

**Západočeská univerzita v Plzni**  
FAKULTA PEDAGOGICKÁ  
KATEDRA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU

**Ego/task orientace u hráčů fotbalu**  
BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

**Tereza Myslíková**  
*Tělesná výchova se zaměřením ke vzdělávání  
léta studia (2011 - 2014)*

Vedoucí práce: Mgr. Daniela Benešová, Ph.D.

**Plzeň, 2014**

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně s použitím uvedené literatury a zdrojů informací.

Plzeň, 15. 4. 2014

.....  
vlastnoruční podpis

## **PODĚKOVÁNÍ**

Tímto bych ráda poděkovala Mgr. Daniele Benešové, Ph.D. za konzultace při zpracovávání bakalářské práce, za její cenné rady, připomínky a odbornou spolupráci. Také bych chtěla poděkovat všem dotazovaným hráčkám za ochotu a pomoc při vyplňování dotazníku.



**OBSAH**

1	ÚVOD .....	6
2	CÍL A ÚKOLY BAKALÁŘSKÉ PRÁCE .....	7
2.1	CÍL PRÁCE .....	7
2.2	ÚKOLY .....	7
2.3	VĚDECKÉ OTÁZKY .....	7
2.4	HYPOTÉZY.....	7
3	TEORETICKÁ ČÁST .....	8
3.1	MOTIVACE.....	8
3.1.1	Definice motivace a motivu .....	8
3.1.2	Vnější a vnitřní motivace .....	9
3.1.3	Motivační vlastnosti .....	10
3.2	SPORTOVNÍ MOTIVACE.....	14
3.2.1	Motivace sportovní činnosti .....	14
3.2.2	Radost a sport.....	15
3.2.3	Motivační struktura sportovce .....	16
3.2.4	Výkonová motivace .....	18
3.2.5	Motivační klima .....	21
3.3	SPECIFIKA VE FOTBALU ŽEN.....	22
3.3.1	Anatomické charakteristiky .....	22
3.3.2	Fyziologické charakteristiky.....	22
3.3.3	Psychologické charakteristiky.....	23
4	PRAKTICKÁ ČÁST .....	24
4.1	CÍL PRAKTICKÉ ČÁSTI .....	24
4.2	POPIS VZORKU RESPONDENTŮ.....	24
4.3	POPIS POUŽITÉ METODY .....	24
4.4	VÝSLEDKY ŠETŘENÍ .....	26
4.4.1	Prokázání hypotézy H1 .....	26
4.4.2	Prokázání hypotézy H2 .....	27
4.4.3	Prokázání hypotéz H3 a H4.....	29
4.4.4	Statistické zpracování výsledků .....	36
4.4.5	Rozbor dotazníku.....	38
5	DISKUZE .....	50
6	ZÁVĚR.....	53
7	SOUHRN.....	54
8	RESUMÉ .....	55
9	SEZNAMY .....	56
9.1	SEZNAM GRAFŮ .....	56
9.2	SEZNAM TABULEK .....	57
10	SEZNAM LITERATURY .....	58
11	PŘÍLOHY .....	I

# 1 ÚVOD

Téma bakalářské práce jsem si vybrala z několika důvodů. Prvním důvodem je moje aktivní fotbalová kariéra a s tím spojená výhoda, že mohu čerpat z vlastních zkušeností a vědomostí. Druhý důvod je ten, že se zajímám o psychologii sportu. Tato vědní disciplína se v posledních letech stává nedílnou součástí vrcholového, ale také amatérského sportu. Pokud chceme zvyšovat výkonnost sportovce, je třeba soustředit se nejen na fyzickou, ale také na psychickou stránku. Psychika jedince tvoří důležitou součást výkonu, a proto je potřeba ji sledovat a poznávat. Dalším důvodem je můj zájem o hlubší poznání motivace. Myslím si, že motivace je součástí života každého jedince. Motivace se promítá do každodenního života, do studia či práce a především do sportu. Sama jsem poznala, že při absenci motivace nelze podat dobrý výkon. Posledním důvodem je zájem o prostudování problematiky ego/task orientace. Tato problematika je v České republice poměrně neznámé téma, které si dle mého názoru zaslouží bližší poznání.

Bakalářská práce je rozdělena do dvou stěžejních částí, teoretické a praktické. V teoretické části se zabývám již zmíněnou motivací. V úvodu teoretické části stručně definuji pojmy jako motiv, potřeba, vnější a vnitřní motivace a pro přehlednost uvádím motivační vlastnosti. V další části se snažím objasnit, co obnáší pojem sportovní motivace. Nejdůležitější bod práce uvádím na konci kapitoly o sportovní motivaci. Zde vysvětluji pojem ego/task orientace a charakterizuji jedince, podle jejich zaměření na ego či na task. Ego/task orientace vychází z teorie cílového zaměření a říká, zda se jedinec ve svém sportu orientuje na radost z plnění úkolu nebo na své ego a jeho zvyšování pomocí sportu. Závěr teoretické části věnuji specifickým žen ve fotbale. Tuto kapitolu jsem zvolila cíleně proto, abych upozornila na odlišnosti žen od mužů. Zdůrazňuji, že se ženy liší především svou výkonností, což souvisí se stavbou těla a odlišnou psychikou.

V metodické části rozebírám data, která jsem získala díky dotazníku pro zjišťování ego/task orientace. Na úvod metodické části vymezuji cíl výzkumu, popisuji vzorek respondentů, který tvoří hráčky fotbalu v českých ženských soutěžích. Hlavní pozornost věnuji zjištění a srovnávání ego/task orientace. Dále pak popisuji rozdíly mezi jednotlivými posty. Výsledky zobrazuji věcně, pomocí grafů a poté také statisticky, prostřednictvím t-testu. Konec metodické části věnuji rozboru jednotlivých otázek, které jsou obsahem dotazníku pro zjišťování ego/task orientace.

## **2 CÍL A ÚKOLY BAKALÁŘSKÉ PRÁCE**

### **2.1 CÍL PRÁCE**

Cílem bakalářské práce je zjistit a srovnat ego/task orientaci u hráček fotbalu.

### **2.2 ÚKOLY**

1. Rozdání dotazníku do ženských týmů
2. Shromáždění dat
3. Studium literatury a zpracování teoretické části
4. Zpracování výsledků dotazníkového šetření
5. Interpretace výsledků

### **2.3 VĚDECKÉ OTÁZKY**

1. Převažuje v 1. lize žen ego nebo task orientace?
2. Existuje rozdíl v ego/task orientaci mezi hráčkami 1. ligy a nižšími soutěžemi?
3. Existuje rozdíl v motivační orientaci mezi jednotlivými posty?
4. Existuje rozdíl v motivační orientaci mezi útočnicemi a obrannou řadou?

### **2.4 HYPOTÉZY**

H1: Předpokládám, že v celém souboru bude převažovat task orientace.

H2: Předpokládám, že hráčky 1. ligy se více zaměřují na ego, než hráčky nižších lig.

H3: Předpokládám, že se motivační orientace u jednotlivých postů liší.

H4: Předpokládám, že útočnice mají větší zaměření na ego než hráčky obranné řady.

## 3 TEORETICKÁ ČÁST

### 3.1 MOTIVACE

#### 3.1.1 DEFINICE MOTIVACE A MOTIVU

Motivy a jejich vzájemné ovlivňování a působení vytváří motivaci. Motiv je vnitřní nebo vnější hybná síla, která uvádí člověka do pohybu. Motivy nás přivádějí k nějaké činnosti, ať už nejzákladnější potřebě najíst se či ke sportovní aktivitě. Může se však také jednat o pohyb ryze psychický jako například naše přání, myšlenky, touhy a ideály (Říčan, 2007).

Motivaci lze definovat také jako „*podněcující a usměrňující aspekt funkce psychiky v činnosti a chování člověka.*“ (Svoboda a Vaněk, 1986, str. 32). Motivace je intrapsychická aktivita, při které si jedinec vybírá nějaký motiv, na jehož základě usměrňuje své chování. Musíme si uvědomit, že motivace je dynamická struktura a není složena pouze z biologických potřeb a vrozených tendencí. Do motivace každého jedince vstupuje také odraz skutečnosti, a to především životní podmínky a získané zkušenosti (Svoboda a Vaněk, 1986).

Holeček, Miňhová a Prunner (2003) tvrdí, že motivace a souhrn motivů vytváří jeden funkční celek. Každý jednotlivec se navenek prezentuje určitým chováním, orientuje se určitým směrem a zaměřuje se na vybrané cíle. Tyto projevy se však neobejdou bez hybných sil, jež nás aktivizují, podněcují a které vznikají v našem nitru. Patří sem veškeré naše chtění, snažení a přání, které nás motivují k vykonávání nejrůznějších činností.

Holeček, Miňhová a Prunner (2003) rozdělují motivaci na dva principy:

*Princip vzájemné výměny odměn a trestů.* Tato teze poukazuje na skutečnost, že by vždy měla existovat rovnováha mezi příjmem a výdejem a stejně tak mezi odměnami a tresty. Vyváženost by měla fungovat ve všech mezilidských vztazích.

*Princip pásma optimální motivace.* Tato teze říká, že člověk největšího výkonu dosahuje při střední síle motivace. Příliš nízká motivace má za následek nedostatečné a slabé výkony. Naopak příliš vysoká motivace může vést ke stresu, křečovitosti, trémě a dochází tak k poklesu výkonu. Tento princip potvrzuje tzv. Yerkesův-Dodsonův zákon, který tvrdí, že „*funkčně optimální je střední úroveň aktivace mozku.*“ „*Vyšší úroveň aktivace je nepříznivá zejména pro činnost spojenou s komplexními a obtížnými úkoly*“ (Holeček,



Miňhová a Prunner, 2003, str. 113). Optimální úroveň aktivace je pro každého jedince velmi individuální.

### 3.1.2 VNĚJŠÍ A VNITŘNÍ MOTIVACE

*„Motivace je intrapsychický proces, který má svůj zdroj ve vnitřní a vnější situaci individua.“* (Nakonečný, 1996, str. 17). Toto tvrzení poukazuje na skutečnost, že jakákoliv pohnutka se stává zdrojem motivace. Motiv může být vnější nebo vnitřní. Jak již bylo řečeno, motivy se vzájemně ovlivňují a prolínají. Může tak dojít k situaci, kdy vnitřní motiv ovlivní vnější motiv a s tím související jednání člověka. Nejjednodušším příkladem, kdy tato situace může nastat, je hladovění. Pokud má člověk hlad, stává se jeho primární motivací uspokojit tuto aktuální potřebu a najíst se. Samozřejmě pokud máme hlad, potřeba potravy se projeví na našem chování. Jedinec se vyznačuje nervozitou, nevrlostí, podrážděností a nesoustředěností, často se cítí malátný, slabý a bez energie. Pochopitelně se tyto vnější projevy u každého člověka jeví odlišně a zcela individuálně (Nakonečný, 1996).

V motivaci existuje také opačný proces, při kterém se vnější situace, která vytváří vnější pohnutku, může stát vnitřním motivem. Jako příklad uvedu vnější situace vyvolanou pedagogem, který nás nabádá k většímu úsilí ve studiu. Vnější podněty nás přirozeně také povzbuzují, ale nejsou tak silné jako impulsy, vycházející z našeho nitra. Pokud však člověk vnější motiv přijme za svůj, stává se vnitřním motivem a je pak silněji motivován k dané činnosti či úkolu (Nakonečný, 1996).

Třídění motivů na vnější a vnitřní:

#### **Vnější motivy – tzv. incentivy:**

- odměny: pochvala, peníze, dar, výhody
- tresty: pokuta, napomenutí, důtka, trest odnětí svobody, zákaz zájmové činnosti
- příkazy: rozkazy nadřízených, výzvy a úkoly učitelů, pravidla rodičů
- prosby, přání a očekávání: vše, co od nás chtějí a očekávají druzí lidé
- nabídky: reklamy, zboží v obchodech
- vzory, idoly: motivace stát se lepším, být stejný jako náš oblíbený vzor

**Vnitřní motivy – tzv. introitivy:**

- potřeby a pudy: jedny z nejsilnějších motivačních faktorů
- zájmy: sportovní, jazykový, zájmy v našem volném čase
- emoce: radost, touha, zážitek z úspěchu, ale patří sem také strach, nejistota a další
- návyky a zvyky: zdravé (každodenní běh), nezdravé (kouření, alkohol)
- postoje a hodnoty: faktory vedoucí k nějaké aktivitě
- životní plány, cíle a ideály: individuální faktory, významně ovlivňují lidskou činnost
- pocit povinnosti: tzv. morální motivace, například student je povinen učit se na zkoušky (Holeček, Miňhová a Prunner, 2003).

**3.1.3 MOTIVAČNÍ VLASTNOSTI**

*„Motivační vlastnosti jsou trvalé charakteristiky osobnosti, které podmiňují nebo přímo určují, jak často, jak silně a jakým způsobem se bude v prožívání a chování lidí uplatňovat ten či onen motiv“ (Říčan, 2007, str. 99).*

**Přehled motivačních vlastností**

Přehled motivačních vlastností lze přirozeně vyvodit z jednotlivých motivů. Zařazujeme sem potřeby, zájmy a hodnoty, které tvoří hodnotovou orientaci (Říčan, 2007).

**3.1.3.1 PRIMÁRNÍ POTŘEBY****A) PRIMÁRNÍ FYZIOLOGICKÉ POTŘEBY**

Primární fyziologické potřeby jsou nejzákladnější potřeby, které máme příbuzné se všemi savci. Jsou to tělu naprosto přirozené jevy. Zařazujeme sem tyto potřeby: dýchání, příjem vody a potravy, spánek, sexuální potřeby, fyzická aktivita, příjem smyslových podnětů, vyměšování a můžeme najít ještě mnoho dalších příkladů. Uspokojení těchto základních požadavků organismu je nezbytné pro zachování života jedince a potažmo celého druhu. Potřeby jsou zajišťovány především instinkty. U člověka není instinktivní chování tak výrazné jako u ostatních živočichů, avšak stále zde sehrává svou roli.

Primární fyziologické potřeby se vyskytují také u jednodušších živočichů. Z toho jasně vyplývá, že z hlediska všech potřeb jsou fylogeneticky nejpůvodnější. Jako primární se jeví také z pohledu ontogeneze. Výjimku tvoří potřeby sexuální a laktanční, které se

projevují až v dospělosti, nicméně pro zachování druhu jsou stále zásadní. Ostatní potřeby se uplatňují již od narození, ať už u člověka či živočichů. Pokud od počátku života nebude zajištěno uspokojení primárních potřeb, organismus zahyne.

## **B) PRIMÁRNÍ PSYCHOLOGICKÉ POTŘEBY, INSTINKTY A PUDY**

Během individuálního vývoje člověka a ostatních savců dochází k diferenciaci chování. Do chování jedince se promítají různé motivy, které poukazují na přítomnost nejen fyziologických, ale i psychologických potřeb. Souhrnně je označujeme jako primární psychologické potřeby. Je nutné uvědomit si, že existuje vztah mezi fyziologickými a psychologickými potřebami, který je značně složitý.

Říčan (2007, str. 101) ve své knize tento vztah popisuje takto: *„Psychologické potřeby se vyvíjí na vrozeném základě, který zčásti tvoří fyziologické potřeby. Proto je možno některé z nich považovat za jakési deriváty, „odnože“ fyziologických potřeb. Jiné psychologické potřeby se fylogeneticky vyvinuly proto, aby napomáhaly uspokojování primárních fyziologických potřeb, a jsou tedy fyziologickým potřebám v tomto smyslu podřízeny, v ontogenezi se však vyvíjí značně nezávisle, jako např. potřeba hry.“*

Do seznamu psychologických potřeb lze zařadit velké množství příkladů. V tomto výčtu uvádím pouze ty nejdůležitější a nejzajímavější: potřeba sdružovat se, potřeba lásky, potřeba uznání, potřeba agrese, potřeba obrany, potřeba pečovat o druhé, potřeba hry, potřeba smíchu, potřeba poznávat, potřeba chápat (Říčan, 2007).

Pro hlubší pochopení primárních psychologických potřeb musíme znát také související termíny, což jsou primární motiv, instinkt, pud.

*Primární motiv* je věc, kterou člověk potřebuje, je to vlastní činnost, která ho uspokojí. *Instinkt* je vrozený motiv řídící činnost organismu. *Pud* je motiv, který je komplexem instinktů a emocí. Stává se tak motivem psychologickým, biologickým a částečně i vědomým a projevuje se touhou dosáhnout určitého cíle. Instinkty jsou vrozené a vyvíjí se pouze zráním člověka. Pudy se vyvíjejí během celého života a jsou ovlivněny učením a také individualitou jedinců (Říčan, 2007).

### **3.1.3.2 SEKUNDÁRNÍ POTŘEBY**

Sekundární potřebí se vyvíjí na základě primárních potřeb a souvisí se společenským životem člověka. Dělení sekundárních neboli vyšších psychických potřeb (Holeček, Miňhová a Prunner, 2003).

Poznávací potřeby se vyznačují touhou po nových podnětech, nových informací a po vzdělání. Jedná se o potřeby mozkové aktivity a vychází z reflexu, který nazýváme orientačně-pátrací. Poznávací potřeby rozdělujeme na dva typy, receptivní a objevitelské. Receptivní potřeba je pasivní příjem informací (poslech přednášky). Objevitelská potřeba je touha po samostatném řešení problému a vyhledávání nových poznatků.

Sociální potřeby jsou potřeby, které člověk uspokojuje interakcí s ostatními lidmi a vytvářením společenských vztahů. Zde můžeme uvést mnoho příkladů, jsou to potřeby: sociálního kontaktu, uznání, obava z odmítnutí, afiliace, jistota bezpečí, oblíbenosti, přátelství a lásky, sebeprosazení, kooperace, identifikace, statusu, vlastnictví a prestiže.

Výkonové potřeby souvisí s potřebou dobrého výkonu v určité činnosti (sport, studium). Zařazujeme sem potřebu úspěšného výkonu a potřebu vyhnout se neúspěchu.

Estetické potřeby jsou potřeby, ve kterých člověk hledá krásu a řád. Jedná se například o umělecké zážitky, pocit krásné přírody, upravené prostředí nebo stylu oblékání.

Existenciální potřeby vedou k utváření osobnosti člověka. Je to potřeba člověka uskutečnit v životě nějaký cíl nebo splnit si životní sen (Holeček, Miňhová a Prunner, 2003).

### 3.1.3.3 ZÁJMY

*„Zájem je obvykle definován jako uvědomělé a trvalejší zaměření aktivity jedince na vybranou oblast poznávání nebo činnosti.“* (Holeček, Miňhová a Prunner, 2003, str. 119).

Zájmy chápeme jako zvláštní druh motivů, jejichž základ je tvořen primárními potřebami, zvláště psychologickými, které nabývají konkrétní podoby v podmínkách určitého prostředí (Říčan, 2007).

Zájmy jsou vybrané motivy vedoucí k obohacení života člověka. Zájmy přispívají k rozvoji osobnosti a díky nim často prožíváme kladné emoce. Pěstování zájmů pozitivně stimuluje vůli, myšlení, paměť, procesy učení, pozornost a další psychické vlastnosti. Má samozřejmě také pozitivní vliv na sociální rozvoj (Holeček, Miňhová a Prunner, 2003).

Ve struktuře osobnosti je zájem aspekt, se kterým lze pracovat. Zájem dokážeme posilovat, rozvíjet nebo naopak omezit. Ovlivníme jej snadněji než třeba hodnotovou orientaci či primární potřeby. Například jeden vynikající pedagog dokáže, aby z biologického kroužku vyšla řada lidí, pro které zájem o přírodu zůstane celoživotní charakteristikou. Stejně tak, ať už úmyslně či bezděčně, je snadné vytvořit opak tzv.

„antizájem“. Jako příklad lze uvést znechucení určité činnosti, protože ji dětem vnucujeme a musí ji plnit i proti své vůli (Říčan, 2007).

Holeček, Miňhová a Prunner (2003) tvrdí, že člověk má obvykle více zájmů najednou. Jednotlivé záliby se navzájem ovlivňují, a to jak kladně, tak i záporně. Z hlediska zdravého vývoje jedince je důležitá všestrannost zájmů, která vyvažuje příliš jednostranné zaměření jedince.

#### **3.1.3.4 POSTOJE A HODNOTOVÁ ORIENTACE**

Postoj je individuální systém hodnocení a názorů každého jedince, který se na základě takto vytvořeného systému projevuje svým typickým chováním. Výsledné počínání se vztahuje k určitým osobám, předmětům, situacím a jevům. Každý člověk ve svých postojích uplatňuje své city, emoce a životní názory. Postoj se promítá do chování člověka a předurčuje, jak se jedinec zachová nebo jak zareaguje na určitou situaci či probírané téma (Holeček, Miňhová a Prunner, 2003).

Říčan (2007) říká, že existují různé typy postojů. Mohou to být postoje méně významné jako například názory spolužáka. Nebo jsou to postoje pro člověka důležitější, rozsáhlejší a mající jistou společenskou hodnotu. Jako příklad můžu uvést postoj k rodině nebo kolektivu. Nejdůležitější postoje jsou takové, které určují životní styl a zaměření jednotlivce a nazývají se hodnoty, které pak dále tvoří hodnotovou orientaci.

Svoboda a Vaněk (1986) popisují postoje hráčů ve sportovních hrách. Popisují sportovce a jejich chování vůči svým spoluhráčům, protihráčům, trenérům, vedení mužstva, ale i divákům. Jak se staví k tréninku, tréninkovému procesu, životosprávě a jestli dokážou přijmout zátěž. Konkrétní projevy hráčů posléze ovlivňují nejen aktuální, ale i celkový herní výkon. Tvoří tak další skupinu motivačních faktorů, které ovlivňují celkovou motivaci.

Hodnotová orientace je soustava motivů, tendencí a postojů, které ovlivňují naše chování a zaměření. Například děti k jejich cílům a výkonům pohánějí jejich vysněné ideály. U sportovců to může být třeba snaha o splnění snu hrát za vytoužený klub, reprezentovat svou zemi či účast na olympijských hrách. Důležité je, aby tyto motivující cíle, postoje a hodnoty člověk dokázal spojit s dynamickou složkou osobnosti, především s emocemi a nezlomnou vůlí (Svoboda a Vaněk, 1986).

## 3.2 SPORTOVNÍ MOTIVACE

Každý, kdo někdy sportoval, zná ten skvělý pocit, který zažívá po vyhraném utkání nad naším největším soupeřem. Pocit obrovského štěstí, jež nás zaplaví, když ve svém životním závodě překonáme osobní rekord. Pocit hrdosti, že jsme nevzdali obtížný závod a dokončili jej až do cíle. Každý správný sportovec takové pocity moc dobře zná. Položme si nyní otázku, co nás vlastně k takovýmto výkonům vede? Proč chceme porazit svého soupeře? Proč závod nevzdáme, když už nám síly nestačí? Odpověď na všechny tyto otázky zní, to je naše motivace, náš vnitřní motor. Kupředu nás táhne neuvěřitelně silná touha něco udělat, zvládnout, překonat, někoho porazit a všem dokázat že na to máme a jsme nejlepší.

Musíme si ovšem uvědomit, že výkonnostní sport není jen zábava a potěšení. Musíme mu obětovat čas, naše síly a energii a přizpůsobit celý životní styl. Sport spočívá v tom, že chodíme na každý trénink za jakéhokoliv počasí. Nesmí nás odradit ani největší průtrž mračen, mráz či teplota sahající ke 40°C.

### 3.2.1 MOTIVACE SPORTOVNÍ ČINNOSTI

Motivace sportovních činností je komplex motivačních faktorů, které vyjadřují příčiny a podmínky chování jedince ve sportu. Pro pochopení motivace a toho jak vzniká, je důležité tyto faktory pochopit.

Rovněž ve sportovní činnosti vznikají aktuální potřeby, které musíme uspokojovat. Pro člověka by měla být potřeba tělesného pohybu přirozenou součástí život. Definicí potřeby tělesného pohybu lze definovat tak, že: „*je to cyklická potřeba funkční, jejímž cílem není určitý předmět nebo činnost. Potřeba pohybu vzniká patrně nahromaděním energie v pohybových centrech nervové soustavy, zejména v korových buňkách. Potřeba pohybu je vyvolána i periferně signály ztuhlosti, křečovitosti a únavy některých svalových skupin, zvláště při déletrvajících statické činnosti, např. při stání či sedění.*“ (Slepička, Hošek a Hátlová, 2009, str. 85-86). Pokud dlouho sedíme v práci u počítače nebo ve škole v lavici, máme poté nutkání protáhnout se, protřepat si končetiny nebo jít ven na čerstvý vzduch. U každé věkové skupiny se tato potřeba pohybu projevuje různě a s jinou intenzitou (Slepička, Hošek a Hátlová, 2009).

Děti v naprosté většině nevydrží dlouho sedět v klidu a dávají přednost hrám a spontánnímu pohybu. Pro pracující či studenty je po déletrvajících statické činnosti důležitá

kompenzace a to nejlépe formou aktivního odpočinku. Vhodným způsobem je sportovní aktivita, v ideálním případě v na čerstvém vzduchu v přírodě. Takto zvolený aktivní odpočinek má pozitivní dopad na činnost organismu a také pozitivně ovlivňuje psychiku, zejména odbourávání stresu. Bohužel, v dnešním hektickém světě lidé zlenivěli a volí hlavně pasivní způsob odpočinku.

Pro sportovní činnost mají velký význam potřeby, které napomáhají vytvářet kladné mezilidské vztahy. Pro přehled sem lze zařadit tyto potřeby:

- potřeba citových vztahů
- potřeba zaujmout místo ve společnosti
- potřeba hodnocení a uznání vlastní činnosti (Slepička, Hošek a Hátlová, 2009).

Potřeb, které se účastní na vytváření motivů sportovní činnosti, je široké spektrum. Díky této rozsáhlosti je zřejmé, že klasifikovat motivy do ucelených systémů není jednoduché. Jako vhodnou systematiku, především z didaktického hlediska, lze zvolit třídění podle Madsena:

- motivy společenského kontaktu
- motivy dosahování něčeho
- motivy prestiže
- motivy akvizice, tj. nabývání a vlastnění
- emocionální motivy agrese a dosažení bezpečí (Slepička, Hošek a Hátlová, 2009).

Motivace sportovní činnosti je prioritně motivována vnitřními potřebami a motivy, především biologického a společenského rázu. Další neoddělitelnou součástí tvoří zájem jedince o danou sportovní činnost. Nesmíme však opomenout ani vnější motivy, které motivaci také mohou velmi významně ovlivnit (Slepička, Hošek a Hátlová, 2009).

### **3.2.2 RADOST A SPORT**

Slepička, Hošek a Hátlová (2009) popisují radost ve sportu jako nezbytnou podmínku zájmového nebo profesionálního sportování. Neradostný sport, vzhledem k absenci radostné hravosti, zpravidla nemá dlouhého trvání.

Slepička, Hošek a Hátlová (2009) rozdělují zdroje radosti do 4 kritérií.

Prvním kritériem jsou *pohybové zdroje radosti*. Mluví se o zlepšení nálady a pocitech euforie, které nám pohybová aktivita přináší. Může sem patřit například prokrvení těla, okysličení mozku a vyplavování endorfinů a adrenalinu do krve.

*Psychologické zdroje radosti* jsou spatřovány například v nárůstu sebehodnocení a sebedůvěry. Dále také pocitu hrdosti po výkonu, úspěch ve smyslu dosažení či zvládnutí určitého výkonu nebo úkolu. V neposlední řadě také vědomí zdravotní prospěšnosti sportování.

*Sociální zdroje radosti* při sportování mohou být například uznání, prestiž či triumf po vítězství. Jedince láká také možnost boje, soupeření a srovnávání. V kolektivních sportech je to především sdílení radostných emocí ve skupině.

*Environmentální zdroje radosti* jsou myšleny především jako očistné a povznášející. Velký vliv zde hraje přírodní prostředí a sportovní situace asociované přírodními okolnostmi, jako například slunce, voda, les, sníh, déšť a pocit čistého vzduchu, které způsobují pozvednutí nálady a radost (Slepička, Hošek a Hátlová, 2009).

### 3.2.3 MOTIVAČNÍ STRUKTURA SPORTOVCE

Pokud chceme zlepšovat výkony sportovců, je důležité porozumět tomu, jaká vnitřní síla je žene kupředu. Poznáním motivace sportovců můžeme napomoci především trenérům, kteří pak dokážou lépe stimulovat své svěřence (Tod, Thatcher a Rahman 2012).

Motivaci musíme chápat jako celek. Jednotlivé motivy se vzájemně prolínají, překrývají, doplňují, ale mohou si také odporovat. Tento složitý proces vede k vytvoření motivační struktury sportovce. Ta je značně složitá, proměnlivá a neustále podléhá vývoji. Hlavní roli ve vývoji motivační struktury zastává osobnost jedince, nesmíme však opomenout věk a významný vliv výkonnosti (Slepička, Hošek a Hátlová, 2009).

Motivační struktura sportovce je rozdělována do čtyř stadií (Slepička, Hošek a Hátlová, 2009).

První stadium se nazývá *generalizace motivační struktury*. Typickým projevem v tomto období je široká paleta sportovních činností. Jedinec má velký rozptýl zájmů a zkouší všechny druhy sportu. Velký vliv zde hrají vnější podněty, mohou to být kamarádi či rodina, ale také reklama nebo aktuální trend. Vliv na výběr sportovního odvětví může mít například i životní prostředí. Pokud dítě žije na horách, je zde velká pravděpodobnost,



že se později bude věnovat některému ze zimních sportů. Nejdůležitějším znakem je radost ze sportovní činnosti a vytvoření kladného vztahu k pohybové aktivitě.

Druhé stadium lze pojmenovat jako *diferenciace motivační struktury*. V tomto období se sportovec rozhoduje o svém budoucím sportovním zaměření. Prochází procesem sebepoznání a cestu mu mimo jiné ukazují dosažené úspěchy. Pouhé zalíbení ve sportu zde převyšují seberealizační motivy. Radost z pohybu samozřejmě nemizí, ale důraz je kladen především na to, jak je člověk ve vybraném sportu úspěšný. V této fázi tak vzniká první motivace ke zvolenému sportu a tím dochází k posunutí sportovce na další úroveň. Fyzickou vyspělost zvyšujeme systematickým tréninkem a základy sportovní disciplíny. Emocionální úroveň lze vhodně doplnit teoretickým poznáním vybraného sportovního odvětví.

Předposlední stadium, v němž dochází ke kulminaci, označujeme jako stadium *stabilizace motivační struktury*. Důležitou roli zde hrají motivy, které vedou k dosažení výkonnosti. Radost a prožitek zastávají minoritní funkci. Do popředí se dostává především výkonnost a s ní spojené cíle, tento proces nazýváme sekundární motivace. Cíle mohou být osobní jako třeba touha po vítězství, pokoření rekordů, pocta, sláva, finance. Dále jsou cíle společenské a to především reprezentace, vytváření kontaktů, shánění sponzorů, mediální zviditelnění. Uvedené osobní, společenské a některé vedlejší cíle vytváří složitou a dynamickou motivační strukturu. Sportovec je charakterizován svou zkušeností, znalostí své osobnosti a racionálním přístupem ke svému sportu. V kolektivních sportech se může stát tahounem a pilířem svého týmu.

Posledním vývojovým stádiem je *involve motivační struktury*. V tomto stadiu dochází k přeskupování motivační struktury. Seberealizační motivy k dosažení výkonnosti ustupují. Do popředí se opět dostávají primární motivy sportování, tj. radost ze sportu, radost z pohybu. Odpoutání se od snahy dosáhnout vždy maximálních výkonů může mít velký psychologický efekt. Takto motivovaný sportovec může dosahovat výborných výkonů, především díky svým zkušenostem a psychické vyrovnanosti.

Může nastat také negativní případ involuce motivační struktury. Sportovec se před ukončením sportovní kariéry snaží ze své popularity vytěžit maximum. Chce získat peníze a vymoci si původní slávu. Z toho důvodu známe některé návraty sportovců i po ukončení aktivní kariéry (Slepička, Hošek a Hátlová, 2009).

### 3.2.4 VÝKONOVÁ MOTIVACE

„*Výkonová motivace je postavena na východisku, že lidé jsou obecně motivováni dosahováním úspěchu, zlepšováním výkonů, zvládnutím úkolů a dobrým zvládnutím žádoucího chování.*“ (Tod, Thatcher a Rahman, 2012, str. 35).

Výkonová motivace vychází ze dvou teorií. První je teorie potřeby úspěchy a druhá je teorie cílového zaměření.

#### TEORIE POTŘEBY ÚSPĚCHU

Teorie potřeby úspěchu vychází z názoru, že každý jedinec má vnitřní touhu dosahovat úspěchu a vyhýbat se neúspěchu. Míra motivace k účasti na nějaké aktivitě je rovnováhou mezi cílem uspět a snahou vyhnout se neúspěchu (Tod, Thatcher a Rahman, 2012).

Každá šance, kdy sportovec může dosáhnout velkého výkonu, vzbuzuje velkou naději na úspěch, ale s tím také souvisí strach z neúspěchu či selhání. Z toho vyplývá, že vždy dochází ke konfliktu mezi těmito tendencemi. Každý jedinec si volí jinou tendenci (Slepička, Hošek a Hátlová, 2009).

Velkou roli zde hrají osobnostní charakteristiky. Podle tendencí, které si člověk volí, rozdělujeme dvě skupiny. První skupina jsou lidé prahnoucí po úspěchu, který jim přináší uspokojení a pocit hrlosti. U těchto sportovců se hlavním motivem stává snaha dosáhnout úspěchu. Tito výkonově orientovaní sportovci budou chtít tento pocit zažívat opakovaně, a tak usilují o další úspěchy. Druhou skupinu tvoří lidé, jejichž hlavním motivem je vyhnout se neúspěchu, vyvarovat se ponížení a negativním pocitům (Slepička, Hošek a Hátlová, 2009).

Znalost této teorii může být prakticky využita, především v psychologické přípravě sportovců. Prospěšnost je evidentní, příkladem může být výběr sportovních talentů. Vysoká potřeba velké výkonu se jeví jako záruka poměrně stabilní motivační struktury, která se projevuje jako neklesající zájem o sport v průběhu tréninku. Znalost této problematiky je také důležitá při pokusech ovlivnit motivační strukturu sportovce. Rozdílná motivace a přístup testovaných osob k testování má na měřených výsledcích značný podíl. Každý sportovec přisuzuje měření jinou důležitost, což má za následek rozdílnou snahu a výkon i při stejných schopnostech (Slepička, Hošek a Hátlová, 2009).

Výkonová motivace souvisí s ontogenetickým vývojem, sociální rolí a také se situačními vlivy. V ontogenezi je to především výsledek sociálního učení, kdy jedinec usiluje o souhlas a pochvalu okolí a snaží se vyhnout nesouhlasu. Významnou roli zde sehrává výchova a rodinné prostředí. Především rodiče by měli dítě stimulovat k výkonu a samostatnosti (Slepička, Hošek a Hátlová, 2009).

### TEORIE CÍLE SNAŽENÍ

*„Teorie cíle (Nicholls, 1984) je ve sportu přijímána mnohem více než teorie potřeby úspěchu. Tato teorie vychází z předpokladu dvou stálých zaměření osobnosti: orientace na úkol a orientace na ego.“* (Tod, Thatcher a Rahman, 2012, str. 38).

### CHARAKTERISTIKA EGO/TASK ORIENTACE

Teorie cíle snažení vychází ze dvou zaměření osobnosti. Prvním typem jsou jedinci orientovaní na činnost, na úkol = **task orientace**. Druhým typem jsou jedinci orientovaní na ego, na sebe samotného = **ego orientace**. Oba typy zaměření mají charakteristické rysy a jsou motivováni jinými hodnotami.

#### A) ORIENTACE NA ÚKOL = TASK ORIENTATION

Sportovci orientovaní na úkol jsou charakterizováni vysokým úsilím a velkou pracovitostí, které vkládají do úkolu. Toto vložené úsilí a poctivá práce jsou pro ně současně i odměnou. Ke sportování je motivuje především radost z pohybu, který jim přináší uspokojení. Hlavní prioritou je pro ně tedy plnění úkolů a možnost neustále se zlepšovat a posouvat dál (Tod, Thatcher a Rahman, 2012).

#### B) ORIENTACE NA EGO = EGO ORIENTATION

Sportovci orientovaní na ego, tedy na sebe sama, vyznávají jiné priority. Úspěch pro ně znamená spíše výsledek přirozené schopnosti než vynaložené úsilí. Ke sportování je nejvíce motivuje možnost poměřit se svými soupeři a konkurenty. Nejdůležitější je pro ně předvést své mimořádné schopnosti a vyčnívat nad ostatními (Tod, Thatcher a Rahman, 2012).

Jak ego/task orientace vypadá v praxi lze demonstrovat na tomto příkladu: v soutěžním fotbalovém zápase vyběhne na hřiště 11 hráčů se stejným zapálením a stejnou snahou získat tři body. Hráče orientované na úkol nejvíce motivuje především předvedená hra a týmový výkon. Cílem je především vědomí, zda jejich hra splnila očekávání. Hráče orientované na ego motivuje touha porazit druhý tým a být nejlepší na hřišti.

Pravděpodobně však budou chtít zastínit i svoje spoluhráče. Jejich měřítkem je hlavně výsledek zápasu a vědomí, že byli na hřišti nejlepší a celý zápas rozhodli díky svým výjimečným schopnostem.

Je zřejmé, že obě tendence mají své klady i zápory. Optimálním poměrem ego/task orientace je snaha podat co nejlepší výkon a touha vítězit, ale veškeré úsilí prodat ve prospěch svého týmu (Tod, Thatcher a Rahman, 2012)

#### **ZAMĚŘENÍ NA TYP ÚKOLU**

Ego/task orientace také ovlivňuje, na jaký typ úkolů se jedinci zaměřují. Jedinci orientovaní na úkol volí jiné typy úkolů. Vybírají si především obtížné úkoly, aby měli příležitost ověřit si, zda se zlepšují a vyvíjejí. Velkou roli zde hraje jejich význačná vlastnost, kterou je vytrvalost. Naopak pro sportovce orientované na ego je daleko důležitější možnost ukázat, že ve svém sportu vynikají. Volí častěji snazší úkoly, ve kterých je prioritním cílem porážet všechny ostatní.

Sportovci orientovaní na úkol při nácviu základních dovedností a úkolů, které mohou být pro některé méně zajímavé, někdy až nudné, projevují větší vytrvalost. Je to pochopitelný jev, protože takto orientovaní sportovci si více cení zisků, které jim vytrvalost a tvrdá práce přináší. Věří, že vynaložené úsilí jim přinese odměnu v podobě úspěchu. Naopak jedinci orientovaní na ego jsou přesvědčení, že úspěch je výsledkem přirozených schopností, nikoli jejich úsilí (Tod, Thatcher a Rahman, 2012).

#### **DALŠÍ POHLED NA EGO/TASK ORIENTACI (JAGACINSKI & STRICKLAND, 2000):**

Teorie dosažení cíle se vyznačuje dvěma typy dosažení cíle neboli dvěma cílovými zaměřenými. První typ je prezentován jako *learning goal* (Dweck, 1986), *mastery goal* = dosažení mistrovství (Ames & Archer, 1988) nebo *task involvement* = orientace na úkol (Nicholls, 1984). Jedinci orientovaní na úkol, za svůj primární cíl považují samotné učení či snahu o dosažení mistrovství v dané činnosti. Úkol provádí pro vlastní zájem a základem je vnitřní motiv. Task orientace se posuzuje na základě sebepoznání. Jedinci se zaměřují na zlepšování svých schopností a na tvrdou a svědomitou práci. Pokud se díky tréninku dokážou zlepšovat, mají z toho velmi pozitivní dojmy (Jagacinski & Nicholls, 1984). Nestarají se o to, jak stejný úkol vykonávají ostatní, nýbrž o to jak jej provádí oni sami. Srovnání s dalšími hráči či soutěžícími pro ně není důležité. K vyhodnocení jejich výkonů jim slouží individuální evaluace, a to především pocit z dobře odvedené práce. Je

evidentní, že srovnávání s ostatními soutěžícími je pouze informativní a na jejich úsilí a výkony nemá významný dopad. Nejdůležitější je tedy vlastní výkon a způsob dosažení cíle. (Nicholls, 1984).

Druhý typ zaměření se nazývá *performance goal* = zaměření na výkon (Ames & Archer, 1988) nebo také *ego involvement* = ego orientace, zaměření na sebe sama (Nicholls, 1984). Jedinci orientovaní na ego mají největší zájem o to, aby všem ostatním ukázali své nejlepší schopnosti a dovednosti. Porovnávání se s ostatními hraje v ego orientaci velmi důležitou roli. Bez soutěžení a vzájemného poměřování sil nemohou výkonově orientovaní jedinci ukázat svou dominanci. Úsilí vynaložené k dosažení cíle, jako ukázka jejich schopností a kvalit nestačí. Musí být vždy nejlepší a vždy vyhrávat. Pokud soupeří s ostatními, tak buď při menším úsilí dokážou podat stejné výkony, nebo při stejném úsilí nad ostatními musí vynikat. Butler (1992, 1993) prokázal, že se jedinci orientovaní na ego více zajímají o normativní hodnocení výkonnosti, než o způsob provedení úkolu (Jagacinski & Strickland, 2000).

### 3.2.5 MOTIVAČNÍ KLIMA

Motivační klima lze definovat jako prostředí, které výraznou měrou přispívá k tomu, jak bude určitá osoba zaměřovat svou motivační orientace, zda na úkol nebo na ego. Z toho vyplývá, že motivační klima rozdělujeme podle převládající orientace sportovce.

*Klima mistrovství* je prostředí zaměřené na úkol. Důležitou roli zastává trenér, rodič nebo pedagog. Podporuje a motivuje svého svěřence, aby u úkolu vytrval, zlepšoval se v osobních cílech a dbal na týmový duch a týmovou hru.

*Klima soutěžení* více zapojuje ego. Základ hodnocení tvoří soupeření a srovnávání. Nejlépe a nejvíce odměněni jsou sportovci s vysokými výkony, kteří v soutěži dominují nad ostatními.

Porozumění motivačnímu klimatu je důležité zejména pro trenéry, jejichž cílem je podpořit svého svěřence nebo tým v podávání co nejlepších výkonů. Pro samotné sportovce je důležité pro vznik vnitřní motivace, založené na radosti z pohybu a dobrém psychickém rozpoložení (Tod, Thatcher a Rahman, 2012).

### 3.3 SPECIFIKA VE FOTBALU ŽEN

Fotbal žen v posledních letech zaznamenává významný vzestup. Ve světě vládnu velmoci jako Německo, Švédsko, Anglie, Spojené státy americké, Japonsko a Brazílie. Výkonnost žen se významně zvyšuje a rozdíly již nejsou tak markantní, jako dříve. Musíme si však uvědomit, že výkonnost žen a mužů se nemohou rovnat. Tento fakt je zapříčiněn anatomickými, fyziologickými a psychologickými specifiky.

V následujícím textu tyto odlišnosti stručně popisují. Chci tak ukázat, že není možné srovnávat výkony žen a mužů, a to v žádné ze zmíněných charakteristik.

#### 3.3.1 ANATOMICKÉ CHARAKTERISTIKY

Puberta je období, kdy poprvé pozorujeme výrazné rozdíly ve výkonnosti žen a mužů. Vlivem mužských pohlavních hormonů, zejména testosteronu, se zásadně mění složení mužského těla. Důsledkem je nárůst svalové hmoty, a s tím související změny v silových schopnostech. Svalstvo u mužů tvoří 40-45% celkové hmotnosti těla, zatímco u žen je to asi o 10% méně, tedy zhruba 30-35% celkové hmotnosti těla. Samotné svalstvo má u žen poněkud jinou stavbu, je méně pevné a především svalová síla je výrazně nižší. Naopak ženy mají díky většímu podílu pomalu kontrahujících vláken dobré předpoklady pro vytrvalostní schopnosti (Votík, 2001).

Další odlišnosti jsou patrné na první pohled. U žen je nižší výška a hmotnost, kratší končetiny, větší kloubní pohyblivost, užší ramena, širší boky a níže položené těžiště. Výrazné rozdíly nacházíme také ve složení těla. Ženy mají vyšší procento tukové tkáně, menší celkové množství tělesné vody a již zmíněné nižší procento svalové tkáně (Dovalil a kol., 2002).

#### 3.3.2 FYZIOLOGICKÉ CHARAKTERISTIKY

Odlišná stavba těla žen má za následek také rozdílnou funkci jednotlivých orgánů. Výkon orgánů není tak efektivní jako u mužů. Stěžejní roli zde hraje kardiopulmonální systém. Srdce žen je přirozeně menší a má tudíž menší srdeční objem a naopak vyšší tepovou frekvenci. Zvýšení tepové frekvence je viditelné zejména při náročné fyzické aktivitě. Ženy také mají menší objem krve v těle a s tím související nižší počet červených krvinek. Menší počet erytrocytů má za následek nižší transport kyslíku krví k jednotlivým tkáním. Stejně tak i plíce jsou menší a oproti mužům mají nižší plicní funkce (Votík, 2001).

K výraznému specifiku žen patří menstruace. Tento pravidelný děj může být spojen se ztrátou chemického prvku železa z těla. Zvýšená ztráta železa má za následek slabost, v krajním může vést až k onemocnění, tzv. chudokrevnosti. Průběh menstruace je u hráček velmi individuální. Obvykle se projevuje bolestmi, především v oblasti břicha a bederní páteře a může způsobovat únavu. V chování se projevu zejména podrážděností a zvýšenou citlivostí. Vliv menstruace na výkonnost v tréninku a zápasu je ryze individuální, může být neměnná, snížená, ale i zvýšená (Votík, 2001).

### **3.3.3 PSYCHOLOGICKÉ CHARAKTERISTIKY**

Ženy jsou psychicky labilní a velmi citlivé na vnější podněty. Pokud v zápase cítí křivdu nebo nespravedlivé jednání rozhodčího, reagují daleko emocionálněji než muži. V tréninkovém procesu by měl trenér k jednotlivým hráčkám volit individuální přístup. Oproti mužům mají jinak postavenou hodnotovou orientaci a vyznávají jiné priority. Své cíle a úkoly plní pečlivě a svědomitě a vyznačují se smyslem velkým pro odpovědnost (Votík, 2001).

Trenér by měl být chápavý, taktní a vzbuzovat důvěru. Pokud trenér hráčce při zápase nebo tréninku nadává, bude to mít v naprosté většině případů negativní dopad na její psychiku, motivaci a následně i výkon. Trenér by měl v zápase i tréninku volit spíše kladné hodnocení. Umění trenéra je také schopnost motivovat své svěřenkyně k lepším výkonům. Jako vhodnou motivace lze zvolit samotný prožitek z pohybu (Dovalil a kol., 2002). Ženy na své fyzické kondici rády pracují, především pokud jsou si vědomy, že jim sport přináší pozitivní výsledky.

## **4 PRAKTICKÁ ČÁST**

### **4.1 CÍL PRAKTICKÉ ČÁSTI**

Cílem praktické části je zjistit jaká je motivační orientace u hráček fotbalu. Jako dílčí cíle si kladu srovnat motivační orientaci mezi hráčkami z 1. ligy a hráčkami z nižších soutěží. Podrobněji rozebrat jednotlivé posty a zjistit, zda motivační orientace liší u brankařek a hráček obranné, záložní a útočné řady. Na závěr praktické části rozeberu jednotlivé otázky z dotazníku pro zjišťování ego/task orientace.

### **4.2 POPIS VZORKU RESPONDENTŮ**

Celkový vzorek obsahuje 160 respondentů. Soubor rozdělují na hráčky 1. ligy, kterých je 90 a hráčky nižších soutěží, kterých je 70. Respondenty rozdělují záměrně, abych zjistila, zda existují rozdíly v motivační orientaci mezi ženskými soutěžemi.

První soubor tvoří hráčky 1. ligy žen, což je nejvyšší soutěž ve fotbalu žen, která se hraje v České republice. V probíhající sezóně 2013/2014 tuto soutěž hraje 8 celků – FC Viktoria Plzeň, AC Sparta Praha, SK Slavia Praha, FK Bohemians Praha, FC Hradec Králové, SK DFO Pardubice, 1. FC Slovácko a FC Baník Ostrava. Ze všech těchto týmu jsem získala data v podobě dotazníku, ke zjišťování ego/task orientace. Snažila jsem se, abych z každého celku vybrala zastoupení všech postů, tedy brankařku a hráčky z obrany, zálohy i útoku.

Druhý soubor tvoří hráčky z nižších lig. Přesněji je to Česká fotbalová liga žen, což je druhá nejvyšší soutěž ve fotbalu žen. Zde jsem distribuovala dotazníky do týmů: FK Dukla Praha, FK Rakovník a DFK Teplice. Mimo to jsem dotazníky rozdala také do jednoho týmu v Moravské fotbalové lize žen a to do celku FC Zbrojovka Brno. Nejmenší část dotazníku jsem rozdala do 3. ligy žen, což je nejnižší soutěž. Vybrala jsem si pouze týmy v okolí Plzně: TJ Holoubkov, TJ ZKZ Horní Bříza a TJ Čechie Příkosice.

### **4.3 POPIS POUŽITÉ METODY**

Jako metodu jsem použila dotazník, pro zjišťování ego/task orientace. Ego/task orientace ovlivňuje to, jak sportovci vnímají příčiny svého úspěchu. Zjišťuje, proč sport dělají a jakým způsobem hledají správnou cestu pro dosažení nejlepšího výkonu. Dále také



pomáhá zjistit, jaký důraz kladou na své schopnosti, zájmy a zábavu, kterou jim sportovní aktivita přináší.

Dotazník celkem obsahuje 12 otázek, z toho 6 otázek je zaměřeno na ego orientaci a 6 na task orientaci. Jedná se o uzavřený typ dotazníku, kde je připravena čtyř stupňová škála. Respondenti si odpovědi vybírají z možností: a) ano vždy, b) většinou, c) většinou ne a d) nikdy. V dotazníku se ptám na pocity při provádění sportovní aktivity. Je kladen důraz na to, aby testované osoby popřemýšlely, jak správně popsaná tvrzení popisují situace, kdy se ve sportu cítí nejúspěšnější. Konečné výsledky jsem uspořádala do přehledných tabulek a grafů.

Dotazníky jsem do týmů začala distribuovat v květnu 2013. Postupně jsem dotazníky předala na každém vzájemném zápase, kde mi je dotazované hráčky vyplnily a hned vrátily zpět. Do týmů z nižších soutěží jsem dotazníky předala s pomocí tamějších hráček či trenérů. Malou část jsem také rozdala pomocí sociálních sítí a e-mailu. Celkem jsem rozdala téměř 250 dotazníků, z nichž se mi vrátilo 165. Některé dotazníky jsem musela z šetření vyřadit. Na první pohled bylo viditelné, že některé dotazované hráčky zvolily laický přístup a cíleně označily pouze jedinou odpověď, což by mohlo výzkum znehodnotit. Výsledný soubor tvoří 160 dotazníků.

## 4.4 VÝSLEDKY ŠETŘENÍ

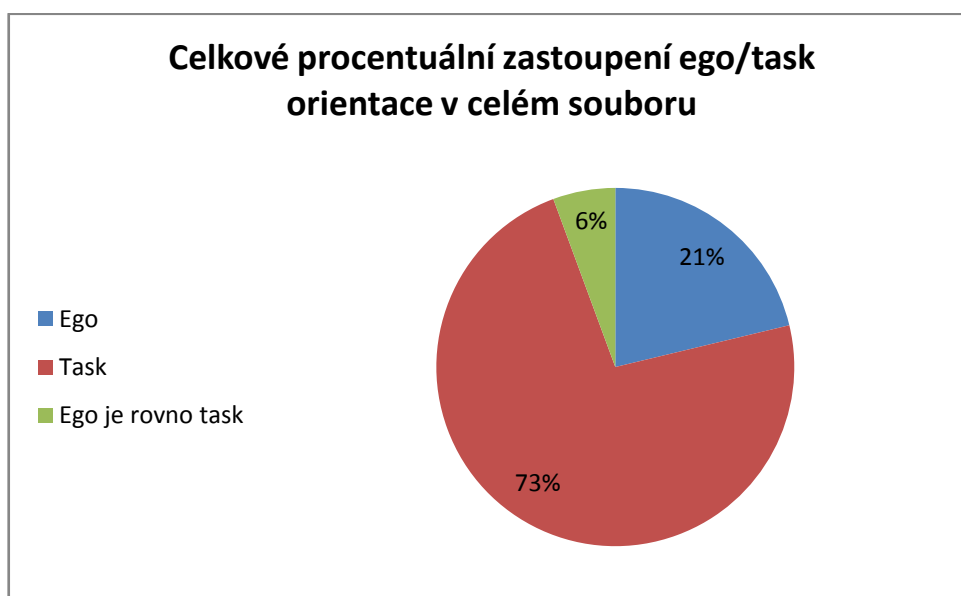
### 4.4.1 PROKÁZÁNÍ HYPOTÉZY H1

**H1: „Předpokládám, že v celém souboru bude převažovat task orientace.“**

Z celkového souboru, tedy ze 160 testovaných osob se většina hráček, celkem 117, orientuje na úkol. Ego orientace je zastoupena 34 hráčkami. V 9 případech vyšlo, že poměr ego a task orientace je roven. V tabulce vidíme také procentuální vyjádření. Orientace na úkol, která činí vysokých 73%, představuje opravdu velmi výraznou převahu.

Počet hráček	Procentuální zastoupení	Cílová orientace
<b>117</b>	<b>73 %</b>	<b>task orientace</b>
34	21%	ego orientace
9	6%	ego je rovno task

Tabulka č. 1: Ego/task orientace v celém souboru



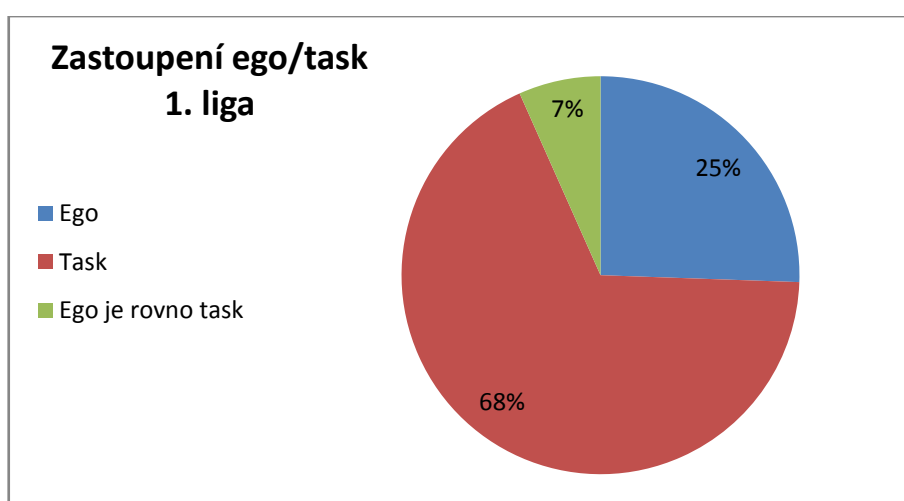
Graf č. 1: Procentuální vyjádření ego/task orientace v celém souboru

**Hypotéza H1 je potvrzena.**

#### 4.4.2 PROKÁZÁNÍ HYPOTÉZY H2

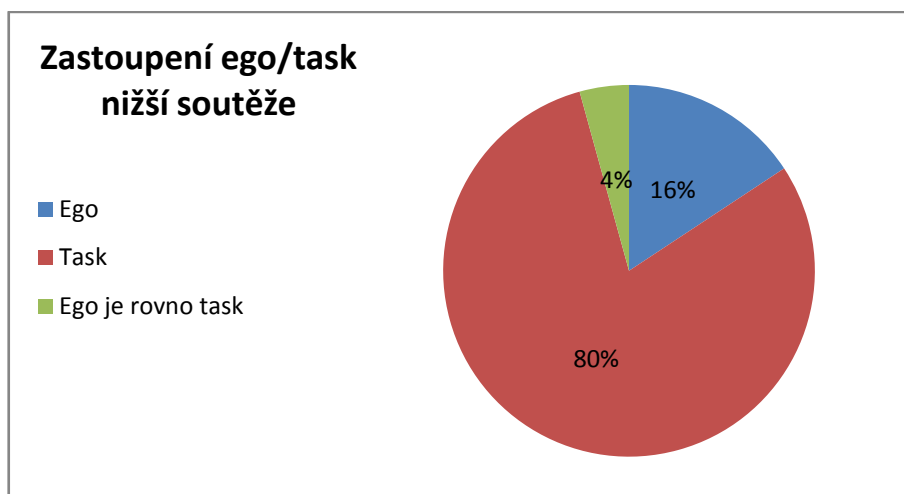
**H2: „Předpokládám, že se hráčky 1. ligy více zaměřují na ego, než hráčky z nižších lig.“**

Nejprve rozeberu první výzkumný soubor, tedy 1. ligu žen, která vykazuje tyto hodnoty. Z celkového zastoupení 90 testovaných osob se 61 hráček zaměřuje na task orientaci, což zároveň činí celkových 68%. Na ego orientaci se zaměřuje 23 dotazovaných, které v procentuálním vyjádření tvoří 25%. Zbýlých 6 dotazovaných osob má ego a task zaměření zcela vyrovnané a v grafu nám vykazuje hodnotu 7%.



Graf č. 2: Procentuální zastoupení ego/task orientace v 1. lize žen

Druhý výzkumný soubor, tvořený 70 hráčkami z nižších soutěží, vykazuje pokles v zastoupení ego orientace. Na ego se orientuje pouze 10 hráček, což tvoří pouhých 16% z celkového grafu. Vidíme zde, že hráčky z nižších soutěží mají skutečně menší tendenci orientace na ego, než hráčky z 1. ligy. Musíme však brát zřetel, že tento výzkumný soubor tvoří pouhý zlomek všech fotbalistek, a tudíž těchto 9 % netvoří výrazný rozdíl. Z grafu je patrná drtivá převaha task orientace, která vyšla u 57 hráček a tvoří celkových 80%. Graf nám doplňují zanedbatelná 4%. Jsou to 3 případy, u kterých vyšlo ego a task orientace ve stejném poměru.



Graf č. 3: Procentuální zastoupení ego/task orientace v nižších soutěžích

Těmito výsledky lze potvrdit fakt, že druhá hypotéza rovněž platí. Ve výzkumném vzorku tedy opravdu hráčky z 1. ligy mají větší převahu ego orientace. Musím ovšem uznat, že tento rozdíl, který činí pouhých 9% je zanedbatelný.

Cílová orientace	1. liga Celkový počet = 90 testovaných osob		Nižší soutěže Celkový počet = 70 testovaných osob	
	task	61 hráček	68 %	57 hráček
<b>ego</b>	<b>23 hráček</b>	<b>25%</b>	<b>10 hráček</b>	<b>16%</b>
ego = task	6 hráček	7%	3 hráčky	4%

Tabulka č. 2: Srovnání ego/task orientace mezi 1. ligou a nižšími soutěžemi

**Hypotéza H2 je potvrzena.**

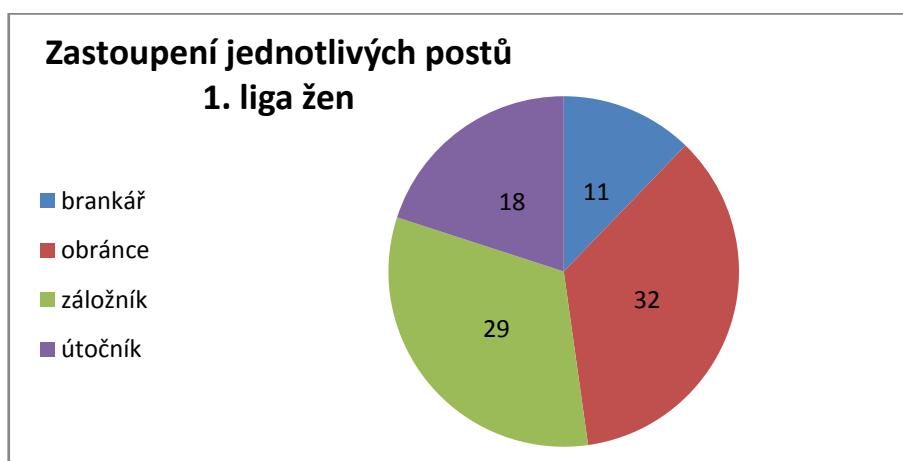
Opět však zdůrazňuji, že rozdíl 9 % je minimální.

#### 4.4.3 PROKÁZANÍ HYPOTÉZ H3 A H4

**H3: „Předpokládám, že se motivační orientace u jednotlivých postů liší.“**

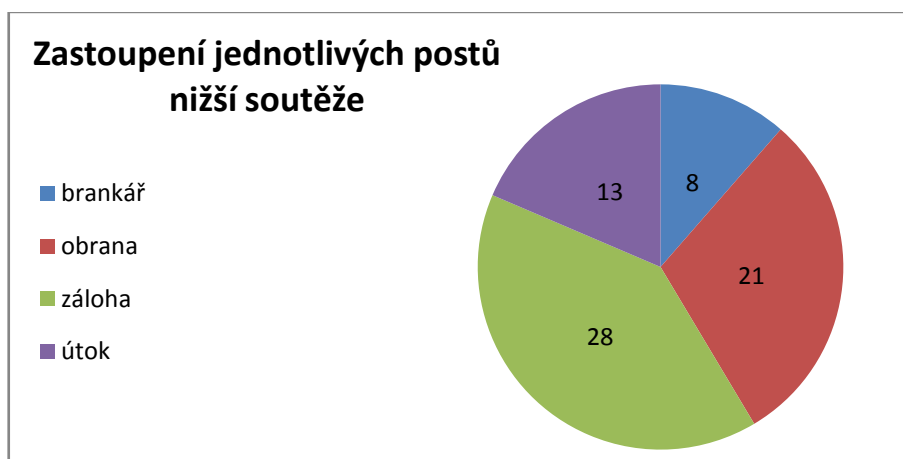
**H4: „Předpokládám, že útočnice mají větší zaměření na ego než hráčky obranné řady.“**

Na úvod pro přehlednost graficky znázorňuji rozložení postů v 1. lize žen. Z 90 dotazovaných hráček jsem získala data od 11 brankářek, 32 hráček obranné řady, 29 hráček záložní řady a 18 útočnic. Převaha hráček obranné a záložní řady je logická, neboť většina týmů hraje systém 1-4-4-2. Tento systém značí rozestavení na hřišti, které vypadá takto: 1 brankářka, 4 obránkyně, 4 záložnice a 2 útočnice.



Graf č. 4: Zastoupení jednotlivých postů (1. liga žen)

V druhém výzkumném souboru je obdobné rozložení jednotlivých postů. Největší zastoupení, celkem 28 respondentek, tvoří hráčky záložní řady. Druhé nejvyšší zastoupení zaujímají obránkyně, s počtem 21 hráček. Od útočnic jsem vybrala 13 dotazníků a od brankářek, nejmenší počet, který činí 8 dotazníků.



Graf č. 5: Zastoupení jednotlivých postů (nižší soutěže)

## Grafické znázornění jednotlivých postů

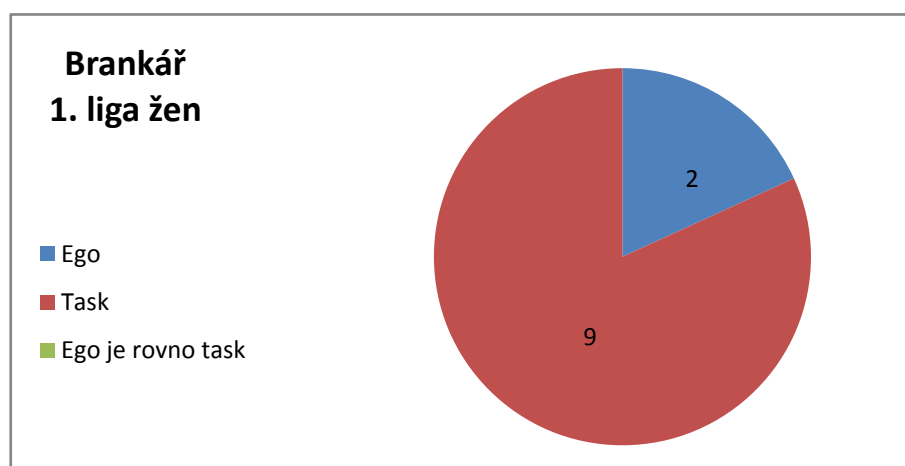
Nyní se již budu zabírat jednotlivými posty, graficky vyjádřím zastoupení a výsledky shrnu v krátkých, ucelených tabulkách. Začínám od zadních řad, tedy pozicí brankáře, pak následuje obranná, záložní a nakonec útočná linie.

### 1) brankář

Cílová orientace	1. liga Brankář = 11 testovaných osob		Nižší soutěže Brankář = 8 testovaných osob	
	<b>task</b>	<b>9 hráček</b>	<b>82%</b>	<b>6 hráček</b>
ego	2 hráček	18%	1 hráčka	12,5%
ego = task	0 hráček	0%	1 hráčka	12,5%

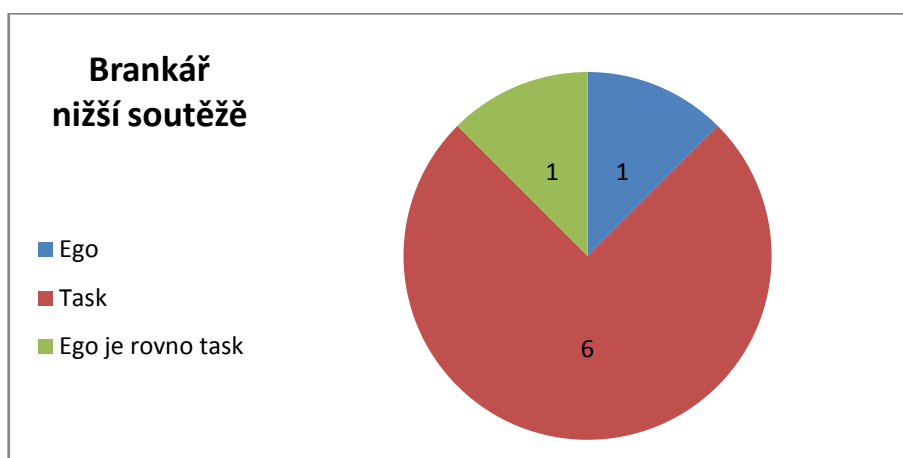
Tabulka č. 3: Srovnání ego orientace - brankář

V prvním souboru je z 11 dotazovaných brankářek 9 orientovaných na task a pouze 2 na ego. Procentuální vyjádření je 82 % orientace na úkol a 18% orientace na sebe sama.



Graf č. 6: Zastoupení ego/task – brankář (1. liga)

V druhém souboru je z 8 dotazovaných 6 orientovaných na úkol, 1 na sebe sama a u 1 hráčky je ego rovno task.



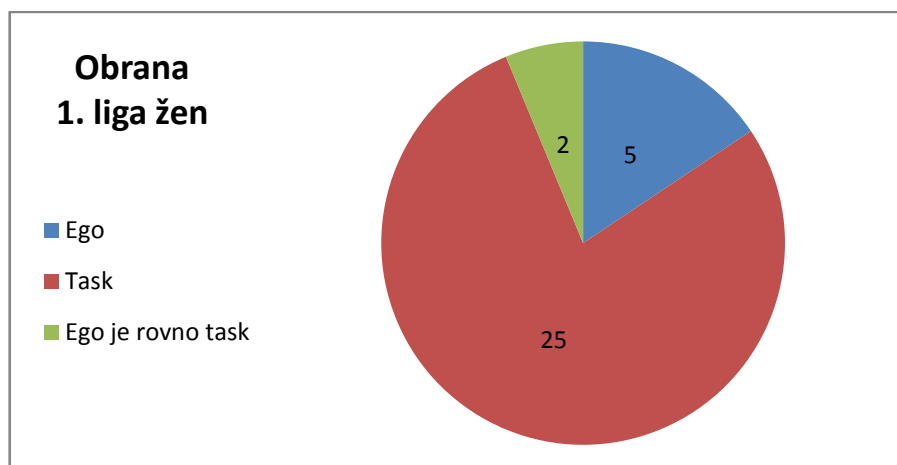
Graf č. 7: Zastoupení ego/task – brankář (nižší soutěže)

## 2) Obranná řada:

Cílová orientace	1. liga Obrana = 32 testovaných osob		Nižší soutěže Obrana = 21 testovaných osob	
	<b>task</b>	<b>25 hráček</b>	<b>78%</b>	<b>17 hráček</b>
ego	5 hráček	16%	2 hráčky	9,5%
ego = task	2 hráčky	6%	2 hráčky	9,5%

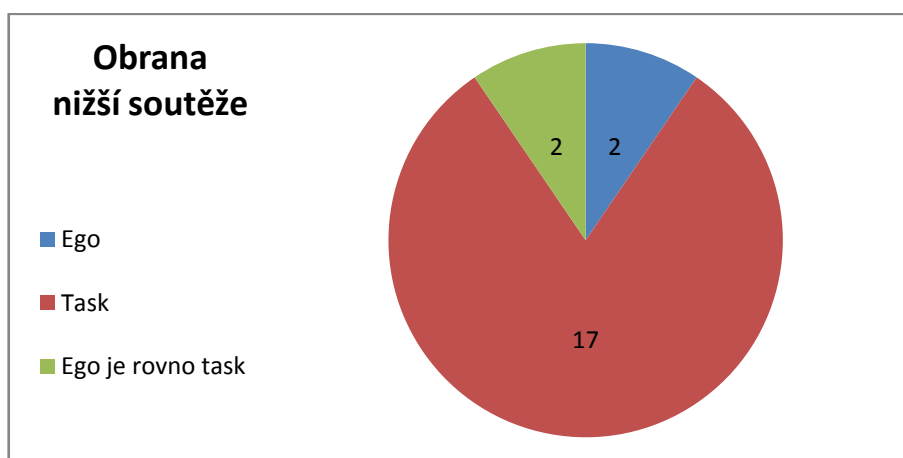
Tabulka č. 4: Srovnání ego orientace – obrana

V 1. lize žen jsem získala data od 32 hráček. Opět nejvyšší číslo (25 hráček) zaujímá task orientaci. Dále v grafu vidíme, že 5 hráček je orientovaných na ego a u 2 případů si je ego rovno task.



Graf č. 8: Zastoupení ego/task – obrana (1. liga)

Z týmů v nižších soutěžích mi dotazník vrátilo 21 hráček obranné řady. Na tomto grafu vidíme drtivou převahu task orientace, kterou tvoří 17 hráček. Celkový počet doplňují 2 ego orientované obránkyně a hráčky, u kterých je ego orientace ve vyrovnaném poměru k task orientaci.



Graf č. 9: Zastoupení ego/task – obrana (nižší soutěže)

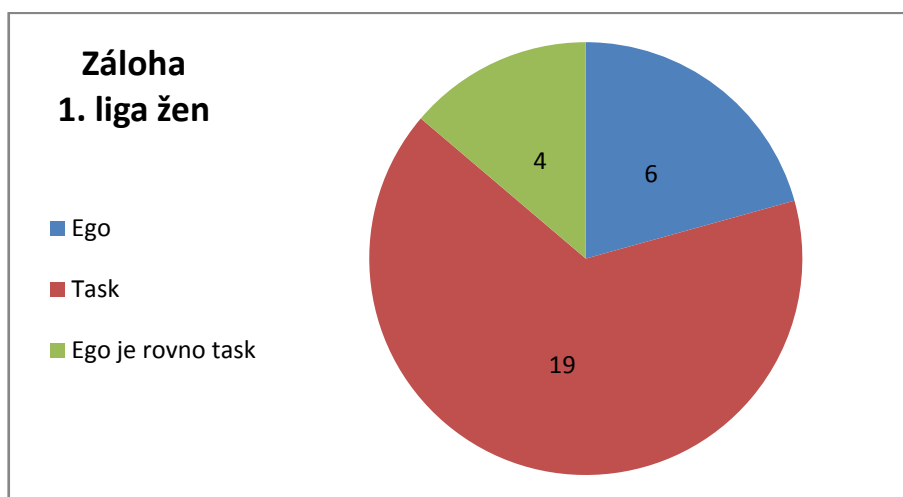
### 3) Záložní řada:

Cílová orientace	1. liga Obrana = 29 testovaných osob		Nižší soutěže Obrana = 28 testovaných osob	
	task	19 hráček	65%	24 hráček
ego	6 hráček	21%	4 hráčky	14%
ego = task	4 hráčky	14%	0 hráček	0%

Tabulka č. 5: Srovnání ego orientace - záloha

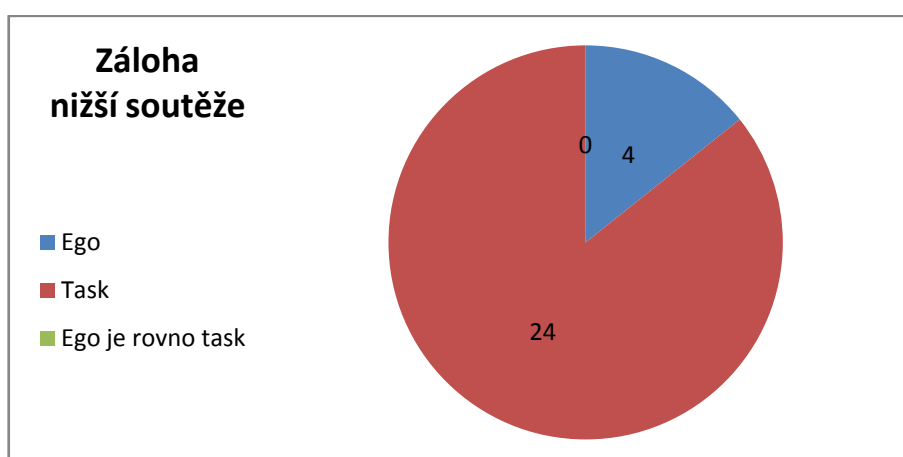


V prvním výzkumném souboru dotazník zodpovědělo 29 záložnic. Na grafu již vidíme větší počet zastoupení ego orientace, která tentokrát činí 6 testovaných osob. Můžeme zde také vypočítat, že u 4 dotazovaných vyšlo, že je ego rovno task, což také značí mírný nárůst ego orientace. Nicméně task orientace opět stále převažuje a je tvořena 19 hráčkami.



Graf č. 10: Zastoupení ego/task – záloha (1. liga žen)

V nižších soutěžích rozebírám 28 zástupkyň záložní řady. Na tomto grafu se nám znovu navrací drtivá převaha task orientace, jež je tvořena 24 hráčkami. V procentuálním vyjádření je orientace na úkol rovna 86%. Pouze 4 hráčky záložní formace, na grafu minoritních 14%, celkového součtu je orientováno na ego.



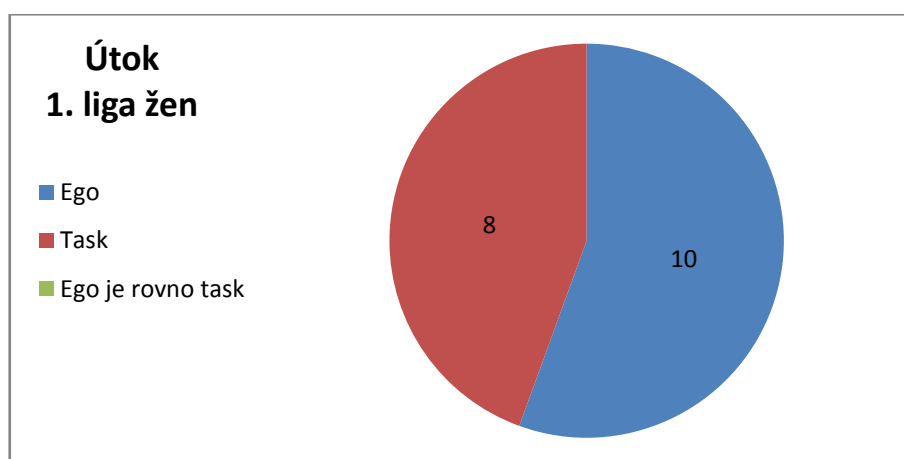
Graf č. 11: Zastoupení ego/task – záloha (nižší soutěže)

## 4) Útočná řada:

Cílová orientace	1. liga Obrana = 18 testovaných osob		Nižší soutěže Obrana = 13 testovaných osob	
	task	8 hráček	44%	<b>9 hráček</b>
<b>ego</b>	<b>10 hráček</b>	<b>56%</b>	4 hráčky	31%
ego = task	0 hráček	0%	0 hráček	0%

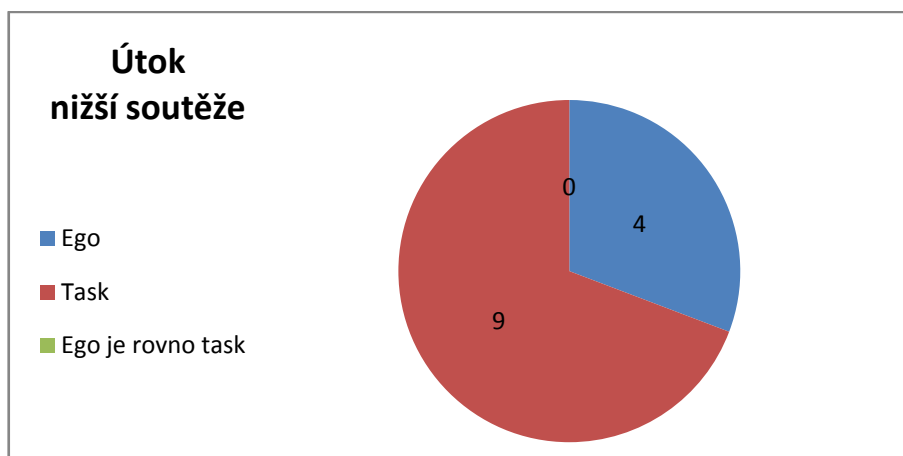
Tabulka č. 6: Srovnání ego orientace – útok

Dotazník jsem vybrala od 18 útočnic hrajících 1. ligu. Na grafu poprvé vidíme mírnou převahu ego orientace, kterou tvoří 10 hráček. Task orientace je stále silně zastoupena, ovšem poprvé v menší míře než ego orientace. V procentuálním vyjádření vychází poměr 56% ego vs. 44% task.



Graf č. 12: Zastoupení ego/task – útok (1. liga žen)

V nižších soutěžích jsem získala data od 13 útočnic. Na grafu vidíme ego orientace, která vyšla pouze u 4 hráček. Tentokrát tedy zaměření na ego nepřevýšilo zaměření na úkol. Orientace na úkol tak díky 9 hráčkám opět tvoří většinovou převahu. Vidíme tak rozdílné ego/task zastoupení oproti 1. lize žen, kde ego převažovalo.



Graf č. 13: Zastoupení ego/task – útok (nižší soutěže)

**Hypotéza H3 je potvrzena.**

Rozdíly jsou ovšem minimální a zanedbatelné. Nejlépe jsou viditelné v procentuálním vyjádření. V následující kapitole dojdeme ke statistickému zpracování, kde budou rozdíly patrnější.

Brankářky jsou evidentně orientované na task. V prvním souboru se jedná o 82% a ve druhém souboru o 75%.

Obránkyně jsou opět majoritně orientovány na task, a to v prvním souboru v zastoupení 78% a v druhém dokonce v 81%.

V záloze u prvního souboru je vidět patrný posun k ego orientaci, ale task orientace stále díky 65% převažuje. V druhém souboru naopak pozorujeme drtivou převahu task orientace, která tentokrát tvoří 86%.

Největší změnu najdeme u útočnic hrajících 1. ligu žen. Jedná se o jedinou převahu ego orientace, která se vyšplhala na 56%, což je pouze mírná převaha. U druhého souboru stále převažuje task orientace s 69%.

**Hypotéza H4 je potvrzena.**

V 1. lize žen je opravdu u hráček z útoku ego orientace vyšší, než u hráček z obranných řad. Pokud bychom to opět chtěli vyjádřit procentuálně, jedná se o 56% ego orientace útočnic versus 16% ego orientace hráček v obraně. Upozorňuji, že tato hypotéza je zaměřena pouze na první výzkumný soubor, tedy na 1. ligu žen.

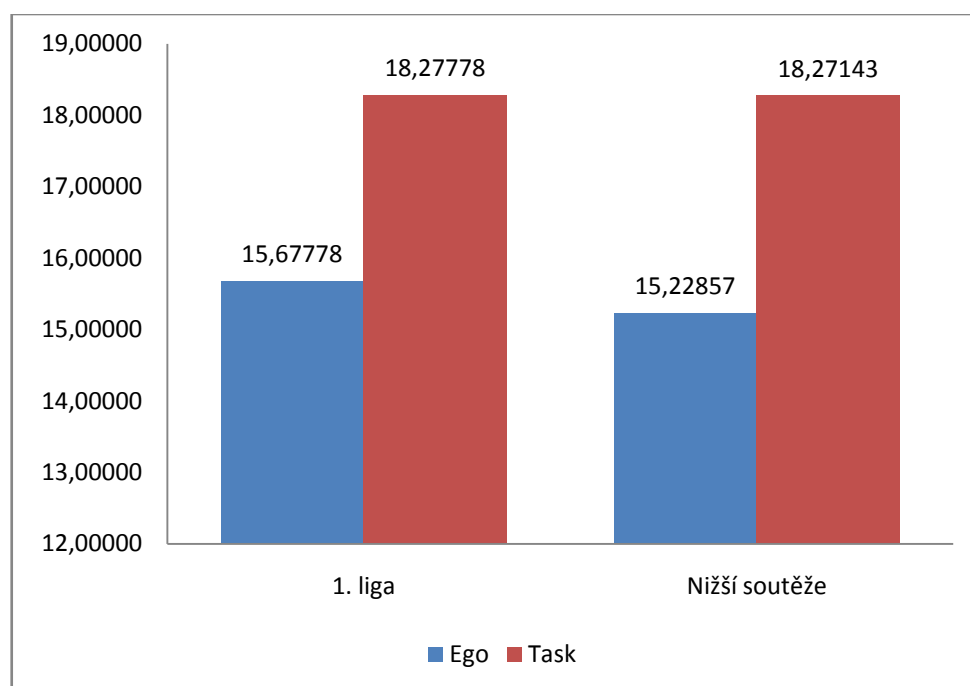
#### 4.4.4 STATISTICKÉ ZPRACOVÁNÍ VÝSLEDKŮ

##### A) POROVNÁNÍ PRŮMĚRŮ EGO/TASK ORIENTACE SKUPIN PODLE ÚČASTI V SOUTĚŽI

Ego/task	1. liga	Nižší soutěže
<b>Ego</b>	15,67778	15,22857
<b>Task</b>	18,27778	18,27143

Tabulka č. 7: Průměry ego/task v 1. lize a v nižších soutěžích

Rozdíl v průměrech mezi 1. ligou a nižšími soutěžemi se pomocí t-testu ukázal jako statisticky nevýznamný. Z těchto výsledků lze usoudit, že statisticky významné nejsou, ale z hlediska věcné stránky ano (viz graf č. 1 a 2).



Graf č. 14: Rozdíl v průměrech ego/task v 1. lize a nižších soutěžích

## B) POROVNÁNÍ PRŮMĚRŮ EGO/TASK ORIENTACE PODLE JEDNOTLIVÝCH HRÁČSKÝCH POSTŮ

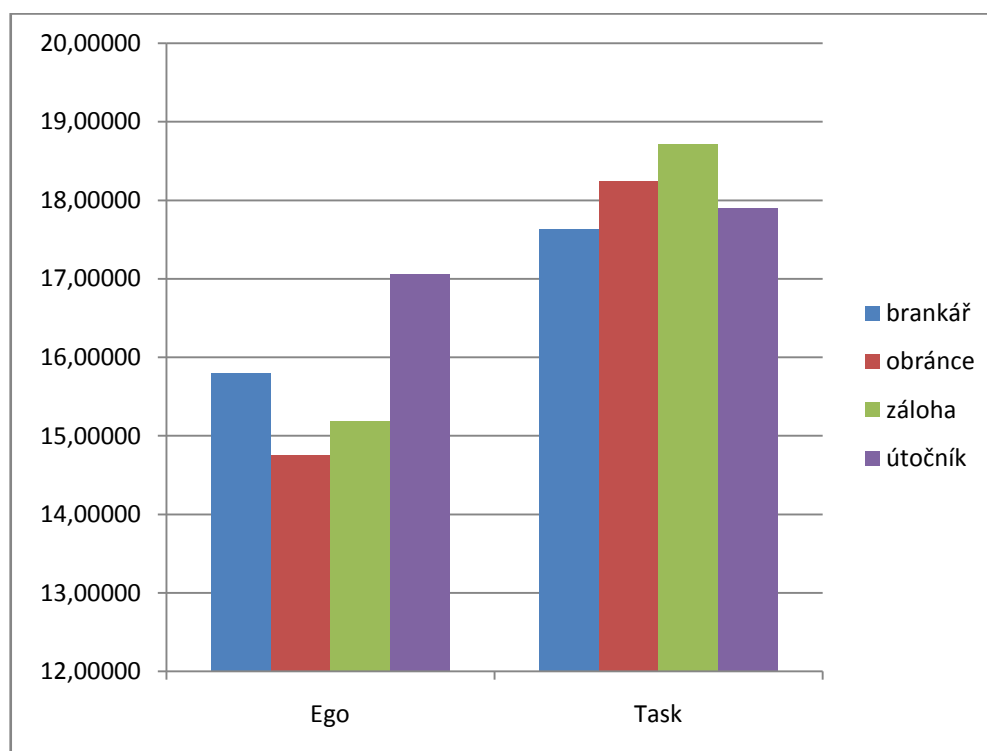
Ego/task	Brankář	Obrana	Záloha	Útok
<b>Ego</b>	15,78947	14,75472	15,19298	17,06452
<b>Task</b>	17,63158	18,24528	18,71930	17,90323

Tabulka č. 8: Průměry ego/task - jednotlivé posty

- Brankář x obrana: rozdíl mezi průměry není statistický významný.
- Brankář x záloha: rozdíl mezi průměry **je u task orientace statisticky významný**.
- Brankář x útok: rozdíl mezi průměry není statistický významný.
- Obrana x záloha: rozdíl mezi průměry není statistický významný.
- Obrana x útok: rozdíl mezi průměry **je u ego orientace statisticky významný**.
- Záloha x útočník: rozdíl mezi průměry **je u ego orientace statisticky významný**.

Potvrdilo se, že mezi jednotlivými hráčskými posty rozdíly existují, některé však jsou statisticky nevýznamné. **Statistická významnost** se potvrdila u *task orientace* mezi brankářem a zálohou ( $p = 0,086707$ ). *Ego orientace* se prokázala mezi obranou a útokem ( $p = 0,004148$ ) a mezi zálohou a útokem ( $p = 0,026257$ ).

Grafické zpracování rozdílů mezi průměry u jednotlivých postů.



Graf č. 15: Rozdíl v průměrech ego/task mezi jednotlivými posty

#### 4.4.5 ROZBOR DOTAZNÍKU

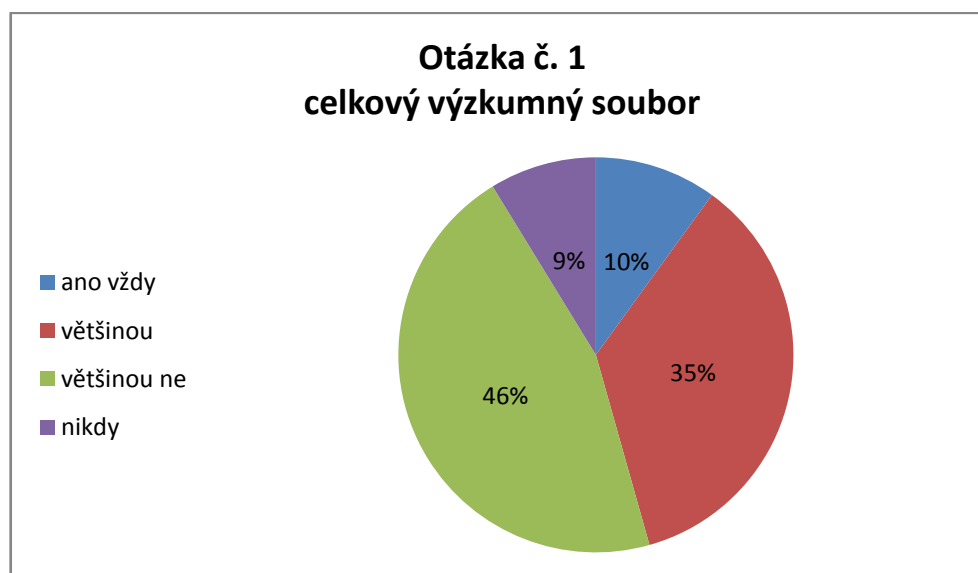
##### Otázka č. 1:

*Ve sportu se cítím nejúspěšnější, když jsem jediný, kdo dokáže správně hrát, cvičit.*

Tato otázka je evidentně zaměřena na ego orientaci. Je zde vidět charakteristická touha po poměrování s ostatním. Tento jedinec chce všem, a to i svým spoluhráčům, ukázat, že on je ten jediný nejlepší, kdo dokáže správně plnit zadané úkoly.

Odpověď	1. liga (90 hráček)		Nižší soutěže (70 hráček)		Celkem (160 hráček)	
ano vždy	10	11%	6	9%	16	10%
většinou	35	39%	22	31%	57	35%
většinou ne	35	39%	38	54%	73	46%
nikdy	10	11%	4	6%	14	9%

Tabulka č. 9: otázka č. 1 - celkový přehled



Graf č. 16: otázka č. 1

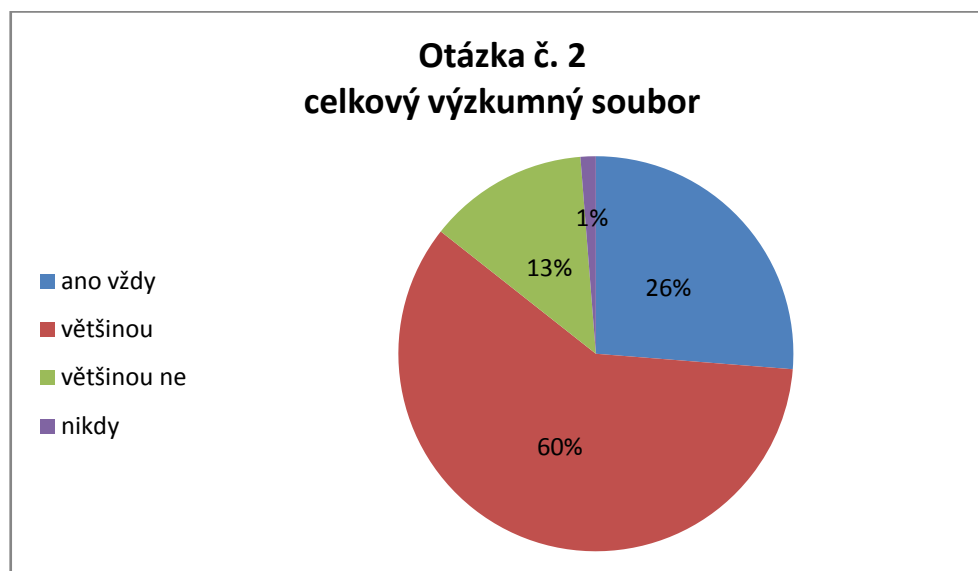
**Otázka č. 2**

*Ve sportu se cítím nejúspěšnější, když se učím novým dovednostem a chce se mi pak více cvičit.*

Tato otázka je zaměřena na úkol. Zde je hlavní myšlenka především v možnosti rozvoje vlastních dovedností. Pokud sportovec vidí, že se mu daří naučit se nové dovednosti, má kladný pocit z učení a práce a nachází tak další motivace pro rozvoj svých dovedností.

Odpověď	1. liga (90 hráček)		Nižší soutěže (70 hráček)		Celkem (160 hráček)	
	absolutně	relativně	absolutně	relativně	absolutně	relativně
ano vždy	25	28%	17	24%	42	26%
většinou	52	58%	43	62%	95	60%
většinou ne	11	12%	10	14%	21	13%
nikdy	2	2%	0	0%	2	1%

Tabulka č. 10: otázka č. 2 - celkový přehled



Graf č. 17: otázka č. 2

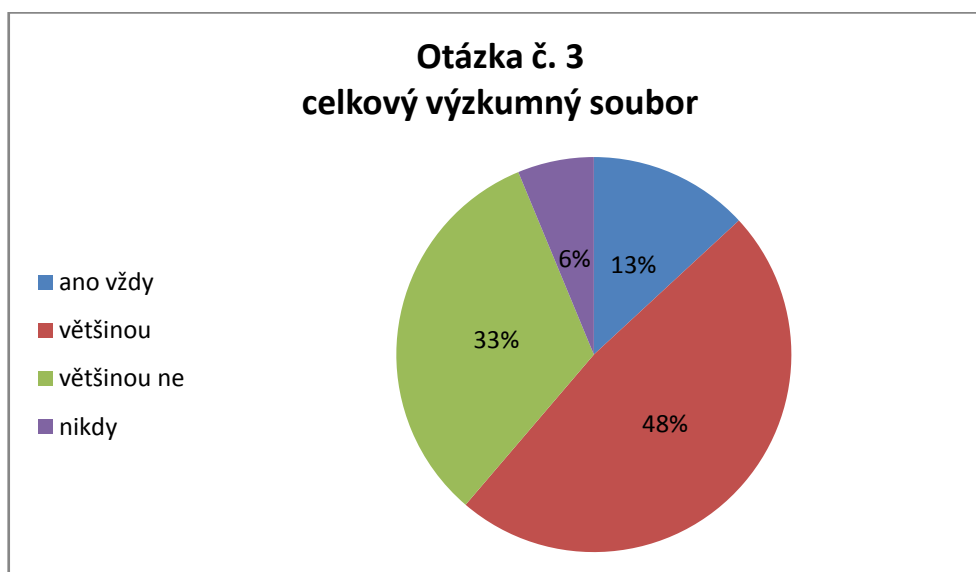
**Otázka č. 3**

*Ve sportu se cítím nejúspěšnější, když mohu být lepší než moji přátelé.*

Opět na první pohled poznáme, že se jedná o otázku zaměřenou na ego. Jedinci nezáleží na tom, jak si vedou jeho přátelé, naopak má radost, když je může porážet. Jde mu především o to být nejlepší a neohlížet se nic a na nikoho.

Odpověď	1. liga (90 hráček)		Nižší soutěže (70 hráček)		Celkem (160 hráček)	
	absolutně	procento	absolutně	procento	absolutně	procento
ano vždy	10	11%	11	16%	21	13%
většinou	44	49%	33	47%	77	48%
většinou ne	30	33%	22	31%	52	33%
nikdy	6	7%	4	6%	10	6%

Tabulka č. 11: otázka č. 3 - celkový přehled



Graf č. 18: otázka č. 3



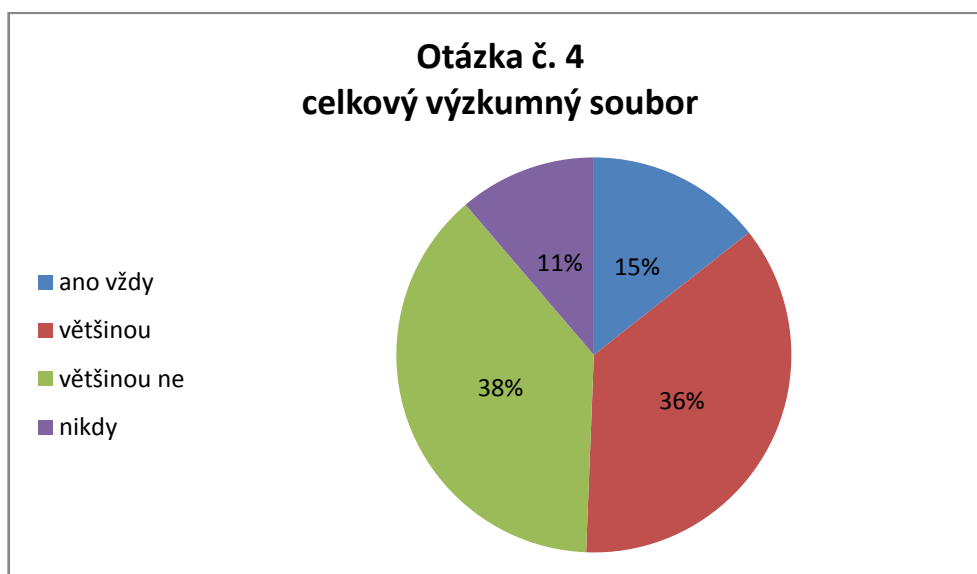
**Otázka č. 4**

*Ve sportu se cítím nejúspěšnější, když ostatní nejsou tak dobří jako já.*

Charakteristický postoj ego orientovaného jedince, který směřuje k jedinému cíli, kterým je porazit ostatní a dominovat ve všech činnostech.

Odpověď	1. liga (90 hráček)		Nižší soutěže (70 hráček)		Celkem (160 hráček)	
ano vždy	14	16%	9	13%	<b>23</b>	<b>15%</b>
většinou	35	39%	23	33%	<b>58</b>	<b>36%</b>
většinou ne	29	32%	32	46%	<b>61</b>	<b>38%</b>
nikdy	12	13%	6	8%	<b>18</b>	<b>11%</b>

Tabulka č. 12: otázka č. 4 - celkový přehled



Graf č. 19: otázka č. 4

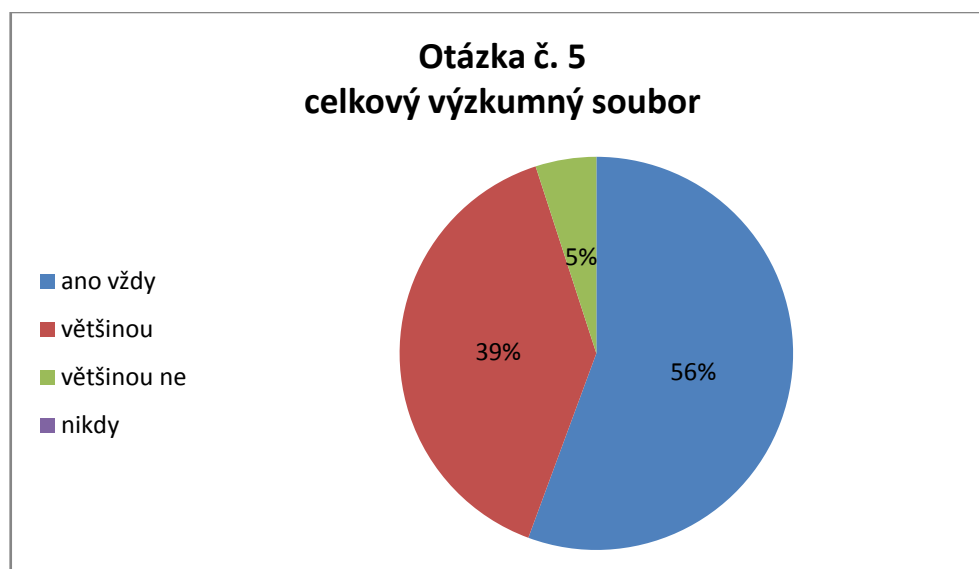
**Otázka č. 5**

*Ve sportu se cítím nejúspěšnější, když se učím něčemu, co mě baví.*

Zjevná otázka zaměřená na úkol. Jedinec svůj sport dělá především proto, že ho baví plnit úkoly. Nejlépe se cítí, když svou sportovní aktivitu dělá pro radost.

Odpověď	1. liga (90 hráček)		Nižší soutěže (70 hráček)		Celkem (160 hráček)	
	absolutně	relativně	absolutně	relativně	absolutně	relativně
ano vždy	52	58%	37	53%	<b>89</b>	<b>56%</b>
většinou	33	37%	30	43%	<b>63</b>	<b>39%</b>
většinou ne	5	5%	3	4%	<b>8</b>	<b>5%</b>
nikdy	0	0%	0	0%	<b>0</b>	<b>0%</b>

Tabulka č. 13: otázka č. 5 - celkový přehled



Graf č. 20: otázka č. 5

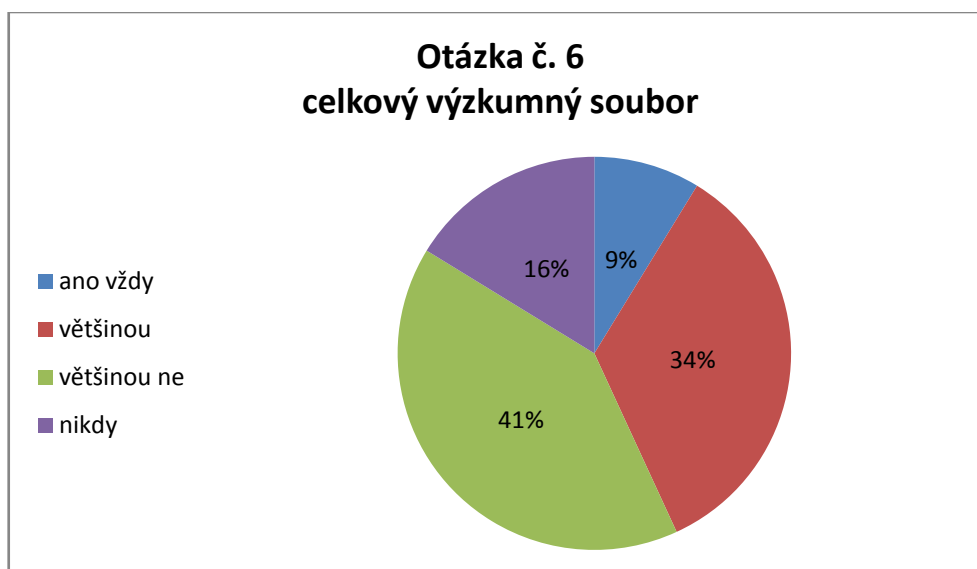
**Otázka č. 6**

*Ve sportu se cítím nejúspěšnější, když ostatní chybují a já ne.*

Otázka je opět poměrně jasně zaměřena na ego. Dotazovaný chce ukázat, že právě on je ten nejlepší a ten jediný, který nechybuje.

Odpověď	1. liga (90 hráček)		Nižší soutěže (70 hráček)		Celkem (160 hráček)	
ano vždy	12	13%	2	3%	<b>14</b>	<b>9%</b>
většinou	29	32%	26	37%	<b>55</b>	<b>34%</b>
většinou ne	35	39%	30	43%	<b>65</b>	<b>41%</b>
nikdy	14	16%	12	17%	<b>26</b>	<b>16%</b>

Tabulka č. 14: otázka č. 6 - celkový přehled



Graf č. 21: otázka č. 6

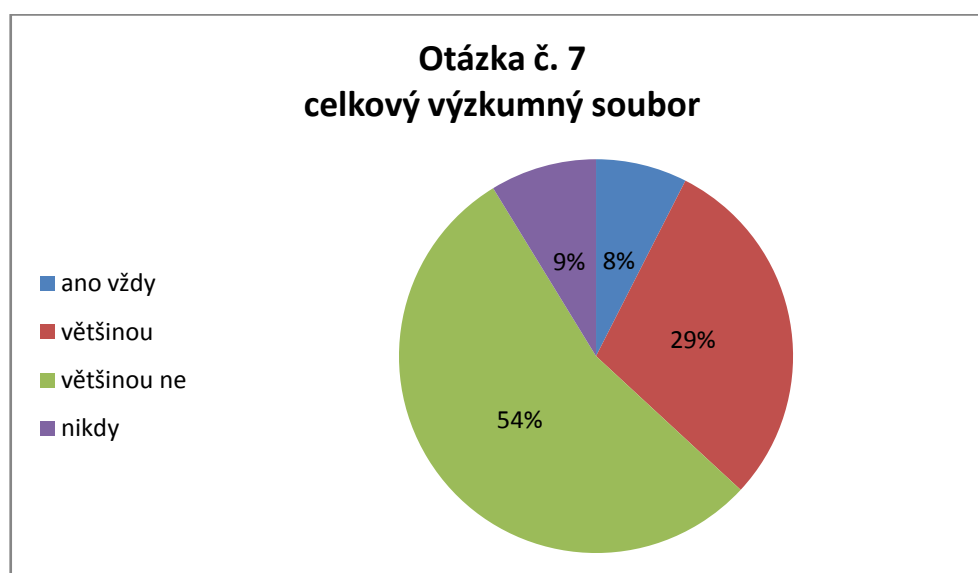
**Otázka č. 7**

*Ve sportu se cítím nejúspěšnější, když se učím novým dovednostem těžce (obtížně).*

V této otázce zaměřené na úkol dotazovaný dokazuje, že je do aktivity stále zanácený i když musí překonávat překážky, které jsou spojené s vyšším úsilím a tvrdou prací. Po zvládnutí činnosti má především dobrý pocit z toho, že i přes obtížnosti daný úkol dokázal pokořit.

Odpověď	1. liga (90 hráček)		Nižší soutěže (70 hráček)		Celkem (160 hráček)	
	absolutně	procento	absolutně	procento	absolutně	procento
ano vždy	6	7%	6	8,5%	12	8%
většinou	22	24%	25	36%	47	29%
většinou ne	54	60%	33	47%	87	54%
nikdy	8	9%	6	8,5%	14	9%

Tabulka č. 15: otázka č. 7 - celkový přehled



Graf č. 22: otázka č. 7

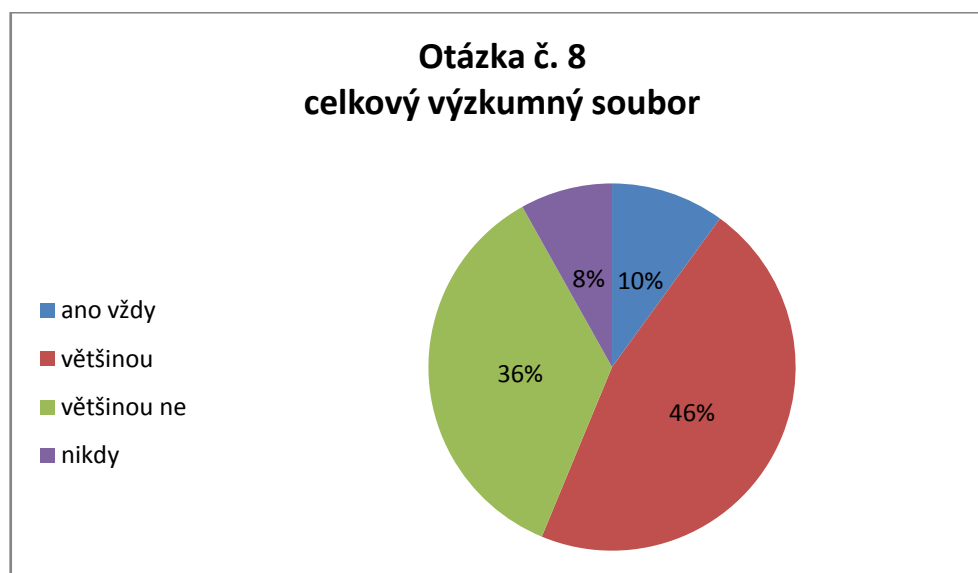
**Otázka č. 8**

*Ve sportu se cítím nejúspěšnější, když se skutečně velmi namáhám.*

Tato otázka zaměřená na úkol a dokazuje další typický znak, kterým je vytrvalost. Umění vytrvat v pohybové aktivitě i přes velké úsilí a námahu, které musíme překonat. Odměnou nám je další rozvoj našich schopností.

Odpověď	1. liga (90 hráček)		Nižší soutěže (70 hráček)		Celkem (160 hráček)	
ano vždy	7	8%	9	8,5%	<b>16</b>	<b>10%</b>
většinou	37	41%	37	36%	<b>74</b>	<b>46%</b>
většinou ne	39	43%	18	47%	<b>57</b>	<b>36%</b>
nikdy	7	8%	6	8,5%	<b>13</b>	<b>8%</b>

Tabulka č. 16: otázka č. 8 - celkový přehled



Graf č. 23: otázka č. 8

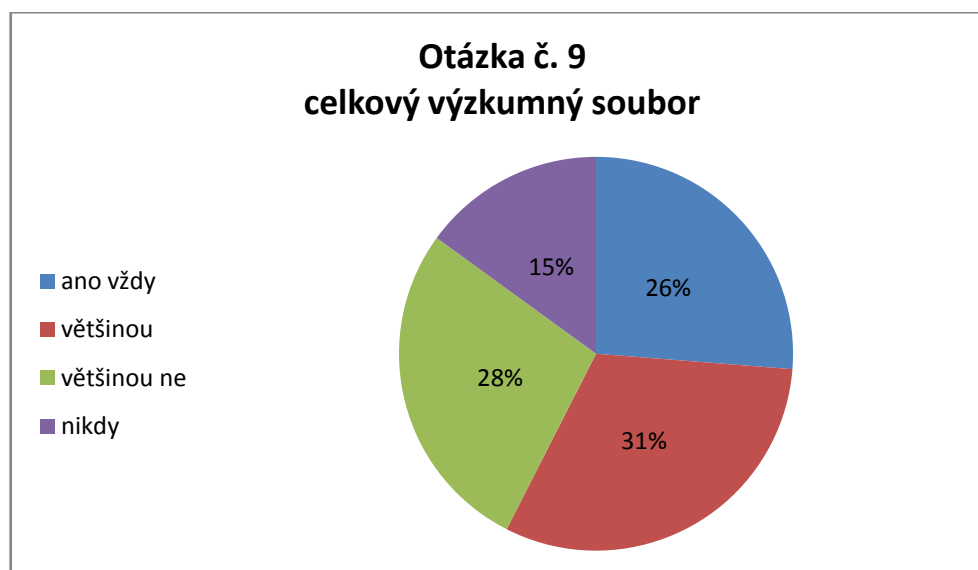
**Otázka č. 9**

*Ve sportu se cítím nejúspěšnější, když dávám nejvíce gólů, bodů.*

Otázka logicky zaměřená na ego. Zde se ukazuje důvod, proč by měl být právě útočník z celého týmu nejvíce zaměřený na ego. Útočník je na hřišti od toho, aby vstřelil nejvíce gólů a pokaždé šel na trávník s přesvědčením, že právě on ten zápas rozhodne.

Odpověď	1. liga (90 hráček)		Nižší soutěže (70 hráček)		Celkem (160 hráček)	
ano vždy	27	30%	15	22%	<b>42</b>	<b>26%</b>
většinou	24	27%	26	37%	<b>50</b>	<b>31%</b>
většinou ne	27	30%	17	24%	<b>44</b>	<b>28%</b>
nikdy	12	13%	12	17%	<b>24</b>	<b>15%</b>

Tabulka č. 17: otázka č. 9 - celkový přehled



Graf č. 24: otázka č. 9

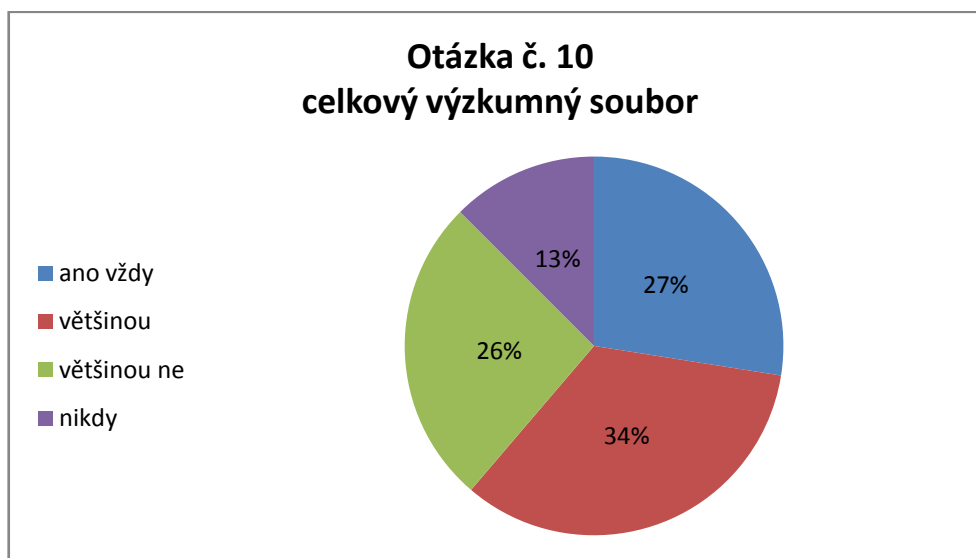
**Otázka č. 10**

*Ve sportu se cítím nejúspěšnější, když jsem nejlepší.*

Výstižné zaměření na ego. Sportovec jasně říká, jsem tady proto, abych byl nejlepší, to je můj jediný cíl.

Odpověď	1. liga (90 hráček)		Nižší soutěže (70 hráček)		Celkem (160 hráček)	
	absolutně	relativně	absolutně	relativně	absolutně	relativně
ano vždy	29	32%	15	21%	44	27%
většinou	29	32%	25	36%	54	34%
většinou ne	18	20%	24	34%	42	26%
nikdy	14	16%	6	9%	20	13%

Tabulka č. 18: otázka č. 10 - celkový přehled



Graf č. 25: otázka č. 10

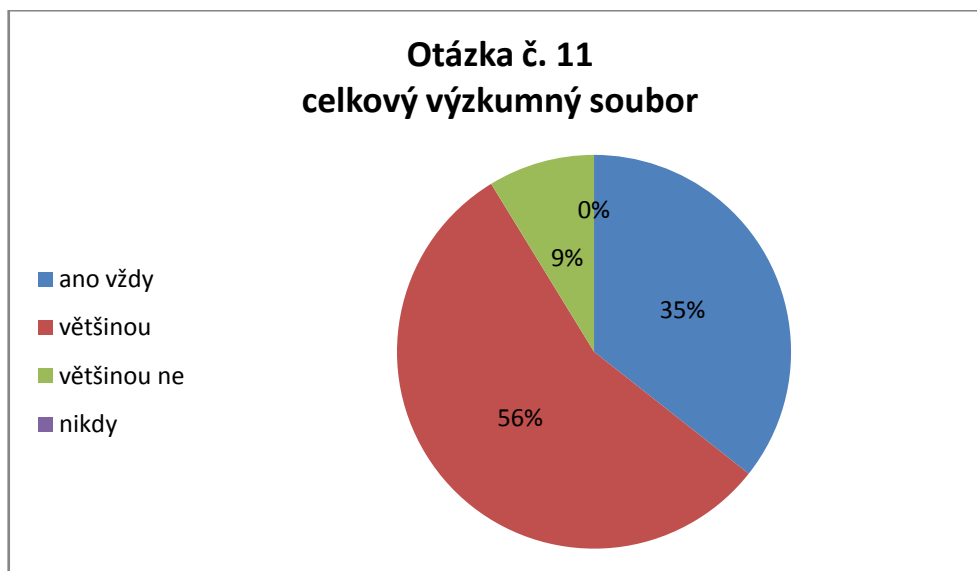
**Otázka č. 11**

*Ve sportu se cítím nejméně úspěšnější, když se v nácviku dovednosti cítím skutečně dobře.*

V této otázce zaměřené na úkol, je kladen důraz především na kladné pocity při provádění pohybové aktivity.

Odpověď	1. liga (90 hráček)		Nižší soutěže (70 hráček)		Celkem (160 hráček)	
ano vždy	38	42%	19	27%	<b>57</b>	<b>35%</b>
většinou	51	57%	38	54%	<b>89</b>	<b>56%</b>
většinou ne	1	1%	13	19%	<b>14</b>	<b>9%</b>
nikdy	0	0%	0	0%	<b>0</b>	<b>0%</b>

Tabulka č. 19: otázka č. 11 - celkový přehled



Graf č. 26: otázka č. 11



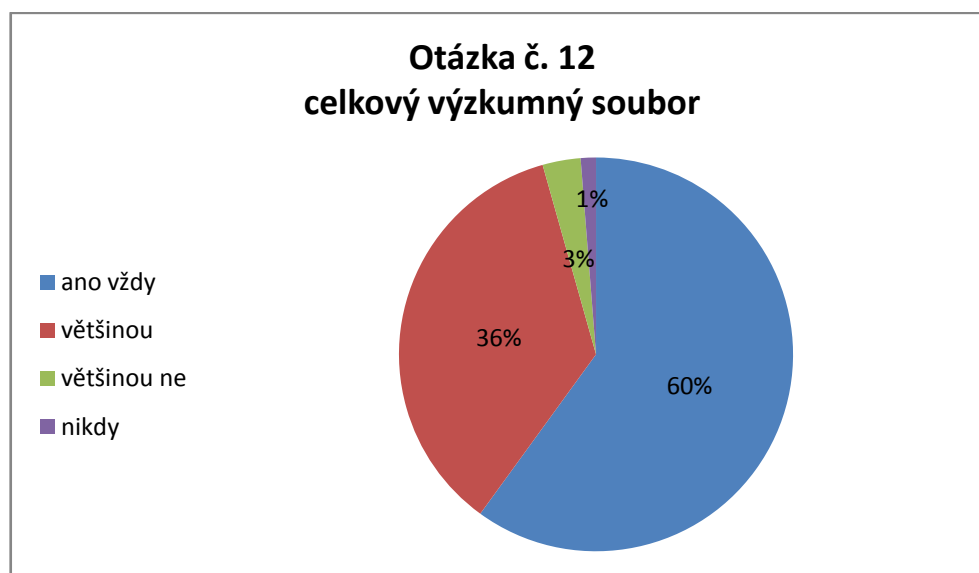
**Otázka č. 12**

*Ve sportu se cítím nejúspěšnější, když to dělám, jak nejlépe umím.*

Zde vidíme typický znak task orientace, který poukazuje na způsob, jakým je činnost prováděna. Cílem je provádět úkol tak, abych ze sebe vydal to nejlepší. Není zde primární motiv porážet ostatní, nýbrž zvolit nejlepší možný způsob provedení, který dokážu.

Odpověď	1. liga (90 hráček)		Nižší soutěže (70 hráček)		Celkem (160 hráček)	
	absolutní počet	procento	absolutní počet	procento	absolutní počet	procento
ano vždy	61	68%	35	50%	<b>96</b>	<b>60%</b>
většinou	23	26%	34	49%	<b>57</b>	<b>36%</b>
většinou ne	4	4%	1	1%	<b>5</b>	<b>3%</b>
nikdy	2	2%	0	0%	<b>2</b>	<b>1%</b>

Tabulka č. 20: otázka č. 12 - celkový přehled



Graf č. 27: otázka č. 12

## 5 DISKUZE

Výzkum jsem započala v květnu 2013, kdy jsem do jednoho z prvoligových týmů distribuovala první část dotazníků. Obdobně jsem pokračovala až do října 2013, kdy jsem získala data od všech 8 týmů. Poté jsem se zaměřila na nižší soutěže, kde jsem zvolila jiný typ distribuce. Největší část dotazníků jsem předala prostřednictvím jiné osoby. Nejčastěji se jednalo o hráčky nebo trenéry ze zkoumaného týmu. Minoritní část dotazníků jsem distribuovala pomocí e-mailu a sociálních sítí. Z celkového množství, asi 250 rozdaných dotazníků, se jich navrátilo 165, což považuji za velmi dobrou návratnost. Některé evidentně laicky vyplněné dotazníky jsem z šetření odstranila, abych zamezila znehodnocení výzkumu. Po nashromáždění všech dotazníků jsem provedla vyhodnocení a výsledky jsem zapsala do tabulek.

V praktické části jsem se snažila ukázat dosažené výsledky v přehledných grafech a tabulkách. Splnila jsem svůj cíl a dokázala jednotlivé hypotézy. První hypotéza H1 zněla: *„Předpokládám, že v celém souboru bude převažovat task orientace.“* Hypotézu H1 potvrzuje graf č. 1, který ukazuje značnou převahu task orientace. Orientace na úkol zaujímá 73%, což z celkového počtu 160 respondentek činí 117 hráček. Ego orientace dosáhla pouze 21% a zbylých 6% nám doplňuje situace, kdy se ego rovná task. První hypotéza je tedy potvrzena. Myslím si, že výsledek je ovlivněn několika faktory. Tím zásadním se zdá být fakt, že fotbal žen v České republice je až na několik málo výjimek čistě amatérský. Výjimku tvoří týmy AC Sparta Praha a SK Slavia Praha, kde hráčky mají poloprofesionální smlouvy. Z tohoto faktu logicky vyplývá, že děvčata fotbal hrají především pro radost, pro potěšení a je to pouze jejich volnočasová aktivita. Kromě fotbalu se musí věnovat studiu nebo práci, která je živí. Bohužel, jak se říká, fotbal nás živit nebude. Samozřejmě pokud by soutěž byla profesionální, mohla by být motivační orientace zcela jiná. Další faktor, jenž tento výsledek ovlivňuje, by podle mého názoru mohla být ženská psychika. Ženy ve sportu nejsou tak agresivní a soutěživé a obvykle uznávají jiné priority. Může to být například radost ze hry, pocit dobře odvedené práce či touha být součástí nějakého kolektivu. Těchto priorit je celá řada a proto uvádím jen ty nejfrekventovanější, se kterými jsem se osobně setkala. Samozřejmě vždy existují výjimky, každý člověk je individuální bytost a toto tvrzení nelze zobecnit na všechny hráčky.

Druhá hypotéza H2: „*Předpokládám, že se hráčky 1. ligy více zaměřují na ego, než hráčky z nižších lig.*“ Hypotéza se potvrdila pouze věcně. Pomocí statistického t-testu jsem došla k výsledku, že rozdíl v průměrech v ego orientaci mezi 1. ligou a nižšími soutěžemi není statisticky významný. V grafech č. 2 a 3 můžeme vidět pouze malý rozdíl mezi 1. ligou a nižšími soutěžemi. 1. liga vykazuje hodnotu 25% hráček orientovaných na ego. Nižší soutěže menší zastoupení, 16% hráček orientovaných na ego. Rozdíl tedy činí pouhých 9%, což je vskutku nepatrný rozdíl. Svou hypotézu, tedy že se hráčky 1. ligy budou více zaměřovat na ego, jsem zvolila z několika důvodů. Ačkoliv 1. liga žen není profesionální soutěží je stále o co hrát. Každý tým a každá hráčka má svou motivaci, jež se může velmi lišit. Některé týmy, především z horních pater tabulky, hrají o možnost zúčastnit se nejlepší ženské fotbalové soutěže v Evropě a pravděpodobně i na světě. Jedná se o soutěž UEFA Women's Champions League, což je obdoba mužské Ligy mistrů. Jiné týmy hrají například o prestiž, známé je především „derby pražských S“. Pochopitelně už samotný boj o co nejlepší umístění na konci sezóny je pro každého motivací. Samotné hráčky kromě vyhrávání v zápasech motivují i jiné faktory. Mohou soupeřit o titul Nejlepší hráčka roku, snažit se o místo v reprezentaci či bojovat o lukrativní smlouvy v zahraničí. Myslím si, že díky těmto různým motivacím mají hráčky z 1. ligy vyšší tendenci k orientaci na ego. Naproti tomu fotbalistky hrající nižší soutěže obvykle nemají tak vysoké ambice a fotbal berou jen jako zábavu. Samozřejmě jako vždy se najdou výjimky. Jako příklad uvedu soupeření o postup do 1. ligy žen, kdy první tým České ligy žen a Moravské ligy žen má možnost postoupit do nejvyšší soutěže. V těchto týmech opět mohou být hráčky, jejichž motivační orientace je vysoce zaměřena na ego, tedy na soutěžení a snahu být nejlepší.

Hypotézy H3 a H4, týkající se jednotlivých postů, spolu úzce souvisí. Nejdříve rozeberu hypotézu H3: „*Předpokládám, že se motivační orientace u jednotlivých postů liší.*“ V této hypotéze nám hlavní rozdíl ukáže statistické zpracování pomocí t-testu, kde jsem porovnávala průměry jednotlivých postů. Statisticky významné výsledky vyšly pouze u tří kombinací. První z kombinací je mezi brankářem a zálohou, kde převažovala task orientace u zálohy. V druhé kombinaci mezi obranou a útokem převažovala ego orientace u útoku. Poslední kombinací je záloha a útok, kde převažovala ego orientace u útoku. Ostatní kombinace (brankář x obrana, brankář x útok, obrana x záloha) jsou v rozdílu průměrů statisticky nevýznamné.

Poslední hypotéza H4: „*Předpokládám, že útočnice mají větší zaměření na ego než hráčky obranné řady.*“ Jak vidíme z předcházejícího odstavce, je tato hypotéza potvrzena. Pro přehlednost ještě tento fakt zopakuji: ve zkoumané kombinaci mezi obranou a útokem, vyšla statisticky významná převaha ego orientace u hráček útočné řady. Tuto hypotézu jsem zvolila na základě svého domnění, že útočnice by měly mít jinou mentalitu, než hráčky obranných řad. V útoku musí být hráčka sebevědomá, drzá a nebát se. Měla by být schopná převzít zodpovědnost na sebe a vstřelením gólu rozhodnout celý zápas.

Na závěr praktické části rozebírám jednotlivé otázky z dotazníku pro zjišťování ego/task orientace. Snažila jsem se popsat základní myšlenku, která je v otázce obsažena. Výsledky jsem zaznamenala do tabulek a přidala také graf, jenž ukazuje odpovědi celkového výzkumného souboru.

S výsledky šetření jsem velmi spokojená. Podařilo se mi prokázat všechny hypotézy a splnit cíl bakalářské práce. Prohloubila jsem si znalosti v psychologii sportu, v oblasti motivace a seznámila se specifiky žen ve sportu. Doufám, že se mi podařilo podat ucelený přehled o ego/task orientaci. Za velké negativum považuji velmi málo zdrojů, které se zabývají problematikou ego/task. Musela jsem tak čerpat z cizojazyčných zdrojů, což někdy bylo obtížné, ale mnohému jsem se naučila.

## 6 ZÁVĚR

V bakalářské práci jsem zjišťovala a srovnávala ego/task orientaci u hráček fotbalu. Porovnávala jsem ego/orientaci u hráček z 1. ligy a z nižších soutěží. Srovnávala jsem zastoupení motivační orientace u jednotlivých postů. Sledovala jsem, zda u některých postů převažuje ego nebo naopak task orientace.

Prozkoumáním všech dat jsem došla k závěru, že u hráček fotbalu v českých soutěžích výrazně převažuje task orientace. Zjistila jsem, že u hráček 1. ligy je v celkovém procentuálním vyjádření mírná převaha ego orientace (1. liga žen 25%, nižší soutěže 16%). V rozdílech mezi jednotlivými posty existují mírné rozdíly. Díky těmto výsledkům jsem tedy prokázala hypotézu H1, čili převahu task orientace v celém výzkumném souboru. Hypotéza H2 týkající se převahy ego orientace se také potvrdila, avšak rozdíly jsou skutečně minimální. Hypotéza H3 se statisticky prokázala pouze u některých vzájemně porovnávaných postů. Statisticky významné rozdíly se ukázaly pouze mezi brankářem a obranou (task), obranou a útokem (ego) a zálohou a útokem (ego). S těmito výsledky také souvisí poslední hypotéza H4, která prokázala rozdíl mezi hráčkami obranných a útočných řad, kde se útočnice více zaměřují na ego.

Výsledky této studie platí pouze pro hráčky fotbalu českých soutěží. Nelze je tudíž zobecňovat na všechny sporty a sportovce. Domnívám se, že rozdíly existují mezi sportovci v individuálních a kolektivních sportech. Rozdíly v ego/task orientaci lze hledat také mezi muži a ženami.

Sepsání bakalářské práce považuji za velkou zkušenost. Získala jsem nové vědomosti v oblasti psychologie sportu, psychologie osobnosti a motivace. Podrobně jsem prostudovala problematiku ego/task orientace a snažila jsem se podat ucelenou charakteristiku ego a task orientovaných jedinců. Ve své práci chci také upozornit, na rozdílnost mužů a žen ve sportu.

S výsledky praktické části jsem velmi spokojena, především s prokázáním jednotlivých hypotéz. Věřím, že tato bakalářská práce je přínosem, a to zejména trenérům, ale také samotným sportovcům. Je důležité uvědomit si, že motivace je nedílnou součástí života. Proto si zaslouží naši pozornost, pochopení a důkladné prozkoumání.

## 7 SOUHRN

Bakalářská práce se nazývá Ego/task orientace u hráček fotbalu. Cílem práce bylo zjistit a srovnat motivační orientaci u hráček fotbalu v českých soutěžích. Práce zahrnuje dvě stěžejní části, teoretickou a praktickou. Teoretická část je zaměřena na motivaci, sportovní motivaci a specifika žen ve fotbale. V jedné z kapitol sportovní motivace je popsána a charakterizována ego/task orientace. Praktická část zahrnuje popis respondentů, použité metody a vyhodnocení šetření. Z výsledků výzkumu vyplývá, že se hráčky více zaměřují na task orientaci. Vyhodnocení všech výsledků je interpretováno pomocí grafů a tabulek. Výsledky šetření jsou využitelné pro oblast sportovní psychologie.

## 8 RESUMÉ

Bachelor thesis is called Ego/task orientation of female football players. The aim of the study was to determine and compare the motivational orientation of women football players in the Czech competitions. The study includes two main parts – theoretical and practical one. The theoretical part focuses on motivation, especially sports motivation and the specifics of women in football. It also includes chapter about sports motivation which describes and characterizes ego/task orientation. The practical part includes a description of the respondents, methods and evaluation surveys. The research results show that the players focus more on task orientation. Evaluation of the results is interpreted by using graphs and tables. The survey results are useful in the field of sports psychology.

## 9 SEZNAMY

### 9.1 SEZNAM GRAFŮ

Graf č. 1: Procentuální vyjádření ego/task orientace v celém souboru .....	26
Graf č. 2: Procentuální zastoupení ego/task orientace v 1. lize žen .....	27
Graf č. 3: Procentuální zastoupení ego/task orientace v nižších soutěžích .....	28
Graf č. 4: Zastoupení jednotlivých postů (1. liga žen) .....	29
Graf č. 5: Zastoupení jednotlivých postů (nižší soutěže) .....	29
Graf č. 6: Zastoupení ego/task – brankář (1. liga) .....	30
Graf č. 7: Zastoupení ego/task – brankář (nižší soutěže) .....	31
Graf č. 8: Zastoupení ego/task – obrana (1. liga) .....	32
Graf č. 9: Zastoupení ego/task – obrana (nižší soutěže) .....	32
Graf č. 10: Zastoupení ego/task – záloha (1. liga žen) .....	33
Graf č. 11: Zastoupení ego/task – záloha (nižší soutěže) .....	33
Graf č. 12: Zastoupení ego/task – útok (1. liga žen) .....	34
Graf č. 13: Zastoupení ego/task – útok (nižší soutěže) .....	35
Graf č. 14: Rozdíl v průměrech ego/task v 1. lize a nižších soutěžích .....	36
Graf č. 15: Rozdíl v průměrech ego/task mezi jednotlivými posty .....	37
Graf č. 16: otázka č. 1 .....	38
Graf č. 17: otázka č. 2 .....	39
Graf č. 18: otázka č. 3 .....	40
Graf č. 19: otázka č. 4 .....	41
Graf č. 20: otázka č. 5 .....	42
Graf č. 21: otázka č. 6 .....	43
Graf č. 22: otázka č. 7 .....	44
Graf č. 23: otázka č. 8 .....	45
Graf č. 24: otázka č. 9 .....	46
Graf č. 25: otázka č. 10 .....	47
Graf č. 26: otázka č. 11 .....	48
Graf č. 27: otázka č. 12 .....	49



## 9.2 SEZNAM TABULEK

Tabulka č. 1: Ego/task orientace v celém souboru .....	26
Tabulka č. 2: Srovnání ego/task orientace mezi 1. ligou a nižšími soutěžemi .....	28
Tabulka č. 3: Srovnání ego orientace - brankář .....	30
Tabulka č. 4: Srovnání ego orientace - obrana .....	31
Tabulka č. 5: Srovnání ego orientace - záloha .....	32
Tabulka č. 6: Srovnání ego orientace - útok .....	34
Tabulka č. 7: Průměry ego/task v 1. lize a v nižších soutěžích .....	36
Tabulka č. 8: Průměry ego/task - jednotlivé posty .....	37
Tabulka č. 9: otázka č. 1 - celkový přehled .....	38
Tabulka č. 10: otázka č. 2 - celkový přehled .....	39
Tabulka č. 11: otázka č. 3 - celkový přehled .....	40
Tabulka č. 12: otázka č. 4 - celkový přehled .....	41
Tabulka č. 13: otázka č. 5 - celkový přehled .....	42
Tabulka č. 14: otázka č. 6 - celkový přehled .....	43
Tabulka č. 15: otázka č. 7 - celkový přehled .....	44
Tabulka č. 16: otázka č. 8 - celkový přehled .....	45
Tabulka č. 17: otázka č. 9 - celkový přehled .....	46
Tabulka č. 18: otázka č. 10 - celkový přehled .....	47
Tabulka č. 19: otázka č. 11 - celkový přehled .....	48
Tabulka č. 20: otázka č. 12 - celkový přehled .....	49

## 10 SEZNAM LITERATURY

1. ATKINSONOVÁ, R. L., a kol. *Psychologie*. 2. vyd. Praha: Portál, 2003.
2. DOVALIL, J. a kol. *Výkon a trénink ve sportu*. 1.vyd. Praha: Olympia. 2002.
3. DUDA, J. L. a NTOUMANIS, N. Correlates of achievement goal orientations in physical education. *International Journal of Educational Research* 39 [online]. 2003, s. 415–436.
4. HOLEČEK, V., MIŇHOVÁ J. a PRUNNER, P. *Psychologie pro právníky*. Dobrá Voda: Aleš Čeněk, 2003.
5. JAGACINSKI, C. M. & STRICKLAND, O. J. Task and ego orientation: The role of goal orientations in anticipated affective reactions to achievement outcomes. *Learning and Individual Differences*, 12 [online]. 2000, s. 189-208.
6. NAKONEČNÝ, M. *Motivace lidského chování*, Praha: Academia 1996.
7. ŘÍČAN, P. *Psychologie osobnosti (obor v pohybu)*. Vyd.5. rozš. Praha: Grada, 2007.
8. SLEPIČKA, P., HOŠEK V. a HÁTLOVÁ B. *Psychologie sportu*. Vyd. 2. Praha: Karolinum, 2009.
9. SVOBODA, B., VANĚK, M. *Psychologie sportovních her*. 1.vyd. Praha: Olympia, 1986.
10. TOD, D., THATCHER, J. a RAHMAN, R. *Psychologie sportu*. Vyd. 1. Editor Nigel Holt, Rob Lewis. Překlad Helena Hartlová. Praha: Grada, 2012.
11. VANĚK, M. *Formování výkonové motivace*. 1.vyd. Praha: Univerzita Karlova,.
12. VOTÍK, J. *Trenér fotbalu "B" licence*. 1. vyd. Praha: Olympia, 2001.

### Internetové zdroje:

13. <http://www.brianmac.co.uk/teosq.htm>
14. [www.fotbal.cz](http://www.fotbal.cz)
15. [www.fotbal-trenink.cz](http://www.fotbal-trenink.cz)

## 11 PŘÍLOHY

### „Ego/task“ orientace u hráček fotbalu

Testování je anonymní. Výsledky budou použity k výzkumu v bakalářské práci. V tomto dotazníku se budu ptát na Vaše pocity při provádění sportovní aktivity. V dotazníku je připravena čtyřstupňová škála. Prosim, přemýšlejte, jak správně následující tvrzení popisují situace, kdy se cítíte ve sportu nejúspěšnější.

**Označte prosím post, na kterém nejčastěji hrajete:**

brankář   obránce   záložník   útočník

**Ve sportu se cítím nejúspěšnější, když:**

1. jsem jediný, kdo dokáže správně hrát, cvičit

- a) ano vždy
- b) většinou
- c) většinou ne
- d) nikdy

2. se učím novým dovednostem a chce se mi pak více cvičit

- a) ano vždy
- b) většinou
- c) většinou ne
- d) nikdy

3. mohu být lepší než moji přátelé

- a) ano vždy
- b) většinou
- c) většinou ne
- d) nikdy

4. ostatní nejsou tak dobří jako já

- a) ano vždy
- b) většinou
- c) většinou ne
- d) nikdy

5. se učím něčemu, co mě baví

- a) ano vždy
- b) většinou
- c) většinou ne
- d) nikdy

6. ostatní chybují a já ne

- a) ano vždy
- b) většinou
- c) většinou ne
- d) nikdy

7. se učím novým dovednostem těžce (obtížně)

- a) ano vždy
- b) většinou
- c) většinou ne
- d) nikdy

8. se skutečně velmi namáhám

- a) ano vždy
- b) většinou
- c) většinou ne
- d) nikdy

9. dávám nejvíce gólů, bodů

- a) ano vždy
- b) většinou
- c) většinou ne
- d) nikdy

10. jsem nejlepší

- a) ano vždy
- b) většinou
- c) většinou ne
- d) nikdy

11. se v nácviiku dovednosti cítím skutečně dobře

- a) ano vždy
- b) většinou
- c) většinou ne
- d) nikdy

12. to dělám, jak nejlépe umím

- a) ano vždy
- b) většinou
- c) většinou ne
- d) nikdy

Mockrát Vám děkuji za Vás čas a spolupráci!