Metabolic Economy in Cross-Country Skiers | skate | elite | confirmed | - | confirmed | approximately 4% reduction in metabolic cost | - | Canada | treadmill | 9 | - |
| Fabre (2007a) | Neuro-mechanical and chemical influences on locomotor respiratory coupling in humans | skate | well trained skiers | confirmed | 1:1 | - | no connection between intensity of exercise and breathing coupling | 22 | France | treadmill | 13 | 11 male, 2 female |
| Fabre (2007b) | Paced Breathing in Roller-Ski Skating: Effects on Metabolic Rate and Poling Forces | skate | well trained skiers | confirmed | 1:1 | not confirmed | no significant changes found explained by extensive experience of subjects in cross-country skiing | 22±3 | France | treadmill | 13 | 11 male, 2 female |
| Fania (1994) | Ventilatory response pattern of Nordic skiers during simulated poling | classic | master level skiers | not confirmed | - | - | modified arm ergometer to simulate the arm movement of double poling technique | - | Brazil | arm ergometer | 9 | male |
| Herzog et al. (2015) | Energetic Considerations in Cross-Country Skiing | skate | elite level provincial and national skiers | confirmed | - | confirmed | 4% metabolic advantage found | - | Canada | treadmill | 8 | - |
| Holmberg, Calbet (2007) | Insufficient ventilation as a cause of impaired pulmonary gas exchange during submaximal exercise | classic | elite skiers | confirmed | DP 1:1 | - | - | 24±2 | Sweden | treadmill | 6 | male |
| Holmberg et al. (2007) | Lung function, arterial saturation and oxygen uptake in elite cross country skiers: influence of exercise mode | classic | international level skiers | confirmed | DP 1:1, DS 1:2/1:3 | - | DS 1 : 2 toward maximal exercise | 27±3 | Sweden | treadmill | 7 | male |
| Lindiger, Holmberg (2011) | "How do elite cross-country skiers adapt to different double poling frequencies at low to high speeds?" | classic | top-elite skiers | confirmed only at some speeds | DP 1:1 | - | "40 cycles/min (1 : 1 ratio) at any speed, 60 or 80 cycles/min 1 : 2 or desynchronized at slower speeds, faster speeds back to 1:1" | 22±2 | Sweden | treadmill | 9 | - |
| Mendila-Izuetza et al. (2016) | Assessment of Heart Rate Variability Thresholds from Incremental Treadmill Tests in Five Cross-Country Skiing Techniques | classic and skate | competitive national level skiers (5M, 5F) | confirmed | DP 1:1, V1 1:1, V2 1:1/1:2 | - | DS and V1 crossover effect, PF higher than BF in lower intensities and vice versa | 19-30 | Finland | treadmill | 10 | 5 male, 5 female |
| Smith et al. (1994) | Breathing and poling entrainment in ski skating | skate | collegiate and master skiers | confirmed | V1, V2 1:1/1:2 | - | - | - | USA | treadmill | 6 | - |

DISCUSSION

Currently, there are many studies focusing on cross country skiing from many different perspectives, like biomechanical or physiological. However, not that many focus on the breathing entrainment. This is a first review of studies describing the synchronization of breathing and locomotion.

Interestingly, this review found out that many studies do not specify the level of participating skiers. They call them “well trained skiers, elite, international level skiers” oftenly, but no further explanation is provided. The skiing community is under the Fédération internationale de ski (FIS), which has a unified point system of racing. Therefore, we propose for future studies to use the FIS points to define the level of participants.

This review found that breathing entrainment is not a rare phenomenon in cross country skiing. That is actually really common and one study suggested that it might be a result of extensive training experience (Fabre, 2007a, b). This idea was also confirmed in rowing, when Maclennan et al. (1994) explains the advantage of breathing entrainment by the years of training. Thus researchers should examine the young skiers (juniors and younger) to confirm this theory of training effect.

These studies also mainly examined DP and V1 techniques, which then generalized the results for all skiing sub techniques. DP and V1 include the same moving pattern in the upper body, when the skier plants both poles simultaneously into the snow, just in front of their feet and then pushes backwards on the snow to create forward propulsion. The poles are planted nearly vertically and then as the skier moves forward, the angle of the poles moves towards being parallel with the snow surface. The skier also flexes their trunk to aid with propulsion (Holmberg et al., 2005). These movements are then different from DS, when poles are planted asynchronously for example. Therefore, more research should be done on DS and V2, V2A to clear out the difference or similarities across all techniques.

The summary also shows that athletes use specific preferable ratios of breathing and locomotion. During DP it is 1:1, which could be explained by the same pattern like in mammals or rowers, when one breath cycle is used for one stride/stroke cycle. The stride cycle involves the flexion of a trunk, which promotes exhaling (Alexander, 1989; Boggs, 2002). Similar pattern is seen in V1 and V2 skate, when athletes again involve the flexion of a trunk, therefore again usually use one breath per one stride cycle.

This review lack a better background on the effect of breathing entrainment on energy expenditure. Only three articles focused on it and only two confirmed its advantage. Energy expenditure is one of the key factors in improving skier’s performance. Therefore, we propose that future studies focus on this issue and clarify the relation between breathing entrainment and metabolic cost. If it is naturally advantageous due to natural breathing coupling or if it is a result of many years of training.

LIMITATIONS

The articles reviewed here were quite heterogeneous with respect to the methodology, skiing techniques, and conditions (e.g., speed, slope) involved. Furthermore, the variability in the nature of the participants, together with a lack of any universal agreement concerning the definition of performance impedes a definitive meta-analysis. Even though challenging for a systematic review, our search strategy was designed specifically to embrace this heterogeneity since our aim was to provide an overall review of cross-country skiing performance.

CONCLUSION

Based on an analysis of relevant published articles, breathing entrainment was confirmed in cross country skiing under certain conditions. Athletes use preferably 1:1 ratio of breathing and locomotion in double pooling, also 1:1 in V1 skate and 1:2 in V2. There is slight evidence of a decrease of energy expenditure when using breathing entrainment.

All observed breathing entrainment were also measured during higher intensities of exercise.

REFERENCES

- AINEGREN, M., CARLSSON, P., TINNSTEN, M., LAAKSONEN, M. S. (2013). Skiing economy and efficiency in recreational and elite cross-country skiers. *J. Strength Cond. Res.*, 27(5), 1239–1252.
- ALEXANDER, R. M. (1989). On the synchronization of breathing with running in wallabies (Macropus Spp) and horses (Equus-Caballus). *Journal of Zoology*, 218, 69–85.
- ASTRAND, P. O., RODAHL, K. (1970). *Textbook of Work Physiology*. New York: McGraw-Hill.
- BANNISTER, R. G., CUNNINGHAM, D. J. C., DOUGLAS, C. G. (1954). The carbon dioxide stimulus to breathing in severe exercise. *J. Physiol.*, 125, 90–117.
- BEAVER, W. L., WASSERMAN, K., WHIPP, B. J. (1973). “On-line computer analysis and breath-by-breath graphical display of exercise function tests.” *Journal of Applied Physiology*, 34(1), 128–132.
- BERNASCONI, P, KOHL, J. (1993). Analysis of co-ordination between breathing and exercise rhythms in man. *J. Physiol.*, 471, 693–706.
- BOGGS, D. F. (2002). Interactions between locomotion and ventilation in tetrapods. *Comparative Biochemistry and Physiology A-Molecular and Integrative Physiology*, 133, 269–288.
- BOLDT, K., KILLICK, A., HERZOG, W. (2016). Quadrupedal Locomotion-Respiration Entrainment and Metabolic Economy in Cross-Country Skiers. *Journal of Applied Biomechanics*, 32(1), doi: 10.1123/jab.2014-0243.
- BONSIGNORE, M. R. et al. (1998). Ventilation and entrainment of breathing during cycling and running in triathletes. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 30(2), 239–245. doi: 10.1097/00005768-199802000-00011.
- BRAMBLE, D. M., CARRIER, D. R. (1983). Running and breathing in mammals. *Science*, 219, 251–256.
- CARRIER, D. R. (1991). Conflict in the hypoxial musculoskeletal system – Documenting an evolutionary constraint. *American Zoologist*, 31, 644–654.
- CARRIER, D. R. (1996). Function of the intercostal muscles in trotting dogs: Ventilation or locomotion? *Journal of Experimental Biology*, 199, 1455–1465.
- CAVANAGH, P. R., KRAM, R. (1985). The efficiency of human movement – A statement of the problem. *Med. Sci. Sports Exerc.*, 17, 304–308.
- COTTIN, F. et al. (2007). Ventilatory thresholds assessment from heart rate variability during an incremental exhaustive running test. *International Journal of Sports Medicine*, 28(4), 287–294. doi: 10.1055/s-2006-924355.

- DEBAN, S. M., CARRIER, D. R. (2002). Hypaxial muscle activity during running and breathing in dogs. *Journal of Experimental Biology*, 205, 1953–1967.
- FABRE, N. (2007a). Neuro-mechanical and chemical influences on locomotor respiratory coupling in humans. *Respiratory Physiology & Neurobiology*, 155(2), 128–136. doi: 10.1016/j.resp.2006.04.015.
- FABRE, N. (2007b). Paced Breathing in Roller-Ski Skating: Effects on Metabolic Rate and Poling Forces, 2007b, *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 2(1), 46–57. doi: 10.1123/ijsp.2.1.46.
- FARIA, I. E. (1994). Ventilatory response pattern of Nordic skiers during simulated poling. *J. Sports Sci.*, 12(3), 255–259. doi: 10.1080/02640419408732171.
- GIULIODORI, M. J., LUJAN, H. L., BRIGGS, W. S., DICARLO, S. E. (2009). A model of locomotor-respiratory coupling in quadrupeds. *Advances in Physiology Education*, 33, 315–318.
- HAUGEN, T., PAULSEN, G., SEILER, S., SANDBAKK, O. (2017). New records in human power. *Int. J. Sports Physiol. Perform.*, 13(6), 1–27. doi: 10.1123/ijsp.2017-0441.
- HERZOG, W., KILLICK, A., BOLDT, K. R. (2015). *Energetic Considerations in Cross-Country Skiing*. In: K. Kanosue, T. Nagami, J. Tsuchiya (Eds.) (2015). *Sports Performance*. Tokyo: Springer.
- HODGES, P. W., GANDEVIA, S. C. (2000). Changes in intra-abdominal pressure during postural and respiratory activation of the human diaphragm. *Journal of Applied Physiology*, 89, 967–976.
- HOFFMANN, G., TORREGROSA, G., BARDY, B. G. (2012). Sound Stabilizes Locomotor-Respiratory Coupling and Reduces Energy Cost. *PLoS One*, 7(9), e45206. doi: 10.1371/journal.pone.0045206.
- HOLMBERG, H. C., CALBET, J. A. (2007). Insufficient ventilation as a cause of impaired pulmonary gas exchange during submaximal exercise. *Respiratory Physiol. Neurobiology*, 157(2–3), 348–359. doi.org/10.1007/978-4-431-55315-1_20.
- HOLMBERG, H. C., LINDINGER, S. J., STÖGGL, T., EITZLMAIR, E., MÜLLER, E. (2005). Biomechanical analysis of double poling in elite cross-country skiers. *Med. Sci. Sports Exerc.*, 37807–37818.
- HOLMBERG, H. C., ROSDAHL, J., SVEDENHAG, J. (2007). Lung function, arterial saturation and oxygen uptake in elite cross country skiers: influence of exercise mode. *Scand. J. Med. Sci. Sports*, 17(4), 437–444. doi: 10.1111/j.1600-0838.2006.00592.x.
- KAY, J. D. S., PETERSEN, E. S., VEJBY-CHRISTENSEN, H. (1975). Breathing in man during steady state exercise on a bicycle at two pedaling frequencies and during treadmill walking. *J. Physiol.*, 251, 645–656.
- LINDIGER, S. J., HOLMBERG, H. C. (2011). How do elite cross-country skiers adapt to different double poling frequencies at low to high speeds? *Eur. J. Appl. Physiol.*, 111(6), 1103–1119.
- MACLENNAN, S. E. et al. (1994). Does entrained breathing improve the economy of rowing? *Med. Sci. Sports Exerc.*, 26(5), 610–614.
- MENDIA-IZTUETA, I. et al. (2016). Assessment of Heart Rate Variability Thresholds from Incremental Treadmill Tests in Five Cross-Country Skiing Techniques. *PLoS ONE*, 11(1), e0145875. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0145875.
- PERSEGÓL, L., JORDAN, M., VIALA, D. (1991). Evidence for the entrainment of breathing by locomotor pattern in human. *Journal de Physiologie*, 85(1), 38–43.
- RASSLER, B., KOHL, J. (2000). Coordination-related changes in the rhythms of breathing and walking in humans. *Eur. J. Appl. Physiol.*, 82, 280–288. doi.org/10.1007/s004210000224.
- RODRIGUEZ, R. J. et al. (1990). Electromyographic analysis of rowing stroke biomechanics. *The Journal of sports medicine and physical fitness*, 30(1), 103–108.
- SMITH, T. B. R. J., HOPKINS, W. G., TAYLOR, N. A. S. (1994). Respiratory responses of elite oarsmen, former oarsmen, and highly trained non-rowers during rowing, cycling and running *European Journal of Applied Physiology and Occupational Physiology*, 1994, 69(1), 44–49.
- SPORER, B. C., MCKENZIE, D. C. (2007). Reproducibility of a laboratory based 20-km time trial evaluation in competitive cyclists using the velotron pro ergometer. *International Journal of Sports Medicine*, 28(11), 940–944.

- TAKANO, N., DEGUCHI, H. (1997). Sensation of breathlessness and respiratory oxygen cost during cycle exercise with and without conscious entrainment of the breathing rhythm. *Eur. J. Appl. Physiol. Occup. Physiol.*, 76, 209–213.
- TØNNESEN, E., HAUGEN, T. A., HEM, E., LEIRSTEIN, S., SEILER, S. (2015). Maximal aerobic capacity in the Winter-Olympics endurance disciplines: Olympic-medal benchmarks for the time period 1990–2013. *Int. J. Sports Physiol. Perform.*, 10(7), 835–839.

prof. PhDr. Jiří Suchý, Ph.D.
Charles University, Pedagogical Faculty
Department of Physical Education
Magdaleny Rettigové 4, Prague 1, 116 39, Czech Republic
e-mail: jiri.suchy@pedf.cuni.cz

TURISTIKA A AKTIVITY KČST NA SLOVENSKU V LETECH 1919–1938

TOURIST AND ACTIVITIES OF KČST IN SLOVAKIA IN 1919–1938

JAN ŠTUMBAUER

Katedra tělesné výchovy a sportu

Pedagogická fakulta, Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

SOUHRN

Toto sdělení je primárně zaměřeno na činnost naší nejvýznamnější turistické organizace – Klubu československých turistů na Slovensku v meziválečném období. Jeho součástí je ale i nástin vzniku a vývoje turistiky na Slovensku před vznikem Československa a také srovnání s jejím vývojem v českých zemích a také nástin činnosti dalších turistických organizací vyvíjejících činnost na Slovensku, v českých zemích a následně i Československu. Aktivity Klubu československých turistů na Slovensku se po jeho sloučení s Tatranským spolkem turistickým v roce 1920 rozrostly do velkých rozměrů, když se mu zde podařilo během poměrně krátké doby přeznačit a nově vyznačit mnoho kilometrů turistických cest, převzít do správy ale hlavně nově postavit významné množství horských chat, turistických nocleháren a útulen a v řadě dalších zdejších smluvních ubytovacích zařízení zajistit pro své členy rezervace a slevy. Z obsahového hlediska je toto sdělení zaměřeno na organizovanou i spontánní pěší turistiku, na popis jednotlivých turistických oblastí, turistických center, turistických tras, turistických hotelů, chat a útulen. Jeho text je doplněn celkem dvaceti obrázky složenými většinou z dobových pohlednic a doplněnými jejich podrobnějším popisem.

Klíčová slova: turistika, turistické spolky, Klub československých turistů, turistické oblasti, turistické cesty, turistické chaty

ABSTRACT

The paper is primarily focused on the activities of our most important tourist organization – The Czechoslovak Tourist Club in Slovakia in the interwar period. It also includes an outline of the emergence and development of tourism in Slovakia before the emergence of Czechoslovakia, a comparison with its development in the Czech lands, and an outline of the activities of other tourist organizations developing activities in Slovakia, in the Czech lands and subsequently in Czechoslovakia. Activities of the Czechoslovak Tourists Club in Slovakia grew to large sizes after its merger with the Tatra Tourist Association in 1920, when it managed to rebrand and remark many kilometers of hiking trails within a relatively short period of time, take over the administration but mainly newly build a significant number of mountain huts, tourist dormitories, and shelters and in a number of other local contractual accommodation facilities to provide reservations and discounts for its members. From

the content point of view, this paper is focused on organized and spontaneous hiking, on a description of individual tourist areas, tourist centers, hiking trails, tourist hotels, huts, and shelters. Its text is supplemented by a total of twenty pictures composed mostly of postcards from the period and supplemented by their more detailed description.

Key words: tourism; tourist associations; Czechoslovak Tourist Club; tourist areas; tourist paths; tourist cottages.

ÚVOD

Předobraz turistiky se jak v českých zemích, tak na Slovensku začal formovat v období romantizmu, ve kterém se začalo utvářet pozitivní vnímání přírody, především pak jejích nejvýraznějších geomorfologických tvarů, jako jsou pohoří, skalní útvary, jezera a říční údolí. V obou částech budoucího Československa panovaly v 19. století poměrně složité (i když svojí dimenzí značně odlišné) národnostní poměry, které měly svůj značný odraz v následném rozvoji tohoto odvětví. Oba dva většinové národy pozdějšího společného státu spojují své počátky turistiky s formami národního uvědomění.

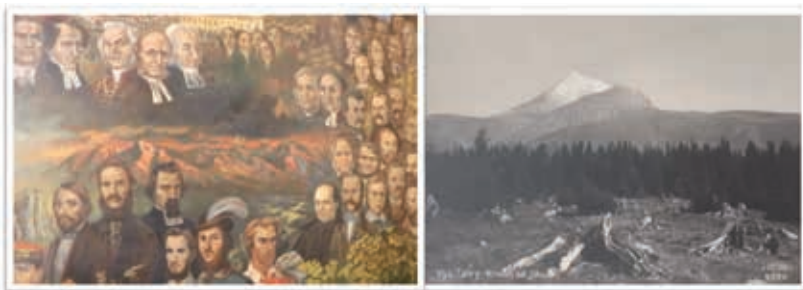
Za její prvotní organizovanou formu jsou v Čechách považovány skupinové výlety Sokola Pražského, pořádané již bezprostředně po jeho založení v roce 1862. První z nich byly směřovány na Říp, Žebrák a Točnick, dnes národní kulturní památky České republiky. Vlastní počátky české turistiky jsou ale kladeny až do 80. let 19. století. V roce 1884 byla založena první česká regionální turistická organizace – Pohorská jednota Radhošť působící ve vnitřním pásmu Beskyd. Ta sice později založila své odbory i mimo region,¹ ale daleko větší dopad mělo založení jedinečné celonárodní organizace – Klubu českých turistů (KČT) v roce 1888. Od samého počátku se KČT věnoval kromě klasické spolkové turistické činnosti i značení cest v okolí sídel svých místních odborů. Následně také inicioval, či sám přímo financoval a prováděl stavby rozhleden a útulen pro turisty. Později se pustil i do oprav několika nemovitých památek a v některých lukrativních oblastech se mu podařilo získat pozemky a zajistit finance pro stavbu turistických chat. V roce 1910 byl založen Svaz dělnických turistů. Ten měl sice daleko menší členskou základnu, ale také nadregionální působnost.

V českých zemích ale byla turistika výrazně národnostně členěna. Navíc vzniku českých turistických spolků a klubů zde časově předcházelo založení jejich německých protějšků.²

¹ V roce 1938 byl dokonce založen převážně místními Čechy odbor Pohorské jednoty Radhošť v Bratislavě. Ten měl cca 100 členů, ale v následném neklidném období byl rozpuštěn.

² Za první německý turistický spolek v českých zemích je považován karlovarský Wanderer Club založený pravděpodobně již v roce 1862. Následně vznikly v českých zemích četné německé regionální horské spolky. První z nich, zaměřený na České Švýcarsko, byl založen v roce 1878 v Děčíně pod německým názvem Gebirgsverein für die Böhmisches Schweiz. V 80 letech byly založeny Der Deutsche Gebirgsverein für das Jeschken – und Isergebirge, Gebirgsverein für das nördlichste Böhmen, Erzgebirgsverein, pro oblast Jeseníků Mährisch-Schlesische Sudetengebirgsverein (MSSGV) a pro Beskydy Beskiden Verein. V oblasti Šumavy působil Deutscher Böhmerwaldbund. Do I. světové války působil v českých zemích ale také celkem 12 sekcí Deutscher und Österreichischer Alpenverein, dále německá dělnická turistická organizace s centrálou ve Vídni Touristenverein Naturfreunde. Turistice se ale věnovaly i jednoty Turnvereinu a celá řada dalších menších německých spolků a regionálních sdružení.

Národní kořen slovenské turistiky je jednoznačně spjat s osobností Ludovíta Štúra a jeho vycházkami do přírody spjatými s národním uvědoměním. Tato jeho buditelská činnost, která dokonce značně časově předcházela sokolské kořeny turistiky v Čechách, navíc musela probíhat většinou tajně, tak aby nebudila zájem uherských úřadů. Buditelská turistická činnost štúrovců překonávala český ekvivalent nejenom časově, ale také z hlediska fyzické náročnosti. Z tohoto hlediska jsou jejich výstupy na Kriváň uskutečněné ve 40. letech 19. století velmi pozoruhodnou záležitostí. Není proto divu, že se Kriváň stal národním symbolem Slováků a ti na něj následně podnikali tzv. národní výstupy. Tradice těchto výstupů pak pokračovala i po vzniku Československa.³



Obrázek 1 Na fotografii vlevo je obraz Štúrovců s motivem Kriváně uprostřed. Autorkou obrazu je Jana Krivošová a nachází se v malém evangelickém kostele v Bratislavě. Na prvorepublikové pohlednici vpravo je pohled na Kriváň od jihu. Autorem snímku je Ján Ossko a pohlednici vydal Foto-fon Praha.

METODOLOGIE A ROZBOR ZDROJŮ

Hlavním cílem tohoto sdělení je analyzovat a popsat vznik a vývoj aktivit KČST na Slovensku v období kdy se stalo součástí nově vzniklého Československa. Vedlejším cílem je stručný popis počátků a vývoje turistiky na Slovensku do roku 1918 a také srovnání s jejím vývojem v českých zemích a epizodicky i na československé Podkarpatské Rusi.

Předmět tohoto sdělení je z obsahového hlediska zaměřen na organizovanou i spontánní pěší turistiku, na popis jednotlivých turistických oblastí, turistických center, turistických tras, turistických hotelů, chat a útulen. Jen zcela okrajově je řešena problematika turistiky na lyžích, cykloturistiky a vodní turistiky.

Z časového hlediska je předmět sdělení primárně zaměřen na období 1919–1938 s nutným předobrazem začínajícím ve druhé polovině 19. století.

Z hlediska územního je jeho předmět primárně zaměřen na celé území Slovenska v dimenzích I. čl. republiky.

Metodologickým základem pro zpracování této tematiky byla především obsahová analýza relevantních pramenů, zdrojů, literatury, periodik a dobových map. Při vlastní

³ Kriváň je s výškou 2 494 m n. m. desátý nejvyšší vrchol Slovenska. Směrem od západu je prvním významným vrcholem Vysokých Tater. Je uznávaným symbolem Štúrovců a také symbolem národním. Např. v letech 1960–1990 byl vyobrazen spolu s vatrou i na státním znaku ČSSR.

tvorbě byla uplatněna převážně přímá historická metoda a v některých případech i metoda nepřímá a pro popsání rozdílů ve vývoji turistiky v Českých zemích a na Slovensku i metoda historicko-srovnávací. Dále byly uplatněny i metody teoretické geografie a topografie a částečně i systémový přístup. Pro celkové uspořádání této obsahově kompaktní tematiky byla použita kombinace diachronního a synchronního postupu.

Jako poměrně značný problém se ukázala transkripce názvů většiny sídel, pohoří, vrcholů, řek a dalších zeměpisných bodů. V použitých zdrojích, literatuře a mapách se totiž vyskytuje směs názvů slovenských a českých (zde ještě navíc jak původních prvorepublikových, tak současných), maďarských a německých. U některých názvů je proto v textu za vybraným pojmenováním uveden v závorce ještě další název, či dokonce více názvů. Výběr jazyka pro místní název záležel více na pocitu autora a ten si pro něj nedefinoval žádné vlastní univerzální pravidlo.

Za spíše technikálii, než zásadní problém, můžeme označit odlišnost údajů o nadmořských výškách jednotlivých bodů v jednotlivých singulárních zdrojích. Tento fakt je způsoben jednak ne zcela přesnou původní nivelací provedenou na tomto území a také je to ovlivněno tím, zda jsou uváděny buď podle původního rakousko-uherského, tzv. jadranského nivelačního systému (následně převzatého Československem), který zde měl základní bod u Strečna (Rutka) vytyčený v roce 1888 v nadmořské výšce 371,0933 m, nebo jsou převzaty ze současného systému baltského.⁴

Pro zpracování tematiky historie turistiky v českých zemích a Československu do roku 1930 byla využita publikace Bureš, P., & Plichta, J. (1931). *Sport a tělesná kultura v Čsl. republice a cizině*. Praha: Almanach sportu, a také publikace Bosák, E. (Ed.) (1969). *Stručný přehled vývoje sportovních odvětví v Československu I*. Praha: Olympia.

Celkový přehled o činnosti a o aktivitách KČST na Slovensku byl čerpán z publikace, kterou vydal KČST v roce 1938 k padesátému výročí svého založení. Zcela mimořádný význam pro celkovou orientaci v historii turistiky na Slovensku měla především publikace BARTA, V., & KHANDL, L. (2015). *História turistiky na území Slovenska od štúrovcov po dnešok*. Slovenská Ľupča: Klub fotopublicistov Slovenského syndikátu novinárov. Krátkou historii vzniku Tatranského spolku turistického a jeho sloučení s KČST velmi podrobně rozkrývá příspěvek NEMEC, M. (1919). Tatranský spolok turistický. In: *Tatry v dokumentoch*. Zborník vedeckých príspevkov a referátov z medzinárodnej vedeckej konferencie 1918.

Pro definovaný předmět práce měla význam rešerše (i když ne zcela systémová) shromážděného souboru dobových turistických průvodců, map, pohlednic, souborů fotografií, brožur a propagačních tisků, jež vydával KČST. Lze se s nimi setkat jak v původní podobě, tak v podobě jejich současných přetisků, či digitální podobě.

Pro doplnění textu fotografiemi, diapozitivy a několika kopiemi dobových dokumentů byla využita i relevantní část fotografických sbírek Archivu tělesné výchovy a sportu Národního muzea volně dostupných na webových stránkách <http://esbirky.cz>.

⁴ Na sovětský baltský nivelační systém se v Československu začalo přecházet od roku 1952, jeho finální podobou pak byl baltský systém po vyrovnání. Ten u nás začal fungovat od roku 1957. V souvislosti s tím bylo nutné provést složité přepočty všech nadmořských výšek.

Velký potenciál historického materiálu je nashromážděn v místních archivech, ale např. i v některých fondech Národního archivu, ve Vojenském historickém archivu nebo Archivu ministerstva vnitra. Jejich podrobné prozkoumání je ovšem absolutně mimo určení a rozsah tohoto sdělení a o ně se opírající tvrzení, tak byla převzata ze sekundárních zdrojů.

Jako cenný zdroj informací k poznání celkové problematiky Slovenska byl využit především rozsáhlý soubor relevantní prvorepublikové literatury. Jedná se o nejrůznější publikace popisující tamější situaci, život lidí, přírodu, geomorfologii, vodstvo, klima apod. Dnes jsou poměrně dobře dostupné, a to většinou v podobě reprintů.

Z odborné periodické literatury měl pro řešenou problematiku největší význam časopis *Krásy Slovenska*. Značnou vypovídací schopnost pro ni má i *Časopis turistů*.

Přes snahu o eliminaci internetových zdrojů je jejich vynechání v současnosti prakticky nemožné a také kontraproduktivní a vedlo by k ochuzení textu a zejména pak komentářů k obrazovým přílohám a poznámek pod čarou. Při použití internetových zdrojů byla vždy provedena jejich věcná a logická prověrka, a pokud to bylo možné, tak i jejich minimálně zdvojení a konfrontace s dalšími prameny.

Vznik a nástin vývoje turistiky na slovensku do roku 1918

Začátky budování specifické turistické infrastruktury na území Slovenska jsou většinou datovány do roku 1865, kdy Jan Juraj Reiner ze Starého Smokovce postavil na Starolesnianskej polane, v nadmořské výšce 1 300 m, nedaleko rozcestníku Malé a Velké Studené doliny, skromnou kamennou útulnu s ohništěm a několika lůžky. Ta sloužila turistům následujících 20 let, než byla vedle ní nákladem obce Stará Lesná postavena mnohem honosnější horská chata Kamzík.⁵



Obrázek 2 Na dobové pohlednici vlevo je Reinerova útulna z roku 1865 a vedle ní původní podoba o 20 let mladší chaty Kamzík. Na pohlednici vpravo je chata Kamzík po přístavbě verandy a restaurace provedené v roce 1907. V roce 1922 ji převzal KČST a následně několikrát rozšířil.

Za první významný turistický objekt na území Slovenska je ale všeobecně považována flagória (oddechový a vyhlídkový pavilon) na vrcholu Sitna nedaleko

⁵ Chata Kamzík otevřená v roce 1884 měla osm pokojů a restauraci. V letech 1901–1918 ji vlastnil Uherský karpatský spolek a prošla několika přestavbami. Na začátku 20. let chatu převzalo ústředí KČST a v chatě byla podstatně rozšiřována ubytovací kapacita až na 100 lůžek v deseti pokojích a několika společných noclehárnách.

Banskej Štiavnice, ktorou nechal postavit Ondrej Jozef Kohári okolo roku 1736.⁶ Nedaleko od Sitna, v oblasti Horduše, pak byly v roce 1874 vyznačkovány i první turistické cesty na území Slovenska.⁷



Obrázek 3 Na dobové pohlednici vlevo je celkový pohled na Sitno ve Slovenském Krušnohoří. Na dobové kolorované pohlednici vpravo je filagória na Sitně v podobě po opravě a přestavbě provedené v roce 1886. Přílehlou turistickou chatu Andreja Kmeča měl v období I. republiky v nájmu odbor KČST z Banskej Štiavnice.

Na přelomu 60. a 70. let 19. století, jen několik let po vzniku vůbec prvních turistických spolků v Evropě a se značným časovým předstihem před založením KČT v Praze, se začaly objevovat úvahy o založení turistického (turisticko-horolezeckého) spolku v tehdejších Uhrách. Zde ale v té době vládla tuhá maďarizace a částečně i germanizace, a to i mimo jádrová maďarská území. Tento tlak byl o poznání větší, než tomu bylo v případě germanizace na neněmeckých územích rakouské části monarchie. V těchto podmínkách a navzdory tomu, že nejkrásnější tehdy dostupné turistické partie Uher se nacházely na Slovensku, zde tak mohl vzniknout pouze vícenárodnostní turistický spolek navenek označený jako maďarský.

Přípravný výbor takového spolku začal vyvíjet činnost v Kežmaroku. Uherský karpatský spolek – Magyarországi Kárpátgyesület (MKE), Ungarische Karpathenverein (UKV), Uhorský karpatský spolok (UKS), byl pak založen 10. srpna 1873 ve Starém Smokovci.⁸ Jeho stanovy byly vypracovány v maďarštině a němčině, ale jeho ústředí sídlilo po celou dobu jeho existence na Slovensku. Do roku 1884 to bylo v Kežmaroku, následně v Levoči a od roku 1891 ve Spišskej Novej Vsi. Zejména v prvním období spolek implementoval tehdejší západoevropské moderní trendy klubové činnosti a filozofii skloubení sportovní aktivity v horách, poznávání přírody a historie s dobrovolnickou činností při výchově mladých turistů a alpinistů a s budováním turistických stezek a horských chat a útulen. Jednalo se v hlavních rysech o apolitickou organizaci milovníků hor, rekrutujících se hlavně z maďarsky a německy mluvící podtatranské menšiny.

⁶ Vrch Sitno (1 009 m n. m.) se nachází v oblasti Štiavnických vrchů. Rozhledna na jeho vrcholu po zásahu blesku v roce 1852 shořela, ale v roce 1886 byla na podnět lékaře Edmunda Viléma Téryho obnovena.

⁷ Úplně první značená turistická cesta zde vedla od tehdy již zrušené štolý Gedeon a sloužila štiavnickým turistům (Sitnianskému klubu). Následně vzniklo v okolí Štiavnice několik dalších značených cest a další pak i v okolí Modry a v Tatrách. Problémem tehdejšího postupně vznikajícího značení turistických cest byla nejednotnost, kdy každý spolek měl svůj vlastní způsob.

⁸ BARTA, V., & KHANDL, L. (2015). *História turistiky na území Slovenska od štúrovcov po dnešok*. Slovenská Lupča: Klub fotopublicistov Slovenského syndikátu novinárov, s. 24.

UKS věnoval od samého počátku pozornost značení turistických cest a budování horských chodníků a výstupových cest. Již na koci 70. let např. zpřístupnil zabudováním výstupových kramlí a fixních řetězů nejvyšší vrchol Tater – 2 654 m vysoký Gerlachovský štít. Velké úsilí také věnoval výstavbě turistických chat. Prvními byly Ruženina chata pod Hrebionkom a Jozefova chata u Štrbského plesa. Původní (dostí primitivní) Ruženina chata stála od roku 1875 v nadmořské výšce 1 255 m těsně pod lokalitou Hrebienok, v lesnatém prostředí Studené doliny, na jihovýchodním úbočí Slavkovského štítu. V roce 1884 k ní přibyl větší turistický hotel. Po požáru obou budov v roce 1893 zde byly postaveny poměrně honosné tzv. Studenopotocké lázně, které však v roce 1927 také vyhořely. V roce 1934 zde postavil Karpathenverein typickou horskou chatu, kterou pojmenoval Guhrova po svém bývalém předsedovi, lékaři a lázeňskému podnikateli z Tatranské Polianky.



Obrázek 4 Na fotografii je vlevo Ruženina chata pod Hrebionkom z roku 1875, která v roce 1893 vyhořela. Na dobové kolorované pohlednici vpravo jsou tzv.

Studenopotocké lázně s hotelem Ružena. Ty byly vybudovány na místě původní chaty, ale v roce 1927 také vyhořely.

Velký nárůst členské základny spolku si vyžádal již po pěti letech od založení organizační změnu v podobě zakládání oblastních sekcí.⁹ Mezi nejvýznamnější sekce UKS působících na území dnešního Slovenska patřily Sitnianská (Sitno a útulna při štole Gedeon), Novoveská (např. chata na Muráni nebo Hajtsova útulna ve Slovenskom raji), Liptovská (zpřístupnění Demänovské ľadové jaskyne), Zvolenská (útulna na Ďumbieri), Tatranská (chata na Zelenom plese), Levočská (chata pod Javorinou), Prešovská a Košická (chata na Prednom Holisku).

V roce 1891 ale nastal v UKS rozkol. Jednak souvisel se záměrem části vedení spolku přenést jeho sídlo do Budapešti a také s jejich kritikou údajných elitářských tendencí a konzervatismu jeho vedení. Kritici následně založili na bázi budapeštské oblastní sekce UKS Maďarský turistický spolek – Magyar Turista Egyesület (MTE).

⁹ V prvním roce po založení vykazoval UKS přes 350 členů a po třech letech to bylo již přes 1 000 členů. Většina z nich žila na území dnešního Slovenska, ale přesné rozklíčování národnostního složení je dnes prakticky nemožné. Do I. světové války vzniklo 28 regionálních sekcí a plných 17 z nich sídlilo na území dnešního Slovenska.

Jeho významným členem byl lékař Edmund Téry.¹⁰ Na jeho popud byla v roce 1899 z prostředků MTE vybudována v Malé studené dolině, v nadmořské výšce 2 015 m, Téryho chata, jež se stala nevyšše obydleným místem v Uhrách a až do 30. let byla nejvýše položenou chatou ve Vysokých Tatrách. Do MTE přestoupila na začátku 90. let Sitnianská sekce UKS a velkou aktivitu vyvíjela i Povážská sekce MTE (např. Majtálova útulna na Veľkom Kriváni v Malé Fatře).



Obrázek 5 Na dobové pohlednici vlevo je chata Sliezsky dom, kterou v roce 1895 vybuďoval UKS na jihuřapadním břehu Velického plesa. Tu v roce 1908 jeřtě rozřřiril. Na pohlednici vpravo je Téryho chata z roku 1899 vybudovaná z prostředků MTE v Malé studené dolině. Ve 30. letech ji mělo v nájmu úřtředí KČST.

Tatranská turistická oblast se stala na konci 19. a na začátku 20. století jedinečným turistickým fenoménem. Nejstarší tatranskou osadou je Starý Smokovec, jako druhá v pořadí vyrostla osada Štrbské Pleso. Vznik Tatranské Lomnice je datován do roku 1892. K rozmachu těchto a následně i dalších specifických tatranských turistických osad a nebývalému vzrůstu počtu turistů a hostů v nich, velmi přispělo i zahájení provozu na významné Kořšicko-bohumínské Źelezniční trati.¹¹

K vlastnímu dopravnímu zpřístupnění hlavních center Vysokých Tater byla postupně vybudována i specifická místní dopravní zařízení. Již roku 1896 byla zprovozněna strmá, 4,75 km dlouhá ozubnicová dráha vedoucí z Źelezniční stanice Štrba na Štrbské Pleso. Větřšinu dopravy v Tatrách tehdy ale stále zajiřřovaly drožky a omnibusy. Po nezdařeném experimentu s tatranskými trolejbusy v letech 1904 až 1906 zde nakonec byly soukromou společností vybudovány elektrické úzkorozchodné Źelezniční tratě.¹² První, 13,6 km dlouhý úsek Poprad – Starý Smokovec byl zprovozněn v prosinci 1908. Na dalřším úseku vedoucímu z Tatranské Lomnice přes Starý Smokovec do Tatranské Polianky se začalo jezdit v prosinci 1911. Třetí a nejnáročnější úsek vedoucí na Štrbské pleso byl zprovozněn v srpnu 1912. V roce 1908 byla uvedena do provozu téměř 2 km dlouhá pozemní lanová dráha Starý Smokovec – Hrebienok.

¹⁰ Edmund Viliam Téry (1856–1917), lékař maďarské národnosti, propagátor turistiky, horolezec. Po absolvování medicíny začal působit jako lékař v Banskej Štiavnici. Byl členem a místopředsedou UKS a založil jeho Sitnianskou sekci. Byl jedním z organizátorů vzniku MTE, stal se jeho místopředsedou a v letech 1907–1910 byl i jeho předsedou. V Tatrách uskutečnil i několik prvovýstupů např. na Prostředný hrot, nebo Pyšný štít. V první vlak přijel do stanice Poprad 8. prosince 1871.

¹² Tatranské elektrické Źeleznice vybuďovala a v prvním období provozovala společnost Tátrafűredi Helyiérdekű Villamos Vasutak – Smokovecká vicinální elektrická dráha. Až do roku 1924 ale na nich byl pouze letní provoz.



Obrázek 6 Na dobové pohlednici vlevo je závěrečný úsek ozubnicové železnice ze Štrby na Štrbské Pleso. Na pohlednici vpravo jsou zachyceny oba vagóny pozemní lanovky na Hrebionok při svém míjení ve výhybně v polovině trati.



Obrázek 7 Na dobové pohlednici vlevo je stanice tatranské úzkorozchodné električky v Novém Smokovci s panoramatem centrální části Vysokých Tater v pozadí. Nedaleko této stanice také začíná pozemní lanovka na Hrebionok. Na další dobové pohlednici vpravo je nádraží električky na Štrbském Plese, do kterého také z druhé strany ústí původní ozubnicová dráha ze Štrby. V meziválečném období zde mělo ústředí KČST v nájmu hotel a restauraci a sídlila zde informační a záchranná služba KČST. Štrbské pleso ležící v nadmořské výšce 1 346 m je nejtypičtější ledovcové morénové jezero na jižní straně Vysokých Tater. Má rozlohu 19,67 ha a maximální hloubku 20 m.

Na Slovensku působily i regionální turistické spolky. Zejména místní Slováci a Češi založili v roce 1892 Modranský turistický spolok. Ten v okolí Modre začal tvarovými značkami vytyčovat turistické cesty a na rozhlednu na Uhorském vrchu v Harmónii a následně i rozhlednu na vrchu Veľká homoľa (709 m n. m.). Naopak místní Němci a Maďaři založili v roce 1901 v Bratislavě Westungarischen Touristen Verein, který vybudoval útulek na Devínskej kobyly.

Od roku 1908 vyvíjela v Bratislavě činnost místní skupina německé dělnické turistické organizace s centrálou ve Vídni – Touristenverein Naturfreunde.



Obrázek 8 Na fotografii vlevo jsou turisté před Hajtsovou útulnou ve Slovenskom raji vybudovanou na počátku 20. stol. Novoveskou sekcí UKS. Na dobové fotografii vpravo jsou turisté před tzv. Karlovou ochrannou chatou, kterou postavil UKS v roce 1902 na nejvyšším vrcholu Nízkých Tater – Ďumbieru (2 046 m).

VÝVOJ TURISTIKY A ČINNOST KČST NA SLOVENSKU V LETECH 1919–1938.

Bezprostředně po vzniku Československa existovaly z hlediska organizace turistiky a turistických spolků diametrálně odlišné poměry v českých zemích, na Slovensku a potažmo následně i na Podkarpatské Rusi.

Stručný nástin vývoje turistiky v Československu po roce 1918

Po vzniku Československé republiky se KČT vedený výkonným výborem v čele s předsedou Jiřím Stanislavem Guthem-Jarkovským poměrně rychle vzpamatoval z válečných strastí a v následujícím období došlo k jeho velkému rozmachu. Vzhledem ke vzniku nového státu byl jeden z jeho prvních úkolů vypracovat nové stanovy klubu, které by odrážely rozšíření působnosti o Slovensko. O rozšíření aktivit na mimořádně turisticky atraktivní Slovensko rozhodl ústřední výbor KČT již 13. listopadu 1918. Zároveň s tím padlo rozhodnutí o jeho přejmenování na Klub československých turistů – KČST. V důsledku toho se pokusili první nadšenci založit ještě v roce 1918 v Bratislavě první odbor KČST na Slovensku.¹³ Toto úsilí bylo přerušeno událostmi souvisejícími s maďarským vpádem na jižní Slovensko. Bratislavský odbor KČST tak byl nakonec založen 22. srpna 1919. Založilo jej 12 členů z tamní skupiny TST.¹⁴ Další byly založeny v Popradu, Košicích a několika dalších městech. Nešlo jen o formální změnu názvu, ale i o přípravu na očekávané velké plošné rozšíření KČST, nárůst jeho aktivit a nárůst členské základny. V důsledku toho byl následně vydán nový organizační a jednací řád KČST. Ten přinesl novou celostátní organizační strukturu žup a řízení a organizace navazujících činností, zejména značení turistických tras, výstavbu ubytovacích objektů či péči o přírodní a kulturní památky.

Z cca 5 000 členů a 45 odborů, jež měl KČT před rokem 1918, došlo v první polovině 20. let k nebyvalému nárůstu počtu odborů a počtu členů. Zatímco v roce 1920 vykazoval KČST 12 931 členů ve 100 místních odborech, tak v roce 1924 to bylo 42 035 členů ve 230 odborech.¹⁵ Růst členské základny KČST pak pokračoval po

¹³ *PaĎesát let Klubu československých turistů 1888–1938*. Praha: KČST, 1938, s. 52.

¹⁴ BARTA, V., & KHANDL, L. (2015). *História turistiky na území Slovenska od štúrovcov po dnešok*. Slovenská Lupča: Klub fotopublicistov Slovenského syndikátu novinárov, s. 51.

¹⁵ Tyto údaje jsou převzaty z publikace BUREŠ, P., & PLICHTA, J. (1931). *Sport a tělesná kultura v Čsl. republice a cizině*. Praha: Almanach sportu, s. 344.

celé meziválečné období, až v roce 1938 dosáhl počtu přes 100 000 dospělých členů organizovaných v 390 odborech.

V českých zemích KČST rychle navázal na svojí válkou utlumenou běžnou turistickou, organizační, značkářskou, osvětovou a budovatelskou činnost, a tu nyní mohl dále rozvíjet v daleko příznivějších podmínkách a s významnou oporou nového státu. To se například projevilo ve značení turistických tras, ve kterém došlo k podstatným změnám.¹⁶ Jednotlivé izolované ostrovy sítě značených tras se počaly propojovat a byla při tom uplatňována nová jednotná metodika KČST v podobě pásového značení a použití čtyř různých barev s krajními bílými pásy.¹⁷ Toto nyní mohlo ve větší míře proniknout i do pohraničí, které bylo až doposud doménou německých turistických spolků a jejich způsobu značení. I když jednání mezi KČST a německými spolky o sjednocení značení probíhala již od roku 1920, k uzavření dohody ale došlo až po dlouhotrvajících jednáních.

Ovšem potíže s prosazováním jednotného značení vznikaly i při spolupráci s některými českými turistickými organizacemi, jako např. s Českou obcí turistickou (ČOT).¹⁸ Ta byla založena v roce 1925 v Plzni a stala druhou největší českou turistickou organizací v Československu.¹⁹ Největšího rozšíření dosáhla ČOT v oblasti Plzně, Brna či Č. Budějovic a v roce 1931 vykazovala cca 7 500 členů sdružených ve 32 odborech. O něco nižší počet členů měl Svaz dělnických turistů v Praze. Tato organizace vlastnila i několik chat, rozhlednu u Plzně a vydávala časopis *Dělnický turista*. Turistika v českých zemích patřila i do náplně činnosti Sokola, Orla, skautských organizací, Vysokoškolského sportu, klubů sdružených do Ústřední jednoty čs. velocipedistů a velmi blízko k ní mělo i trampské hnutí.²⁰ V oblasti Beskyd nadále působila i naše nejstarší a stále samostatná Pohorská jednota Radhošť.

Němečtí turisté v ČSR byly většinou členy střešního svazu s názvem *Hauptverband deutscher Gebirges und Wandervereine* se sídlem v Ústí nad Labem, který vznikl v roce 1920 sloučením na území nového státu nadále existujících předválečných německých turistických a alpinistických spolků. Celkem tento svaz sdružoval 49 regionálních spolků s 274 odbory a cca 50 000 členy.²¹ Jeho spolky vlastnily, a to zejména v pohraničí, velké množství turistických chat a dalších součástí turistické infrastruktury. Svaz vydával i vlastní časopis. Dále v ČSR působila německá dělnická

¹⁶ Např. Ministerstvo vnitra vydalo v roce 1920 výnos, kterým sdělovalo místním úřadům, že značení turistických cest se provádí v zájmu státu a z toho důvodu je třeba je podporovat. Dalším výnosem o rok později stanovilo trestní sankce za poškozování turistického značení.

¹⁷ Původně byla používána jako vedoucí barva pouze červená. Protože se postupně začaly na mnoha místech křížovat trasy značené touto jedinou barvou, bylo někdy obtížné na rozcestích určit správný směr. Proto se začaly některé trasy značit i barvou modrou. Od roku 1916 pak byly přibrány i barvy zelená a žlutá. Šíře barevného pruhu byla zároveň zmenšena na šíři pruhů bílých.

¹⁸ Tak např. Česká obec turistická začala v některých oblastech značit své turistické trasy tvarovou kosočtverečnou značkou. Tuto značku chtěla prosadit jako jednotné celostátní značení, i když touto značkou bylo vyznačkováno jen něco kolem 50 km tras, a to ještě většinou v souběhu s pásovými značkami KČST.

¹⁹ Swierczeková, L. (2006). *Turistika*. Praha: Archiv sportu a tv., inventář č. 71 NAD č. 186. Dostupné z: http://www.nm.cz/admin/files/HM/novod_dejiny/telesna_vychova/turistika.pdf.

²⁰ Předchozí podle BOSÁK, E. (Ed.). (1969). *Stručný přehled vývoje sportovních odvětví v Československu I*. Praha: Olympia, s. 311.

²¹ BUREŠ, P., & PLICHTA, J. (1931). *Sport a tělesná kultura v Čsl. republice a cizině*. Praha: Almanach sportu, s. 360.

turistická organizace Touristenverein Naturfreunde se sídlem rovněž v Ústí nad Labem. Ta vykazovala přes 5 000 členů sdružených v téměř 90 místních odborech. Spravovala 20 vlastních a 8 pronajatých chat a vydávala věstník Die Naturfreunde.

Přehled aktivit KČST v meziválečném období a jejich odraz na Slovensku

Velmi rozsáhlá a často i svoji povahou značně různorodá činnost byla v KČST zajišťována pomocí odborných komisí. Jejich počet se sice měnil, ale o významu Slovenska pro KČST vypovídá skutečnost, že mezi nimi vždy byla samostatná komise slovenská.

Jednotné značení a hlavně výrazné rozšíření turistických cest bylo jednou z hlavních priorit KČST po celé meziválečné období. Na Slovensku byla situace se značením příznivější než v českých zemích, protože vyznačení nových tras zde tehdy povolovaly, a to pouze na základě návrhu místního odboru, nebo ústředí KČST, županské úřady. Platilo zde i nařízení ministra s plnou mocí pro správu Slovenska, ve kterém byl výslovně uveden KČST jako jediná organizace, která může na Slovensku značkovat turistické trasy.²² Za těchto administrativně příznivých podmínek převzala značkařská komise KČST do správy značení ve Vysokých Tatrách. Roku 1922 bylo vyznačeno moravsko-slovenské pomezí a roku 1924 bylo rozšířeno značení kolem Dobšíné a v Roháčích. Později byly cílevědomou prací vyznačeny i méně atraktivní oblasti na Slovensku a tehdejší Podkarpatské Rusi. Položky na udržování a značení turistických tras tvořily značný podíl z celkových výdajů KČST. Část z nich ale byla hrazena ze státních subvencí. KČST takto upravil četné cesty v Tatrách, a to i za pomoci vojenských technických jednotek.

České země propojily se Slovenskem tři páteřní turistické značené cesty. První a nejdelsí vedla z Děčína do Malých Karpat, z nich pak dále přes střední Slovensko až do Tater. Druhá vedla z Radhoště přes Žilinu do Tater a třetí z Bílých Karpat přes Trenčín, Zvolen, Lučenec, Rožňavu, Košice a Prešov na Maguru. Ve Vysokých Tatrách zorganizoval KČST vůdcovskou a záchrannou službu, zřídil informační kanceláře na Štrbském Plese a ve Starém Smokovci.²³

Členové KČST mohli v období I. republiky čerpat celou řadu členských výhod a vyjednaných slev. Předně to byla 50% sleva i s přednostním právem na ubytování ve všech chatách KČST a také slevy ve smluvních chatách polských a jugoslávských. Další členskou výhodou byla 33% sleva na železnici při společné jízdě deseti a více členů na vzdálenost nad 20 km a nárok na zlevněné relační lístky při jízdě jednotlivců do středisek zimních sportů. Členové KČST měli nárok i na slevy na některých autobusových tratích a také na slevy na vstupném do některých jeskyň. Slevy mohli čerpat i ve smluvních ubytovacích podnicích (tzv. stanicích KČST) a ve vybraných obchodech.

Naším významným sportovním turistickým odvětvím, jehož počátky jsou spojeny se Slovenskem, konkrétně Podtatranskou župou KČST, je horolezectví.²⁴ V roce 1924 byla v rámci této župy schválena první pravidla samostatné horolezecké skupiny při

²² *Padesát let Klubu československých turistů 1888–1938*. Praha: KČST, 1938, s. 53.

²³ BUREŠ, P., & PLICHTA, J. (1931). *Sport a tělesná kultura v Čsl. republice a cizině*. Praha: Almanach sportu, s. 344–345.

²⁴ KČST se významně podílel na organizaci záchranné služby ve Vysokých Tatrách.

odboru KČST ve Spišské Nové Vsi s názvem JAMES.²⁵ Tato skupina se však v roce 1929 rozhodla osamostatnit jako Spolek tatranských horolezců JAMES. Ten ale nadále pokračoval v těsné spolupráci s KČST.²⁶

Do činnosti KČST na Slovensku se promítala většina celostátních aktivit vyvíjených KČST v meziválečném období. Jeho propagační činnost sestávala hlavně ve vydávání map, průvodců a zřizování turistických kanceláří. Tyto kanceláře pomáhaly domácím i zahraničním turistům. Např. v roce 1924 byla zřízena kancelář pro povznesení turistického ruchu ve Vysokých Tatrách. V letech 1918–1938 bylo nákladem KČST a jeho složek vydáno na 190 různých průvodců, z nichž vynikala zejména Knižnice KČST a několikavazkové Československo vydané péčí KČST v nakladatelství Orbis.²⁷ Rozšířilo se i vydávání map a plánů a v roce 1934 uzavřel KČST dohodu s Vojenským zeměpisným ústavem o společném vydávání jednotné Sbírkky turistických map se značenými cestami.²⁸

Samostatnou kapitolu v ediční oblasti činil Časopis turistů. Ten vycházel 10× ročně v rozsahu 36 stran a v nákladu 50 tisíc výtisků.²⁹ Specializovaný slovenský turistický časopis Krásy Slovenska byl založen v roce 1921, především z iniciativy Miloše Janošky, jenž také časopis až do roku 1932 redigoval. Časopis však od samého počátku trpěl nedostatkem finančních prostředků. V roce 1926 již byla jeho finanční situace tak neúnosná, že se jeho vedení rozhodlo vyjednat a následně podepsat smlouvu o předání vydavatelských práv KČST. Od roku 1927 se stal vydavatelem časopisu Krásy Slovenska odbor KČST v Liptovském Mikuláši.

Pozornost byla v KČST věnována i ochraně přírody, protože se již v této době začaly objevovat příznaky nepříznivého vlivu postupující industrializace a bezohledného hospodářského rozvoje na úkor přírody. KČST se také velmi aktivně zapojil do ochrany nemovitých památek, které již svojí podstatou patřily mezi nejoblíbenější turistické cíle. V oblasti ochrany památek KČST úzce spolupracoval se Státním památkovým úřadem. Přitom většinu úkolů v této rozsáhlé činnosti plnili na vysoké profesionální úrovni dobrovolní činovníci klubů, a to bez nároku na odměnu. Činnost KČST na Slovensku ovlivňovaly i jeho jednotlivé odborné komise: finanční, technická, organizační, noclehárenská, lyžařská, komise pro zimní turistiku, přednášková, pro mezinárodní styky, výstavní, památková a právnická. Následně byly zřízeny i další, a to komise pro vypracování jednotlivých typů chat, komise vodácká, dopravní, chatařská a motoristická.³⁰

²⁵ JAMES je zkratka složená z prvních písmen slov Idealismus, Alpinismus, Mortalita, Eugenika a Solidarita.

²⁶ *Paděsát let Klubu československých turistů 1888–1938*. Praha: KČST, 1938, s. 83.

²⁷ V tištěných turistických průvodcích byla uvedena řada důležitých informací, např. o turistických cestách, dopravě, otevírací době, hradů a jeskyní, cenách vstupenek, o tehdejších stravovacích a ubytovacích možnostech v blízkosti jednotlivých veřejnosti přístupných útvarů a v okolních obcích. Turisté se tak z několika desítek stran dozvěděli to nejpodstatnější, co potřebovali pro návštěvu daných oblastí a lokalit. Jejich autory nebo spoluautory často byli i tehdejší vynikající vědci.

²⁸ Bosák, E. (Ed.). (1969). *Stručný přehled vývoje sportovních odvětví v Československu I*. Praha: Olympia, s. 310.

²⁹ Bureš, P., & Plichta, J. (1931). *Sport a tělesná kultura v Čsl. republice a cizině*. Praha: Almanach sportu, s. 346.

³⁰ Swierczeková, L. (2006). *Turistika*. Praha: Archiv sportu a tv., inventář č. 71 NAD č. 186. Dostupné z: http://www.nm.cz/admin/files/HM/novod_dejiny/telesna_vychova/turistika.pdf.

Velmi významná byla také sportovní činnost KČST. Z tohoto hlediska bylo nejdůležitějším sportovním odvětvím lyžování. Lyžařské a sáňkařské kroužky byly zakládány při jednotlivých odborech KČST od roku 1922. V zimní sezóně 1930–1931 byl uspořádán I. celostátní přebor KČST v jízdě na lyžích.

Druhým nejvýznamnějším sportovním odvětvím v KČST byla kanoistika a vodní turistika. V roce 1931 se kanoisté a vodní turisté organizovaní v KČST stali kolektivním členem Svazu kanoistů RČS, kde pak měli podobné postavení, jakého se jim již předtím dostalo v lyžařském svazu.³¹

Rozvíjet se v rámci KČST začala i cykloturistika, a to zejména v odborech působících ve velkých městech. S rozšiřováním motorismu začaly vznikat ve velkých městech i první mototuristické kroužky. Sekce mototuristiky, pořádala větší hromadné výlety. Řada z nich cílila na Slovensko.

Kromě běžné turistické činnosti byly ve spolupráci se skauty organizovány letní tábory mládeže, kurzy první pomoci, čtení map, orientace v přírodě a táboření. V době ohrožení republiky se KČST věnoval i výchově na obranu republiky.

Organizační vývoj turistiky na Slovensku po roce 1918. Založení Tatranského spolku turistického, jeho následné sloučení s KČST a další rozvoj organizační struktury KČST a turistiky na Slovensku

Po vzniku Československa se plně otevřel prostor pro slovenskou národní emancipaci. V oblasti organizované turistiky se to projevilo snahami o založení svébytné slovenské turistické organizace, které se objevily hned na začátku roku 1919. Jedním z jejich kořenů se staly sekce UKS (tehdy již zaniklého) původně působící na území Slovenska. Prvotní výzvy k jejímu založení pro ni použily pracovní název Družstvo slovenských turistů, které mělo mít své sídlo pod Tatrami. Do konečného názvu první slovenské národní turistické organizace pak byl vcelku logicky zakomponován zcela mimořádný turistický fenomén Tater.

Ustavující schůze Tatranského spolku turistického (TST) se konala 19. ledna 1919. Jeho sídlem se stal Liptovský Mikuláš (tehdy Liptovský Svätý Mikuláš) a jeho stanovy byly úředně schváleny 10. března 1919.³² Prvním předsedou byl zvolen Kornel Stodola a místopředsedou Juraj Janoška.³³ Již krátce po založení klubu se začaly vytvářet místní skupiny klubu v Liptovském Mikuláši, Ružomberoku, Košicích, Martině a v Bratislavě. V roce 1919 měl TST 985 členů. Ti se scházeli hlavně za účelem vycházek do Tater. Mimo jiné ale také začali vyměňovat maďarské a německé turistické informační tabule za slovenské a nově značkovat turistické cesty. Spolek vydal publikaci *Turistický sprievodca po východnom Slovensku*, kterou sepsal Anton Starka. Celkově však spolku chyběli zkušení vedoucí pracovníci a to se projevilo i stagnací členské základny a ne jejím vzrůstem na několik tisíc členů, jak si přáli jeho zakladatelé. KČST situaci na Slovensku pečlivě sledoval již od začátku roku 1919,

³¹ Členstvo KČST tvořilo ve druhé polovině 30. let ve Svazu lyžařů okolo poloviny všech jeho členů, když do něj bylo v roce 1938 začleněno 124 skupin KČST (z celkového počtu 251) a 10 500 členů (z celkových 23 000).

³² BARTA, V., & KHANDL, L. (2015). *História turistiky na území Slovenska od štúrovcov po dnešok*. Slovenská Ľupča: Klub fotopublicistov Slovenského syndikátu novinárov, s. 43–44.

³³ Kornel Stodola (1866–1946) byl významným politickým činitelem I. republiky – především poslancem a senátorem NS. Byl mimo jiné i signatářem Martinskej deklarácie z roku 1918. Juraj Janoška (1856–1930), byl biskupem slovenské evangelické církve a také politikem – poslancem NS za Slovenskou národní stranu.

kdy padly první návrhy na sloučení budoucího TST s KČST. Jiří Stanislav Guth-Jarkovský ve svém dopisu M. Janoškovi datovaném 18. 1. 1919 (den před založením TST) sice blahopřál k předpokládanému založení spolku, ale zároveň v něm sondoval a evokoval možnosti jeho budoucího sloučení s KČST.³⁴

Většina členů TST se této myšlence bránila, ale postupně se zvyšoval počet jejich zastánců, až došlo k vytvoření vnitřní frakce požadující sloučení. Nakonec se proti sloučení stavěla již jen část vedení, k té ale patřili K. Stodola a J. Janoška.

Na valné hromadě TST konané 20. března 1920 v Liptovském Mikuláši již bylo jednoznačně rozhodnuto přijmout nabídku KČST ke sloučení. To pak schválila valná hromada KČST, jež se konala v Praze 9. května 1920. Zároveň přijala nové klubové stanovy, které zavedly župní členění. Na Slovensku to byly župy Malokarpatská, Povážská, Fatranská, Stredoslovenská, Podtatranská a Východoslovenská. Začlenění TST do velké celostátní organizace vytvořilo podmínky pro rychlejší rozvoj turistiky na Slovensku. V následujících letech zde KČST začal intenzivně značit turistické cesty podle metodiky KČST a začal zde budovat síť turistických chat. V roce 1925 měl KČST na Slovensku ve 43 odborech 4 400 členů.

V roce 1938 pak bylo území Slovenska členěno do osmi žup KČST. Malokarpatská se sídlem v Bratislavě měla 4 odbory a 1 711 členů. Nitrianská se sídlem v Nitre měla 5 odborů a 442 členů. Povážská se sídlem v Trenčíně měla 10 odborů a 902 členů. Fatranská se sídlem v Martině měla 11 odborů a 1 696 členů. Dolnohronská se sídlem v Levicích měla 6 odborů a 424 členů. Tatranská se sídlem Novém Smokovci měla 11 odborů a 1 496 členů. Stredoslovenská se sídlem v Bánské Bystrici měla 12 odborů a 1 434 členů. Největší byla župa Slovenského Krasu se sídlem v Košicích, která měla 13 odborů 1 823 členů.³⁵ Celkem tak KČST v roce 1938 vykazoval 9 928 členů organizovaných v 72 místních odborech. Do předchozích údajů o počtech členů není započítána mládež.

Na Slovensku působily v meziválečném období i místní odbory a odbočky některých německých a dalších celostátních turistických organizací. V rámci Hauptverband deutscher Gebirges und Wandervereine působil na Slovensku Karpathenverein (Karpatský spolek) se sídlem Kežmaroku, který byl založen převážně spíšskými Němci v roce 1920. Rámcově navazoval na činnost UKS. Postupně měl až 50 odboček a místních skupin. Spolek měl ve své správě např. Sliezsky dom, do roku 1930 i Téryho chatu a v roce 1934, postavil Guhrovu chatu (viz předchozí). V roce 1921 byl v Bratislavě založen Kleine Karpathen Touristenverein (Malokarpatský turistický spolek). V Bratislavě také navázal na svoji předválečnou činnost turistický spolek Priatelja prírody, který byl členem celostátní německé dělnické turistické organizace Touristenverein Naturfreunde. Činnost rozvíjel hlavně v oblasti Devínskej Kobylky a Piesku nad Modrou. Na Slovensku působily i místní skupiny Svazu dělnických turistů, a to v Trnavě, Vrútkách, Bratislavě a několika dalších místech.³⁶

³⁴ NEMEC, M. (2019). Tatranský spolek turistický. In: *Tatry v dokumentoch*. Zborník vedeckých príspevkov a referátov z medzinárodnej vedeckej konferencie. Liptovský Mikuláš 13. – 14. 9. 2018, s. 200.

³⁵ *Padesát let Klubu československých turistů 1888–1938*. Praha: KČST, 1938, s. 169.

³⁶ Předchozí podle BARTA, V., & KHANDL, L. (2015). *História turistiky na území Slovenska od štúrovcov po dnešok*. Slovenská Lupča: Klub fotopublicistov Slovenského syndikátu novinárov, s. 59–61.

Rozvoj turistické infrastruktury KČST na Slovensku

V roce 1920 měl KČST na Slovensku jenom osm turistických objektů. Následně byla tato skutečnost slovenskými činovníky klubu kritizována a KČST se v následujících letech zasloužil o nebývalý rozvoj turistické infrastruktury na Slovensku. Rozdílný byl ovšem majetkoprávní vztah KČST k jednotlivým turistickým objektům. Řada z nich patřila přímo ústředí KČST, další byly v majetku jednotlivých odborů, další pak mělo buď ústředí, nebo jednotlivé odbory v dlouhodobém pronájmu a konečně existovaly i objekty s jejichž majiteli, či provozovateli měl KČST smlouvu o službách a slevách pro své členy (smluvní stanice KČST).

Jednotlivé objekty této infrastruktury můžeme rozdělit do několika kategorií. Největší počet z nich patřil do kategorie tehdy plnohodnotných turistických chat a podstatně skromněji vybavených turistických útulků.³⁷ Jejich celkový počet na Slovensku nakonec v roce 1938 převyšoval jejich ekvivalent v českých zemích. Další kategorií tvořily samostatné turistické noclehárny. Hromadné noclehárny (zvláště pro muže a pro ženy) však tehdy byly běžnou součástí většiny turistických chat. Svěbytnou kategorií zastoupenou v KČST pouze v nejvyšších slovenských horách byly vysokohorské chaty a útulny.

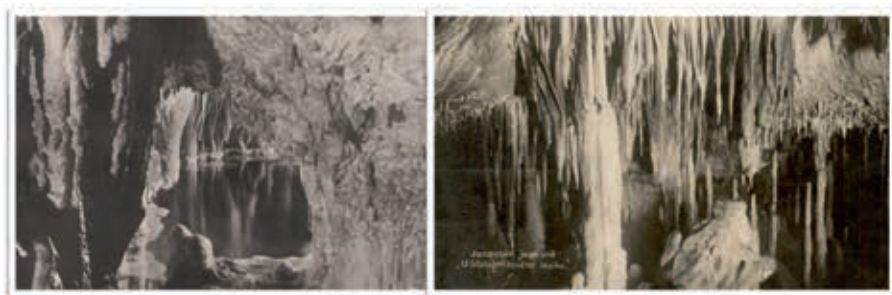
Naopak oproti vysokému počtu v českých zemích, KČST na Slovensku vlastnil jen jednu rozhlednu, a sice Zapač u Liptovského Mikuláše a také zde v poměru obhospodařoval a opravoval méně hradů a hradních zřícenin. Jednalo se o hrad v Trenčíně (správa od roku 1921), Povážský hrad (majetek od roku 1926), Beckov (majetek od roku 1932), Strečno (majetek od roku 1938) Červený Kláštor (pronájem od roku 1933). Kromě toho se KČST na Slovensku podílel na opravách dalších historických památek, jako např. neolitického hradíště a římského tábora u Nových Zámků, římských valů u Komárna, hradu Likavka u Ružomberoku. Na Slovensku také byly v roce 1938 pouze dvě plnohodnotné vodácké loděnice (Bratislava a Trenčín) a také není nic známo o tom, že by zde KČST provozoval vodácká tábořiště.³⁸

Mimořádný rozvoj činnosti na Slovensku zaznamenala zejména komise pro vědecký výzkum krasových oblastí. Její původní soustředění na Moravský kras se totiž podstatně rozšířilo i na jaskyně slovenské. Po rozsáhlých objevech v Demänovské dolině v roce 1921 (Demänovská jaskyňa slobody) bylo z iniciativy klubu založeno Družstvo Demänovských jaskýň, které se následně postaralo o jejich zpřístupnění.³⁹ V něm měl KČST značný majetkový podíl. V téže době najal klub také Jasovskou jaskyni, Bielskou (dnes Belianskou) jaskyni u Tatranské Lomnice a následně do svého vlastnictví získal i Silickou ledovou propast.

³⁷ Ústřední zastupitelstvo KČST schválilo 25. 2. 1928 následující výklad. Chatou se rozumí turistický útulek, ve kterém se provozuje hostinská živnost v plném rozsahu na základě hostinské koncese a kde může turista přenocovat. Útulnou se rozumí turistický objekt, kde turista najde přístřeší, může v něm přenocovat, může obdržet od nájemce též občerstvení, ale nemá právo občerstvení požadovat. Ochranná útulna je chýše pro turistu, která nemá nájemce a která slouží výhradně k přenocování nebo k útulku před nepohodou. Časopis turistů, 1928, č. 3.

³⁸ Vodácká tábořiště KČST byla již v té době velmi rozšířena v Čechách, zejména pak na Vltavě.

³⁹ Úprava a osvětlení jaskýň byly provedeny v letech 1929–1930 a současně byla postavena chata s noclehárnou a malým krasovým muzeem.



Obrázek 9 Na pohlednici vlevo je Čarovné jazierko v Demänovskej jaskyni. Na pohlednici vpravo je Stalagmitový lesík v Jasovskej jaskyni. V roce 1924 v ní byly vybudované betonové chodníčky a elektrické osvětlení.

Největší počinem KČST v oblasti správy krasových jeskyní na Slovensku ale bylo zabezpečení, zpřístupnění a následné provádění systematického výzkumu jeskyně Domica. Ta je součástí Slovenského krasu, nejrozsáhlejšího planinového krasu v Československu, rozkládajícího se mezi Jelšavou, Rožňavou, Jasovem a na jihu zasahujícího hluboko do Maďarska. I když byla obydlena už v době neolitické a její malá část byla dlouho známa, nové rozsáhlé prostory protékané podzemním vodním tokem byly objeveny až v roce 1926. Tyto přešly do správy ústředí KČST. Ten zde následně provedl rozsáhlé investice v hodnotě až 1 milionu Kč. Mimo jiné byla pomocí dvou přehrad na podzemní říčce Styx umožněna plavba rozsáhlými podzemními prostory. Důmyslným elektrickým osvětlením byla ještě zdůrazněna nádhera těchto jeskyní světového významu. U vchodu do tohoto jedinečného podzemního komplexu nechalo postavit ústředí KČST správní budovu, ve které bylo i muzeum zařízené po vzoru muzeí při severoamerických národních parcích a jež nemělo v té době v Evropě obdoby.⁴⁰

⁴⁰ *Padesát let Klubu československých turistů 1888–1938*. Praha: KČST, 1938, s. 48 a 121–125.



Obrázek 10 Na fotografii vlevo je jeden z neznámějších vnitřních prostor krápníkové jeskyně Domica. Na fotografii z roku 1934 vpravo je správní budova u jeskyně Domica. Ta byla v majetku ústředí KČST a byly v ní tři pokoje s devíti lůžky, dalších 20 lůžek bylo ve dvou noclehárnách, dále restaurace, místnost pro badatelské účely, provozní místnosti a především krasové a archeologické muzeum. Při chatě postavil a provozoval Státní meteorologický ústav meteorologickou stanicí. Autorem obou fotografií je Vojtech Benický, někdejší fotograf KČST.

Přehled vybraných chat a nemovitostí v majetku a správě KČST v nejvýznamnějších turistických oblastech Slovenska

Jihozápadní Slovensko

V této rozlohou velké oblasti měly z hlediska klasické turistiky největší význam Malé a Bílé Karpaty, Povážský Inovec a okolí Trenčína. Malé Karpaty jsou ne příliš vysokým osamoceným středohorským pásmem na západním Slovensku, táhnoucím se v délce cca 100 km od Nového Mesta nad Váhom až k Bratislavě a od ní pokračujícím přes Devínskou bránu do Rakouska. Jejich nejvyšším bodem jsou Záruby (768 m n. m.). Zejména do jejich jižní části směřovaly od samého počátku aktivity turistů z Bratislavy. Severně od nich se rozkládají na česko-slovenské hranici Biele Karpaty. Jejich nejvyšším vrcholem je 970 m vysoká hraniční Velká Javorina (Velká Javořina).



Obrázek 11 Dva nejzápadnější objekty KČST na Slovensku. Fotografie vlevo byla pořizena v roce 1933 při slavnostním otevření Zochovy chaty v Piesku u Modry ležícím severně od Bratislavy. Vlastníkem chaty postavené v nadmořské výšce 488 m byl odbor KČST v Bratislavě. Během II. světové války byla poškozená. Na fotografii z roku 1925 vpravo je původní stylová Holubyho chata na Velké Javorine krátce po svém otevření. Tu nechal postavit odbor KČST v Uherském Brodě na slovenské (závětrné) straně nejvyššího vrcholu Bílých Karpat. Bohužel v listopadu 1926 vyhořela. KČST z Uherského Brodu ale nechal postavit na stejném místě novou Holubyho chatu. Ta byla hojně navštěvována turisty z obou stran tehdy zemské hranice. Snad žádný jiný turistický objekt v bývalém Československu nereprezentuje více česko-slovenskou vzájemnost. Bohužel během II. světové války byla chata vydrancovaná.

Severozápadní Slovensko

V této hornaté oblasti se turistické aktivity v meziválečném období dělily mezi Javorníky na západě při česko-slovenské zemské hranici, Kysúcké a Oravské Beskydy⁴¹ na severu, ale především Malou a Velkou Fatru. Nejvíce turistických aktivit směřovalo v meziválečném období do geomorfologicky výrazného pohoří Malá Fatra, s bohatou a poměrně zachovalou karpatskou přírodou, které je čtvrtým nejvyšším pohořím Slovenska. Jeho nejvyšším vrcholem je 1 709 m vysoký Velký Kriváň. Hlubokým údolím řeky Váh je rozděleno na severní Krivánskou Malou Fatru a jižní Lúčanskou Malou Fatru. S výjimkou nejvyšších partií je celé hustě zalesněno.

⁴¹ Odlehlý, ojedinělý a okolní vrchy značně převyšující nejvyšší bod Oravských Beskyd, 1 722 m vysoká Babia hora ležící na polsko-slovenské hranici, z nich činí třetí nejvyšší pohoří Slovenska.



Obrázek 12 V Kysuckých Beskydech otevřel žilinský odbor KČST v roce 1927 nad Oščadnicou chatu na úbočí Velkej Rači (1 236 m n. m.). Ta bohužel v roce 1929 vyhořela. Následně postavil bývalý nájemce na jejích základech novou chatu, kterou ale v roce 1935 předal KČST. Na fotografii vlevo je skupina turistů před původní chatou KČST z let 1927–1929. Na dobové dopisnici KČST vpravo je horská chata nacházející se v nadmořské výšce 1 430 m pod vrcholem Chleb (1 646 m n. m.), který spoluvytváří nejvyšší partii centrálního hřebene Malé Fatry. Tuto chatu otevřel žilinský odbor KČST před Vánocemi 1930. Jednalo se o poměrně velký objekt s celkem 94 lůžky ve 14 pokojích a třech velkých noclehárnách. Chata byla vybavena i elektrickým agregátem. Bohužel byla v listopadu 1944 vypálena Němci.



Obrázek 13 Martinské hole je oblíbená turistická lokalita pod 1 476 m vysokým vrcholem Velká lúka v Lúčanské Malé Fatře. Na fotografii vlevo je tzv. Halašova útulňa,⁴² která byla postavena v letech 1927–1929 nedaleko vrcholu a ve své správě ji měl odbor KČST z Martina. Byly v ní dvě noclehárny se 30 lůžky. Na ne příliš kvalitní fotografii vpravo je chata, kterou otevřel o něco níže (cca 1 300 m n. m.) tentýž odbor v roce 1932. Jednalo se o jeden z největších a nejlépe vybavených horských turistických objektů KČST na Slovensku. Bylo v něm 70 lůžek ve 20 pokojích a dalších 60 v noclehárnách. V chatě bylo ústřední topení, vodovod a elektrické osvětlení. Obě dvě chaty byly bohužel 30. 10. 1944 vypáleny Němci.

⁴² Národní muzeum Praha – Historické muzeum. Archiv tělesné výchovy a sportu. Fond: Fotoarchiv tělesné výchovy a sportu. Dostupné z: <http://esbirky.cz>. (eSbirky – kulturní dědictví on-line).

Roháče

Roháče tvoří nádherný a většinou samostatně uváděný geomorfologický okrsek Západních Tater. Jsou v nich dokonale vyvinuté glaciální formy, mají nejbohatší květenu v celém fytogeografickém systému Tater a zachovanou a jedinečnou faunu. Jejich nejvyšší skalnaté štíty většinou tvoří dvojici připomínající čertovy rohy a patrně také z toho pramení jejich pojmenování.



Obrázek 14 Na fotografii vlevo je Maťašákova chata KČST pojmenovaná po průkopníkovi turistiky v Roháčích. Tuto chatu nacházející se v nadmořské výšce 1 030 m na poľane Zverovka, v místě spojení Roháčskej a Látanej doliny, nechal postavit v letech 1928–1929 odbor KČST z Dolného Kubína místo první turistické útulny vzniklé úpravou dřevařské koliby, jež ale v roce 1926 vyhořela. Zajímavostí je, že ji v rámci ženíjního cvičení postavili příslušníci armády. Na fotografii vpravo je soukromá turistická chata z roku 1933 v lokalitě Tri studničky, která se oficiálně nazývala Važecká chata pod Kriváňom. Vlastnil a provozoval ji Jozef Kertész. V podsklepené srubové stavbě byla jídelna s kuchyní a 33 lůžek v sedmi pokojích a dvou noclehárnách. Na základě dohody s majitelem měla statut oficiální smluvní stanice KČST, ve které měli členové klubu výrazné slevy. Obě tyto chaty byly také koncem roku 1944 vypáleny Němci.

Vysoké Tatry

Po vzniku Československa se staly jeho nejvyšším a také nejvíce ceněným pohořím Vysoké Tatry. Spolu s Belianskými Tatrami na východě tvoří společnou geomorfologickou skupinu Východních Tater. Pro svou nevelkou rozlohu bývají označovány za nejmenší velehory Evropy. Jejich nejvyšším vrcholem je s nadmořskou výškou 2 655 m Gerlachovský štít. Je zde ale dalších 25 vrcholů převyšujících výšku 2 500 m. Vysoké Tatry si velmi rychle oblíbili návštěvníci a turisté z českých zemí, kteří zde nahradili maďarskou klientelu.



Obrázek 15 Na fotografii vlevo je chata pod Rysmi, která se po svém otevření v roce 1933 stala nejvýše položenou vysokohorskou chatou (2 250 m) v bývalém Československu. Stavba byla financována ústředím KČST a byla v jeho majetku. Na fotografii vpravo je další vysokohorská chata (1 960 m) u Sesterských ples ve Velké Studeně doline, kterou mělo v nájmu ústředí KČST. Jejím základem byla původně lovecká chata lesní správy z roku 1907, která ale již od roku 1910 sloužila turistům. Rozšířena byla v roce 1924, dílčí přestavby v ní proběhly i v letech 1931 a 1935. Od zimní sezony 1933/34 v ní byl celoroční provoz. Kromě provozních místností měla jen jednu společnou noclehárnu pro 28 osob. Později se pro ni ujal název Zbojnická chata.



Obrázek 16 O výstavbě lanovky na některý z tatranských vrcholů se uvažovalo již před I. světovou válkou. Nejprve se uvažovalo o Gerlachovském štítu, následně pak o lanovce ze Starého Smokovce na Slavkovský štít. Nakonec byla prosazena varianta lanovky z Tatranské Lomnice (cca 900 m n. m.) na 2 632 m vysoký Lomnický štít. Zhruba 6 km dlouhá trať s mimořádným převýšením musela být rozdělena na úseky. Na architektonické podobě jednotlivých stanic se podílel Dušan Jurkovič. Příprava a výstavba lanovky probíhala prakticky po celá 30. léta. Úsek na Skalnaté pleso byl zprovozněn na konci roku 1937. Po zprovoznění posledního úseku na Lomnický štít (až v roce 1940) se sice stala světovým unikátem, ale od počátku měla malou přepravní kapacitu. Na fotografii vlevo je údolní stanice v Tatranské Lomnici. Na fotografii uprostřed je mezistanice Štart 1 727 m n. m. Pojmenování získala podle zde začínající sáňkařské a bobové dráhy. Vpravo je pak pohled na trasu směrem od Štartu ke Skalnatému plesu.



Obrázek 17 V severovýchodní části Vysokých Tater (začátku Belianskych Tater) byla v letech 1922–1923 Československou armádou postavena v Dolině Bielych plies, pod Kopským sedlom, v nadmořské výšce 1 615 m, chatka se dvěma místnostmi. Měla sloužit armádě k zajištění tehdy ještě neustálené státní hranice s Polskem. O její stavbu se zasloužil generál Jan Votruba (1865–1935), velitel horské brigády ve Spišské Nové Vsi a předseda Podtatranské župy KČST, po němž také byla nezávaná. Po ustálení hranic byla předána do správy Kežmarského odboru KČST. Na dobové pohlednici z poloviny 20 let vlevo je její původní podoba. Ve 30. letech byla rozšířena, což je vidět na fotografii vpravo. V roce 1942 byla vedle ní otevřena daleko výstavnější Kežmarská chata a původní Votrubova chata byla rozebrána.

Nízké Tatry

Nízké Tatry se postupně staly po Vysokých Tatrách druhým nejnavštěvovanějším pohořím Slovenska. Jejich hlavní hřeben se táhne v délce cca 80 km ze západu na východ mezi údolímí Váhu na severní straně a Hronu na straně jižní. Geomorfologicky jsou členěny na západní Ďumbierské Tatry a východní Kráľovoľské Tatry, jež od sebe odděluje sedlo Čertovica. Turisty lákaly zejména jejich vrcholové partie a cesta po jejich hlavním hřebenu. Dosažení vrcholových partií tohoto rozsáhlého pohoří však tehdy bylo časově a fyzicky velmi náročné a v zimě i velmi nebezpečné. KČST postupně vybudoval v oblasti Nízkých Tater několik horských chat a útulen. Jejich nejvyšší horou je 2 043 m vysoký Ďumbier.



Obrázek 18 Vlevo je na dobové dopisnici KČST kamenná horská chata M. R. Štefánika v sedle pod Ďumbierom. Její komplikovanou stavbu v nadmořské výšce 1 740 m, probíhající v letech 1924–1928, financovalo ústředí KČST. Bylo v ní 44 lůžek ve čtyřech pokojích a dvou noclehárnách. Koncem roku 1944 ji německé

komando vyhodilo povětrí. Vpravo je na další dopisnici KČST chata KČST Jána Pálku u Vrbického plesa pod Chopkom. Tu nechal postavit v roce 1936 odbor KČST z L. Mikuláše v nádherném lyžařském prostředí v nadmořské výšce 1 113 m. Byly v ní dva pokoje a dvě společné noclehárny s 28 lůžky. V blízkosti chaty vyvěral pramen, který nezamrzal ani během tuhé zimy.



Obrázek 19 Na dobové dopisnici vlevo je horská turistická chata KČST pod Chabencem po jejím rozšíření. Nacházela se v nadmořské výšce 1 730 m pod hlavním hřebenem Nízkých Tater a jejím výrazným, 1 955 m vysokým vrcholem Chabenc. Byla otevřena v roce 1932, následně rozšířena v letech 1933, 1937 a 1938 až v ní bylo v pokojích a noclehárnách dohromady na 100 lůžek. Bohužel v roce 1940 totálně vyhořela. Vpravo je fotografie chaty KČST pod Veľkým bokom. Tento 1 727 m vysoký vrchol leží mimo hlavní hřeben v mohutné severní rozsoše západní části Kráľovohorských Tater. Chatu pod ním nechalo v nadmořské výšce 1 479 m postavit ústředí KČST. Otevřena byla před Vánoci 1936. Původně v ní bylo 36 lůžek, následně byla rozšířena. Protože v okolí byly výborné lyžařské terény, měla celoroční provoz. Její osud byl zpečetěn o Vánocích 1944, kdy ji obklíčila a následně vypálila německá horská protipartyzánská jednotka.

Slovenský raj a Slovenský kras

Z velkého množství turisticky atraktivních oblastí na východním Slovensku měly již v období I. republiky největší význam Slovenský raj a Slovenský kras. V případě Slovenského raja se jedná o mimořádně lesnaté území známé svými roklinami a kaňony. Z geomorfologického hlediska leží ve Slovenském rudohorí a je součástí Spišsko-gemerského krasu, do kterého patří i okolí Dobšíné se známou Dobšinskou ľadovou jaskyní.

Také Slovenský kras nacházející se na jihovýchodě Slovenska je krajinný celek Slovenského rudohorí a je největším krasovým územím bývalého Československa, ve kterém se vyskytují prakticky všechny krasové jevy charakteristické pro mírné klimatické pásmo. Je charakterizován vysoko položenými náhorními plošinami, okolo kterých jsou prudké stráně padající do četných kotlin a je zde také velké množství jaskyní, z nichž nejznámější je Domica (viz předchozí).



Obrázek 20 Za strategické centrum Slovenského raja je považována planina Kláštorisko (744 m. n. m.). Jeho okolí a zároveň přirozenou ochranu tvoří Prielom Hornádu, poľana Čertovej sihote, dolina Tomášovská Belá a tiesňava Kysel'. Na výřezu z pohlednice vlevo je turistická chata, kterou nechalo postavit v letech 1926–1929, nedaleko zříceniny kartuziánského kláštera, ústředí KČST. Zádielska tiesňava, někdy nazývaná Zádielsky kaňon, je největším přírodním útvarem svého druhu nejen ve Slovenském krasu, ale i na Slovensku Tu měl ve správě KČST. Chatu KČST v Zádielskej doline otevřel v létě roku 1927 košický odbor KČST. Jednalo se o přebudovanou původní loveckou chatu. V roce 1931 pak tento odbor přestavěl na turistickou ubytovnu i sousední mlýn. Nakonec v tomto zařízení bylo k dispozici 40 lůžek v 18 pokojích a dalších 40 lůžek ve třech noclehárnách. Na výřezu z pohlednice uprostřed je vidět tato chata v podobě z konce 30. let. KČST zde vybudoval a provozoval i koupaliště s bazénem 22×18 m, které je vidět na fotografii vpravo.

ZÁVĚR

Přestože meziválečné aktivity KČST na Slovensku měly jen cca dvacetileté trvání, tak se významnou měrou zapsaly do historie zdejší turistiky. Vedení KČST si bylo velmi dobře vědomo obrovského turistického potenciálu Slovenska a o rozšíření svých aktivit na jeho území začalo vehementně usilovat již na začátku roku 1919. Vznikem Československa se ale plně otevřel prostor pro legitimní slovenskou národní emancipaci, která se v oblasti organizované turistiky logicky projevila snahami o založení svébytné slovenské turistické organizace. Tou se stal již na začátku roku 1919 založený Tatranský spolok turistický. Ten však po roce své činnosti měl jen necelou tisícovku členů a jeho činnost byla prakticky omezena jen na oblast Tater. To nakonec vedlo k tomu, že se většina jeho členů přiklonila k myšlence na přijetí opakovaných nabídek vedení KČST na jeho spojení s touto tehdy již renomovanou a velkou organizací, což umožnilo následný rozvoj turistiky na území Slovenska.

Češi si plně uvědomovali, jaké nebyvalé možnosti skýtá turistice území Slovenska. Také zde pro ně panovalo velmi přátelské prostředí a v neposlední řadě i podstatně jednodušší administrativní podmínky pro zřizování turistických cest a další infrastruktury. V tomto zde existovala pro KČST podstatně příznivější situace ve srovnání s pohraničními horami v českých zemích. V těch musel KČST soupeřit s německými turistickými spolky a často i s protivenstvím zde většinového německého obyvatelstva. Atraktivní oblasti Slovenska totiž až na výjimky ležely mimo regiony s převahou maďarského obyvatelstva. Zde vidíme velkou paralelu se situací na Podkarpatské Rusi, kde se KČST také velmi málo zajímal o celou jižní část jejího území.

Samozřejmě, že aktivity a činnost KČST na Slovensku v meziválečném období nemůžeme hodnotit jako naprosto bezproblémové. Například slovenským funkcionářům se nepodařilo prosadit zemské členění KČST, dále také neutěšená situace ve vlastnictví a výstavbě ubytovacích zařízení zde začala být řešena až po kritice slovenských činovníků KČST směrem k jeho vedení. Ale vedení klubu na toto reagovalo velmi energicky, když již v roce 1926 vlastnily místní odbory a také ústředí a na Slovensku téměř padesát chat, ve srovnání s původními osmi v roce 1920. V roce 1938 dokonce počet ubytovacích zařízení KČST na Slovensku značně převyšoval jejich počet v českých zemích.⁴³ Češi, kteří byli k návštěvě Slovenska vyzýváni v dobovém tisku a časopisech, se zde cítili opravdu jako doma a navíc jejich cestovatelské aktivity velmi přispěly ke zdejšímu ekonomickému rozvoji a v drtivé většině případů i k česko-slovenské vzájemnosti. KČST k propagaci turistických cest na Slovensko nejčastěji používal heslo: *necestujte do cudziny – poznejte svoju vlast*.

K cestám na Slovensko Češi nejčastěji využívali četné a pohodlné vlakové spoje, na které navíc mělo členstvo KČST vyjednané slevy. Například cesta z Prahy do Popradu přes Ostravu trvala okolo 10 hodin.⁴⁴ Ve 30. letech již také bylo celkem standardní cestovat na Slovensko autem. Od roku 1924 byla také provozována letecká linka Praha – Košice přes Bratislavu.

Smutný epilog na závěr. V roce 1939 přešly chaty KČST na Slovensku do majetku Klubu slovenských turistov a lyžiarov (KSTL). Nečekal je však nijak šťastný osud, když během II. světové války (hlavně na jejím konci) bylo zcela zničeno 56, a těžce poškozeno 15 turistických chat KSTL.

PRAMENY A LITERATURA

Archivní a muzejní fondy

Národní muzeum Praha – Historické muzeum. Archiv tělesné výchovy a sportu. Fond: Fotoarchiv tělesné výchovy a sportu. Dostupné z: <http://esbirky.cz>. (eSbírky – kulturní dědictví on-line).

SWIERCZEKOVÁ, L. (2006). *Turistika*. Praha: *Archiv sportu a tv.*, inventář č. 71 NAD č. 186.

Dostupné z: http://www.nm.cz/admin/files/HM/novod_dejiny/telesna_vychova/turistika.pdf.

Zákonné normy

Smlouva mezi čelnými mocnostmi spojenými i sdruženými a Československem, podepsaná v Saint-Germain-en-Laye dne 10. září 1919, č. 508/1921 Sb.

Mírová smlouva mezi mocnostmi spojenými i sdruženými a Maďarskem, č. 102/1922 Sb.

Periodika

Časopis turistů, roč. 31 (1919) – 50 (1938).

Krásy Slovenska, roč. 1 (1921) – 18 (1938).

Mapy

Atlas Republiky Československé 1936. Virtuální mapová sbírka. Dostupné z: atlasrcs.geogr.muni.cz.

Neubertova generální automapa Republiky československé (1937). [Měř. 1:200 000].

Podrobný přehled politického rozdělení země Slovenské a Podkarpatské. Praha: Vojenský zeměpisný ústav, 1936. [Měř. 1:360 000].

⁴³ Celkově KČST vybudoval na Slovensku do roku 1938 stavební aktivitou ústředí, nebo svých odborů téměř 60 chat a útulen.

⁴⁴ Na Slovensku byly rychlíkovými stanicemi na trase Praha – Košice tyto stanice: Čadca, Žilina, Kraľovany, Ružomberok, Liptovský Svätý Mikuláš, Štrba, Poprad, Margecany a Kysak. Od roku 1923 byl po této trase vypravován i rychlík, který pokračoval až do Jasini v nejvýchodnější části Podkarpatské Rusi.

Tištěné prameny

Padesát let Klubu československých turistů 1888–1938. Praha: KČST, 1938.

Státní adresář hotelů a kulturní, hospodářský a turistický průvodce v republice Československé. Část II.
1. vyd. Praha: Min. průmyslu, obchodu a živnosti, 1921.

LITERATURA

- BÁRTA, V., & KHANDL, L. (2015). *História turistiky na území Slovenska od štúrovcov po dnešok.* Slovenská Lupča: Klub fotopublicistov Slovenského syndikátu novinárov.
- BÍLÝ, F., & KLÍMA, S. (1920). *Stručný průvodce po Slovensku.* 1. vyd. Praha: Nakladatelství Šolc a Šimáček.
- BOHÁČ, A. (1926). *Národnostní mapa republiky Československé. Podrobný popis národnostních hranic, ostrovů a menšin.* Praha: Národopisná společnost československá.
- BOSÁK, E. (Ed.). (1969). *Stručný přehled vývoje sportovních odvětví v Československu I.* Praha: Olympia.
- BUREŠ, P., & PLICHTA, J. (1931). *Sport a tělesná kultura v Čsl. republice a cizině.* Praha: Almanach sportu.
- CÍSAŘOVSKÝ, A. (1926). *Průvodce po Sulovských skalách u Žiliny na Slovensku.* Ilustrovaný průvodce. 1. vyd. Praha: Turistický dom.
- DROŽ, K., ELJASZ, V., & ZVĚŘINA, F. (1897). *Tatry.* 1. vyd. Ružomberok: Karel Salva.
- KARÁCSONY, V. (2009). *Z histórie turistických chát a útulní na Slovensku.* Bratislava: Múzeum telesnej kultúry SR.
- KUČERA, Z. (2021). *Slovensko na starých mapách.* Olomouc: Rubico.
- KŘEN, J. (2005). *Dvě století střední Evropy.* Praha: Argo.
- NEMEC, M. (2019). Tatranský spolok turistický. In: *Tatry v dokumentoch.* Zborník vedeckých príspevkov a referátov z medzinárodnej vedeckej konferencie. Liptovský Mikuláš 13. – 14. 9. 2018.
- PELANT, K. (1924). *Průvodce po lázních domácích a evropských, letních a turistických sídlech.* 1. vyd. Praha: Mázal.
- POLÁČKOVÁ, A. (Ed.). (2015). *První republika 1918–1938.* Brno: Extra Publishing.
- POLÁČKOVÁ, A., & Jahodářová, L. (Ed.). (2019). *Monarchie 1848–1918.* Brno: Extra Publishing.
- RAMBOUSEK, J. (1935). *Turistický průvodce po Spiši. Zabírá území bývalé župy spišské. Popisuje Vysoké Tatry.* 1. vyd. Žilina: O. Trávníček.
- ŠTUMBAUER, J. (2016). *Výbrané kapitoly z historie tělesné výchovy, sportu a turistiky v meziválečném Československu.* Č. Budějovice: Jihočeská univerzita.
- ŠTUMBAUER, J. (2022). Historie turistiky na československé podkarpatské Rusi 1919–1939. *Česká kinantropologie*, 26(1–2), 99–118.
- VŠETEČKA, J. (1931). *Demánovské jeskyně: Turistický průvodce.* 1. vyd. Brno: nákladem vlastním.
- VŠETEČKA, J. (1932). *Vysoké Tatry: turistický průvodce.* 6. vyd. Brno: nákladem vlastním.

doc. PaedDr. Jan Štumbauer, CSc.

JU PF KTVS, Na Sádkách 305/2a, 370 05 České Budějovice
e-mail: stumba@pf.jcu.cz

Recenze

Critical reviews
of professional
publications

ČŠI Česká školní
inspekce

AKTIVNÍ ŠKOLA
Inspirace pro podporu pohybových aktivit žáků

2023 2024

AKTIVNÍ ŠKOLA: INSPIRACE PRO PODPORU POHYBOVÝCH AKTIVIT

ACTIVE SCHOOL:
INSPIRATION FOR
SUPPORT MOVEMENT
ACTIVITIES

KOVÁŘ, K. A KOLEKTIV

Praha: Česká školní inspekce, 2023, 72 s.
ISBN 978-80-88492-37-5

Nedostatečné začleňování pohybových aktivit směřujících k podpoře zdraví během každodenního režimu ve školách mimo hodiny tělesné výchovy

a úzké pojetí podpory pohybu pouze v organizovaných aktivitách (výuka TV, kroužky) je jedním z největších rizik, která ovlivňují zdravý vývoj žáků. Na situaci reaguje autorský kolektiv pod vedením náměstka České školní inspekce PhDr. Karla Kováře, Ph.D., publikací metodického doporučení „Aktivní škola: inspirace pro podporu pohybových aktivit“. Publikace, zpracovaná ve spolupráci se sportovními fakultami v ČR, nabízí příklady inspirativní praxe, jakým způsobem lze zlepšovat podmínky pro pohybové aktivity na školách. Publikace navazuje na předcházející tematické zprávy ČŠI v oblasti pohybových aktivit:

- Tělesná zdatnost žáků na základních a středních školách – Výuka tělesné výchovy a podpora pohybových aktivit (2023)
- Inspirace pro podporu pohybových dovedností žáků v rámci různých školních aktivit (2021)

Publikace shrnuje klíčová doporučení konceptu „Aktivní škola“, který je určen učitelům tělesné výchovy, zřizovatelům i ředitelům škol, ale také rodičům. „Aktivní škola“ je koncept podpory pohybových aktivit žáků základních a středních škol, jehož cílem je aktivizovat možnosti školy v podpoře pohybové aktivity žáků v průběhu školního roku. Žáci tráví ve škole čtvrtinu až třetinu času v pracovních dnech, pohybové aktivity ve škole tak zásadním způsobem přispívají do celkového pohybového režimu. Škola má vedle rodiny klíčový vliv na formování (utváření dlouhodobých návyků) pohybového režimu dne. Prezentovaný koncept ponechává školám možnost individuálního řešení dle podmínek a zaměření školy, zároveň si klade za cíl důrazně upozornit, že podpora pohybového režimu žáků školy je významným tématem i problémem. „Aktivní škola“ je

postavena na čtyřech základních pilířích podpory pohybových aktivit:

1. Průběžné zvyšování kvality výuky tělesné výchovy.
2. Atraktivní, dostatečná a dostupná nabídka pohybových aktivit v zájmovém vzdělávání.
3. Školní sportovní akce jako významné události školního roku.
4. Formování pohybového režimu žáků ve školním prostředí.

Vzhledem k zaměření metodiky se předpokládá její uplatnění zejména na plně organizovaných základních školách a všech typech středních škol. Doporučení na úrovni třídy a žáka (včetně žáka se speciálními vzdělávacími potřebami) mohou být inspirativní pro všechny školy.

Dokument je zpracován v mezinárodním kontextu (např.: WHO, 2021, www.who.int/publications/i/item/9789240035928), zároveň je však praktický a zohledňuje místní podmínky. Za pozitivní považují, že metodika nezužuje problém nedostatečného pohybu pouze na výuku tělesné výchovy a její kvalitu, ale nabízí inspiraci také v dalších oblastech. Výzkumy v oblasti podpory pohybu dětí totiž ukazují, že pro úspěch při změně životního stylu žáků, není intervence jen v oblasti výuky tělesné výchovy dostatečná. Kvalitní výuka TV musí jít ruku v ruce s dalšími opatřeními (např. aktivní přestávky, podpora aktivní dopravy atd.), které jsou v této metodice popsány.

Koncept Aktivní školy není žádnou zásadní novinkou, pouze propojuje oblast výuky a zájmového vzdělávání, upozorňuje na řadu organizačních rezerv v provozu školy, jejichž odstranění může zvýšit příležitosti ke spontánním pohybovým aktivitám žáků v průběhu dne, opakuje úlohu školních sportovních akcí především jako impulzu k setkání, spolupráci,

ke společnému prožitku, vlastní aktivitě. Školní sportovní akce rovněž umožňují poznat či využít i jiná sportoviště, než má škola k dispozici, a seznámit tak žáky s dalšími sporty.

Současná evidence týkající se pohybové aktivity populace ukazuje, že na prostá většina žáků v České republice neplní mezinárodní doporučení na alespoň 60 minut pohybové aktivity střední až vysoké intenzity denně (https://doi.org/10.21467/artkey/doi-990005-2300_Narodni_zprava_o_pohybove_aktivite_ceskyh_deti_a_mladeze_2022.php?back=/doilist.php). Tzv. sedavé chování je typické také pro školní prostředí. Pokud škola aktivně nepodporuje kompenzaci sezení a pohybové inaktivity, žáci samotní nemohou v průběhu výuky tento stav ovlivnit. Současné studie potvrzují, že ani pravidelné pohybové aktivity konané tři vyučovací hodiny týdně (disponibilní hodina TV nebo kroužek), nemají dostatečný kompenzační mechanismus a je nutné pokusit se ovlivnit pohybový režim každého dne.

Další nabídka pohybových aktivit je zcela v kompetenci školy a aktivita školy může zásadním způsobem ovlivnit nabídku a účast v nepovinných pohybových aktivitách. Ty musí vždy odpovídat věku a zájmu žáků. Autoři považují za klíčové zapojení všech žáků školy, resp. zacílení na ty skupiny dětí, které jsou doposud nedostatečně aktivní.

prof. PhDr. Jiří Suchý, Ph.D.

Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta

Katedra Tělesné výchovy

Magdalény Rettigové 4, 116 39 Praha 1

e-mail: jiri.suchy@pedf.cuni.cz

Autoři:

**BABIC, M.; DLOUHÝ, M.; HOLIENKA, M.; HYNČICOVÁ, P.;
KOTLÍK, K.; KOVÁČ, K.; RAK, Š.; ŠTUMBAUER, J.;
SUCHÝ, J.; TVRDÝ, M.; VIGHOVÁ, K.**

